MÉDICOS DE REINO UNIDO PIDEN INCLUIR LA ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL EN ATENCIÓN PRIMARIA

Susana Villamarín y Aída de Vicente

La elevada carga de los trastornos mentales en Atención Primaria y la importante brecha para su tratamiento ponen de relieve la importancia de incorporar la salud mental en este primer nivel asistencial.

Así lo afirma el Colegio Oficial de Médicos Generalistas de Reino Unido (*Royal College of General Practitioners* -RCGP) en su nueva *Declaración de posicionamiento sobre la Salud Mental y su abordaje en Atención Primaria*.

Esta declaración revisada ha sido celebrada por la Sociedad Británica de Psicología (BPS-*British Psychological Society*), quien ha manifestado, en numerosas ocasiones, su disconformidad con la anterior Declaración y la necesidad de actualizarla, recordando para ello, el papel fundamental de los psicólogos como un elemento central de los equipos multidisciplinares que, junto con otros profesionales y desde una perspectiva holística, brindan apoyo y atención centrada en la persona.

Partiendo de la manifestación de que la salud mental es una parte importante de la práctica general, el Colegio de Médicos exige un cambio radical en el modelo actual del Sistema de Salud, integrando de forma eficaz los servicios de salud mental con la Atención Primaria.

Entre las razones por las cuales la salud mental debería integrarse en este primer nivel asistencial, destacan la elevada carga de los trastornos mentales y la importante brecha para su tratamiento, así como la estrecha relación entre los problemas de salud mental y física (Paridad de Estima), la mejora de la accesibilidad a los servicios de salud mental, una mayor asequibilidad y rentabilidad, y resultados más exitosos en el tratamiento de los problemas de salud mental.

De forma específica, ponen de relieve la notable demanda de consultas en Atención Primaria por problemas de salud mental, así como el ingente aumento en la prescripción de antidepresivos durante la última década, haciendo hincapié en la falta de claridad en relación con los roles y responsabilidades en la atención de pacientes con este tipo de problemáticas, y evocando el debate existente sobre la tendencia a sobremedicalizar *"una respuesta emocional normal"* y sus riesgos.

Asimismo, dado que *"el 50% de los problemas de salud mental aparecen a los 14 años y el 75% a los 24 años"*, subrayan la trascendencia de llevar a cabo una intervención temprana, ayudando, de este modo, a la prevención de los problemas y/o cronificación de los síntomas, y reduciendo, a su vez, la carga de trabajo en general.

El Colegio Oficial de Médicos Generalistas expone la evidencia existente en torno a las ventajas de recibir la atención a la salud mental lo más cerca posible del hogar del paciente, en un ambiente menos estigmatizante afirmando en su declaración que esta atención debe ser integral, basada en un modelo biopsicosocial, y dejando atrás el modelo médico tradicional. Manifiesta en este punto la relevancia de contar con equipos multiprofesionales capacitados, entre los que incluye a médicos generalistas, **psicólogos clínicos**, psiquiatras, enfermeras de salud mental, etc.

El RCGP reconoce la necesidad de que todas las personas puedan acceder a la atención primaria de la salud mental y los recursos por igual, evitando las posibles barreras de acceso a estos servicios, especialmente en el caso de los grupos de pacientes especialmente vulnerables.

Por ende, siguiendo los principios de paridad de estima, indica el importante papel de los médicos a la hora de reconocer un problema psicológico y evitar la sobremedicalización, derivándolo a tratamientos psicológicos. En esta línea, recomienda que los problemas de salud mental comunes, como la ansiedad y la depresión, se manejen atendiendo a las directrices NICE.

A este respecto, subraya también la relevancia de que las personas que presentan este tipo de problemáticas tengan un rápido acceso al tratamiento, en el hogar (mediante terapia online) y/o en Atención Primaria, referenciando en este punto al Programa de acceso a tratamientos psicológicos IATP (*Improving Access to Psychological Therapies*), y la necesidad de seguir integrándolo de forma paulatina en el primer nivel asistencial del Sistema de Salud, dada su eficacia.

Para tal fin, pide a los responsables de políticas legislativas una mayor inversión y recursos, así como el impulso a la investigación para el desarrollo de un conjunto de medidas de basadas en la evidencia para la salud mental en Atención Primaria, que sigan estándares similares a los establecidos en las guías NICE. La Declaración de Posicionamiento se **encuentra disponible a través del siguiente enlace**:
www.infocoponline.es/pdf/RCGP-PS-mental-health.pdf