

«La salud mental es la hermana pobre del sistema sanitario»

AMPARO BELLOCH FUSTER, PSICÓLOGA CLÍNICA

Pie de Foto: Reflexión. Amparo Belloch reclama «más atención». / I. a. gómez

La nueva presidenta de la Comisión Nacional de Psicología Clínica reflexiona sobre los retos de esta especialidad IRATXE GÓMEZ/BILBAO Reflexión. Amparo Belloch reclama «más atención». / I. a. gómez EL PERSONAJE Amparo Belloch Fuster es doctora en Psicología por la Universidad de Valencia. Es presidenta de la Asociación Española de Psicología Clínica y Psicopatología. Es miembro del grupo internacional de expertos sobre el trastorno obsesivo-compulsivo, y autora de más de 200 publicaciones científicas.

Publicidad

«Tratar trastornos mentales que pueden ser superados sin medicamentos es como matar moscas a cañonazos». Así de contundente se muestra la psicóloga clínica Amparo Belloch Fuster, que reivindica «una atención no sólo biológica». Una demanda que se ha cumplido en parte al reconocerse esta especialidad de la Psicología dentro del sistema público de salud, pero «aún queda mucho trabajo». Recién elegida presidenta de la Comisión Nacional de la especialidad de Psicología Clínica, busca «resolver muchos de los problemas mentales que afectan a la sociedad».

-Como nueva presidenta, ¿en qué va a incidir?

-En buscar una resolución a los expedientes de solicitud; ampliar el programa de la especialidad a cuatro años; y la exigencia de crear plazas suficientes de psicólogos clínicos en el sistema de salud.

-¿Y para el ciudadano?

-Todo esto le afecta positivamente. La salud mental es muy compleja y hay que abordarla desde varias perspectivas. En una depresión, por ejemplo, pueden influir los factores biológicos, pero también ambientales, el modo de ser de una persona, cómo afronta los problemas.

-¿El concepto de salud ha cambiado?

-Es un todo integral. Hablamos de seres humanos. La investigación biológica y genética avanza y nos está dando respuestas impresionantes. Pero también nos dice que las cosas que pensamos y sentimos repercuten en nuestro cuerpo.

-¿Cada vez hay más problemas?

-No sé si hay más problemas de salud mental o más herramientas para poder detectarlos.

-Sí hay una mayor conciencia.

-Antes existía la vergüenza. Nadie ocultaba que tiene una úlcera, pero si alguien tiene una depresión se lo calla. El estigma social hacia la enfermedad mental es muy lesivo. Afortunadamente, está cambiando y se sabe que tener un trastorno mental no te invalida para toda la vida. Pero queda mucho por hacer, porque la salud mental sigue siendo la hermana pobre del sistema sanitario.

-Hay que darle importancia, pero no alarmarse

-No hay que pensar que los problemas de la vida cotidiana tienen que ser mentales. No vayamos a patologizar todo.

«Necesitan seguimiento»

-En enfermedades como el cáncer, trastornos cardiovasculares, el sida. ¿la prevención psicológica es muy importante?

-Hay dos tipos de prevención, porque tampoco podemos decir que valemos para todo. Una es la relacionada con hábitos de salud para evitar la aparición de estos problemas en personas propensas. Pero donde más trabaja el psicólogo clínico es en prevenir las recaídas.

-Y enseñarles cómo sobrellevarlas.

-Sí, para que no se consideren víctimas de algo que les ha caído encima. Ni tampoco culpables porque fumaban, o corrían poco.

-¿Se requieren más tratamientos, tiempo de rehabilitación.?

-Uno de los grandes problemas de los enfermos mentales graves, un esquizofrénico, por ejemplo, es la necesidad de una continuidad en los cuidados para evitar recaídas. Si una persona no recibe una atención progresiva y, además, no tiene posibilidad de reinserción laboral, le estamos creando el caldo de cultivo para que caiga una y otra vez.