

SEMP - Sala de prensa

<https://semp.org.es/>

Diario Medico y las I Jornadas SEMP

Las I Jornadas de la SEMP han analizado el futuro de la disciplina, su abordaje multidisciplinar y terapéutico y la importancia de la educación de pacientes y profesionales.

José Ángel Arbesú, Carlos Mur de Viu, Manuel Álvarez, Silvia López Chamón, Raquel Ramírez Parrondo, Ana Moreno Gómez y José Manuel González Infante, ponentes de las I Jornadas de SEMP. (José Luis Pindado)

"La medicina psicosomática no es una especialidad. Es una forma de hacer medicina centrada en la persona, donde la enfermedad es un subproducto dentro del individuo y lo importante es su relación con el contexto social y su implicación en la enfermedad", ha explicado a DM José Manuel González Infante, catedrático de Psiquiatría de la Universidad de Cádiz, con motivo de las I Jornadas de la Sociedad Española de Medicina Psicosomática (SEMP), celebradas el fin de semana en la Fundación Jiménez Díaz, de Madrid.

Síndrome de colon irritable, úlceras, enfermedades coronarias, patologías digestivas, cefaleas, vértigos y fibromialgia son algunos de los cuadros con un fuerte componente psicosomático, ha dicho Manuel Álvarez, presidente de la SEMP, para quien la psicosomática es tan antigua como la medicina.

Desde la SEMP se ha realizado una encuesta a 31 profesionales sobre el futuro de la psicosomática, analizada por Ana Moreno Gómez, psicóloga del Centro Médico Psicosomático, de Sevilla, que se ha encargado de la evaluación. "Los profesionales creen que la psicodinámica, la cognitivo conductual y la psicoterapia de tercera generación, la terapia de aceptación y compromiso son las más útiles en psicosomática". Los profesionales opinan que se llega a la psicosomática desde psiquiatría y primaria, y que es necesario que tenga más difusión, desde la formación hasta la investigación.

"Todo el mundo augura gran importancia a la psiconeuroinmunología en relación con el manejo del estrés. La reducción del gasto adaptativo en las personas es una fuente de salud. Aprender a manejar el estrés adaptándose a lo que la vida exige es un reto alcanzable", ha dicho Álvarez.

Por eso, la educación psicosomática, basada en el paradigma bio-psico-socio-eco-espiritual, incluye el manejo de la libertad como elemento terapéutico o patológico. "La medicina psicosomática abarata costes porque reduce la hiperfrecuentación, eleva la calidad de vida al asumir el paciente el papel de codirector de la enfermedad y mejora la formación del médico", ha añadido Álvarez.

Según González, la actividad de la psicosomática es multidisciplinar. Por tanto, Álvarez ha apuntado que "en una consulta de cualquier especialidad cabe hacer la psicobiografía

breve del paciente y ver quién es, para identificar cuáles son sus problemas y aprender a repararlos. Hay que aceptar los propios límites y disfrutar de lo que se tiene sin amargarse por lo que falta".

Abordaje del dolor

"El tratamiento del dolor desde la perspectiva psicosomática se centra en el paciente, y no sólo en el síntoma aislado, que debe contar con él como agente responsable del cuidado de su propia salud, un derecho reconocido en la Ley de Autonomía del Paciente", ha explicado a DM Carlos Mingote Adán, director del Paipse, en Madrid, que ha presentado el libro Abordaje multidisciplinar del dolor crónico en distintas especialidades médicas. Mingote ha aconsejado priorizar la relación con el paciente, mejorar la atención al dolor agudo y prevenir sus complicaciones informando en positivo de los procesos diagnósticos, las posibilidades terapéuticas, la posología, los efectos deseados y las molestias esperables.

"En todas las enfermedades influye el ánimo", ha dicho Javier Ortiz, psiquiatra del Hospital Ramón y Cajal, de Madrid, que se encarga del tratamiento psicológico en la Unidad de Rehabilitación Cardíaca. Allí se reúne en grupo a los pacientes nuevos y a los que abandonan el programa para que pongan en común sus miedos "a la muerte, a la repetición, a no hacer lo que hacían antes, a no poder tener relaciones sexuales ni beber ni fumar. Les permite rectificar sus posiciones anteriores".

El paciente somatizador accede en primer lugar a AP

Casi todas las enfermedades tienen un componente emocional o somático. "Con la crisis, la desconfianza y los recortes han aumentado las consultas por trastornos mentales comunes en AP, como la depresión, la ansiedad, los trastornos somatoformos y el alcoholismo", ha explicado a DM José Ángel Arbesú, coordinador del área de Neurociencia y responsable del Grupo de Salud Mental de Semergen. Según él, hay estudios que hablan de casi un 20 por ciento de aumento en depresión, un 9 en ansiedad y un 5 en alcoholismo. Se ha triplicado el consumo de antidepresivos en 10 años, y un 8 por ciento el de hipnóticos y ansiolíticos en los últimos tres años; y en 2011 casi un 12 por ciento de españoles necesitaban hipnóticos para dormir. Ante la escasez de recursos, "al médico de AP no le queda más remedio que realizar un apoyo psicoterapéutico básico y recetar psicofármacos para mejorar" los síntomas psicológicos y físicos de los pacientes, ante los problemas económicos, la falta de proyecto, el paro, etc., que multiplican los problemas de salud mental y son consultados en primer lugar en AP.

Silvia López Chamón, miembro de los grupos de trabajo de Comunicación y Salud Mental de Semergen, ha insistido en la necesidad de realizar psicoterapia en forma de entrevista clínica en la consulta. "Al paciente siempre le pasa algo, aunque esté somatizando. Sufre y le duele y expresa el dolor de esa manera". Lo más importante es indagar, con un buen diagnóstico diferencial, si existe una patología orgánica o si hay un síntoma distorsionado de otra enfermedad. "Las pruebas deben ser razonables; si no, podemos obtener muchos falsos positivos o yatrogenia. Lo fundamental es saber escuchar al paciente". López recomienda acompañarle, programar sus visitas, evitar que cada vez consulte con un facultativo diferente y aplicar técnicas de reatribución del conflicto.

Siga el enlace para ver la noticia:

<http://www.diariomedico.com/2015/03/02/area-profesional/entorno/futuro-psicosomatica-pasa-por-psiconeuroinmunologia>

Link to Original article: <https://semp.org.es/sala-de-prensa/diario-medico-y-las-i-jornadas-semp?elem=213687>