



XIII JORNADA ACTUALITZACIÓ TERAPÈUTICA

TARRAGONA 9 OCTUBRE 2013

***“Com aborem els trastorns adaptatius amb clínica
d’ansietat i depressió en aquests temps de crisi?”***

Tòquio Blues. HARUKI MURAKAMI

Quan l'avió va aterrar, es van apagar els senyals de prohibit fumar i pels altaveus del sostre va començar a sonar una música de fons. Era una ensucrada versió orquestral de "Norwegian Wood" dels Beatles. Com sempre, aquella melodia em va commoure. Bé... diria que aquell cop em va trasbalsar com no ho havia fet mai.

Em vaig tapar la cara amb les dues mans, com si volgués evitar que el cap m'esclatés, em vaig inclinar endavant i em vaig quedar immòbil. Al cap d'un moment, se'm va acostar una hostessa alemanya i em va preguntar en anglès si no em trobava bé. Li vaig dir que estava bé, que només m'havia marejat una mica. <http://www.youtube.com/watch?v=R9-Clu7DCYs>

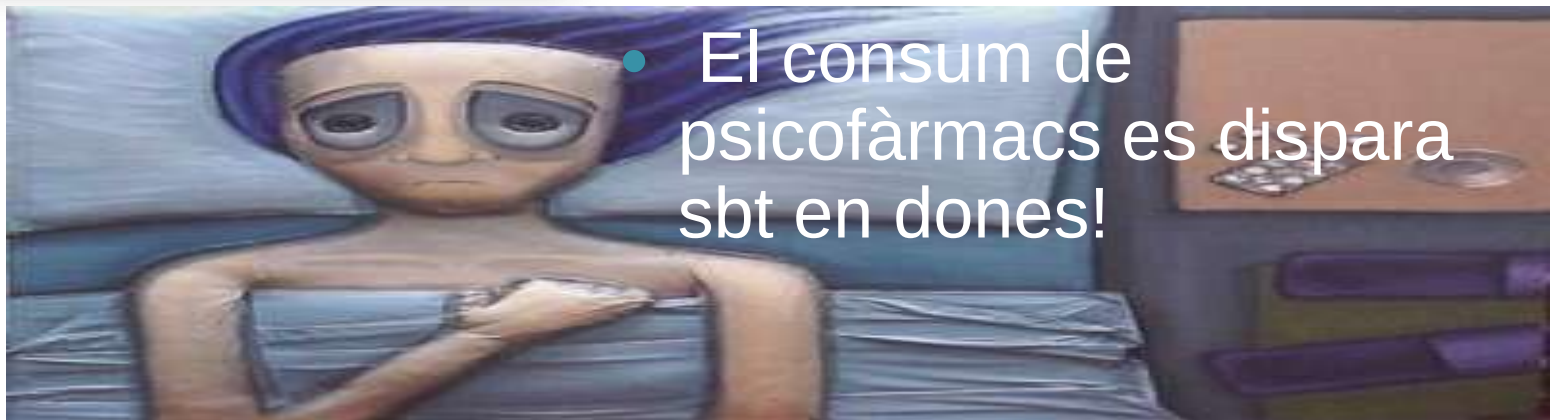
La demanda EPIDÈMICA

CONSUMO DE DROGAS EN ESPAÑA

% de personas que han consumido en los últimos 12 meses

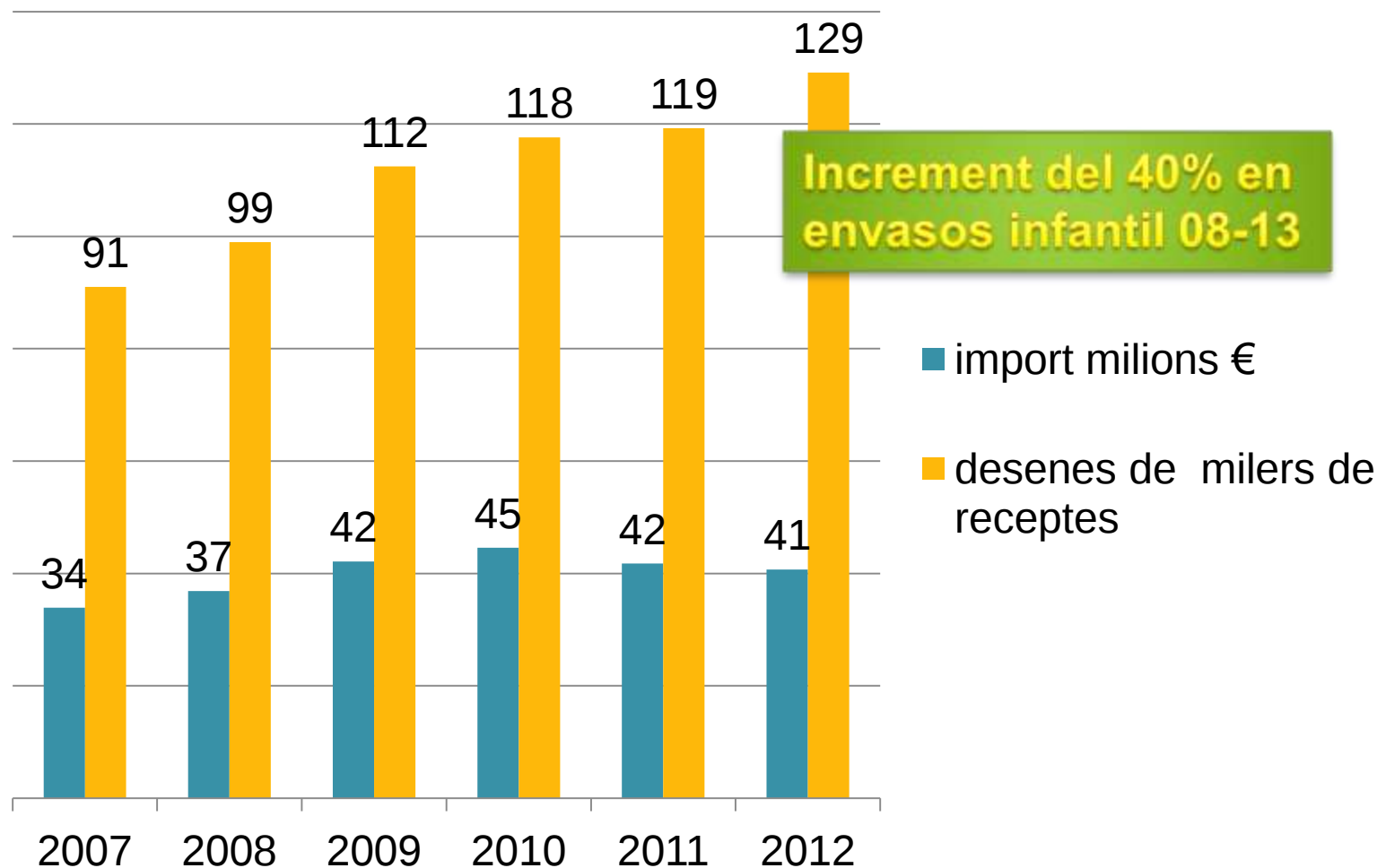
2011			■ 2011	■ 2009
Hombres	Mujeres			
83,2	69,9	Alcohol	76,6	78,7
44,2	36,0	Tabaco	40,2	42,8
7,6	15,3	Hipnosedantes	11,4 (sin receta: 1,2)	7,1 (sin receta: 1,9)
13,6	5,5	Cánnabis	9,6	10,6
3,6	0,9	Cocaína	2,3	2,6
1,0	0,4	Éxtasis	0,7	0,8
0,9	0,3	Anfetaminas/speed	0,6	0,6
0,6	0,2	Alucinógenos	0,4	0,5

- Increment del 10 al 15% de la població atesa a Serveis de salut mental. (Eurobaròmetre 2010)
- 20-25% de les consultes a atenció primària es relacionen amb problemes de salut mental



- El consum de psicofàrmacs es dispara sht en dones!

Consum de psicofàrmacs a RSB especialitzada



Quina és la demanda que creix

- CIM-10: factors que influeixen en l'estat de salut i en el contacte amb els serveis de salut.
 - **Codis Z**: problemes relacionats amb el grup de recolzament o les circumstàncies psicosocials...
- DSM IV: altres condicions objectes de l'atenció clínica.
 - **Codis V**: problemes ocupacionals, d'identitat...

Demanda actual

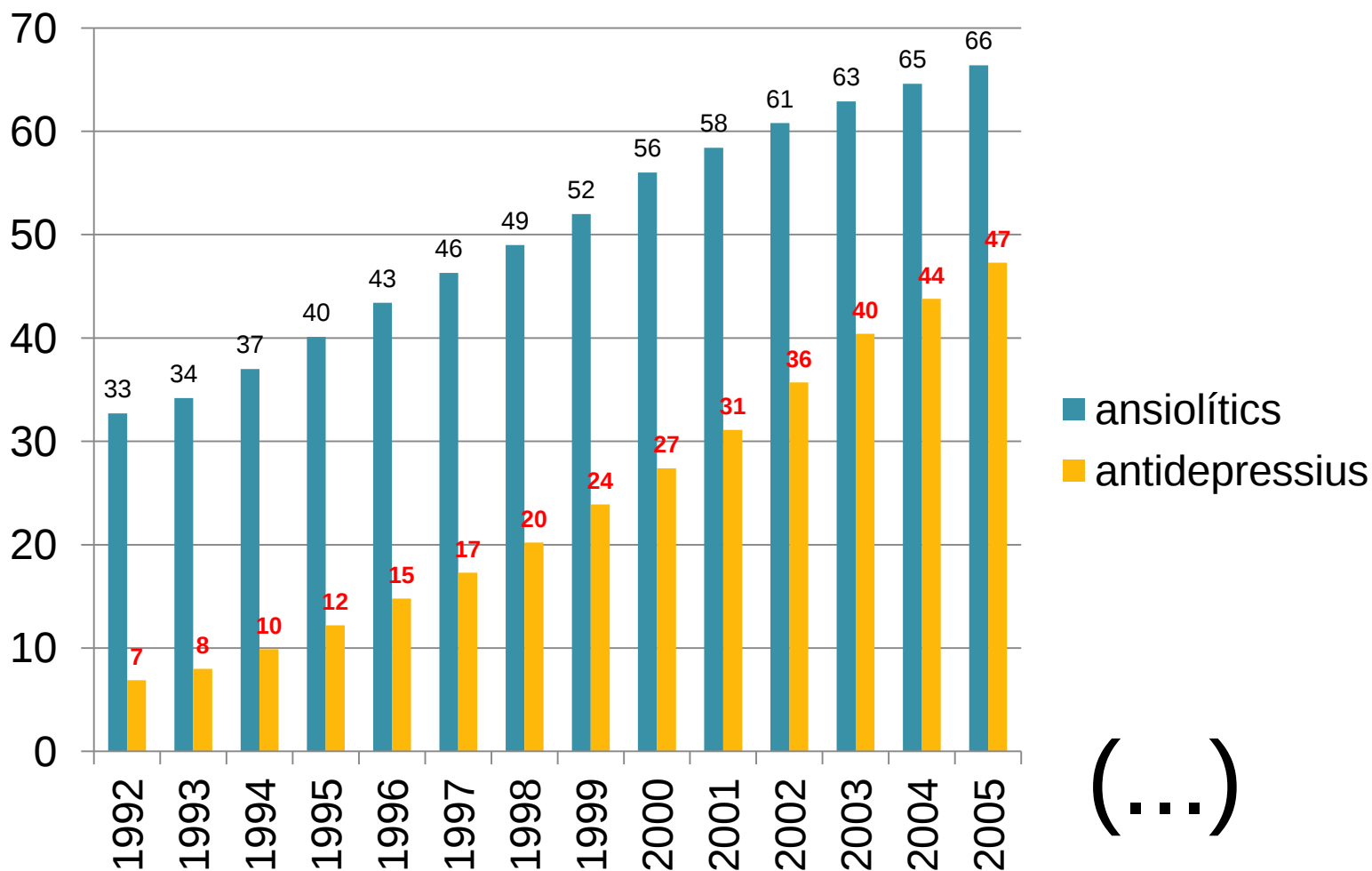
- Aturats de llarga durada amb manca de recursos
 - Relacions de parella que els fan infeliços
 - Joves consumidors de drogues amb finalitat lúdica
 - Embarassos adolescents
 - Desnonaments
- ...CRISIS WHAT CRISIS...



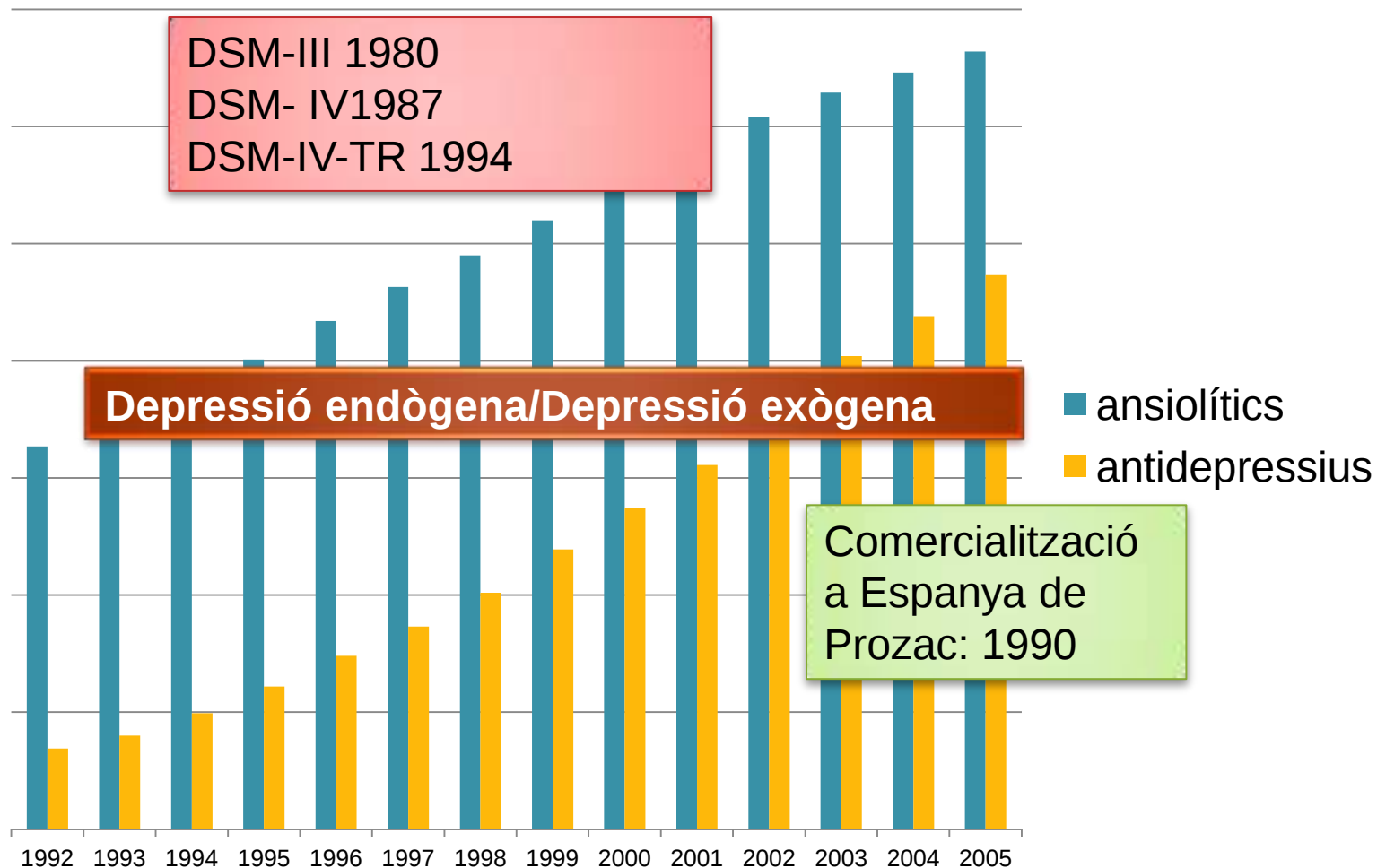
Causes de l'increment de demanda

- Prestigi social de la medicina:
 - els metges poden i han de guarir-ho tot???
 - Tota conducta, emoció, patiment té un correlat cerebral???
 - A dia d'avui segons dades CMBD 2012 només el 17% dels usuaris de CSMA tenen un diagnòstic de TMS això és 30.000 dels 160.000 atesos!!!
- Econòmic:
 - La sanitat és un servei gratuït i molt accessible al ciutadà.
- Farmacologia: benzodiazepines i ISRS.

Dosis mil habitants dia.



Dosis mil habitants dia.

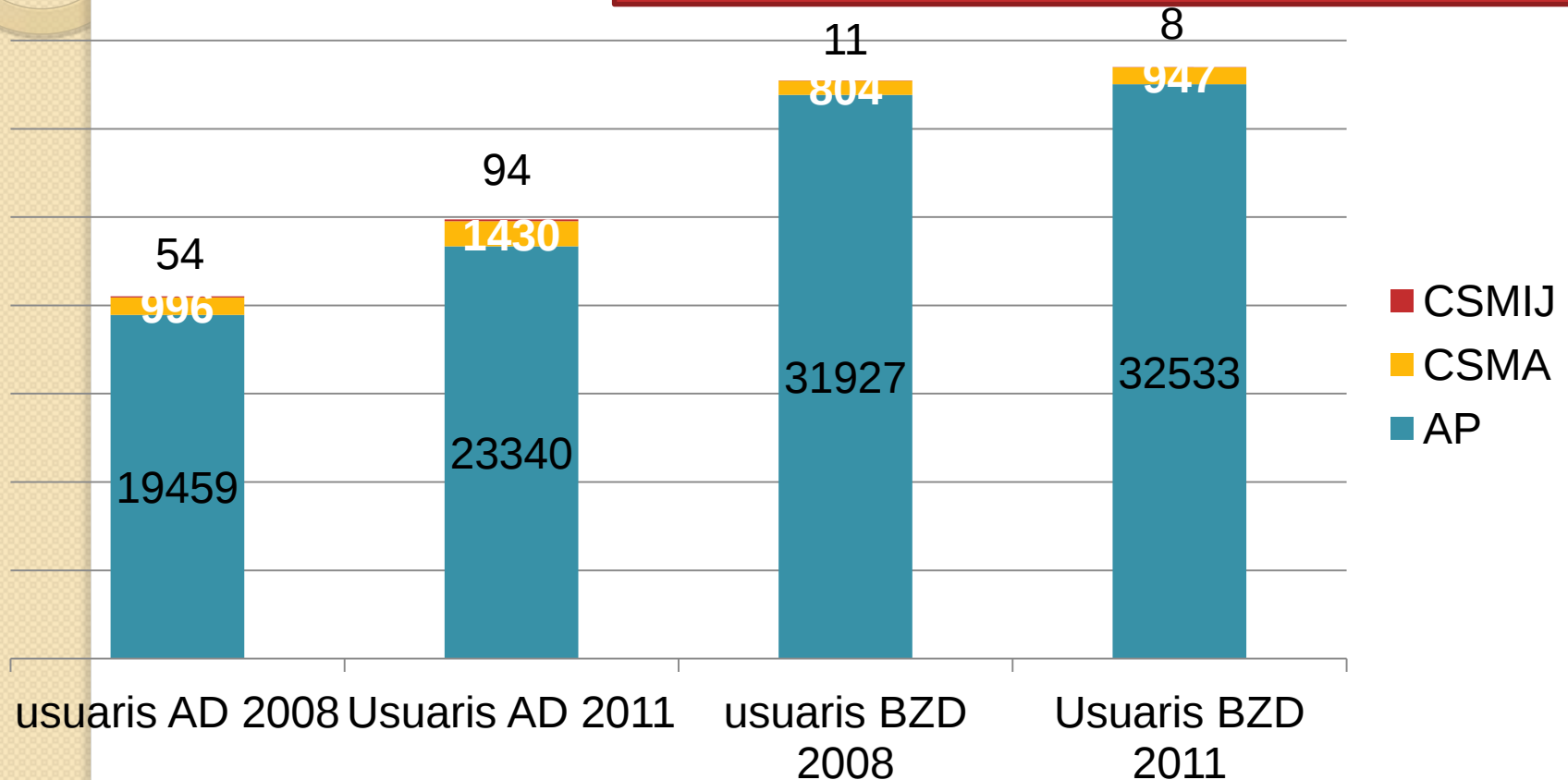


Eres farmacològiques

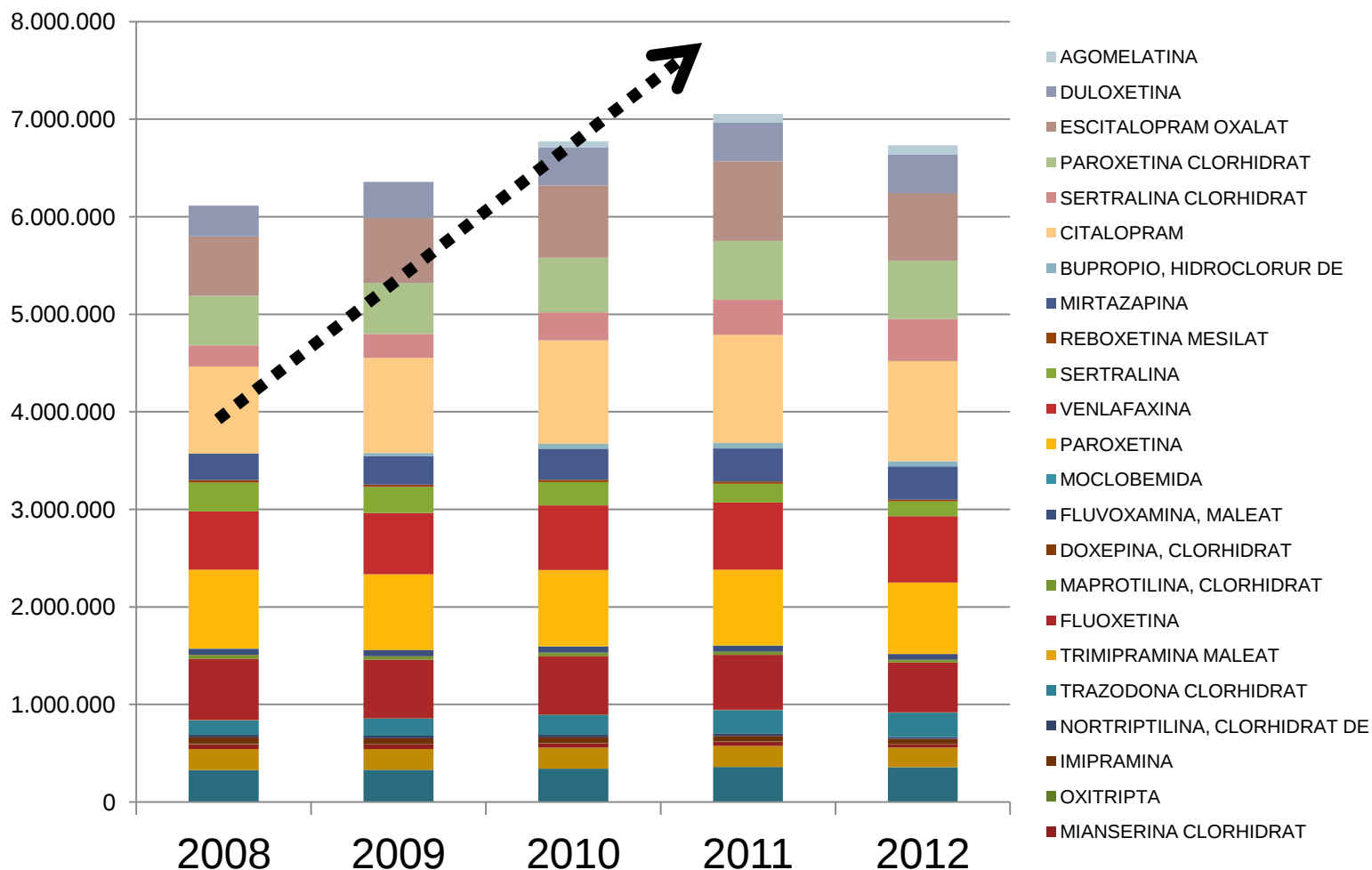
- Anys 80 era de l'estrès o ansietat
- Anys 90 era de la depressió
- Segle XXI se solapen les dues eres

Pacients per àmbit durant 1 mes

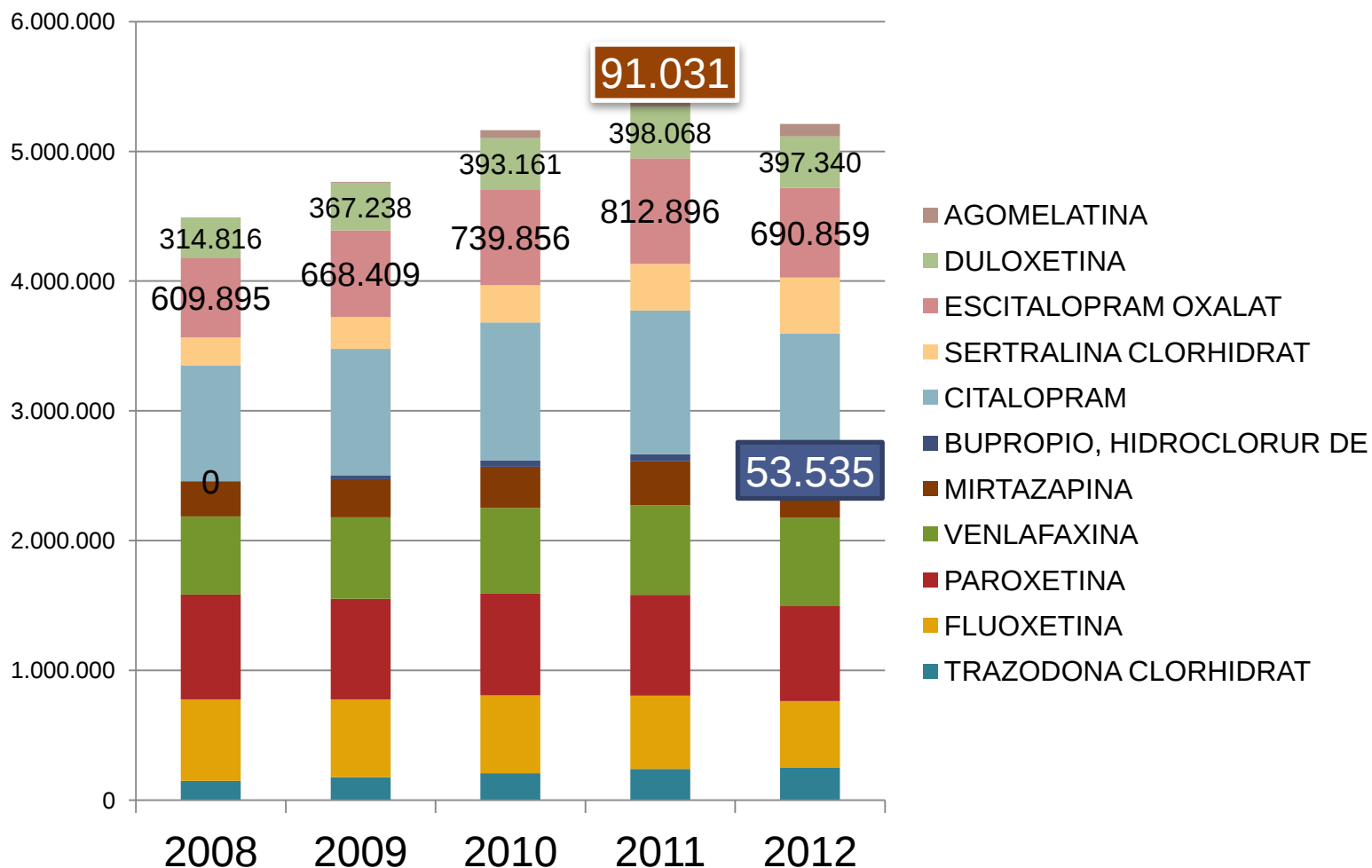
La prescripció es fa a primària!!!



Envasos AD a CAT durant 1 any



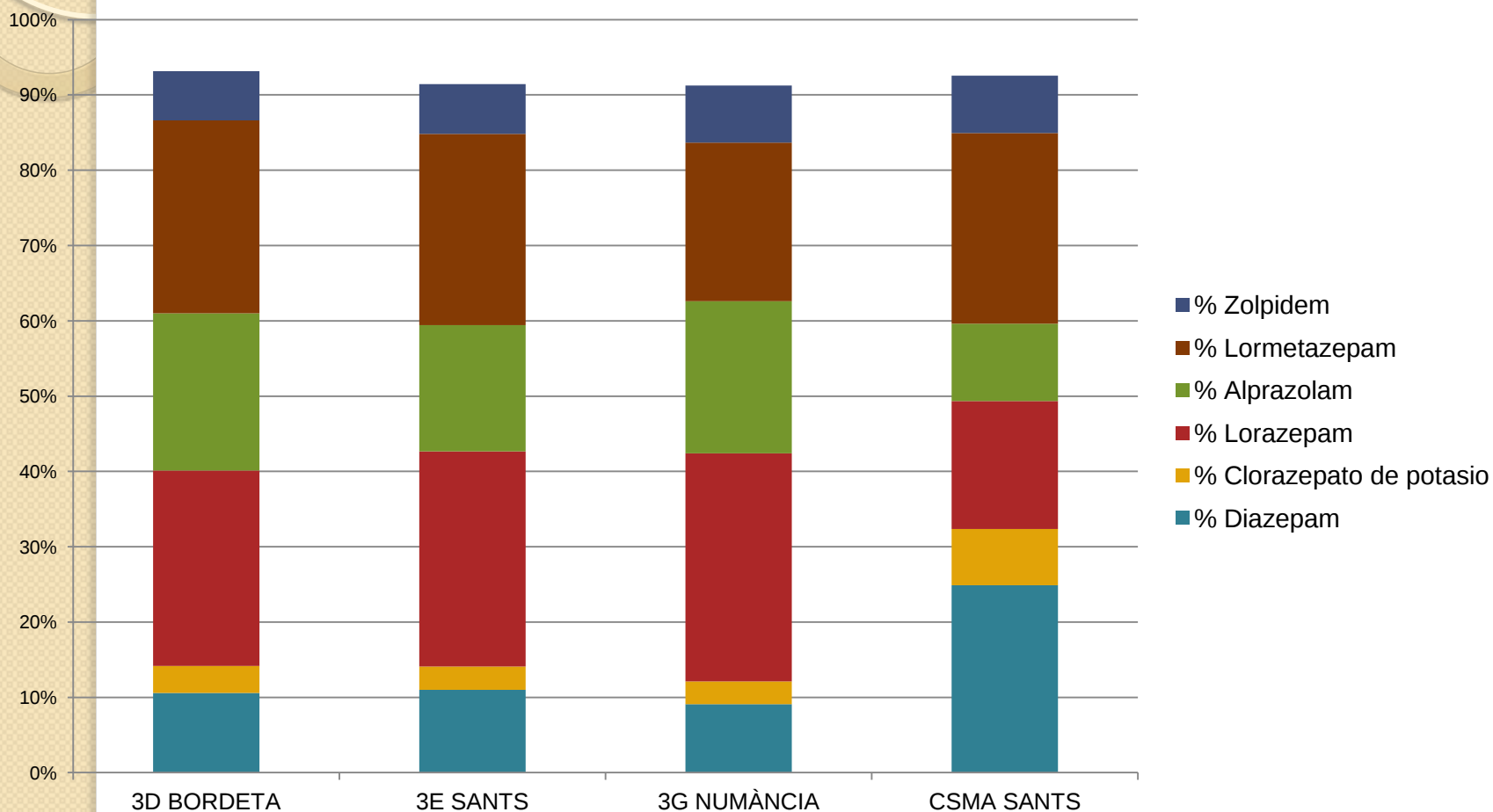
Quins antidepressius fem servir?



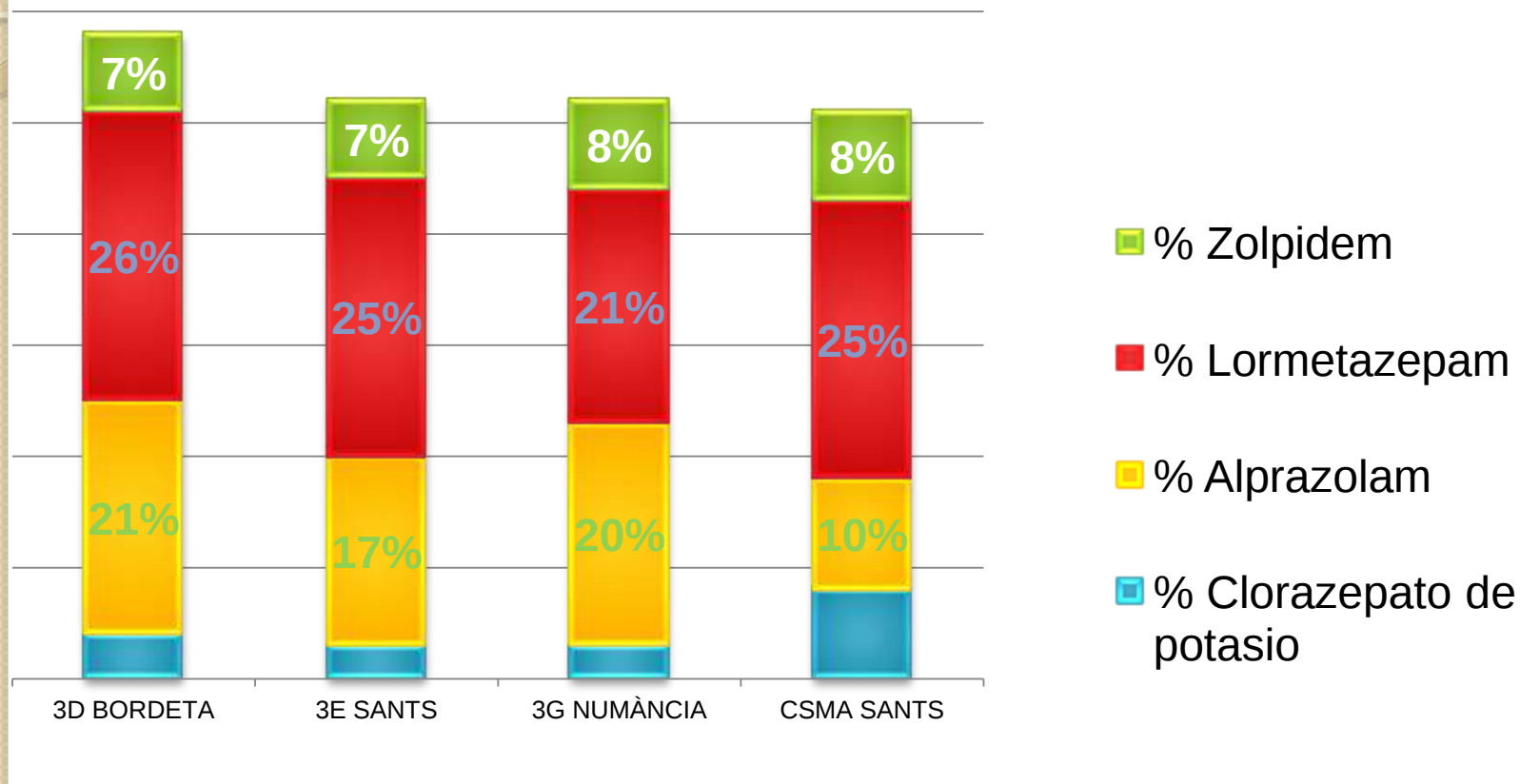
Riscos Benzodiazepines

- Somnolència (accidents de cotxe: augment important de consum de bzd i AD en persones que tenen accidents mortals)
- Alteracions de memòria
- Fractures per caigudes en gent gran
- Dependència. Problema de salut pública.

BZD prescrites 2011



Altres BZD 2011



Riscos dels ISRS

- Físics:
 - Problemes digestius
 - Sagnat gàstric
 - Síndrome de discontinuació/Dependència?
- Psíquics
 - Episodis maníacs induïts per ISRS.
Trastorn Bipolar III
 - Síndrome amotivacional
 - Manca d'elaboració de dols i conflictes emocionals

El rei Lear



... Vam arribar plorant en aquest món, tu saps que el primer cop que ensumem l'aire, plorem i gemeguem...

Com evitar la sobremedicació

- Un cert grau de patiment i malestar és inevitable, ni que sigui temporalment i no té ser causat per una malaltia.
- La comprensió dels sentiments i problemes del pacient l'ajudaran a fer front al seu malestar.
- La nostra feina no només és diagnosticar i tractar malalties
- Conèixer molt bé uns pocs medicaments:
 - AD: fluoxetina, paroxetina, citalopram
 - BZD: diazepam, lorazepam

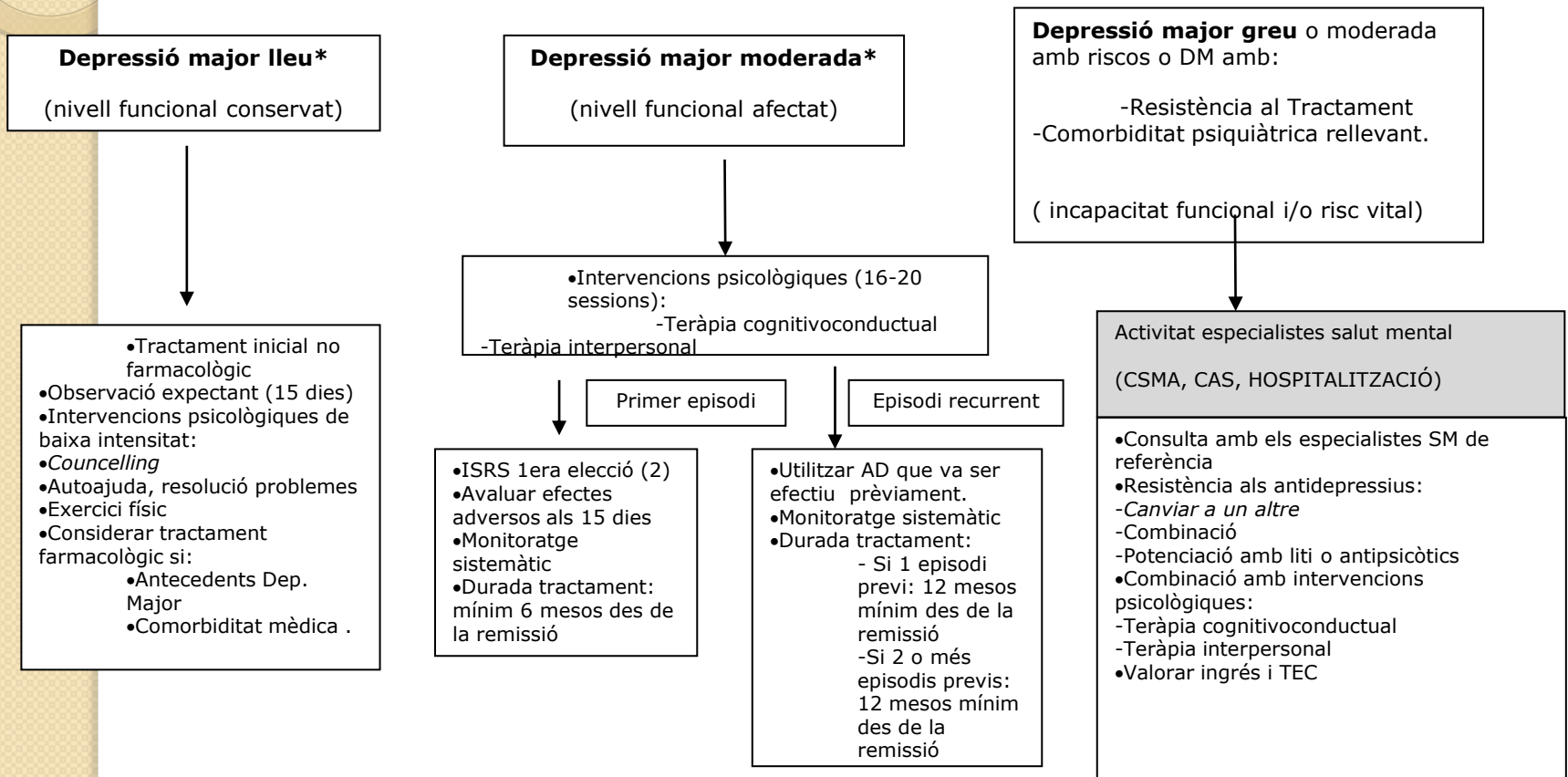
Necessitats

- Millorar la capacitat de resposta dels professionals al patiment emocional
 - Formació
 - Supervisió
 - Redistribució del temps
- Millorar col·laboració amb especialistes de Salut Mental
 - Criteris clars de derivació **no enviar a la deriva.**
 - Feedback
 - Compartir casos
- Reforç del treball comunitari
 - Serveis Socials: ajuts a persones i famílies
 - Departament de Treball:
 - “sick leave”/baixa per malaltia
 - Comitès de seguretat i salut
 - Departament d'Educació: formació per rehabilitació professional-personal.

Guies Clíniques

- Totes les guies clíniques proposen els tractament de la Depressió no severa mitjançant la psicoteràpia
- Anglaterra va proposar-se contractar milers de psicòlegs per l'atenció primària com l'estratègia fonamental per fer front al problema
- No tots els professionals volen ni poden fer-ho, potser no cal.

Algoritme de tractament de la depressió major en l'adult BCNE



Entrevistes psicoterapèutiques en atenció primària

- Dues entrevistes de diagnòstic:
 - Primer defenses després conflictes
- Treballar la disponibilitat a canviar
 - No es pot treballar sobre les emocions en contra de la voluntat del pacient, és difícil i dolorós
- Centrar a la resolució de problemes
 - Un treball de reestructuració de la personalitat requereix més temps i eines
- Acotar en un n^o de sessions (5-8 com a màxim)
 - Cal preservar el temps i l'espai

Especialitzada

- Incrementar la capacitat de treball psicològic a nivell de CSMA i CSMIJ.

1700 hores de professional= 30 minuts de visita per pacient=cada 15 dies=60 pacients any.

- Grups psicoterapèutics.
- Millorar la coordinació amb atenció primària per coformarnos continuadament, compartir casos...
- Integració social més completa.

Serà mai possible un CSMA-CSMIJ per cada ABS?

- Estalvi en farmàcia invertit en increment de professionals

Què ens demanen els pacients?



GRÀCIES

