



## Un día cualquiera para un psiquiatra

Psicología, 06/01/2019



### Un día cualquiera

Sonar la alarma a las 5 am y comenzar las tareas diarias, puede parecer algo rutinario, pero cuando se trata de la vida de un médico, la rutina deja de serlo para convertirse en algo que para muchos puede ser perturbador. Dejar comida lista, niños a clase, colocarse la bata y enfrentar la enfermedad de frente, requiere de fortaleza, entereza, nervios de acero, un buen sistema autoinmune, una amígdala anhedónica y un sistema simpático de bajo perfil. Además de desarrollar una especie de Asperger emocional para poder sobrevivir ante tanto sufrimiento, con una disociación histérica selectiva para

poder disfrutar de la familia y ratos de necesario descanso.

En mi paso por la unidad de higiene mental y por el hospital central siempre iniciaba a las 7 en punto de la mañana, me gane el título de ser la que abría el hospital, ese ha sido un hábito creado de mi época de bachiller, a esa hora había que tener listo los pacientes y las historias actualizadas para comenzar la revista. Nunca me lo pude quitar de encima. Mi consulta se iniciaba a las 7 am, estuviera quien estuviera. Los primeros 20 pacientes era de constancia de salud mental. Luego venía los de primera y de control un total de 1.5 pacientes por hora. Toda una hazaña, de allí me dirigía a contestar las interconsultas enviadas de emergencia y de hospitalización, atendiendo un promedio de 10 a 15 pacientes diarios, por supuesto no contamos los extras (répices, consultas, las preguntas sobre algún paciente que se realizaba en los pasillo, las evaluaciones psiquiátricas para las otras instituciones, evaluaciones preoperatorias y los tribunales, con el consecuente traslado a los mismos ...) total entretenimiento, con una sobrecarga de adrenalina a la que muchos de nosotros nos volvemos adictos. En un hospital en el cual no se cuenta con residentes por el área de psiquiatria, ni siquiera de la presencia de pasantes, puede convertirse en algo agotador solo para dos psiquiatras para una población de 481.000 habitantes. Obviamente que el manejo en estas áreas sería meramente de tipo clínico, psicofarmacológico y de psico-orientación, muy difícilmente de tipo psicoterapéutico. Para realizar intervenciones psicoterapéuticas se requeriría de ver 1 paciente cada 45 minutos y esto no lo establece las normas del Ministerio de Salud, ya que en estas áreas se maneja volumen de pacientes, por lo tanto, si el psiquiatra se dedica a labores terapéuticas sería en realidad un autasuicidio. Y no hablemos de la mala praxis, para realizar psicoterapia usted debe ver al paciente cada semana, sino se hace de esta manera sería inefectivo y contraproducente. En un hospital donde la citas esta para cada 3 meses, iniciar una psicoterapia sería un homicidio.

Yo le tengo mucho respeto al proceso psicoterapéutico, porque aunque a muchos les cueste creerlo, ella produce cambios a nivel cerebral que van a marcar la vida del paciente, por ello yo soy muy celosa y estricta para realizarla. Entre estos cambios se encuentran:

\* La psicoterapia afecta las tasas metabólicas cerebrales. Algunas investigaciones han demostrado una disminución en la tasa metabólica del núcleo caudado izquierdo, tras la utilización de fluoxetina o psicoterapia, en pacientes con trastorno obsesivo compulsivo.

\* La psicoterapia afecta el metabolismo de la serotonina. Viinamaki et al utilizaron imágenes de SPECT antes y un año después de psicoterapia dinámica, en una paciente con trastorno afectivo bipolar en episodio depresivo, comparando los hallazgos con las imágenes de SPECT de un paciente con trastorno afectivo bipolar que no recibió psicoterapia y diez controles sanos. Los

dos pacientes mostraron inicialmente disminución de la captación de serotonina en la corteza prefrontal y el tálamo, comparado con los controles. Después de un año, la paciente que recibió psicoterapia tenía una captación normal de serotonina. En el tratamiento del trastorno obsesivo compulsivo, mediante terapia comportamental, se ha demostrado la presencia de cambios en la actividad serotoninérgica, a través de la medición de los cambios de niveles plaquetarios de serotonina. Adicionalmente, Baxter et al observaron en estudios con PET, que la tasa metabólica de glucosa en la cabeza del núcleo caudado derecho cambia, cuando se trata de manera satisfactoria el trastorno obsesivo compulsivo con fluoxetina, o con terapia comportamental.

\* La psicoterapia estimula los procesos relacionados con la plasticidad cerebral. Se ha postulado que durante la psicoterapia, el aprendizaje a través de la exploración aumenta los potenciales en las sinapsis de la vía perforante. Se ha demostrado también que la estimulación ambiental aumenta el peso del cerebro, el espesor cortical, el número de células gliales, la relación glía-neurona, el tamaño del cuerpo y el núcleo neuronal y el número de sinapsis.

Estos son algunos cambios. Como ven la psicoterapia no es un juego, ni mera palabrería.

La pregunta aquí, no sería ¿Por qué no realizan psicoterapia? La cuestión es si el Ministerio aceptaría disminuir la cantidad de pacientes y de servicios que presta el psiquiatra, además de proporcionar un ambiente idóneo, para su realización.