



REAL ACADEMIA DE MEDICINA  
Y CIÈNCIES AFINS  
DE LA COMUNITAT VALENCIANA



# Factores de riesgo y protección en Salud Mental.

Carmen Leal Cercós  
Universitat de Valencia

## Prioridades en Salud Mental (Declaración de Helsinki) 2006

- Promoción de la toma de conciencia sobre la importancia del bienestar mental. "No hay salud sin salud mental".
- Abordaje colectivo del problema del estigma, discriminación e inequidad. Apoyo a pacientes y familias.
- Diseño e implementación de sistemas de S.M. globales, integrados y eficaces, que cubran las áreas de promoción, **prevención**, tratamiento y rehabilitación, asistencia y recuperación.
- Diferentes contextos, distintos retos.

# Problemas...

- + Trastornos mentales graves. Salud física
- + Patologías psiquiátricas más frecuentes .
- + Problemas emergentes (¿nuevos?):
  - Deterioro cognitivo. Demencias.
  - Incremento conductas de riesgo:Drogas
  - Emigración
  - Sociedad bajo estrés-→ aumento morbilidad.
  - ¿Serotonina?
  - Iatrogenia. ¿Exitos médicos? Supervivientes.
- + Psiquiatrización de problemas de la vida cotidiana.

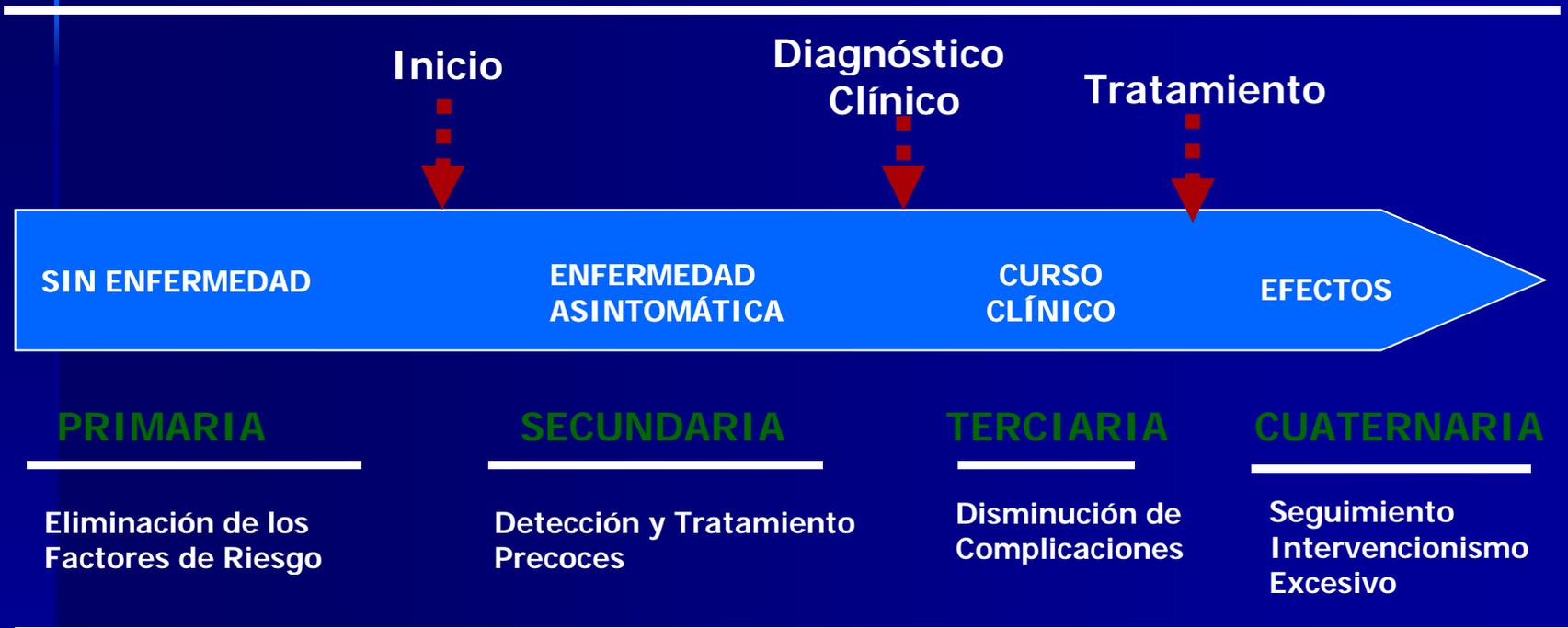
# Estudio ESEMED (España)

- Prevalencia/vida:
  - ++ Cualquier Trastorno mental: 19,42%  
(Hombres 15,77, mujeres, 22,82).
  - ++ Trastornos afectivos: 11,39%  
(Hombres, 6,66, mujeres, 15,80)
  - ++ Trastornos de Ansiedad: 9,33%  
(hombres, 5,68, mujeres 12,72)
  - ++ Abuso de alcohol : 3,68%  
(hombres, 6,58, mujeres, 0,98)

# Problemas...

- + Trastornos mentales graves. Salud física
- + Patologías psiquiátricas más frecuentes .
- + Problemas emergentes (¿nuevos?):
  - Deterioro cognitivo. Demencias.
  - Incremento conductas de riesgo:Drogas
  - Emigración
  - Sociedad bajo estrés-→ aumento morbilidad.
  - ¿Serotonina?
  - Iatrogenia. ¿Exitos médicos? Supervivientes.
- + Psiquiatrización de problemas de la vida cotidiana.

# NIVELES DE PREVENCIÓN



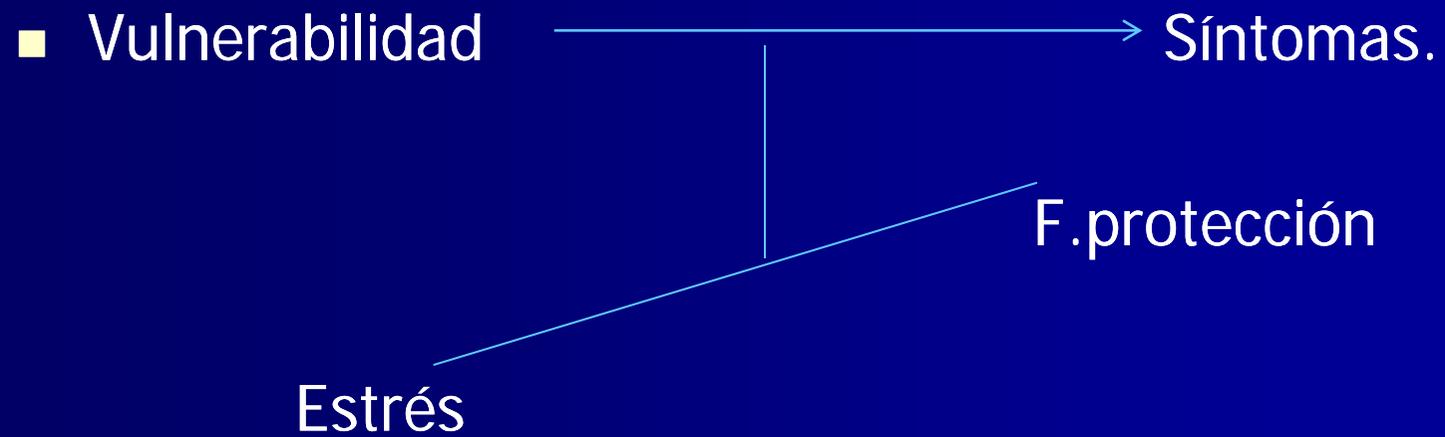
# Causas de los Trastornos mentales: Etiología

- Factores predisponentes (vulnerabilidad):  
¿Por qué enferma?
- Factores precipitantes o desencadenantes  
¿Por qué ahora?
- Factores de mantenimiento:  
¿Por qué se mantiene?

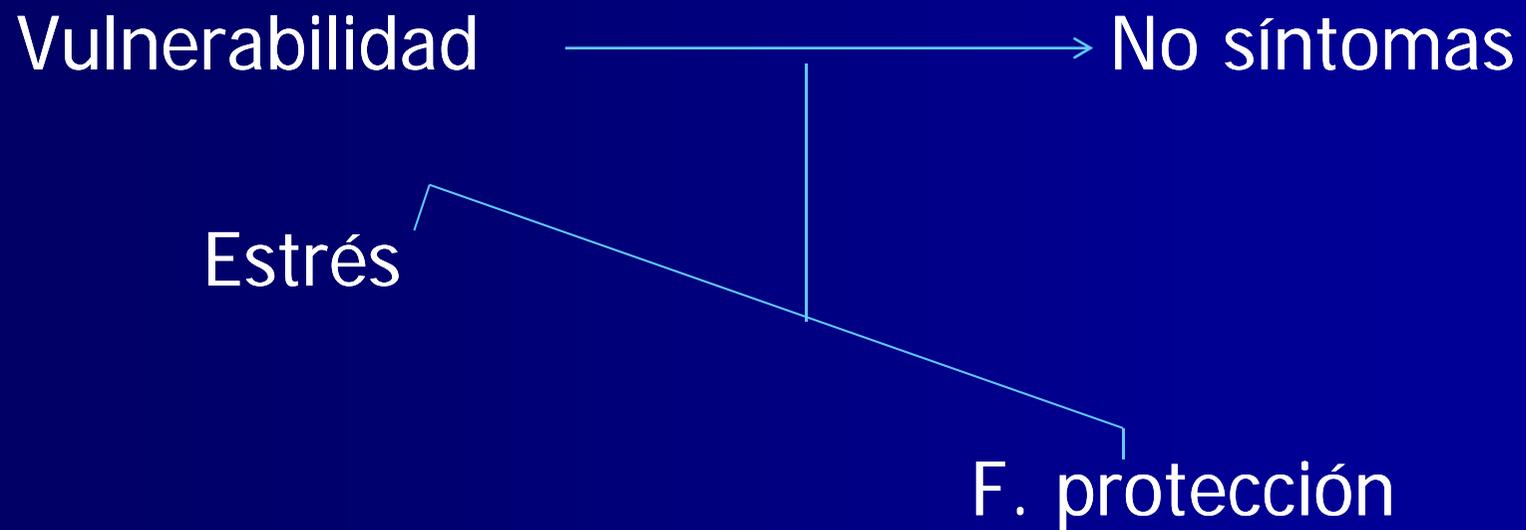
# Vulnerabilidad

- Predisposición a una enfermedad o trastorno específico.
- Necesaria para que la enfermedad se desarrolle.
- Incrementa el riesgo para desarrollar un trastorno mental pero son necesarios otros factores de riesgo para que la enfermedad se desarrolle.

# Teoría de la Vulnerabilidad



# Teoría de la Vulnerabilidad



## Factores de riesgo biológicos

- Genética.
- Alteraciones neurodesarrollo.
- Desequilibrios neuroquímicos.
- Complicaciones perinatales. Embarazo complicado.
- Enfermedades médicas.
- Abuso de drogas.

## Factores de riesgo psicológicos

- Alteraciones de la comunicación.
- Deficit de atención.
- Discapacidades sensoriales.
- Dificultades de aprendizaje. Fracaso escolar. Acoso.
- Carencia de competencia social (asertividad, verbalización de sentimientos vs alexitimia)
- Inmadurez y escaso control emocional
- Baja autoestima.
- **Personalidad**

## Factores de riesgo sociales

- Abusos. Maltrato.
- Crianza inadecuada. \*
- Conflictos familiares e interpersonales.
- Acontecimientos vitales estresantes. Pérdidas.
- Carencia de apoyo social
- Duelo.
- Enfermedades en familiares. Cuidadores.
- Adversidad crónica.\*
- Clase social baja: dificultades económicas. Paro\*

# Vínculo con los padres

- Vínculo (componente afectivo) con los padres:

Estabilidad.

Contención (control).

Afecto.

Imposición de límites.

Ejs.

+ Alto control+ bajo afecto->Baja autoestima.

+ Bajo control+ alto afecto→ Narcisismo??

+ Bajo control+ bajo afecto-→ Desamparo.

**Equilibrio.**

## Factores de riesgo sociales

- Abusos. Maltrato. Carencias afectivas
- Crianza inadecuada. \*
- Conflictos familiares e interpersonales. Pareja
- Acontecimientos vitales estresantes. Pérdidas.
- Carencia de apoyo social
- Duelo.
- Enfermedades en familiares. Cuidadores.
- Adversidad crónica.\*
- Clase social baja: dificultades económicas. Paro\*

# Adversidad crónica

- Situaciones de estrés prolongado: problemas matrimoniales, familiares, laborales, etc.
- Emigración: Asentamiento/Acomodación/Adaptación  
Consecuencias:
  - + Mayor morbilidad. Mayor nº accidentes
  - + "Triada del emigrante": Depresión- Hipocondría-Paranoia.  
Factores moduladores:
  - + Personalidad previa.
  - + Motivación para la emigración.
  - + Diferencias culturales. Aculturación.
  - + Dificultades y expectativas. Nivel social.

## Factores de riesgo sociales

- Abusos. Maltrato.
- Crianza inadecuada. \*
- Conflictos familiares e interpersonales.
- Acontecimientos vitales estresantes. Pérdidas.
- Carencia de apoyo social
- Duelo.
- Enfermedades en familiares. Cuidadores.
- Adversidad crónica.\*
- Clase social baja: dificultades económicas. Paro\*

- Paro:

Trabajo: seguridad material/ identidad social/estructuración vida cotidiana/satisfacción.

Proceso: Negación/Actividades pendientes (irritabilidad, angustia, insomnio)/ Resignación e identificación.

Consecuencias: Aumento morbilidad física y psíquica. Familia. Comunidad.

F. moduladores: clase social, duración, responsabilidades, alternativas...

**Estrés laboral .**

## Factores socio-ambientales de riesgo (modificados de Saxena. 2006, 2013)

- \* Acceso a drogas y alcohol.
- \* Desplazamientos.
- \* Aislamiento.
- \* Falta de educación.
- \* Pobreza. Desnutrición. Desventaja social.
- \* Desorganización social. Guerras.
- \* Discriminación e injusticia racial.
- \* Areas urbanas/rurales.
- \* Violencia y delincuencia.
- \* Género

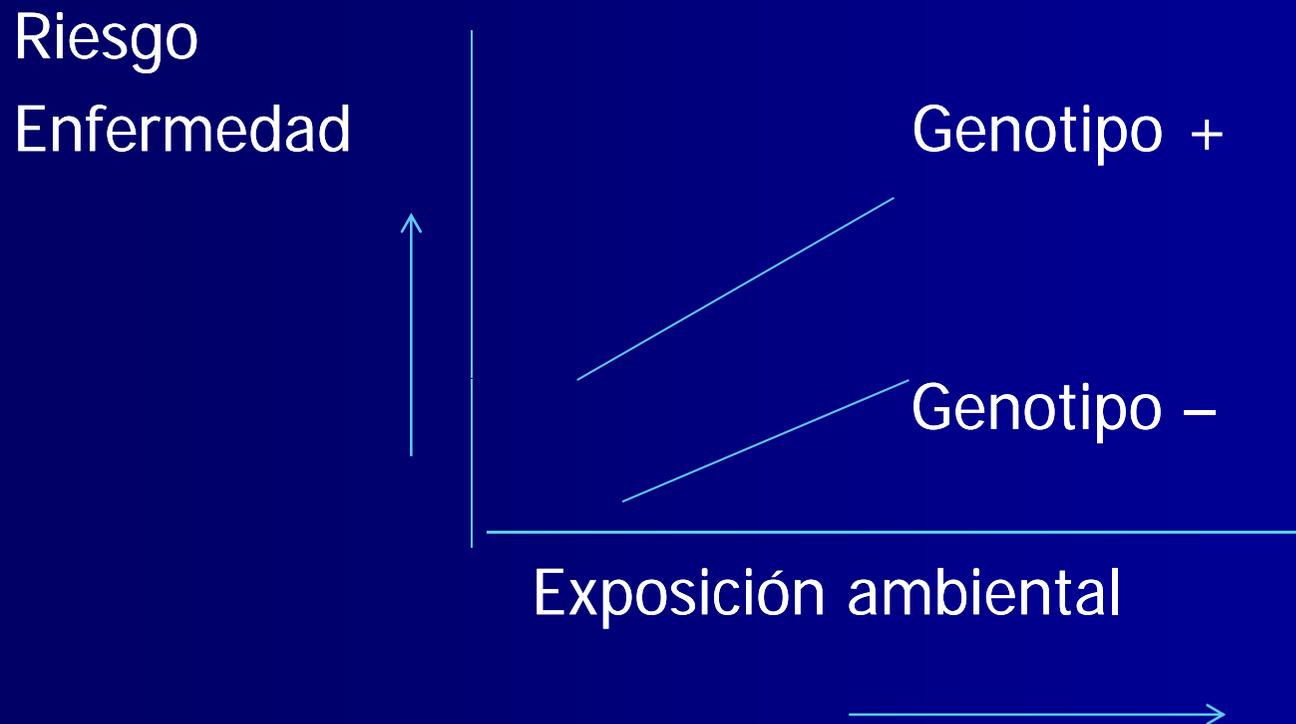
# Grupos de alto riesgo...

- Mujeres .
  - Inmigrantes.
  - Parados.
  - Enfermos orgánicos crónicos.
  - Niños:
    - + Víctimas de abusos.
    - + Hijos de padres con T. psiquiátricos (estudios de alto riesgo).
- Adolescentes.

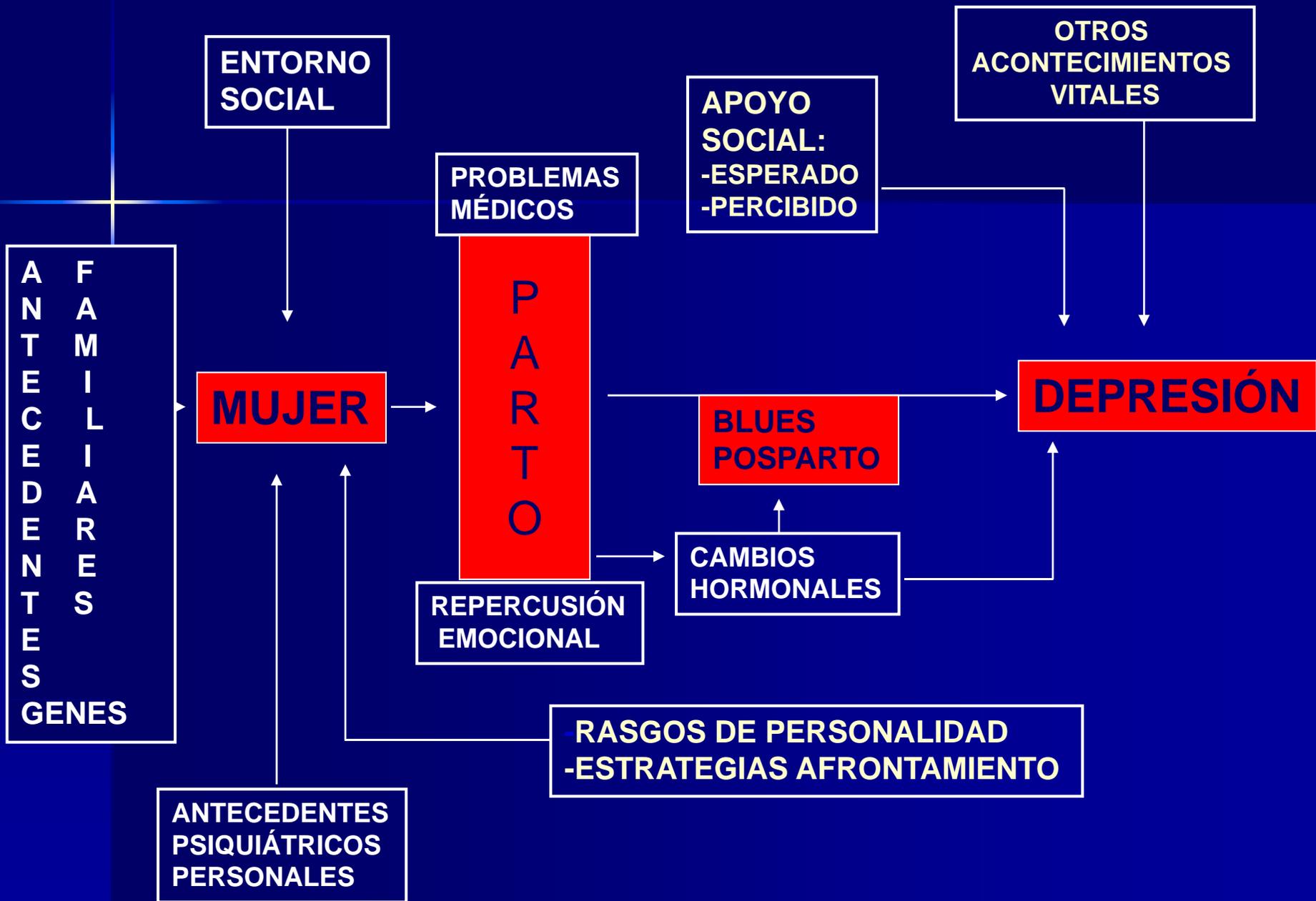
## Adolescentes con riesgo "invisible" para Psicopatología y C. suicida (Carli et al. 2014)

- Factores de riesgo: abuso de alcohol, consumo drogas ilegales, tabaco, disminución de sueño, sobrepeso, sedentarismo, abuso Internet, TV y videojuegos, truancy) en 12.395 en 11 países europeos.
- Riesgo bajo (57%); alto (14%) invisible (29%); en este abuso Internet, TV, videojuego, falta de sueño, sedentarismo.
- Consecuencias: Tasas de depresión, ansiedad e ideas suicidas semejantes en 2 y 3. Intentos suicidas (la mitad). Diferencias por género.

# Interacción Genotipo-Ambiente



# 1. INTERACCIÓN GENES-AMBIENTE: DEPRESIÓN POSTPARTO



## Factores de protección biológicos

- Ausencia antecedentes familiares de T. mental.
- Ausencia de complicaciones perinatales.
- Desarrollo cognitivo normal.
- Buena Salud física.
- No consumo de drogas.

## Factores de Protección psicológicos RESSILIENCE

- Autoestima.
- Autonomía
- Capacidad de adaptación y control emocional.
- Estrategias adecuadas de afrontamiento del estrés.
- Estimulación cognitiva precoz.
- Madurez emocional.
- Relaciones interpersonales y vínculos positivos.
- Seguridad.

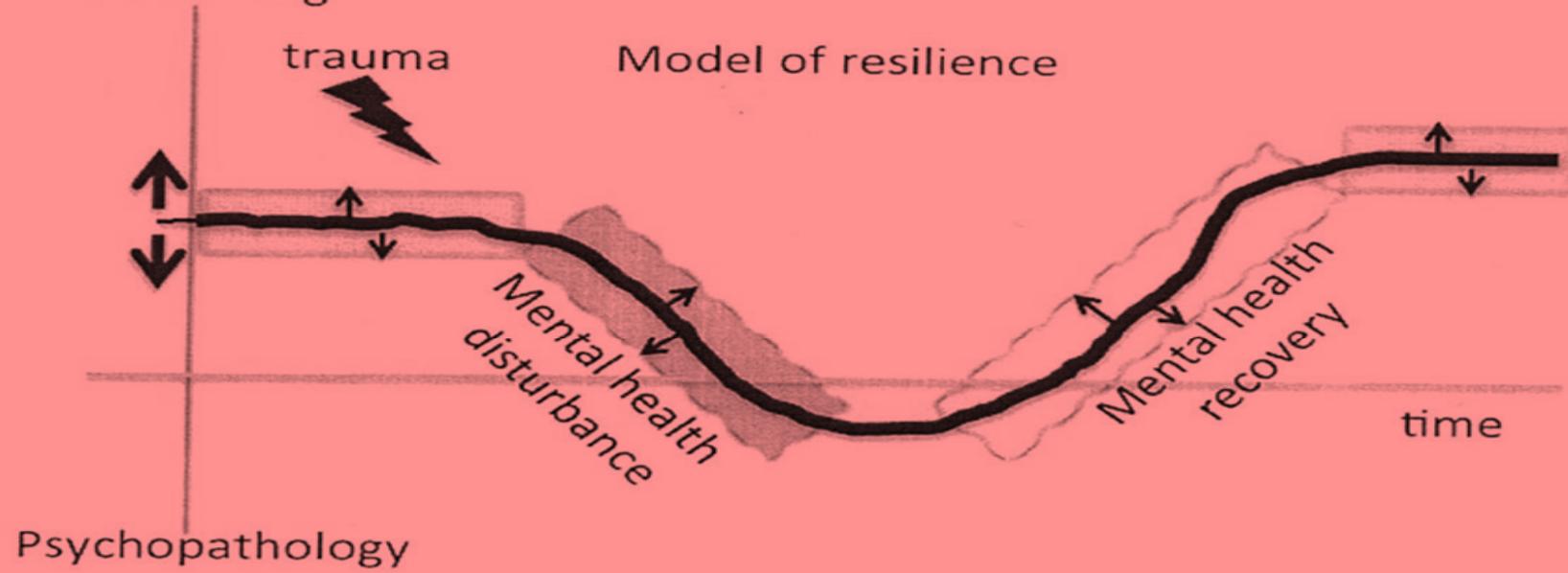
**“Ressiliencia”**

# Ressilience

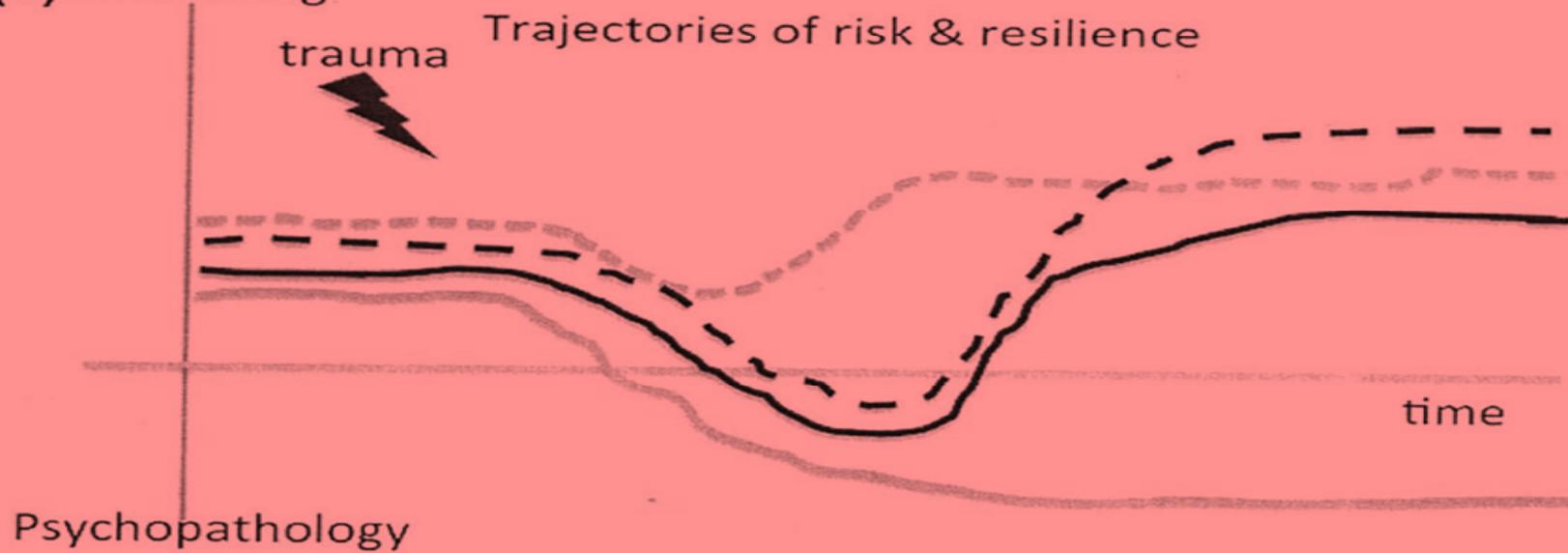
- Capacidad de mantener o ganar salud mental a pesar de experimentar adversidades.
- Dinámica a lo largo de la vida.
- Tres pilares: apego seguro, emociones positivas y metas existenciales.\*
- Incremento de la resiliencia? Enriquecimiento.
- Diferencias en la resistencia a traumas infantiles (Samplin, 2013)
- ¿Es un fenómeno epigenético?

**Fig. 1**

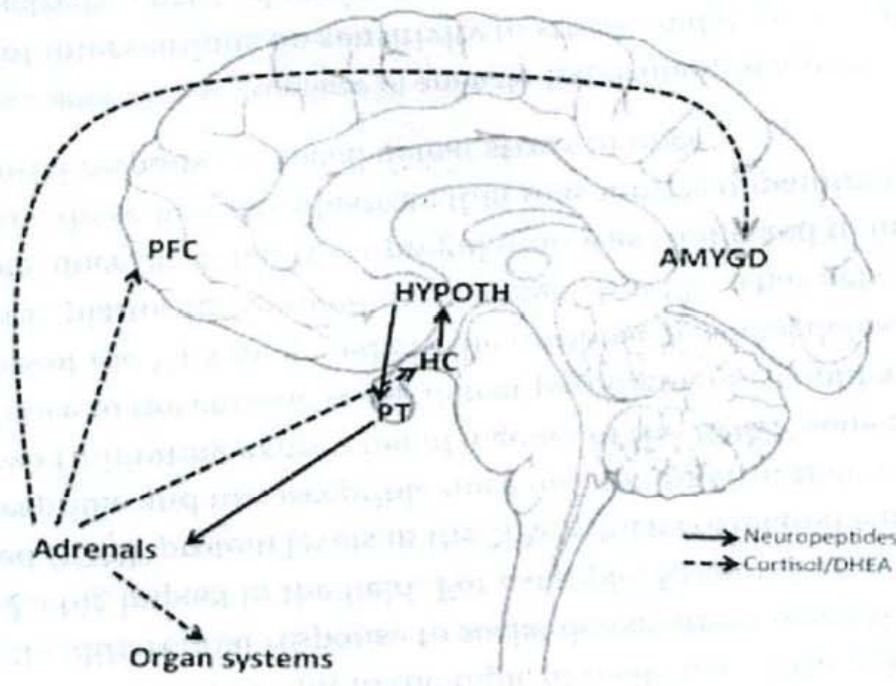
**(a)** Well being



**(b)** Well being

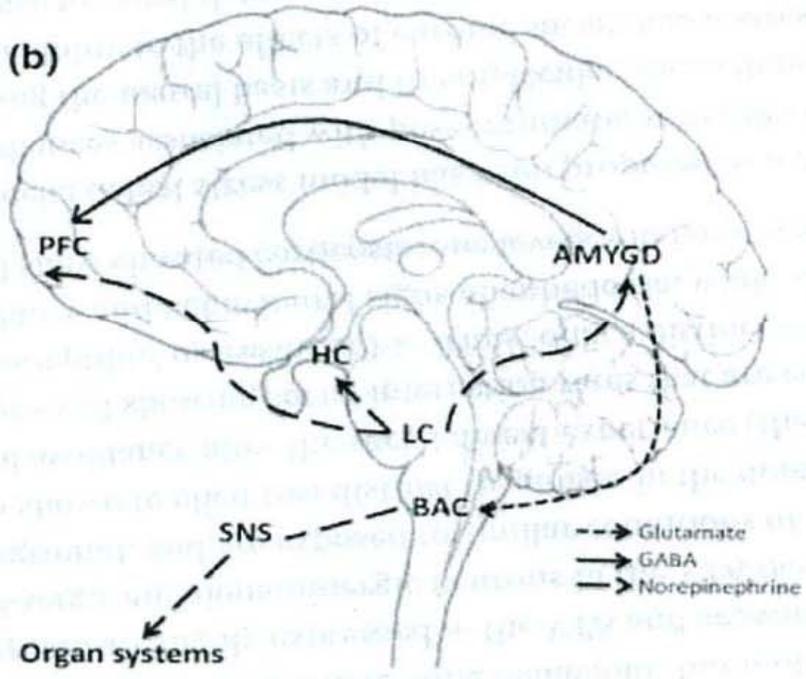


(a)



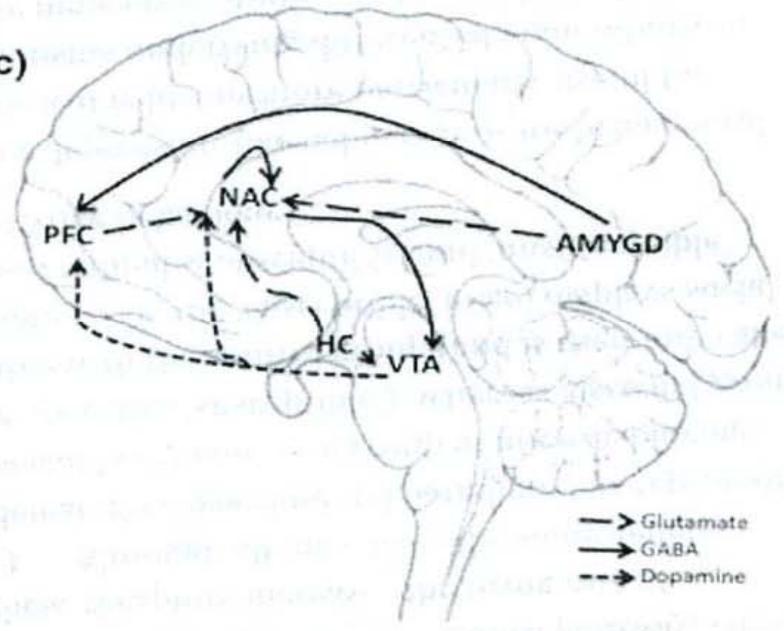
→ Neuropeptides  
--- Cortisol/DHEA

(b)



--- Glutamate  
→ GABA  
→ Norepinephrine

(c)



→ Glutamate  
→ GABA  
--- Dopamine

# Ressilience

- Capacidad de mantener o ganar salud mental a pesar de experimentar adversidades.
- Dinámica a lo largo de la vida.
- Tres pilares: apego seguro, emociones positivas y metas existenciales.\*
- Incremento de la resiliencia? Enriquecimiento.
- Diferencias en la resistencia a traumas infantiles (Samplin, 2013)
- ¿Es un fenómeno epigenético?

## Factores de protección sociales

- Apoyo familiar y social.
- Crianza adecuada.
- Pertenencia a Comunidad segura y solidaria.
- Promoción de Salud Mental en su entorno.
- Lucha contra el estigma y la discriminación.

## Factores socioambientales de protección...

- Integración de las minorías.
- Interacciones personales positivas.
- Participación social.
- Sociedad tolerante.
- Servicios sociales disponibles .
- Redes comunitarias.

