



REAL ACADÈMIA 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.

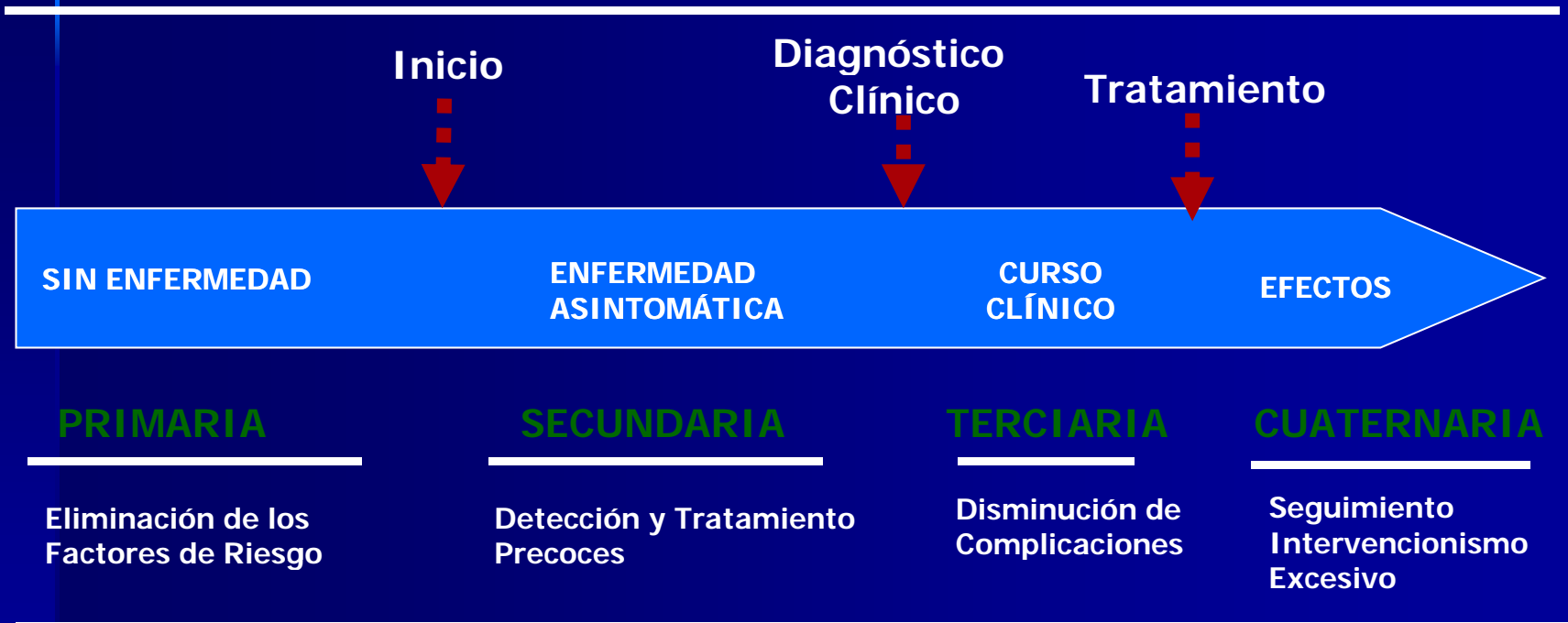
Estudio ESEMED (España)

- 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



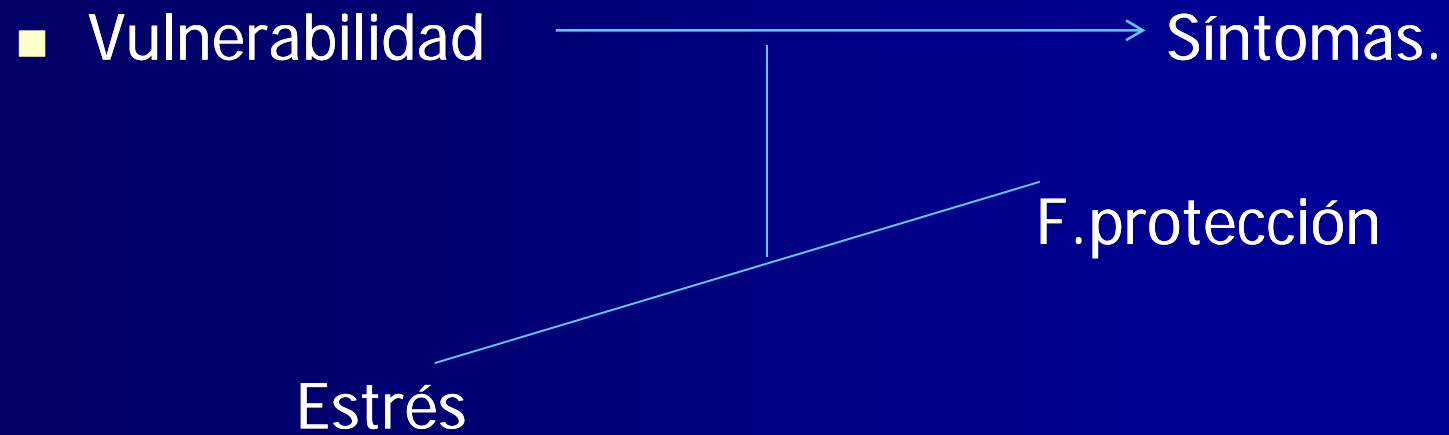
Causas de los Trastornos mentales: Etiología

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

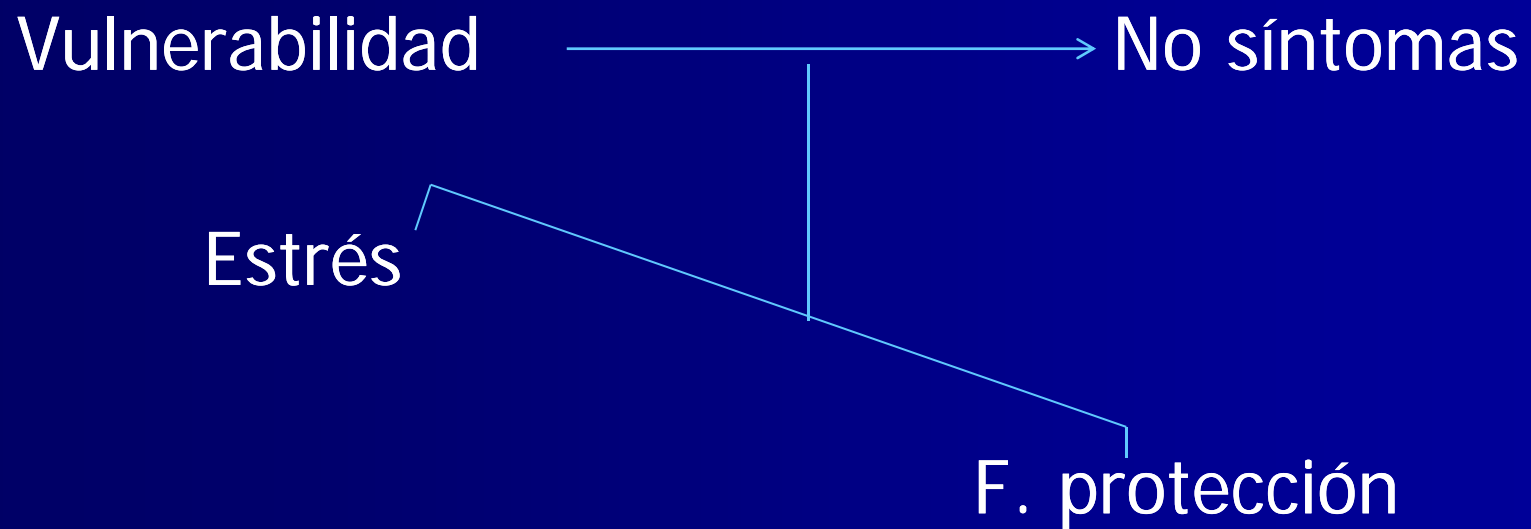
Vulnerabilidad

- 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

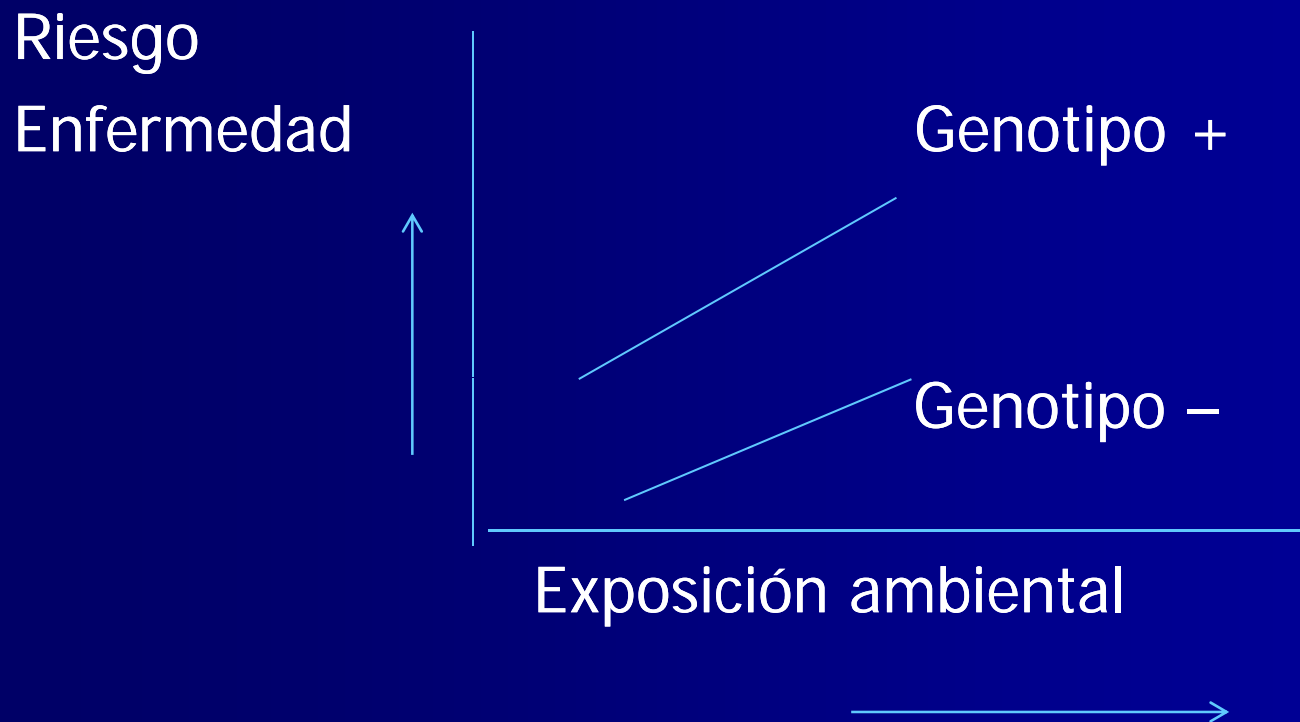
Grupos de alto riesgo...

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

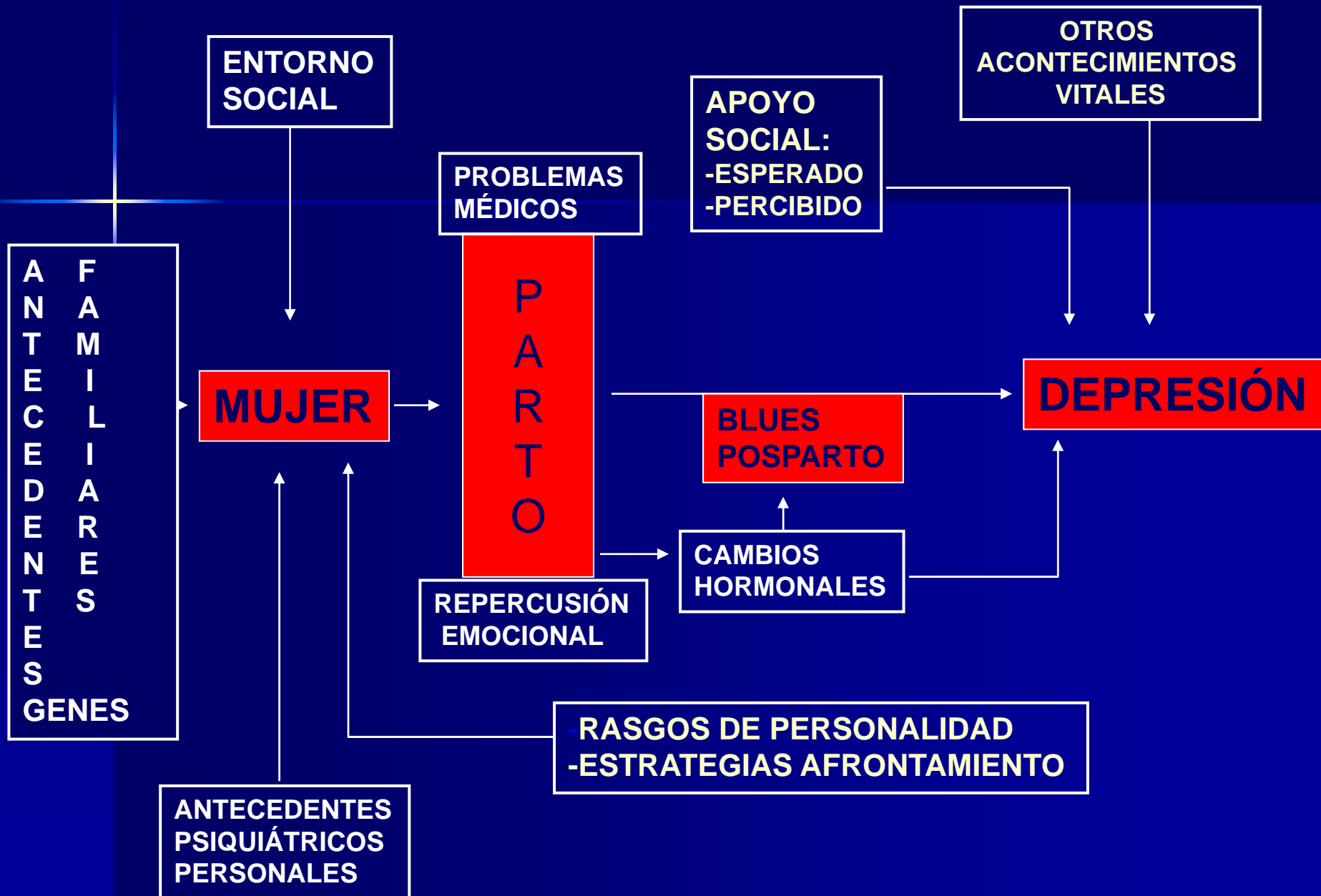
Adolescentes con riesgo "invisible" para Psicopatología y C. suicida (Carli et al. 2014)

- 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.

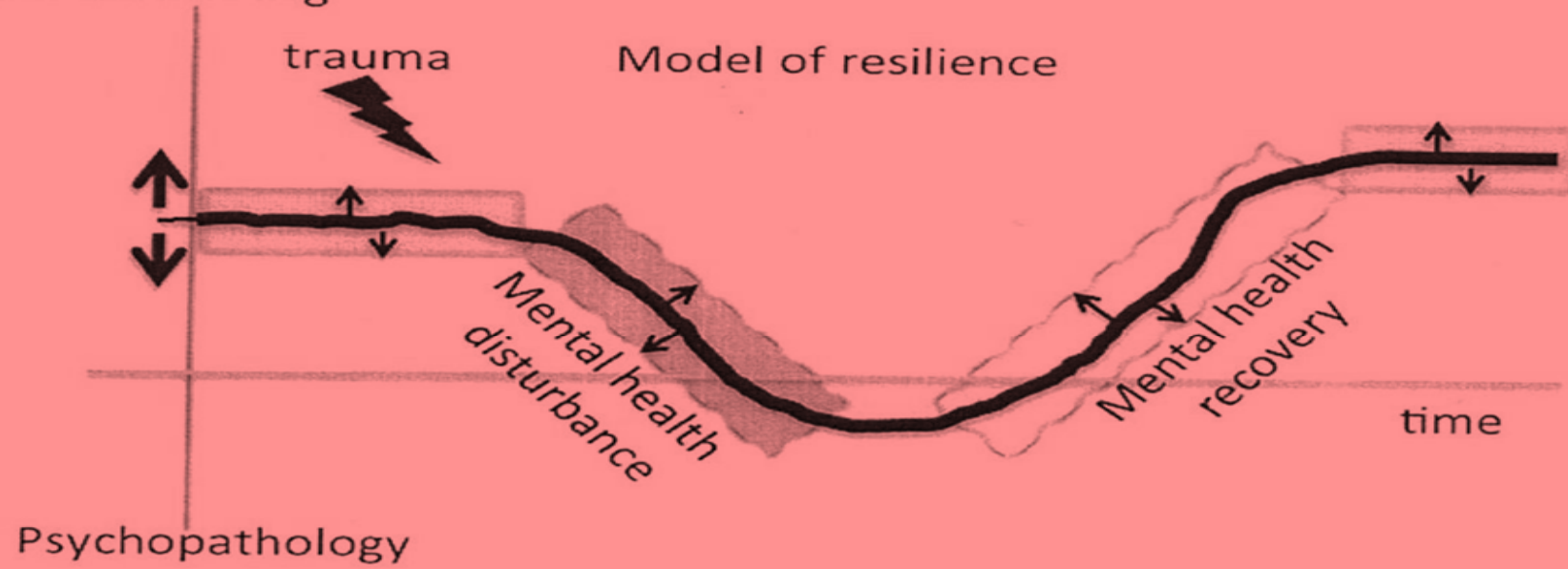
“Ressiliencia”

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

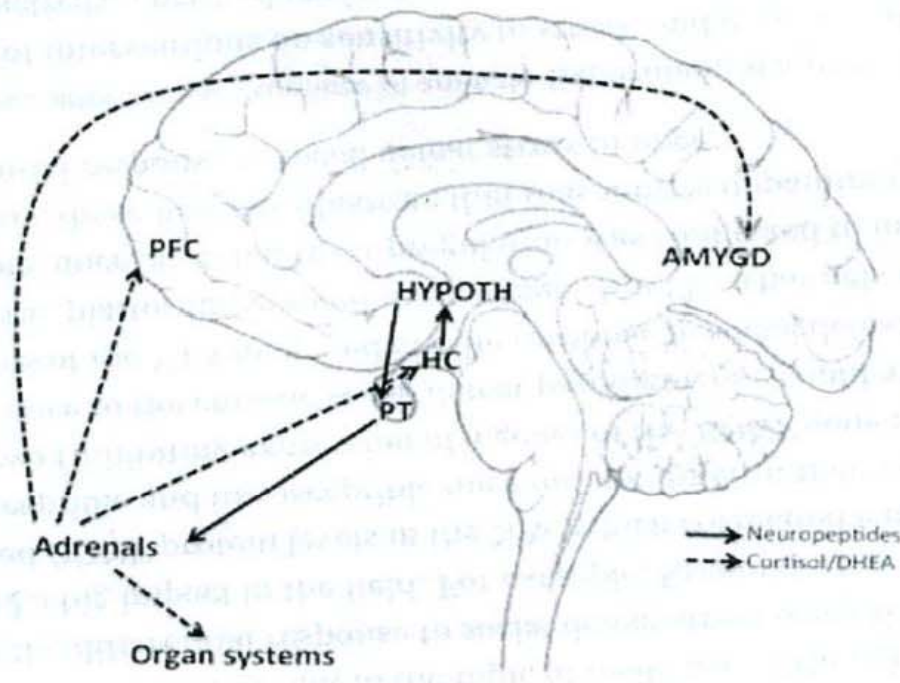
(a) Well being



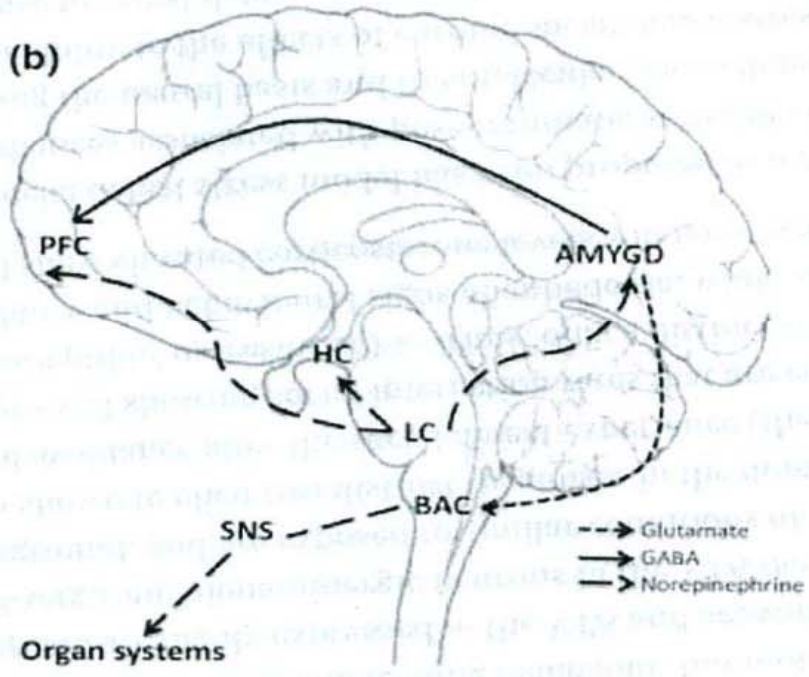
(b) Well being



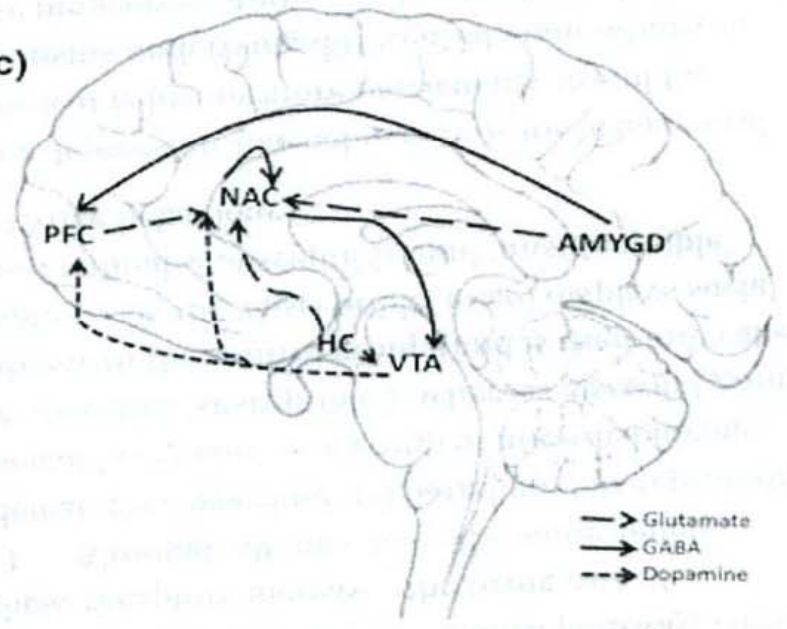
(a)



(b)



(c)



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.

