



www.ome-aen.org



www.aen.es

Dirección social de OME:
Araba 6, bajo (entrada por C/ Burgos)
48014-Deusto, Bilbao.
ome@ome-aen.org; www.ome-aen.org

OME *Berriak*

5 ka. 2012 eko

Noviembre/Azaroa

O.M.E. (Osasun Mentalaren Elkarte)

Asociación de profesionales de salud mental y psiquiatría comunitaria.

SUMARIO DE CONTENIDOS

Taller de Actualización Clínica sobre Ansiedad y Adicciones

○ Próximos eventos

Se han celebrado en estas fechas en Santander y en Bilbao, los días 18 y 30 de octubre, sendos talleres de actualización clínica sobre *Ansiedad y Adicciones* de 4 horas de duración. Organizados por la AEN (sus asociaciones autonómicas, la ACSM y OME), el de Bilbao en colaboración con la sociedad de Atención Primaria SEMERGEN.

Ochenta personas han podido reunirse, recibir los excelentes contenidos ofrecidos por las doctoras Deirdre Sierra y Esther García Usieto, psiquiatras de Cantabria, y por el dr. José Ángel Arbesú, médico de Atención Primaria de Oviedo. Y debatir.

La gran prevalencia de los cuadros asociados a variadas presentaciones de la ansiedad y a las adicciones no está en consonancia con la consideración de trastornos “menores”. Además en los últimos años se han producido importantes cambios en los modos de abordar estas patologías, de ahí el interés de actualizar conocimientos de interés para los profesionales de salud mental y de atención primaria.



Además de aportarnos un buen recordatorio de conceptos, epidemiología, prevalencias, perfiles diagnósticos, lo que hacemos o no, consecuencias médicas y en el entorno, trastornos asociados, impacto social y económico, etc. surgieron preocupaciones sobre los modos de intervenir. Señalamos algunas:

- preocupación por el infradiagnóstico e infratratamiento, y por la presencia de sintomatología residual y pacientes refractarios.
- la comorbilidad en el TAG y en las adicciones como los trastornos del sueño que padecen 2/3 de las personas afectadas.
- con aumentos de riesgos de discapacidad y minusvalía.
- de ahí la importancia de reducir los síntomas somáticos y psíquicos, remisión, no sólo la respuesta al tratamiento.
- la importancia de conocer tratamientos farmacológicos adecuados, también psicoterápicos y, sobre todo, los combinados como confirman los recientes estudios.
- no olvidar la importancia de la psicoeducación, en grupos o individual, pero recomendación necesaria.
- asumido el interés de fármacos eficaces, de rápida acción, seguros, que permitan la remisión y no la recidiva
- no temer a pautar antidepresivos (ISRS, IRSN...) en vez de benzodiazepinas. Es ahí donde teoría y práctica están



disociadas, y aquí la información y la educación sanitaria se hacen muy importantes.

- pues la efectividad, además, reduce los costes



Conocimos un nuevo instrumento para el manejo del trastorno de ansiedad generalizada -MITRA- accesible en www.ansiedadgeneralizada.com y debatimos sobre la terapia asistida por ordenador, con sus riesgos (de no empatizar, no sentirse acompañado,...) y sus ventajas (recurso complementario, elimina estigmatización, alivia carga asistencial,...) en algunos ámbitos.



¿Qué podemos hacer?

Mejorar lo habitual y podemos caminar más allá:

- Mayor formación en/con Atención Primaria.
- Encuentros, mejor comunicación entre los equipos.
- Más psicoeducación con pacientes y familiares.
- Mayor debate y reflexión sobre estrategias terapéuticas, sobre los nuevos recursos.

También sobre las Adicciones se hizo hincapié en:

- la necesidad de un Plan terapéutico Individualizado
- no temer a los miedos, resistencias y ambivalencia que despiertan los cambios de hábitos
- la importancia del diagnóstico multiaxial en sus distintas áreas (emocional, cognitiva, conductual...)
- mejor capacitación en las medidas paliativas de los tratamientos, con buen uso de la farmacopea

Noviembre/ Azaroa

2012

-tener presentes intervenciones motivacionales: TCC, prevención de recaídas, habilidades sociales, autocontrol...
-No olvidar que las recaídas forman parte del proceso de la enfermedad. Saber comunicarlo al paciente y familia, saber desculpabilizar ha de ser parte de las intervenciones terapéuticas.



Finalmente, en la clausura se mencionó el propósito de las sociedades científicas organizadoras, su intención continuar con estas sesiones, algunas con formato más institucionalizado, con vinculación con la universidad y con Osakidetza o el SCS.

Próximos eventos

XIX Symposium sobre Avances en Drogodependencias: *Drogas y escuela, diagnósticos y abordaje desde la prevención*
8 y 9 de noviembre. Bilbao. Instituto Deusto de Drogodependencias

II Taller de Actualización clínica sobre Género y Salud Mental
15 noviembre. Bilbao. Sede de OME:
Perspectivas de género en salud mental, una visión posible

II Jornadas de Jóvenes Pensamientos de la Salud Mental
16 y 17 de noviembre, Valladolid
Colaboran: AEN, Uva, www.revoluciondelirante.com

III Jornadas de Salud Mental del Norte (AEN)
23, 24 de noviembre. Gijón
Abriendo fronteras en salud mental
www.ome-aen.org/IIIJornadasdelNorte; www.aen.es
www.aenasturias.es *

23 Noviembre. Bilbao, sede de OME: Presentación del libro de Donna Williams, por Enric Berenquer, autor del prólogo.
"Alguien en algún lugar" Diario de una victoria contra el autismo
Organiza la sección de Infanto-Juvenil de OME

XVII Reunión Nacional de la Asociación Española de Psicodrama
23-25 de noviembre, Madrid

XVII Curso anual de Esquizofrenia, Madrid
29 noviembre, 1 Diciembre. Organiza FITEP. Colabora AEN y ISPS.
www.cursoesquizofreniamadrid.com

IV Jornada de Psicoanálisis de OME. 14 Diciembre, Bilbao
Organiza la sección de Psicoanálisis de OME