



Izaskun Elortegi es desde el pasado verano la nueva directora de la Red de Salud Mental de Bizkaia. MIREYA LÓPEZ

«Hemos atendido en Bizkaia 4.200 nuevos casos de menores con problemas de salud mental»

Izaskun Elortegi Directora de Salud Mental de Bizkaia

«Los adultos hemos dejado algo solos a los adolescentes ante las redes sociales y necesitan referentes cercanos»



TERRY BASTERRA
Bilbao

Izaskun Elortegi es desde el pasado verano la nueva directora de la Red de Salud Mental de Bizkaia. Esta psiquiatra ha desarrollado la mayor parte de su carrera en el ámbito comunitario en distintos puntos del territorio antes de dar el salto a los puestos de gestión de esta organización sani-

taria, que cuenta con tres hospitales psiquiátricos, casi una treintena de ambulatorios y 17 hospitales de día, entre otra serie de servicios.

– Hoy, 10 de octubre, es el Día de la Salud Mental, un problema de gran actualidad.

– Cada vez somos más capaces de verbalizar que nos encontramos mal, estamos tristes o tenemos depresión. Ese tabú se va eliminando y nos cuesta menos decir que vamos al psicólogo. En cambio si es al psiquiatra ya nos cuesta más. Pero una cosa es hablar de salud mental y otra es hacerlo de trastorno mental. Tendemos a meter en el mismo saco malestares de la vida cotidiana, enfermedades y trastornos, cuando no son lo mismo.

Hay gente que psicologiza problemas de la vida y acude al psicólogo por cuestiones que no lo precisan.

– ¿Ha aumentado el número de pacientes atendidos esta década?

– En infancia y adolescencia ha crecido. En adultos también pero menos. En infancia también se trata ahora de detectar antes este tipo de patologías. Eso hace también que suban los casos. Las familias demandan también más esta atención. Están más receptivos.

– ¿De qué cifras de pacientes habla?

– Empezamos a tener un aumento de pacientes ya desde antes de la pandemia, que se mantuvo al alza hasta 2022. Desde entonces nos vamos equilibrando. El pasado año vimos en la Red de Salud Mental de Bizkaia, en

el ámbito comunitario, a 65.500 pacientes, con un total de unas 630.000 citas. A 18.300 les tratamos por primera vez. Atendemos en la red a entre el 5 y el 6% de la población de Bizkaia por trastornos. A esto se suma los que acuden al ámbito privado.

– ¿Y en los menores?

– En la infancia y adolescencia, hasta que cumplen los 18 años, atendimos este año a 12.000 pacientes con unas 70.000 citas, de los que 4.200 vinieron a consulta por primera vez. En 2025 hemos visto que se ha empezado a estabilizar el aumento de pacientes con trastornos mentales en esa edad. El efecto pospandemia se ha prolongado más con los menores. Donde sí siguen creciendo los pacientes es en materia de adicciones.

– ¿Alguna sustancia en particular está detrás de este aumento?

– En la pandemia vimos un repunte del juego online en jóvenes, pero en adicciones el perfil es amplio. Hay gente de 60 años con tratamiento de metadona, están los que consumen estimulantes como la cocaína, drogas de diseño... Y por supuesto el cannabis. Se está incidiendo mucho en temas de prevención porque está relacionado con el debut de psicosis, como también otras sustancias.

– ¿Está banalizado el cannabis?

– Sucede lo mismo que con el alcohol. Incluso les llaman drogas blandas, cuando el alcohol tiene la capacidad de destruir una vida.

– ¿El aumento de casos en menores tiene relación con las redes sociales?

– Se debe a que ponemos más el foco en cómo se encuentran y en que los jóvenes se pueden expresar más, pero también es cierto que vivimos en una sociedad hiperconectada. Los adultos tenemos la sensación de que los niños y adolescentes maduran antes, cuando no es así. De alguna manera les hemos dejado un poco solos. Que tengan en su mano a golpe de clic una respuesta no significa que sea la adecuada. Se conectan y reciben mensajes de todo tipo. Existe una sociedad del 'me gusta' para que les validen como persona. A esto se suma que el entorno familiar es más pequeño y está a otras cosas. Los niños y adolescentes necesitan referentes cercanos.

– ¿Llegan a la Red de Salud Mental problemas de consumo relacionados con las redes y las pantallas?

– Existe un consumo importante de redes sociales y está también el tema del juego online. Nos están llegando situaciones problemáticas, pero no te puedo decir si llegan al punto de ser adicciones. Preocupa también el consumo de pornografía en niños cada vez más pequeños, que es algo que luego tiene su deriva a nivel conductual en sus relaciones. Donde más afloran estos casos es en el ámbito educativo. La prevención en el uso de pantallas es algo fundamental.

– ¿Qué les preocupa a los psiquiatras?

– Tenemos pocos profesionales. No es que falten plazas estructurales, que esa sería otra discusión, es que no logramos cubrir todas las plazas para psiquiatras que están creadas. Es un problema a nivel estatal que también afecta a otras especialidades. Necesitamos más manos. En el lado positivo está el hecho de que tenemos muy integrado el trabajar en equipo con los psicólogos clínicos, las enferme-

PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

«Durante el pasado año tratamos a 65.500 personas, casi el 6% de toda la población de Bizkaia»

EN HOSPITALES PSIQUIÁTRICOS

«Tenemos a algunos pacientes ingresados más tiempo del que nos gustaría porque no tienen a dónde ir»

ras especialistas y los trabajadores sociales. Pero la carencia de psiquiatras hace que no podamos trabajar al ritmo que nos gustaría y dar una cobertura excelente.

– ¿Esa falta de profesionales se traduce en un aumento de la espera?

– Estamos pudiendo contener la demora media por debajo de los 30 días a base de redistribuir agendas y realizar actividad extraordinaria por las tardes. Hemos comenzado a realizar abordajes grupales en cuadros de ansiedad o depresión para optimizar los recursos. Los pacientes que se nutren los unos de los otros y es algo que funciona. También realizamos abordajes más limitados en el tiempo para personas que tienen estos cuadros. Hay una serie de programas, como el del código de suicidio reciente o de primeros episodios psicóticos, que atendemos en las primeras 72 horas. Con las psicosis, cuanto antes se atiendan, mejor será la evolución. Nos llegan casos de chavales de 16 años.

– ¿Y cuando los pacientes tienen que ser ingresados?

– La mayoría de la gente que ingresa en agudos está de una o dos semanas y luego lo normal es que regresen a su domicilio y continúen el tratamiento en el ámbito comunitario. Cuando son internados en subagudos los ingresos son más prolongados y oscilan entre uno y tres meses. A veces ocurre que el retorno de esa persona a su domicilio nos es posible porque no tienen a dónde volver.

– ¿Tienen gente en los hospitales más tiempo del que les gustaría?

– Efectivamente. Algunos pacientes no tienen familia o se encuentran en una situación de vulnerabilidad importante en la que necesitan muchos apoyos. Creemos que es hacia donde deben ir ahora dirigidos los esfuerzos. Si que existen pequeñas residencias para personas con trastorno mental gestionadas por la Diputación y con apoyo del personal de Osakidetza, pero serían deseables más plazas. Hace unas décadas estos pacientes vivían con sus padres cuando les daban el alta, pero eso se está perdiendo por la edad de los progenitores y ellos no son capaces de gestionarse de forma autónoma. Las personas con trastorno mental grave se pueden recuperar funcionalmente bien, pero para llevar una vida normal necesitan tiempo de acompañamiento y una red de apoyos. De esta forma pueden ser los protagonistas de su vida.