

A ver qué hacemos con esto

Desde la pandemia hablamos más de la salud mental, de la urgencia y la magnitud del sufrimiento, pero no se hace nada



OLMO CALVO

**ROSA MONTERO**

12 NOV 2023 - 05:40 CET

🕒 f X in 🔗 10

Conozco a mi amiga Marina Carretero desde sus 15 años. Ahora tiene 38, ha publicado tres hermosos libros de poesía y además es una formidable psicóloga clínica que trabaja en un centro público de Salud Mental en el sureste de Madrid. Hace un par de semanas, [Marina vivió un amargo momento de celebridad cuando publicó un tuit desesperado hablando de sus condiciones laborales](#). En él decía que a menudo tenía que salir a la sala de espera a explicar a algún paciente que, en efecto, tenía cita para ese día,

pongamos para el 23 de octubre, pero que era el 23 de octubre del año que viene, en 2024. Porque en el centro de Marina, que está en una zona especialmente precaria en donde solo hay dos psicólogos clínicos por cada 100.000 personas, [están dando citas con 15 meses de antelación](#) (la media de espera en la Comunidad de Madrid es de 6 meses). De ahí que la gente se equivoque y venga a consulta un año antes, ya bastante angustiada por esos 90 días de demora que, en medio de una crisis mental, pueden ser no ya muchísimos, sino demasiados. Ahora imaginemos qué cara se les queda cuando se enteran de la fecha real. Es como decirle a un paciente con peritonitis que vuelva dentro de 12 meses.

“Había un hombre de 70 años al que se le había muerto un hijo y cuando le expliqué que tenía que aguardar un año más se echó a llorar y dijo: ‘Pues me voy a tirar por la ventana’”, me cuenta Marina. Y añade: “Esto no hay quien lo aguante”. Y no lo hay, en efecto. [Los psicólogos clínicos están quemados, abrasados](#). Muchos abandonan, otros están de baja. Aún peor: la próxima cita para seguir el tratamiento del paciente tiene una demora media, en la Comunidad de Madrid, de 8 semanas (y en las condiciones extremas de Marina, de 12).

El doloroso tuit fue escuchado por los periodistas de *La ventana*; Marina fue al programa de la SER a hablar de ello y a continuación [Marta Carmona, psiquiatra y diputada de Más Madrid](#), denunció el tema en la Asamblea de Madrid. Todo perfecto, todo muy necesario, pero se diría también que todo insuficiente. Desde la pandemia hablamos mucho más de la salud mental, de la urgencia y la magnitud del sufrimiento, pero en realidad no se hace nada. España tiene una media de 6 psicólogos clínicos (un tercio de la media de la UE) y 9,6 psiquiatras por 100.000 habitantes (la mitad). Para ser psicólogo clínico hay que hacer una Formación Sanitaria Especializada que se llama PIR. [Este año han salido en toda España 247 plazas PIR, un número ridículamente insuficiente](#). Marina, que también es portavoz de la Sociedad Madrileña de Psicología Clínica, me explica que se necesitarían, como mínimo, 422 plazas. Como la demanda aumenta cada día, la atención está en pleno colapso. Si en 2021 la espera para acudir a un psicólogo clínico estaba entre 15 días y 10 meses, en 2022 subió de 2 a 13 meses, y ya he dicho que ahora, a finales de 2023, las citas de Marina son a 15 meses. Por no mencionar que cada especialista atiende hasta 800 pacientes, una cantidad imposible de gestionar. No toda España está igual de mal, por supuesto. Cataluña tiene entre 15 y 18 psicólogos clínicos por 100.000 habitantes, un número que roza el nivel europeo. Le siguen Navarra

(10,2) y Extremadura (8,3). En la cola, pavorosamente desatendidos, Andalucía (3,2), Galicia (3,5) y Asturias (4). [Madrid tiene 5,5, casi en la lastimosa y precaria media nacional.](#)

No es de extrañar que [España ocupe el primer puesto mundial en consumo de sedantes y ansiolíticos.](#) Y es que seguimos disfrutando de un sistema sanitario potente, lo que significa que todo el mundo tiene acceso a un médico de familia; pero éste no puede derivar al paciente a un especialista de salud mental porque el servicio está colapsado, y entonces, en la desesperación, receta fármacos. Y así vamos manteniendo a esta sociedad, empastillada y sufriente, sin hacernos cargo del gravísimo problema de salud pública que vivimos. Un ejemplo: según un reciente estudio conjunto del Ministerio de Universidades y de Sanidad, más del [50% de los estudiantes universitarios necesitaron apoyo por problemas de salud mental en el último cuatrimestre.](#) La prevalencia de los estados de ansiedad moderados o graves es de uno de cada dos estudiantes, y la prevalencia de los pensamientos suicidas en las dos semanas previas es de uno de cada cinco jóvenes. A ver qué hacemos de una maldita vez con todo esto.