

● Plan de Saúde  
Mental de Galicia  
post covid 19

Periodo 2020- 2024



XUNTA DE GALICIA



## ¿Por qué es importante la Investigación en Salud Mental?

- Porque es un enorme problema de **Salud Pública**
  - Una de cada cuatro personas ha sufrido una enfermedad mental en el último año ([OMS](#))
  - Constituyen el 13% de la carga global de enfermedades, por encima del cáncer y los trastornos cardiovasculares ([OMS](#)).
  - El 50% de todas las bajas laborales por enfermedad.
  - Casi la mitad de las personas que reciben ayudas por discapacidad lo es por padecer una enfermedad mental
  - Sin un tratamiento adecuado, las consecuencias resultan muy graves, tanto para el individuo como para la sociedad y, en último término, se convierten en una fuente de desigualdad y desventaja sociales (e.g., [Wilkinson y Pickett, 2010](#)).
- Porque nuestro **conocimiento** sobre los trastornos mentales es aún muy escaso y fragmentado
- Porque la eficacia de los **tratamientos** biológicos, de las intervenciones psicoterapéuticas y de las intervenciones sociales son manifiestamente mejorables
- Porque no sólo es una obligación **médica**, sino **ética**, tanto desde un punto de vista individual, como desde el punto de vista económico y social.



## ¿Cuáles son los ejes fundamentales a desarrollar con la Investigación en Salud Mental?

- 1.- Factores de vulnerabilidad y de protección que hacen más o menos probable que acaben desarrollándose o no problemas de salud mental.
- 2.- Conocer la etiopatogenia, la historia natural de las enfermedades, y la interacción entre factores biológicos y psicosociales, esencial para poder tomar decisiones informadas sobre si intervenir, cómo intervenir y en qué momento intervenir.
  - La edad de aparición del 70% de los problemas mentales es previa a los 25 años de edad
- 3.- Tratamientos:
  - Existe un número considerable de tratamientos eficaces para diversos trastornos mentales
  - No hemos conseguido incrementar los niveles de eficacia de los tratamientos ya existentes
- 4.- Nuevos modelos integradores de las distintas vías de investigación



## Que inventen ellos...de ninguna manera

- En Galicia disponemos de recursos humanos y materiales de primer nivel que debemos cuidar y potenciar
- Proyectos en colaboración con la Fundación Gallega de Medicina Genómica, en esquizofrenia, trastorno obsesivo-compulsivo, TDAH, espectro autista, etc.
- Inicio de un estudio piloto para la implementación de la farmacogenética en Salud Mental en el SERGAS con el fin de realizar una medicina lo más personalizada posible.
- Uso de nuevas tecnologías:
  - Proyecto mastermind (terapia cognitivo-conductual online)
  - E-motional training: esquizofrenia, trastorno bipolar, autismo
  - Rehabilitación cognitiva por ordenador en demencias



## ¿Hacia donde debemos ir?

- 1.- Impulsar decididamente líneas prioritarias de investigación
- 2.- Apoyar proyectos de investigación de calidad, que respondan a necesidades asistenciales, que impliquen actuaciones de carácter multidisciplinar
- 3.- Promover la formación en metodología de investigación para profesionales de la Red de Salud Mental y de los especialistas en formación
- 4.- Integrar los puntos de vista de pacientes y familiares en los proyectos de investigación
- 5.- Favorecer la estabilidad laboral de los investigadores en los Institutos de Investigación Sanitaria, reteniendo y captando talento para Galicia
- 6.- Valorar las tareas investigadoras de los profesionales al asignar las cargas de trabajo asistencial en los dispositivos de Salud Mental.

Quiero ser optimista hoy...

Tanto los optimistas como los pesimistas contribuyen a la sociedad.

Los optimistas inventaron los aviones y los pesimistas los paracaídas.

~Gil Stern

● **Plan de Saúde  
Mental de Galicia  
post covid 19**  
Periodo 2020- 2024