

No abordar óptimamente estos problemas, eleva significativamente el riesgo de que aumenten en intensidad y/o número y se cronifiquen

Dispepsia, acúfenos, fatiga y dolor crónico cotizan al alza en tiempos de crisis

- El 20% de la población de edad media sufre dolor crónico y los acúfenos es un síntoma frecuente que está presente en un 15-17% de la población general
- La entrevista clínica semiestructurada, una herramienta esencial para diagnosticar estos problemas en el menor tiempo posible e incentivar el tratamiento adecuado
- En el 35º Congreso Nacional SEMERGEN un taller profundiza en el abordaje psicossomático de los síntomas que habitualmente acompañan a estas enfermedades

Barcelona, viernes 25 de octubre.- Las patologías psicossomáticas son un problema frecuente y un verdadero *dolor de cabeza* para el médico de Familia. Aunque en muchas ocasiones se consideran banales, sus consecuencias pueden ser nefastas en algunos casos si no se atienden a tiempo y con los recursos adecuados. Los síntomas psicossomáticos que acompañan, casi de forma perenne, a pacientes con dispepsia, acúfenos, fatiga o dolor crónico suponen un verdadero reto para el sistema sanitario.

Los síntomas psicossomáticos son un problema de salud muy prevalente en las consultas de Atención Primaria, por lo que se hace necesario lograr una mayor concienciación sobre los distintos tipos de síntomas psicossomáticos que se pueden encontrar en las consultas diarias. En un taller que tiene lugar en el marco del 35º Congreso Nacional de SEMERGEN, que se celebra en Barcelona, se pretende concienciar al médico de AP sobre la trascendencia de estos problemas.

Estos síntomas pueden ser la manifestación física de una situación estresante para el paciente, pero también pueden ser manifestación de cómo vive o ha vivido una enfermedad física; igualmente, síntomas de ansiedad o depresión pueden ser la primera manifestación de una enfermedad física o un efecto secundario de un fármaco.

Como apunta la Dra. Raquel Ramírez Parrondo, médico de Familia y Psicoterapeuta de la Clínica Universidad de Navarra (en Madrid), "si el médico de Familia conoce y comprende los distintos tipos de síntomas psicossomáticos y se ayuda de la entrevista semiestructurada podrá diagnosticarlos en el menor tiempo posible e incentivar al paciente para que realice el tratamiento adecuado, evitando que aumenten en intensidad o número y se cronifiquen". Tal y como acosenja, "hay que evaluar al paciente de forma integral, como una unidad biopsicosocial". Esto es lo que aporta básicamente el abordaje psicossomático, con una visión integral del paciente en todas sus dimensiones: biológica, psicológica y social.

No menos importante resulta la buena comunicación médico-paciente en estos casos. "Para poder diagnosticar y tratar de forma global a este tipo de paciente es necesario

establecer un **alto grado de confianza entre médico y enfermo**. En este sentido, resulta de gran ayuda la **entrevista clínica semiestructurada**, que es **una guía adecuada para poder obtener la información necesaria y para motivar al paciente a realizar la propuesta terapéutica que se le plantea, sintiéndose en todo momento comprendido**”, destaca la Dra. Raquel Ramírez Parrondo.

Solventar adecuadamente estos problemas depende, en gran parte, de **que el médico aprenda técnicas terapéuticas específicas**, pero también de imponer cierto sentido común en la práctica clínica. “No debemos ver al enfermo como un paciente psiquiátrico y debemos dar crédito a sus dolencias, evitando así el excesivo uso del sistema sanitario, puesto que **no atenderlo correctamente supone seguramente una nueva consulta al cabo del tiempo**”, apunta el Dr. Diego Cebrián Novella, Facultativo Especialista de Área del Servicio de Medicina Interna del Hospital Universitario Ramón y Cajal (Madrid)

El efecto de la crisis

Son muchos los factores que pueden intervenir en el desarrollo de estos trastornos (circunstancias puntuales o mantenidas en el tiempo, factores físicos o ambientales como los cambios de estación, personales, familiares, laborales o sociales). Sin embargo, en estos momentos existe un factor un incipiente puntual de gran trascendencia. Según llama la atención la Dra. Ramírez Parrondo, **“están aumentando los síntomas físicos desencadenados por situaciones de estrés y los trastornos de ansiedad y depresión debido a la crisis actual, porque influye a nivel personal, familiar, laboral y social y se mantiene en el tiempo”**.

Aunque no existe una cuantificación objetiva del impacto de la actual crisis económica en el repunte de estos trastornos en nuestro medio, su efecto en la práctica clínica diaria es evidente. **“Cualquier situación de crisis, en sentido genérico, como factor estresante agudo, implica un proceso de reorganización, que si falla puede generar síntomas”**, explica el Dr. Diego Cebrián.

¿Qué son? ¿con qué frecuencia? ¿qué provocan?

El **acúfeno** es una percepción de sonido en ausencia de un estímulo acústico externo. Es un síntoma frecuente, que **está presente en un 15% de la población general: el 90% se adapta adecuadamente a él**, pero al resto les preocupa y les molesta, influyendo negativamente en su calidad de vida. **En la mayoría de los casos los acúfenos pueden tratarse satisfactoriamente con un tratamiento integral**.

El dolor es un motivo de consulta común en las consultas de Atención Primaria. **El 20% de la población de edad media sufre dolor crónico, y este porcentaje asciende al 50% en los ancianos**. El dolor crónico es el que persiste más allá de seis meses o más del tiempo de curación normal de una enfermedad determinada, y **puede llegar a producir una discapacidad física desproporcionada y afectando a nivel personal, familiar, profesional y social**.

La **dispepsia funcional** se define, según los criterios de Roma III, como síntomas originados en la región gastroduodenal en ausencia de enfermedad orgánica, sistémica o metabólica que los expliquen. **En la población general tiene una prevalencia de 20-40%**. Repercute significativamente en la calidad de vida de estos pacientes y en su ambiente laboral y sociofamiliar.

La fatiga es una falta de energía física y mental. Un 5-20% de la población en algún momento de su vida puede presentar fatiga durante un mes. Puede ser una respuesta a un esfuerzo importante físico o psíquico o puede relacionarse con alguna enfermedad: artritis reumatoide, esclerosis múltiple, síndrome de fatiga crónica, anemia, depresión...y dificulta la actividad diaria repercutiendo a nivel biopsicosocial.

Acerca de SEMERGEN

La Sociedad Española de Médicos de Atención Primaria, SEMERGEN, es la sociedad científica decana de la Atención Primaria en España, con 40 años de experiencia. Se estableció con el objetivo fundamental de promocionar la Medicina de Familia mediante el mantenimiento y mejora de la competencia profesional de los médicos, fomentando la investigación y facilitando la formación continuada del médico con el fin de mantener la calidad en el cuidado de la salud de los ciudadanos.

Dispone de 17 delegaciones autonómicas y celebra elecciones democráticas cada 4 años. En 1999 se creó la Fundación SEMERGEN. Este año celebra su 35 Congreso Nacional en Barcelona, del 23 al 26 de octubre, además de decenas de congresos autonómicos, jornadas y talleres. Cualquier información acerca de las actividades que organiza la Sociedad la podrás encontrar en www.semergen.es.

Para más información:

Guillermo Castilla
Responsable de Prensa y Comunicación de SEMERGEN
617 90 50 69 / gcastilla@semergen.es