

ARTÍCULO

TRATAMIENTO DE TRASTORNOS PSICOAFECTIVOS, COMO PARTE DE UN MODELO DE ATENCIÓN INTEGRAL DE LA SALUD EN LA UNAM

Adrián Estrada Corona

Tratamiento de trastornos psicoafectivos, como parte de un modelo de atención integral de la salud en la UNAM

En la Dirección General de Servicios Médicos de la UNAM se da tratamiento a universitarios que requieran ayuda en el campo del trastorno obsesivo compulsivo, entre otros padecimientos psicoafectivos, con el propósito de contribuir al restablecimiento de sus emociones. Cuando el tratamiento es prolongado el paciente es canalizado a la consulta externa de otras instancias universitarias o externas.

La Dra. Mireya Sánchez Zamora y el Dr. Francisco Traffon Salazar, en entrevista con la *Revista Digital Universitaria*, expresaron que estas acciones forman parte de un *modelo de atención integral de la salud* en la Universidad, que está orientado a fomentar la salud, prevenir riesgos en el individuo y el entorno, sanear el ambiente y dar atención inicial en enfermedades.

Importante papel juega el Servicio de Orientación en Salud (SOS), a través del que de manera directa se difunde y presta al universitario servicios de prevención y promoción de la salud a través del número telefónico 56 22 01 27 ó 31 o el correo electrónico sos@unam.mx. También se ofrece atención personalizada en las instalaciones de la Dirección General de Servicios Médicos, en Ciudad Universitaria.

Revista Digital Universitaria: ¿De acuerdo con la misión de la Dirección General de Servicios Médicos de la UNAM, en qué consiste el modelo de atención integral de la salud?

Dirección General de Servicios Médicos: El modelo está orientado al fomento de la salud; la identificación y la prevención de riesgos, tanto del individuo como del entorno; el saneamiento del ambiente, y la atención inicial de enfermedades de alta prevalencia, con un enfoque hacia la promoción de la cultura del autocuidado de la salud, para así contribuir a la formación integral de la comunidad estudiantil universitaria.

RDU: ¿En qué consiste el examen médico automatizado?

DGSM: Es un instrumento estandarizado, desarrollado por un equipo multidisciplinario de la UNAM, que permite recabar datos de las condicionantes de salud física y mental, así como de los estilos de vida y del entorno de los alumnos, con la finalidad de contar con el diagnóstico de salud de cada uno, y establecer programas preventivos y de servicios de salud acordes a las

características de cada comunidad.

RDU: ¿Cuál es la finalidad de fomentar una cultura para el autocuidado de la salud entre la comunidad universitaria?

DGSM: Con acciones de educación, promoción y fomento para la salud, vinculando a los adolescentes y los adultos jóvenes, que son nuestro grupo blanco, se busca que adquieran conocimientos básicos sobre las principales enfermedades y las situaciones que ponen en riesgo su salud y su vida, para que adopten valores y hábitos de vida saludable. Que sean ellos mismos los que determinen su estado de salud y la necesidad de auto cuidarse de manera individual y colectiva y, en su caso, continuar con las medidas necesarias para evitar que su proceso de enfermedad avance.

RDU: ¿Qué actividades se realizan para promover la cultura del autocuidado?

DGSM: Con los resultados del Examen Médico Automatizado se integra un diagnóstico individual y colectivo de cada una de las comunidades estudiantiles de los planteles, escuelas y facultades. Se integran programas específicos para poder englobar cada una de las principales problemáticas de salud y, en forma conjunta con las propias comunidades, establecer acciones concretas y directas para fomentar esta cultura de auto cuidado y eliminar los factores de riesgo para sustituirlos por factores protectores.

Estas acciones van encaminadas a incrementar la información en salud, para favorecer la toma de decisiones adecuadas en los alumnos ante situaciones específicas. Este aspecto se logra a través de la atención individual de los alumnos o por medio de la difusión y la promoción de la salud en las Cápsulas para la vida en la Gaceta UNAM; videoconferencias en los diferentes planteles universitarios, tanto dentro como fuera del campus universitario, o a través de los correos electrónicos enviados semanalmente.

Otro aspecto es la atención grupal en los talleres realizados tanto en facultades como en las instalaciones de la Dirección General de Servicios Médicos, con temas específicos detectados como de riesgo en los adolescentes y los jóvenes, o temas por los que ellos se interesan. Se han desarrollado talleres de prevención en sobrepeso y obesidad, así como en salud sexual y reproductiva. Por lo que respecta a los trastornos psicoafectivos, se han desarrollado talleres en aspectos como el manejo de ansiedad y estrés.

RDU: ¿Con qué acciones se promueve la prevención en la salud?

DGSM: Sabiendo que los adolescentes y los jóvenes son grupos etéreos, en su mayoría saludables, las acciones realizadas están encaminadas a promocionar estilos de vida saludables, a través de la orientación y la consejería o la búsqueda de enfermedades específicas cuando el riesgo es detectado, y con ello otorgar un tratamiento oportuno y adecuado. Se proporciona, tanto individual como grupalmente, un apoyo de reconocimiento e identificación de la resiliencia y el afrontamiento que tienen ante las adversidades, cualquiera que sea, no sólo en relación con la salud y la manera en cómo ejercitarlas en la vida cotidiana, sino también para resolver sus problemas por difíciles que sean. Lo más importante es proporcionar a los adolescentes y los jóvenes información objetiva, oportuna, clara y veraz acerca de su sexualidad, a través de pláticas específicas sobre problemas de salud. Por ejemplo, si existe una problemática de embarazos no deseados o el incremento en las infecciones de transmisión sexual, se determina la realización de acciones educativas sobre el uso del condón, como un método específico de protección, además de pláticas sobre cómo ejercer de manera responsable su sexualidad; las relaciones sexuales con una sola pareja, y la realización de exámenes específicos en busca de posibles infecciones de transmisión sexual, entre otras actividades en salud sexual y reproductiva.

Además, se les invita a mantener un peso adecuado para su edad y sexo, pues las necesidades nutricionales son diferentes en estas etapas del desarrollo, a fin de prevenir el sobrepeso, la obesidad y la desnutrición. Estas estrategias son compartidas tanto por personal médico, como de enfermería y psicología, todos trabajadores de la dependencia. Durante las actividades realizadas para el cambio, se cuenta con el apoyo no sólo de medios electrónicos como presentaciones Power Point, sino también de material impreso, para promover cambios alimenticios. Con el cartel del plato del bien comer, se les enseña que la forma adecuada de nutrirse es balanceando la alimentación, no ayunar, modificando los hábitos alimenticios en saludables, al comer varias veces al día en pocas cantidades.

RDU: ¿Qué actividades se desarrollan en las ferias de la salud?

DGSM: Con la participación de diversas instituciones del área de la salud, como los Centros de Integración Juvenil, la Fundación de Investigaciones Sociales, A.C., el CONADIC, el Instituto Mexicano del Seguro Social, el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, la Secretaría de Salud y algunas organizaciones no gubernamentales, entre otras, en un día con siete horas efectivas de trabajo, se instalan stands. Cada entidad expone información sobre la problemática de salud que tiene en su plantel; se imparten pláticas sobre temas específicos, y se distribuye información impresa.

RDU: ¿Qué temas son los desarrollados en los talleres?

DGSM: Educación para la Salud, nutrición, prevención y control de enfermedades, identificación oportuna de enfermedades, salud sexual y reproductiva, manejo de la ansiedad y el estrés, y el esquema básico de vacunación, entre otros. Los talleres, que son lúdicos e interactivos, se desarrollan durante siete sesiones de tres horas cada una, un día a la semana. También se realizan actividades motivacionales al cambio y se le enseña a cada uno de los asistentes las habilidades para la vida que promueve la OMS. Como se mencionó, todos tenemos estas habilidades, pero no sabemos reconocerlas aunque vivamos todos los días con ellas: pensamiento crítico, pensamiento creativo, empatía, comunicación efectiva, manejo del estrés y toma de decisiones, entre otras.

Los talleres están encaminados a adoptar un cambio en todos los aspectos, al promover los estilos de vida saludables y promover el autocuidado de la salud. Se les enseña a desarrollar aptitudes y tener control sobre sus pensamientos y sentimientos, para así poder controlar su propia vida. Esta actividad puede tomar tiempo en ser ejecutada por los asistentes, pero cuando saben identificar las potencialidades con que cuentan, los cambios van presentándose en la medida que los refuerzan.

RDU: ¿Cuáles son las afecciones más comunes que se presentan entre la comunidad universitaria?

DGSM: Infecciones de vías respiratorias superiores e inferiores; problemas relacionados con la nutrición; adicciones; problemas de salud bucal; problemas relacionados con accidentes, violencia, salud sexual y reproductiva, y padecimientos de salud visual, entre otros.

RDU: ¿De qué manera son atendidos estos padecimientos en sus distintas fases?

DGSM: Antes que nada partimos de la premisa de que “todos los alumnos de la Universidad Nacional Autónoma de México son sanos hasta no demostrar lo contrario”; sin embargo, cuando se platica con la comunidad estudiantil, se les explica que si tienen una caries, no ven bien, no oyen bien, tienen antecedentes heredofamiliares sobre diabetes o hipertensión arterial o tienen obesidad o sobrepeso, ya no son sanos. Entonces se determina una serie de acciones preventivas para evitar que se presenten estos padecimientos o continúen creciendo. En caso de que ya tengan una enfermedad o un padecimiento específico, se les brinda atención curativa. La DGSM funciona como un primer nivel de atención, por lo que el alumno es canalizado a un segundo o tercer nivel de atención o rehabilitación, de acuerdo a los lineamientos institucionales. Debo

aclarar que en la misma DGSM se cuenta con servicio de rehabilitación, específicamente en el área de traumatología y ortopedia, con sesiones de laser, en un amplio horario de atención.

RDU: ¿En qué consiste el Servicio de Orientación en Salud (SOS)?

DGSM: Los servicios de orientación en salud están a cargo de un departamento operativo, encargado de difundir y prestar de manera directa servicios de prevención y promoción de la salud al estudiante universitario. Se encuentra dentro de las instalaciones de la DGSM. Cuenta con médicos, enfermeras y psicólogos capacitados en la atención de los alumnos con un enfoque preventivo. Se les brinda orientación y consejería, y cuando les son detectados padecimientos de manera individual, en los que se requiera atención especializadas, les son proporcionados informes o son canalizados a otras áreas dentro de la misma institución, o bien a otras instancias tanto gubernamentales, como el IMSS, el ISSSTE, la Clínica de Especialidades Condesa y el Hospital General Dr. Manuel Gea González, como a organizaciones no gubernamentales, entre las que destacan los Centros de Integración Juvenil, la Fundación Mexicana para la Planeación Familiar (MEXFAM) y los Centros de Atención para la Violencia Intrafamiliar, entre otras. La atención no sólo es individual, sino también grupal y colectiva, cuando es necesaria.

Los problemas de salud abordados más específicamente en este departamento, corresponden al área de la salud sexual y reproductiva (método anticonceptivo, anticoncepción de emergencia, embarazo no planeado, patología mamaria, detección de infecciones de transmisión sexual y el seguimiento de las mismas), adiciones al alcohol y el tabaco, violencia intrafamiliar o de pareja, trastornos psicoafectivos (estrés, ansiedad e intervención en crisis), prevención de sobrepeso y obesidad, y cambios a estilos de vida saludables.

Por lo que respecta a la atención vía telefónica y por correo electrónico en tópicos de salud en general, ésta se brinda no sólo a los alumnos y ex alumnos universitarios, sino también a la población en general, a través de preguntas o sugerencias difundidas en las cápsulas para la vida que semanalmente son enviadas por correo electrónico a diversas ciudades, incluso desde el extranjero. Su participación es importante para este departamento, donde son captadas las necesidades de personas de diferentes edades. Nos han escrito ex alumnos mayores de 60, incluso de 70 años, solicitando información con respecto a su salud y dónde pueden ser atendidos, cuando los recursos con que cuentan no son suficientes para lograr una salud favorable.

RDU: ¿En qué campos de la salud mental se da orientación a través del SOS?

DGSM: Los campos abordados en el Departamento de SOS sobre los trastornos psicoafectivos, están encaminados al restablecimiento de las emociones, cuando el paciente se encuentra en crisis por un evento postraumático. La función del médico, pero específicamente de las psicólogas, es llevarlo a lidiar con su trauma, para que se ajuste a su nueva situación y vuelva a un nivel de funcionamiento, ordenando y reconociendo sus sentimientos asociados, con asistencia para la solución de sus problemas. Esta intervención puede ser individual o grupal. La intervención proporcionada es concluida con un plan concreto, a seguir por el paciente y su terapeuta. En varias situaciones se le plantea al paciente terminar con el evento postraumático a través de una terapia breve, por lo que el tratamiento será en no más de 5 sesiones. Cuando el tratamiento sea prolongado, se le derivará a la consulta externa para el abordaje o a otras instancias tanto universitarias como de otra índole.

RDU: ¿Se da atención a la población estudiantil de los diversos campus de la Universidad?

DGSM: Sí, en CU a través del Centro Médico Universitario. Los planteles externos, llamados Planteles Metropolitanos, tienen un consultorio médico que es atendido por un médico y una enfermera. Los estudiantes también son atendidos en el Instituto Mexicano del Seguro Social, ya que todos son derechohabientes de esta institución por decreto presidencial.

RDU: ¿Qué observa en los rostros de los estudiantes cuando acuden a recibir atención médica u orientación en salud?

DGSM: En unos se observa la esperanza y la desesperanza, mientras que en otros se presenta el desconsuelo y la tristeza, así como también el agradecimiento cuando se les ha resuelto un problema, con información y palabras de aliento o estímulo. Los adolescentes, en su mayoría, se muestran agradecidos cuando son escuchados y orientados. Manifiestan ese agradecimiento de manera indescriptible, pero también muestran enojo, como todo ser humano, cuando sus necesidades no son satisfechas.

RDU: ¿Podría compartir la satisfacción que ustedes, como personal médico, obtienen al saber que con una buena salud los estudiantes pueden tener un futuro más prometedor como profesionistas?

DGSM: Por supuesto. Es una satisfacción la que adquirimos como profesionistas y prestadores de servicios de salud, al ayudar a cualquier persona que se acerca a nosotros en busca de

información o curación, sobre todo cuando podemos estimularlos para que logren un cambio favorable en favor de su salud. Esto es algo que compartimos entre quienes laboramos en la UNAM y la Dirección General de Servicios Médicos y creemos que debe ser compartido por más personas. Sabemos que contribuimos sólo en una pequeña porción, en cambios que se verán reflejados en un futuro en la salud de los profesionistas, sobre todo de los universitarios, que tanto han contribuido al desarrollo y los cambios del país.