



Fundación de Investigaciones Sociales A.C.

Alcohol-Infórmate

www.alcoholinformate.org.mx

Género y Salud Mental

Los casos de cualquier tipo de trastorno psicológico están aumentando en grupos recientes y afectan casi a la mitad de la población, ya que prevalecen a lo largo de la vida y son más numerosos de lo que antes se estimaba.

En muchos casos las enfermedades mentales no llegan a ser diagnosticadas por los médicos, a pesar de ser comunes, los especialistas identifican a menos de la mitad de aquellas personas que reúnen los criterios necesarios para que les sea diagnosticado un trastorno psicológico.

Aunado a esto, los pacientes se muestran renuentes a solicitar ayuda profesional. Sólo dos de cada cinco personas que sufren un trastorno del estado de ánimo, ansiedad o consumo de sustancias solicitaron ayuda en el año en que los síntomas comenzaron a manifestarse.

Tanto en hombres como en mujeres, los índices generales de trastornos psiquiátricos son casi idénticos, pero en las características de las enfermedades mentales aparecen diferencias de género asombrosas.

Ser hombre o mujer determina de manera radical la salud mental y los padecimientos en este ámbito. Se ha prestado más atención a la morbilidad asociada con las enfermedades mentales que a los determinantes específicos de cada género y a los mecanismos que promueven y protegen la salud mental y fomentan la resistencia al estrés y a la adversidad.

El género establece el control que los hombres y las mujeres tienen sobre determinantes socioeconómicas de sus vidas y salud mental, su posición y condición social, el modo en que son tratados dentro de la sociedad y su susceptibilidad y exposición a riesgos específicos para la salud mental.

Las diferencias de género se reflejan de manera particular en las estadísticas de trastornos mentales comunes (depresión, ansiedad y quejas somáticas). Estos trastornos, que predominan en las mujeres, afectan aproximadamente a una de cada tres personas en la comunidad y se convierten en un serio problema para la salud pública.

Según las predicciones, la depresión unipolar, será la segunda causa de discapacidad mundial en 2020, y dos veces más común entre las mujeres.

El estado de ánimo depresivo en una persona no sólo es el problema de salud mental más común en las mujeres sino que también puede ser más persistente en éstas que en los hombres. Es necesario realizar más investigaciones al respecto.

Por ello, es importante resaltar que disminuir el excesivo número de mujeres que sufren depresión contribuiría de manera significativa a reducir la cifra mundial de discapacidad causada por trastornos psicológicos.

Otra anomalía común es la dependencia al alcohol, la cual es más de dos veces superior entre los hombres que entre las mujeres. En los países desarrollados, aproximadamente uno de cada cinco hombres y una de cada 12 mujeres adquiere dependencia al alcohol durante su vida.

Por lo que las posibilidades de que a los hombres les sea diagnosticado un trastorno de personalidad antisocial. son tres veces mayores que en las mujeres.

En relación a los casos de trastornos mentales severas, como la esquizofrenia y el trastorno bipolar, todavía no existen diferencias de género destacables, y son padecimientos que afectan a menos del dos por ciento de la población.

Se han destacado diferencias de género en cuanto a la edad en que aparecen los síntomas, la frecuencia de los síntomas psicóticos, el desarrollo de estos trastornos, el ajuste social y las consecuencias a largo plazo.

En relación a la discapacidad por enfermedades mentales, ésta se manifiesta en mayor grado en aquellos que sufren tres o más trastornos asociados. De nuevo, las mujeres predominan.

Factores de riesgo

En referencia a la depresión, la ansiedad, los síntomas somáticos y las altas tasas de morbilidad, dichos padecimientos están asociados con factores de riesgo que están conectados así como las funciones asignadas por razón de sexo, factores de perturbación, experiencias y acontecimientos negativos.

Las características de riesgo específicas del género que influyen en los trastornos mentales comunes y que afectan de manera desproporcionada a las mujeres, incluyen la violencia de género,

las carencias socioeconómicas, el salario bajo y la desigualdad en los ingresos, la condición y rango social bajo o subordinado y la continua responsabilidad del cuidado de otros. Debido al alto grado de violencia sexual al que las mujeres están expuestas y a la elevada tasa de estrés postraumático tras sufrir la agresión convierte a las mujeres en el mayor grupo de personas afectadas por este trastorno. Sin embargo, aún no se ha investigado adecuadamente el grado en que la adversidad psicosocial afecta a la salud mental a largo plazo.

Esta reestructuración tiene un efecto específico de género en la salud mental.

Las situaciones políticas económicas y sociales que producen cambios en los ingresos, el empleo y el capital social de manera repentina, perjudicial y seria y que no se pueden controlar o evitar, aumentan significativamente la desigualdad de género y las tasas de trastornos mentales comunes.

Prejuicios por razón de género

Por razón de género los médicos tienen mayor tendencia a diagnosticar depresión a mujeres que a hombres, aunque ambos géneros muestren resultados similares al medir la depresión o presenten síntomas idénticos.

Situación por la cual existe un alto número de probabilidades de que a las mujeres se les receten medicamentos psicotrópicos que alteran el estado de ánimo.

De igual manera, aparecen diferencias de género en los patrones de búsqueda de ayuda para tratar un trastorno psicológico. Es más probable que las mujeres soliciten ayuda y revelen que tienen problemas mentales a su médico de atención primaria de la salud, mientras que existen más posibilidades de que los hombres soliciten apoyo a un especialista en salud mental y sean hospitalizados. En los hombres hay más probabilidades que en las mujeres de revelar que tienen problemas con el consumo de alcohol.

Es por ello que los estereotipos de género que indican mayor propensión de las mujeres a tener problemas emocionales y de los hombres a padecer problemas con el alcohol, parecen reforzar el estigma social y suponen un obstáculo a la hora de solicitar ayuda por las vías normales. Constituyen una barrera para la identificación adecuada y el tratamiento de los trastornos psicológicos.

Pese a estas diferencias, la mayoría de hombres y mujeres que sufren dolor emocional y/o un trastorno psicológico no son ni identificados ni tratados por sus médicos.

En relación a la violencia, problemas de salud mental tampoco se identifican adecuadamente. Las mujeres son reticentes a revelar que han sido víctimas de violencia durante mucho tiempo, a menos que los médicos les pregunten sobre ello directamente.

Sin embargo, la complejidad de las consecuencias para la salud relacionadas con la violencia aumenta cuando el abuso no se detecta y da como resultado altas y tasas de utilización del sistema de salud en general y del sistema de salud mental.

Algunos datos que revelan un completo estudio de este tema.

- Salud mental de las mujeres.
- Los trastornos depresivos constituyen casi el 41.9 por ciento de los casos de discapacidad debido a trastornos neuropsiquiátricos entre las mujeres, mientras que entre los hombres causan el 29.3 por ciento.
- Los principales problemas de salud mental de la tercera edad son la depresión, los síndromes orgánicos cerebrales y la demencia; la mayoría son mujeres.
- Se estima que el 80 por ciento de los 50 millones de personas afectadas por conflictos violentos, guerras civiles, desastres y desplazamientos son mujeres y niños.
- Los casos en los que la violencia contra las mujeres prevalece durante toda la vida oscilan entre un 16 por ciento y un 50 por ciento. Al menos una de cada cinco mujeres han sido violadas o han sufrido intentos de violación a lo largo de su vida.
- La depresión, ansiedad, dolor psicológico, violencia sexual, violencia doméstica y las cada vez mayores tasas de consumo de sustancias afectan en mayor grado a las mujeres que a los hombres en diferentes países y distintas circunstancias. - La presión ejercida por las múltiples funciones que deben desempeñar, la discriminación de género y los factores asociados con la pobreza, el hambre, la malnutrición, el exceso de trabajo, la violencia doméstica y los abusos sexuales explican la deficiente salud mental de éstas.
- Existe una relación positiva entre la frecuencia y la severidad de tales factores sociales y la frecuencia y severidad de los problemas de salud mental en las pacientes. Los sucesos graves que causan sentido de pérdida, inferioridad, humillación o aislamiento pueden pronosticar una depresión.
- Hasta un 20 por ciento de las personas que reciben atención primaria de la salud en los países en desarrollo sufren ansiedad y/o trastornos depresivos. En la mayoría de los centros, estos pacientes no son reconocidos y por tanto no reciben tratamiento.
- La comunicación entre los profesionales de la salud y las pacientes es extremadamente autoritaria en muchos países, lo que implica que el hecho de que una mujer revele sufrir dolor emocional y psicológico sea difícil y a menudo esté estigmatizado. Cuando las mujeres se atreven a contar sus problemas, muchos profesionales de la salud tienden a tener prejuicios por razón de género que les llegan a dar a las mujeres un tratamiento o excesivo o insuficiente.
- Los estudios muestran que existen tres principales factores que pueden evitar en gran medida la aparición de problemas mentales, especialmente la depresión, son los siguientes:
- Tener suficiente autonomía para controlar de algún modo la respuesta a los sucesos graves. El acceso a recursos materiales que permitan tener opciones en el momento de enfrentarse a sucesos graves.
- El apoyo psicológico ofrecido por familiares, amigos o profesionales de la salud es poderosamente efectivo.
- El objetivo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) respecto de la salud mental de las mujeres es la recopilación de datos de las posibles causas de los problemas de salud mental en las mujeres y la manera de prevenir estas causas. Además de aumentar las competencias de los profesionales de atención primaria de la salud para reconocer y tratar las consecuencias que la violencia doméstica, los abusos sexuales y el estrés agudo y crónico influyen la salud mental de las mujeres.

FUENTE: Organización Mundial de la Salud

El Rumbo de México / Edición impresa, 23 de marzo de 2008 / p. 2C

