



El psiquiatra Julio Bobes.

Julio Bobes se incorpora al consultorio

EL PAÍS, Madrid

Julio Bobes, catedrático de Psiquiatría de la Universidad de Oviedo, se incorpora hoy a *Madrid en la mente*, la serie de artículos sobre los efectos psicológicos del 11-M que este diario ofrece desde el viernes. Bobes, un especialista comprometido con la salud mental de la sociedad, se turnará aquí con Manuel Trujillo, jefe de Psiquiatría del Hospital Bellevue de Nueva York, y Enrique Echeburua, catedrático de Psicología Clínica de la Universidad del País Vasco. Los lectores pueden enviar sus preguntas a madridenlamente@elpais.es.

Pasados los primeros días de conmoción, y según la experiencia del 11-S, ¿qué trastornos psicológicos más duraderos cabe esperar en los afectados, sus familiares y otros ciudadanos que sólo han seguido la tragedia a través de los medios de comunicación?

Una vez transcurridos los primeros días o semanas del incommensurable impacto traumático, es aceptable asumir que las víctimas y sus allegados están a punto de superar una buena parte del dolor físico secundario a los terribles atentados vividos en Madrid.

Pero es conveniente también prever y tener a punto las diferentes aplicaciones diagnósticas y terapéuticas del plan de asistencia a catástrofes. En este sentido, conviene recordar que de la experiencia clínico-epidemiológica se deduce que, una vez transcurridas varias semanas, el problema fundamental es el dolor moral y el impacto psicológico producido no sólo sobre las víctimas, sino también sobre los allegados y sobre los que, de una u otra manera, presenciaron en directo o a través de los medios las impactantes imágenes de la catástrofe humana.

Los psiquiatras clínicos y los epidemiólogos conocemos que,

entre los trastornos mentales y del comportamiento y diferidos más prevalentes, está el denominado trastorno de estrés post-traumático (TEPT), uno de los subtipos de los diferentes trastornos de ansiedad.

Dada la importancia pronóstica y terapéutica que conlleva la identificación temprana y la correcta orientación hacia los diferentes tratamientos, se considera muy acertado en estos momentos:

Es aconsejable facilitar la expresión verbal y la ventilación de los sentimientos

— Abrir consultorios psicológicos.

— Facilitar la identificación y cribado de este tipo de trastorno de ansiedad.

— Orientar a los ciudadanos hacia los lugares y profesionales más adecuados y competentes para afrontar este tipo de dolor moral.

Durante los próximos días, en esta serie, *Madrid en la mente*, facilitaremos los procedimientos de identificación de las manifestaciones precoces o de

inicio de diferentes trastornos de ansiedad y, en especial, del trastorno de estrés post-traumático.

Todo ello pretende contribuir a la socialización del conocimiento clínico y a la prevención en salud mental, así como atender al compromiso social que los docentes y los clínicos tenemos contraído con la sociedad actual.

De experiencias recientes como la del 11-S en Nueva York se desprende que, en los primeros estadios post-traumáticos resulta de alivio e interés terapéutico el despliegue de medidas que faciliten la expresión verbal y ventilación de sentimientos, en torno a las consecuencias sociales y personales de lo catastrófico. Como lo es también la disponibilidad de medidas psicoeducativas que permitan contribuir a establecer los límites reales del daño y el afrontamiento adecuado del impacto.

En la era de la internautica no puede subestimarse la importancia y la gran ayuda que supone para los ciudadanos la visita a las diferentes páginas *web* que ofrecen información sobre este asunto. Sugiero estas *webs* de gran interés:

Ministerio de Sanidad y Consumo: <http://www.msc.es>
Sociedad Española para el

Estudio de la Ansiedad y el Estrés: <http://www.ucm.es/info/seas/tep/>

Guía de Autoayuda tras los atentados del 11-M (en PDF): <http://www.ucm.es/info/upsiclin/guia11m.pdf>

National Center for PTSD: http://www.ncptsd.org/facts/disasters/fs_selfspan_disaster.html

National Institute of Mental Health: http://www.nimh.nih.gov/anxiety/sp_ptsdril.cfm

Área de Psiquiatría de la Universidad de Oviedo: <http://uniovi.es/psiquiatria>

Los lectores que quieran profundizar en este asunto disponen de estas obras en castellano y de fácil comprensión:

— *Psicología para después de una crisis*. Manuel Trujillo. Aguilar, 2002.

— *Las víctimas de la violencia*. Editado por Enrique Baca Baldomero y María Luisa Cabanas Arrate. Triacastela, 2003.

— *Trastorno de estrés post-traumático*. Coordinado por Julio Bobes García, Manuel Bousoño García, Alfredo Calcedo Barba, María Paz González García-Portilla. Masson, 2000.

— *Psiquiatría en Esquemas. Trastorno de estrés post-traumático*. Julio Bobes, María Paz González García-Portilla y otros autores. Ars Médica, 2002.

MADRID EN LA MENTE

Después del dolor físico

JULIO BOBES