

«La gente cree que la quieres vigilar, hay que convencer a los dirigentes»

Los médicos proponen estudios de psicología en los MBA

Una idea es incluir en las pruebas evaluaciones del riesgo psicosocial

laciones con la Unión Europea de la farmacéutica Merck Sharp and Dohme, Alexander Roediger. Esta empresa, que forma parte de la red europea para la responsabilidad social corporativa (CSR), permite la flexibilidad siempre que se acuerde con otro empleado del mismo nivel. El hoy por ti, mañana por mí llevado a los recursos humanos. “Esto ofrece al trabajador cierto control sobre sus tareas”, comentó Roediger.

No sólo las grandes multinacionales se han embarcado en iniciativas de este tipo. En España es experta en promoción de la salud mental la corporación sanitaria Parc Taulí, en Sabadell. El responsable del Servicio de Prevención de Riesgos Laborales de esta entidad, Albert Mariné, explicó en Berlín su programa, pionero en la sanidad pública española y que incluye la evaluación psicosocial de todos los empleados que accedan a ello, más de un 70%.

Estudiar a sus empleados sirvió para situar dónde estaban los mayores riesgos. Resultaron ser los técnicos y los porteros, afectados sobre todo por depresión y ansiedad. Mariné señaló que otros hospitales catalanes, y algunos en Euskadi, han establecido iniciativas parecidas a la suya. En Parc Taulí hay “tolerancia cero” al acoso moral y se provee de asistencia legal a los empleados que quieran presentar cargos por este motivo.

Aunque Mariné fue claro al enumerar las ventajas de proyectos como el que coordina, también reconoció los inconvenientes a los que se enfrentan, algo que señaló más de un participante. Así, la crisis económica podría ser la principal responsable de acabar con el entusiasmo que se escuchó en Berlín. Según este experto, dicha situación implica que haya menos recursos disponibles para estos programas y, a su vez, más problemas sociales en la población. *

«El control de la salud mental es voluntario»

Entrevista

Andrea Gabilondo

Secretaría Científica del Pacto Europeo de Salud Mental

A. I. BERLÍN

La psiquiatra donostiarra Andrea Gabilondo trabaja en la Subdirección General de Drogodependencias del Departamento de Salud de la Generalitat de Catalunya. Entre sus múltiples tareas está la de coordinar el consorcio internacional de expertos que actúa como Secretaría Científica del Pacto Europeo de Salud Mental, promotor de la conferencia celebrada la semana pasada en Berlín.

¿Por qué es necesaria esta conferencia?

Hace dos años, se firmó en Bruselas un pacto no vinculante entre gobiernos y otras instituciones, incluyendo empresas públicas y privadas, para dar un empuje a la salud mental desde una perspectiva de la salud pública. Así, no se trata tanto de avanzar en el tratamiento de enfermedades como de prevenir los problemas de salud mental. Este enfoque tiene que ver con hacer intervenciones en ámbitos que no son ambulatorios, sino el laboral. Se trata de desarrollar políticas y programas para que en el trabajo las personas estén en una situación menos estresante, con unas condiciones de mayor control

de su propio trabajo y más flexibilidad horaria para poder compaginar mejor la vida laboral y familiar.

¿Hay datos españoles sobre la prevalencia de enfermedades mentales en el ámbito laboral?

Bueno, nosotros no somos como los nórdicos [ríe], pero vamos mejorando. La mayoría de los datos que tenemos están relacionados con asistencia sanitaria y nos dicen cuántos pacientes van a las consultas. Sin embargo, desde hace poco se han empezado a introducir en la Encuesta Nacional de Salud y en sus equivalentes regionales preguntas específicas para conocer la prevalencia en la población general [la mayoría, trabajadora]. Esto es importante, porque del total de personas con problemas de salud mental, sólo un porcentaje pequeño acude al médico. Por lo tanto, si sólo contabilizamos a los que piden asistencia sanitaria, nos estamos dejando fuera a mucha gente. El estudio europeo ESEMeD, en el que participó España, revela que el 19,5% de la población tiene un trastorno mental a lo largo de su vida.

¿Se hace algo en España para prevenir estos problemas en el trabajo?

La vigilancia de la salud mental no está regulada de forma específica, y su control es voluntario. Cada empresa tiene que evaluar sus riesgos y decidir si incluye evaluaciones mentales en la vigilancia de

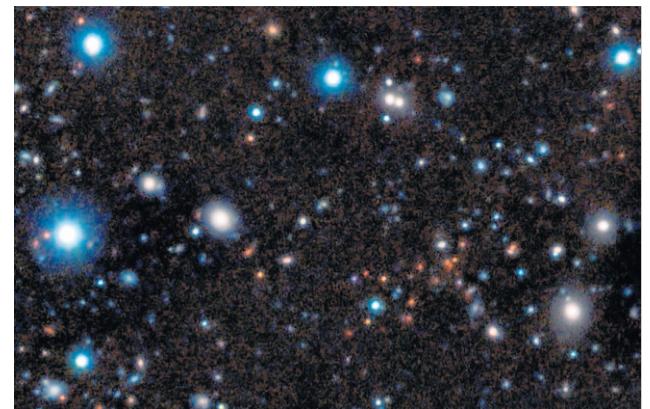
«Sólo un pequeño porcentaje de enfermos acude al médico»

«Asociamos las bajas por depresión o estrés al hecho de ser vago»

la salud que hacen los servicios de medicina del trabajo. En los últimos años, se está empezando a controlar este aspecto. De hecho, hay algunos cuestionarios bastante consensuados para medir el estrés y el llamado *síndrome del trabajador quemado*, que se están empezando a incluir de forma sistemática en las evaluaciones a nivel laboral. ¿No hay cierto estigma en España en este asunto? En teoría, por nuestra cultura, debería haberlo. Pero varios estudios nos han demostrado lo contrario, por lo que no queda claro.

¿Cree que está mal visto cogerse la baja por problemas mentales?

Eso es parte del estigma. Asociamos los problemas de salud mental al hecho de ser vago, pero me costaría mucho decir que las personas que cogen baja por depresión no la tienen. Yo confío en los médicos que validan dichas bajas.



Los puntos rojos centrales forman el cúmulo. ESO/R. G.

Galaxias demasiado viejas para un universo tan joven

Hallado el cúmulo galáctico maduro más remoto, a 3.000 millones de años del Big Bang

PÚBLICO MADRID

A los astrónomos del Observatorio Europeo Austral (ESO, en inglés) les ha sorprendido hallar un bebé con el aspecto de un señor de 40 años. Una definición así podría aplicarse al cúmulo de galaxias CL J1449+0856, cuyo críptico nombre hace referencia a su posición en el cielo y que ha sido descubierto gracias a la colaboración entre varios observatorios, incluyendo el Telescopio Muy Grande en La Silla (Chile) y el telescopio espacial *Hubble*.

La edad de este conjunto de galaxias es de unos 3.000 millones de años, menos de un cuarto del tiempo transcurrido desde el Big Bang, unos 13.700 millones de años. Aunque ya se ha logrado antes ob-

servar objetos estelares más cercanos al origen del universo, el último de ellos a sólo 480 millones de años, se trataba de galaxias imberbes en proceso de formación. En cambio, el nuevo grupo descubierto, tal como publican los investigadores en *Astronomy & Astrophysics*, presenta todas las características de un grupo maduro, con estrellas de mil millones de años de edad en un cúmulo que se mantiene cohesionado por gravedad.

“No parece joven”, señala el director del trabajo, Raphael Gobat. “Muchas de las galaxias se han asentado y no se parecen a las galaxias formadoras de estrellas que se ven en el universo temprano”, añade. Gobat cree que puede haber sido un golpe de suerte, pero advierte: “Si en observaciones futuras se encuentran más, esto podría querer decir que nuestro concepto del universo temprano deberá revisarse”. *

EJEMPLOS EUROPEOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL



CSR Europa

Según la psiquiatra de la Generalitat de Catalunya Andrea Gabilondo, las grandes empresas y las multinacionales son las más propensas a contar con programas específicos de promoción de la salud mental. La red europea para la responsabilidad social corporativa (CSR), que incluye a 70 multinacionales, prima la flexibilidad laboral organizada entre compañeros para evitar las situaciones de estrés.



Siemens Alemania

En febrero de este año, Siemens decidió comenzar en su sede central un programa de prevención de la salud mental. En primer lugar va a formar a sus médicos de empresa en evaluación de este tipo de patologías pero, además, ha organizado seminarios entre sus empleados, en horario laboral, para hablar de este problema. Tras el programa piloto, el 81% de los participantes se mostró satisfecho con la iniciativa.



Parc Taulí

La corporación sanitaria Parc Taulí, en Sabadell, es pionera en la prevención de problemas de salud mental en el entorno laboral. Sus empleados, sobre todo los de niveles superiores, se someten a continuas evaluaciones psicosociales. La empresa consiguió una alta participación; el 70% de los empleados respondieron a los test, lo que sirvió para hacer un mapa de riesgos de salud mental.



El último aterrizaje del ‘Discovery’

CABO CAÑAVERAL// El *Discovery* aterrizó ayer en Florida en su última misión. El transbordador, que en total ha pasado 365 días en el espacio, ha orbitado la Tierra 5.830 veces. AFP