SALUD MENTAL

Terapia a pie de calle en el centro de Zaragoza: "Como no te darán cita en 5 meses, hoy te atendemos gratis"

CONTENIDO EXCLUSIVO

CAMINO IVARS
NOTICIA 01/06/2024, 08:48

En vídeo: Salud mental y terapia gratuita en la plaza de España de Zaragoza
En fotos | La consulta del psiquiatra, gratuita y en la calle para protestar

Esta es la historia de cinco mesas y diez sillas plegables que, este viernes por la tarde, en Zaragoza, han contribuido a cambiar el mundo. Por ellas han pasado **relatos de desamor, angustia, corazones rotos, ansiedad y miedo** a lo que a cualquiera de nosotros le puede deparar la vida. Una historia en la que, una vez más, los datos hablan por sí mismos. Y es que cuando hablamos de salud mental, éstos sí importan, y mucho. Se calculó que **una de cada cuatro personas sufre o sufrirá un problema de salud mental a lo largo de su vida.** Es decir, que podría ser cualquiera de nosotros, o nuestros seres queridos, en cualquier momento de nuestras vidas.

Pero que no cunda el pánico. Existen herramientas para hacerles frente, pero para eso hacen falta recursos. Y precisamente para reivindicarlos, el **colectivo Mayember ha salido de nuevo a la calle** este viernes, 31 de mayo, para visibilizar una **situación**, explican, **"insostenible"**. Y es que los datos no mejoran.

"La **media de espera** para recibir atención especializada en Aragón supera los **seis meses** y **solo hay 5 psicólogos y 11 psiquiatras por cada 100.000 habitantes en nuestra comunidad** - frente a los 18 psicólogos y los 15 psiquiatras que presenta el resto de Europa", explica María José Ochoa, precursora de la iniciativa y fundadora del movimiento naranja a favor de la desestigmatización de la enfermedad mental en Aragón.

"Como en la Seguridad Social no te darán cita hasta dentro de 5 o 6 meses, hoy te atendemos gratis". Bajo esta premisa, un grupo de profesionales de la salud mental en Aragón abría su peculiar consulta a pie de calle, con sus cinco mesas y diez sillas plegables, y con una sonrisa ¿El lugar elegido? Nada más y nada menos que la mismísima plaza de España de la capital aragonesa.

En fotos | La consulta del psiquiatra, gratuita y en la calle para protestar

Entre los paseantes, sorpresa, alegría y sentimientos enfrentados. "Paseaba por aquí y la verdad es que me ha sorprendido el movimiento que había. Es una pena que tenga que hacer esto un grupo de asociaciones", lamentaba Javier Castejón. Merche Gómez, que conocía el movimiento hace dos años, tampoco dejaba pasar la oportunidad de hablar un rato con una de las psicólogas voluntarias: **"Es una forma de que la gente que lo necesita vea que otras personas nos sentamos, que no están solos**, y que no es malo pedir ayuda cuando lo necesitas sino todo lo contrario".

La consulta del psiquiatra, gratuita y en la calle para protestar en el centro de Zaragoza | FRANCISCO JIMÉNEZ

También Mamen Delgado, que llevaba unos días con un nudo en el pecho por algo que no comprendía. **"La verdad es que necesitaba hablar con alguien"**, admitía. "En mi familia vamos todos a terapia una vez por semana por diferentes motivos y la verdad **es que es un gasto tremendo.** Sin embargo, es algo impensable a través de la Seguridad Social", criticaba.

Allí, rodeados de pancartas que rezaban lemas como "¡**Basta ya de invisibilizar la Salud Mental en Aragón!**" o "¡Nuestras mentes también importan!", un grupo de psicólogos y psiquiatras aragoneses salían a escuchar a quien más lo necesitara durante tan solo unas horas, a pie de calle. "No, no es suficiente, pero es una manera de darle visibilidad a una situación muy complicada", advierte Ochoa.

"Actualmente **la inversión en Salud Mental es inferior al 5% del presupuesto sanitario total"**, lamentaba la psicóloga especializada en emergencias y suicidio. "De esta manera clausuramos el mes del orgullo loco, Mayember, movimiento generado por la implicación y la fuerza de muchas asociaciones que trabajan por y para hablar de salud mental y de este tipo de enfermedades sin tapujos", añadía.

La consulta del psiquiatra, gratuita y en la calle para protestar en el centro de Zaragoza | FRANCISCO JIMÉNEZ

¿Más datos? Sin duda. Como explican desde Mayember, según el informe titulado "El empleo de las personas con discapacidad 2017' del INE, 8 de cada 10 personas con problemas de salud mental no tienen empleo. "Considerando que la tarifa media de un psiquiatra privado es de 90 euros y la de un psicólogo es de 60 euros, **¿cómo una persona sin recursos y/o sin trabajo se lo va a poder permitir?** También aquí hay una gran discriminación económica. Y recordemos que sin salud mental, no hay salud", reivindican.

Psicología y psiquiatría se dan la mano

Entre los profesionales voluntarios, varios psicólogos y un psiquiatra, Eduardo Ortega, que recordaba que sendas disciplinas pueden trabajar unidas, siempre y cuando cada una respete el campo de acción de la otra. "A veces, **cuando nos metemos en el otro, se queda todo a medio hacer.** Pero situaciones como la de hoy demuestran que podemos trabajar en equipo", reivindicaba. Sobre su mesa, en algo más de dos horas, tan solo dos casos, ambos, graves. **"Uno de ellos había tenido situaciones complejas, incluso al borde del suicidio,** y tenía ocho meses de espera para ser atendido por un especialista", relata.

También un caso de maltrato infantil que, aunque ocurrió hace más de cuatro décadas, todavía causaba estragos en quien lo había pasado, o una historia de amor tóxico que estaba pasando factura por una de sus protagonistas. **"La mayoría de los casos no pueden esperar más y no podemos seguir ignorando esta realidad.** No esperábamos semejante respuesta, pero dadas las circunstancias... ¡tenemos que hacerlo más", concluye Ochoa.

Conforme a los criterios de
The Trust Project
¿Por qué confiar en nosotros?