

La pobreza tiene rostro de mujer- fundamentalmente en mujeres que sufren enfermedad mental

(Art. Del Dr. Martín Carrasco)

Las enfermedades mentales constituyen un claro ejemplo de las desigualdades entre hombres y mujeres. Recientemente, un estudio realizado por un grupo de investigadores australianos encabezado por Zachary Steel, de la Universidad de Nueva Gales del Sur (Sydney, Australia), recopiló todos los estudios epidemiológicos realizados en todo el mundo durante los años 1980 y 2013, y sus resultados son escalofriantes. Al parecer, cuando se trata de enfermedades mentales con un riesgo de tipo biológico importante – por ejemplo, de tipo genético o hereditario -, como pueden ser la esquizofrenia o el trastorno bipolar la frecuencia en los dos sexos es similar, o incluso ligeramente mayor en hombres en el caso de la esquizofrenia.

En cambio en el grupo de trastornos que resultan de la interacción de factores biológicos y sociales, los resultados son muy diferentes. En todo el mundo, las mujeres tienen un riesgo de padecer depresión a lo largo de su vida del 14%, mientras que los hombres tienen un 7,1%. En el caso de la ansiedad, las mujeres tienen una tasa del 18,2%, por el 10,1% para los hombres. A causa de estas cifras tan altas, la depresión constituye una de las causas más importantes de discapacidad en la mujer, de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS).

La medida en que los factores biológicos y sociales contribuyen a la presencia de depresión es desconocida, y es posible que sean distintas en cada persona. Algunos creen que los factores genéticos explicarían hasta la mitad del riesgo de padecer depresión, pero otros creen que los otros aspectos, como el rol social de hombres y mujeres, los factores estresantes peculiares de cada género, las relaciones sociales y los rasgos

de personalidad pueden jugar un papel más importante que las hormonas y los genes. Por lo que respecta a la biología, aparte de la predisposición genética y la desnutrición, la fluctuación de las hormonas sexuales, especialmente los estrógenos, a lo largo de la vida reproductiva de la mujer, puede ser un factor de riesgo relevante para la aparición de depresión. La depresión postparto es una causa importante de depresión en la mujer. Por lo que toca a factores sociales, la pobreza, la falta de educación, la inseguridad, la violencia familiar y sexual y las vivencias asociadas de pérdida, soledad, de estar atrapadas y de falta de control sobre la propia vida están en la raíz de muchos casos de depresión. Por otra parte, el consumo perjudicial de sustancias – por ejemplo, alcohol, drogas, etc. - es mucho más frecuente entre hombres que en mujeres en todo el mundo, de manera que a lo largo de la vida el 17,1% de los hombres presentan un diagnóstico psiquiátrico de esta naturaleza, por el 5,1% de las mujeres. Este dato es muy relevante, porque se sabe que el abuso de alcohol o de otros tóxicos juega un papel muy importante en la violencia física o sexual que sufren las mujeres.

Otro aspecto a tener en cuenta son las desigualdades en el acceso al diagnóstico y al tratamiento. El tratamiento para la depresión y los trastornos de ansiedad consiste en medicación, psicoterapia o aconsejamiento (*counseling*) y existen diversas herramientas que pueden utilizarse para el diagnóstico y la valoración de la gravedad de los trastornos, y que podrían utilizarse, por ejemplo, en el caso de la depresión en el embarazo o el puerperio. En los países en vías de desarrollo, la depresión y los trastornos de ansiedad por lo general no se tratan (entre el 76 al 85% de los casos graves no son tratados), en parte a causa de la ignorancia, las barreras sociales y la estigmatización, que puede afectar especialmente a las mujeres según la OMS. Por lo tanto, existe un reto de gran importancia en la salud global de la población, que

consiste en facilitar el acceso al diagnóstico y tratamiento de la depresión en la mujer en los países en desarrollo, mediante la creación de los sistemas y canales de atención adecuados.

Además del acceso al tratamiento, la prevención de la depresión y otras enfermedades mentales en la mujer pasa por abordar el papel de la mujer en la sociedad y el control que las mujeres tienen vida sobre su vida y las circunstancias en las que esta se desenvuelve., proporcionando la autonomía y el apoyo social necesario en caso de situaciones traumáticas, y los recursos adecuados para tomar decisiones propias.