

ESTRATEGIAS PREVENTIVAS PARA MEJORAR LA CALIDAD DE VIDA EN PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE

AUTORES: CABELLO FERNÁNDEZ, M^a ENCARNACIÓN, MARTÍNEZ CABELLO, VERÓNICA; QUINTA AGUZA, CRISTINA.

INTRODUCCIÓN

En las Unidades de Salud Mental Comunitaria (USMC) a diario se evidencian que en las personas con Trastorno Mental Grave (TMG), las comorbilidades físicas aparecen tempranamente en la vida de estos sujetos

Estas comorbilidades tienen un grave impacto sobre la mortalidad, esto justifica la imperiosa necesidad de establecer estrategias de tipo preventivo en esta población.

OBJETIVO GENERAL:

Llevar a cabo una revisión de las principales investigaciones publicadas en relación a la salud física de las personas con TMG.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Describir las medidas preventivas necesarias en estos pacientes.
- Determinar los factores de riesgos más prevalentes que pueden ser modificables.

DESARROLLO:

Búsqueda bibliográfica retrospectiva en *Medline, Pubmed y The Cochrane Database of Review.*

Se seleccionaron 20 investigaciones: las que cumplieron los criterios de inclusión y las que más se ajustaban al enfoque de esta comunicación

RESULTADOS:

- ❖ Las personas con Trastorno Mental Grave tienen una peor salud física y una menor esperanza de vida en comparación con la población general.
- ❖ La tasa de morbilidad y mortalidad en esta población parece estar acelerándose en los últimos años.
- ❖ Las enfermedades más prevalentes son las de origen cardiovascular y metabólico.

Factores de riesgo modificables

Hábitos de vida sedentarios.

Dieta poco saludable.

Consumo de tóxicos, en mayor medida tabaco.

Vigilar parámetros bioquímicos: colesterol, triglicéridos, glucemia.

Medidas preventivas aplicables

Realizar programa de hábitos de vida saludable

Establecer estrategias dirigidas al abandono del hábito tabáquico.

Realizar analíticas periódicas (al menos una al año).

Trabajar con la familia, como unidad de apoyo.

CONCLUSIONES: La presencia de estas enfermedades somáticas ensombrecer el pronóstico de TMG, dificultan su tratamiento, su recuperación y empeoran la calidad de vida. Todos los profesionales deberíamos prestar mayor atención a los aspectos de la salud física de estos pacientes, insistiendo más en la implementación en todas las Unidades de Salud Mental Comunitaria, de programas de hábitos de vida saludables y de concienciar al resto de profesionales

BIBLIOGRAFÍA

VLambert, T.J., Velakoulis, D. y Paltelis, C. (2003). "Medical comorbidity in schizophrenia". Medical Journal of Australia. Vol 178. S: 67-70.

Sáiz-Ruiz, J., Sáiz-González, M.D., Alegría, A.A., Mena, E., Luque, J. y Bobes, J. (2010). "Impacto del Consenso Español sobre la Salud Física del Paciente con Esquizofrenia". Revista de Psiquiatría y Salud Mental. 3(4): 119-127.