

VIDA Y SALUD



ALEXIS DAGNINO, DIRECTOR DEL LABORATORIO DE DESARROLLO DE NEUROBIOLOGÍA DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA UNIVERSIDAD DE VALPARAÍSO.

El Instituto de Salud Mental de los Estados Unidos (NIHM) postula que el Trastorno de Estrés Posttraumático (TEP) es una patología ansiosa que suele producirse en el diez por ciento de las personas, tras haber sufrido u observado un acontecimiento altamente traumático –atentado, violación, asalto, secuestro, accidente, catástrofes naturales– en el que estuvo en juego su vida o la vida de otras personas.

“Las imágenes de la situación traumática han quedado grabadas en una memoria emocional indeleble y vuelven a experimentarse una y otra vez con gran viveza, en contra de la propia voluntad, a pesar del paso del tiempo, con todo lujo de detalles, como si estuviera sucediendo de nuevo. Estos procesos cognitivos disminuyen la capacidad de concentración, la memoria, la toma de decisiones, y producen reacciones emocionales muy fuertes, con intensas respuestas de ansiedad, miedo intenso, falta de control, alta activación fisiológica, evitación de situaciones relacionadas, o irritabilidad, ira, tristeza, culpa y otras emociones negativas”, publicó la organización.

Recién en la década de los '70, en Estados Unidos, comenzaron los estudios sobre el TEP, tras detectar episodios de violencia y depresión en soldados que fueron torturados y luego liberados por militares rusos, en el marco de la guerra de Vietnam.

Las investigaciones continúan desarrollándose, dados los diferentes episodios traumáticos que se han sus-

LOS MALES SILENCIOSOS QUE PROVOCA EL INCENDIO

RIESGO. Niños, ancianos y enfermos crónicos son los que están más expuestos a sufrir afecciones respiratorias y oculares por causa del humo y las partículas.

citado en diferentes partes del mundo: atentado a las Torres Gemelas en el World Trade Center, insurgencia en Irak, eventos terroristas de Al Qaeda, el terremoto y tsunami de Japón o el actual conflicto en Siria, sólo por nombrar algunos.

Valparaíso no está ajeno a este tipo de consecuencias en el ámbito de la salud mental. “La tragedia en Valparaíso fue altamente traumática, no solamente para los pobladores sino para la ciudad completa. Vamos a ver que producto del estrés y del trauma que se vivió, un porcentaje importante de las personas que vivieron la experiencia traumática van a desarrollar algún trastorno mental relacionado con el estrés. La evidencia científica indica que es posible que el diez por ciento de los afect-

ados podría desarrollar, principalmente, el TEP”, afirma Alexis Dagnino, doctor en Neurobiología, director del Laboratorio de Desarrollo de Neurobiología y Conducta de la Facultad de Ciencias de la Universidad de Valparaíso.

GRUPOS DE RIESGO

El grupo de mayor riesgo son las mujeres, dado que su cerebro es más emocional. Así, la prevalencia de este tipo de enfermedades en el sexo femenino es el doble de los hombres. Episodios de depresión; trastornos de ansiedad e impulsividad; crisis de pánico; desarrollo de fobias; síntomas de reexperimentación, como pesadillas y flashbacks; dificultad para dormir, hipervigilancia e irritabilidad o ataques de ira, y problemas de concentración, son algunos

de los cuadros esperables.

Por esta razón, para los especialistas el intercambio verbal entre el alcalde Jorge Castro y pobladores afectados, quienes ofuscados reprimaban a la autoridad la ausencia de ayuda a los damnificados, junto a relatos que dan cuenta de peleas entre vecinos de las zonas altas siniestradas, que antes del incendio mantenían una buena relación, son conductas que responden a este tipo de causas.

¿POR QUÉ OCURRE?

Esta situación se origina porque un área del cerebro, llamada corteza orbitofrontal, se atrofia en los pacientes que tienen una patología mental relacionada con el estrés.

“Aquí se regula la actividad de la amígdala, la principal estructura del cerebro

que modula nuestras emociones. Al ofuscarse una persona la actividad neuronal aumenta en la amígdala, pero quien controla e inhibe a la amígdala es la corteza orbitofrontal, que hace que la persona se calme y no responda agresivamente: es su sistema inhibitorio de las emociones”, explica el doctor Dagnino, quien dirige diversas investigaciones orientadas al entendimiento de la neurobiología del estrés.

“Estos pacientes, como tienen un daño en la corteza orbitofrontal producto del estrés posttraumático, pierden el control inhibitorio de la amígdala. Entonces, la amígdala responde frente a una situación emocional en forma excesiva. Al aumentar la actividad neuronal de la amígdala, respondes con ira, agresividad y violencia”, señala.

vidad y violencia”, señala.

SALUD MENTAL

“La tragedia es ahora, pero a nivel de la salud mental va a durar por muchos meses. Y ahí es que se presenta un nuevo problema, porque ese tipo de pacientes van a necesitar una gran red de apoyo de salud mental, con equipos interdisciplinarios –psicólogos, psiquiatras– que no solo monitoreen a los pacientes, sino que previamente pesquisen a las personas que puedan desarrollar estrés posttraumático o patologías relacionadas con el estrés, como la depresión mayor, o trastornos de ansiedad e impulsividad, fobias, crisis de pánico o enfermedades cardiovasculares”, señala el académico.

La Organización Mundial de la Salud ha observado que en ciudades que han vivido experiencias traumáticas aumenta la incidencia de patologías relacionadas con el estrés y la salud mental. “Un paciente con TEP que no está medicado puede responder violentamente a situaciones emocionales fuertes, incluso puede llegar a agredir físicamente a una persona”.

Los programas de salud mental son largos en el tiempo y su costo es alto, por lo tanto se requiere de un gran apoyo en recursos humanos y monetarios para enfrentar las secuelas de la tragedia. Lo positivo es que el TEP tiene tratamiento y profesionales que pueden contener esta situación de salud mental. Para eso se requiere fortalecer los programas de salud mental de la región con recursos frescos, que permitan enfrentar de la mejor manera el problema.

EFFECTO CARDIOVASCULAR

El corazón también se ve afectado por el estrés, ya que junto con liberar cortisol, la hormona del estrés, se libera noradrenalina desde las glándulas suprarrenales. Ésta se une a unos receptores llamados beta adrenérgicos, que están en la musculatura cardíaca, aumentando la frecuencia del ritmo cardíaco, y predisponiendo a generar patologías cardiovasculares e infartos, si la persona está en el grupo de riesgo. **CS**

en la web

STRESS

Una completa y actualizada información sobre cómo el estrés afecta diversas áreas del cerebro encontrará en esta página. Se trata de avanzadas investigaciones desarrolladas en el campo de la neurobiología del cerebro.

www.senda.gob.cl



NIH

En el sitio web de los Institutos Nacionales de la Salud, un servicio de la Biblioteca Nacional de Medicina de Estados Unidos ofrece diferentes artículos científicos sobre el trastorno por estrés posttraumático y patologías relacionadas. Viene en versión en español.

www.nlm.nih.gov/medlineplus/spanish

