

Salud mental

Señora Directora:

Más de 2 millones de personas se ven afectadas por trastornos de salud mental en el país, con impactos directos en su día a día. Sin embargo, toda-

vía hay muchas personas que no buscan ayuda, ya sea por el estigma que aún rodea los problemas de salud mental o por las dificultades para acceder a los servicios de atención.

Visitar a un especialista permite detectar problemas que muchas veces se pasan por alto o se normalizan, como el estrés crónico, la ansiedad o la depresión, los que si no se tratan a tiempo tienden a empeorar y terminan afectando la calidad de vida, las relaciones con los demás y el desempeño tanto laboral como académico.

En este camino es fundamental entender a qué especialista acudir. Un médico general puede ser el primer punto de contacto. Está capacitado para diagnosticar y tratar casos leves a moderados de trastornos comunes como la ansiedad o la depresión, e incluso puede recetar medicamentos si es necesario. Si los síntomas son más complejos o no mejoran con el tratamiento inicial, el médico puede derivar al paciente a un psiquiatra, quien está especializado en manejar casos más graves o resistentes, ofreciendo tanto apoyo terapéutico como farmacológico especializado.

Dr. Pedro Lucero
Jefe Servicio de Psiquiatría
Hospital Clínico San Borja