

La lucha de una psicóloga sanantonina por el acceso a salud mental de calidad

Los sueños de Amparo Labarca Pizarro son de inclusión, dignidad y acceso universal a tratamientos psicológicos. "Todos quienes lo necesiten, merecen apoyo", señala.

Patricia Iturbe Bravo
 cronica@lidertanantoniocl

En una acogedora oficina ubicada en Llole, Amparo Labarca Pizarro, psicóloga clínica de 28 años, trabaja cada día con un sueño claro: que todas las personas que lo necesiten, sin importar su situación económica, puedan acceder a un tratamiento de salud mental digno y de calidad.

Desde su propia experiencia como persona autista, Amparo sabe de primera mano lo que significa atravesar un diagnóstico tardío y enfrentar un sistema que muchas veces no está preparado para atender a las personas neurodivergentes.

HISTORIA PERSONAL

Su vocación por la psicología nació desde una experiencia personal. Su hermano atravesó una crisis severa y, gracias a una psicóloga que no solo lo ayudó a él sino a toda su familia, pudo salir adelante. "Ahí entendí que la salud mental no solo impacta a la persona que sufre, sino también a su entorno", afirma.

Pero su camino no ha estado exento de desafíos. Su propio diagnóstico de autismo, recibido a los 22 años, la llevó a interesarse aún más en la atención de niños y adolescentes con neurodivergencias. "Antes no se hablaba tanto de estos diagnósticos, y eso llevaba a que muchas perso-



AMPARO LABARCA FUE DIAGNOSTICADA CON AUTISMO A LOS 22 AÑOS.

nas, como yo, pasaran gran parte de su vida sin entender por qué se sentían distintas", relata.

SALUD MENTAL

En Chile, el sufrimiento emocional aún no se trata con la misma seriedad que otras enfermedades crónicas como la diabetes o el cáncer. "Cuando comencé a ejercer, me di cuenta de que no todos tienen acceso a un tratamiento de calidad. La salud mental es fundamental, pero en Chile todavía no la tratamos con la misma importancia que otras enfermedades crónicas", comenta Amparo Labarca, quien se tituló hace seis años de la Universidad Católica Silva Henríquez y cuenta con especializaciones en terapia infantojuvenil y urgencias psiquiátricas.

Para la profesional, uno

“ Antes no se hablaba tanto de estos diagnósticos, y eso llevaba a que muchas personas, como yo, pasaran gran parte de su vida sin entender por qué se sentían distintas”,

Amparo Labarca,
 psicóloga clínica

de los problemas más grandes es el colapso del sistema de salud público, donde los psicólogos suelen tener solo 20 ó 30 minutos

por paciente, un tiempo insuficiente para generar un vínculo terapéutico real. "El 70% del éxito de una terapia depende del vínculo con el paciente. No se trata solo de dar consejos, sino de acompañar y generar un espacio de confianza", explica.

Por ello, decidió abrir su propia consulta, ofreciendo tarifas diferenciadas según el contexto socioeconómico de cada paciente y reservando dos cupos gratuitos para quienes más lo necesitan. "Hacer salud mental también significa generar espacios de participación social, porque no se trata solo de una consulta, sino de integrar a las personas en su comunidad", enfatiza.

EFFECTO PANDEMIA

A su juicio, el impacto de la pandemia del coronavi-



"EL 70% DEL ÉXITO DE UNA TERAPIA DEPENDE DEL VÍNCULO CON EL PACIENTE", ASEGURA LA PSICÓLOGA SANANTONINA.

rus ha sido clave en el aumento de diagnósticos de ansiedad, depresión y otros trastornos. "La Organización Panamericana de la Salud (OPS) estima que la pandemia aumentó en un 25% la prevalencia de la ansiedad y la depresión en el mundo. Mucha gente comenzó a cuestionarse, a revisar su salud mental y a buscar ayuda", subraya Labarca.

Según datos de estudios recientes, previo a la pandemia la prevalencia de algún trastorno psiquiátrico en niños y adolescentes era del 23%, cifra que aumentó de manera considerable tras los periodos de confinamiento. El aislamiento social, la incertidumbre y el estrés fueron detonantes clave en este fenómeno.

MIRADA INTEGRAL

Amparo Labarca trabaja desde un enfoque sistémico, lo que significa que no solo se enfoca en el paciente, sino también en su entorno. "Muchas veces las familias no saben cómo ayudar a sus hijos porque no tienen las herramientas necesarias. Es fundamental educarlos y acompañarlos en este proceso", indica.

Para lograrlo, considera esencial el trabajo con

equipos multidisciplinarios. "Una buena terapia no solo da consejos, sino que genera un cambio real en el paciente. Por eso es importante coordinarse con psiquiatras, terapeutas ocupacionales y otros profesionales", agrega.

El sueño de Amparo es ampliar su consulta y seguir promoviendo el acceso inclusivo a la salud mental. "No se trata de atender diagnósticos, sino de personas. Y cada persona merece ser escuchada y atendida con dignidad", concluye.

A través de su cuenta de Instagram (@psicologa.amparolabarca), busca compartir información y educar sobre salud mental, autismo y bienestar emocional, llevando su mensaje más allá de las cuatro paredes de su consulta.

Amparo Labarca Pizarro (WhatsApp +56 934076228) no solo ha construido un espacio de atención psicológica en San Antonio, sino que también ha levantado una bandera de lucha por la salud mental accesible y digna. Su historia personal y profesional demuestran que el cambio es posible cuando se combina el conocimiento con la empatía.