

LA LÍNEA FINA ENTRE ALIVIAR Y ENMASCARAR: REFLEXIONES ÉTICAS EN EL USO DE PSICOFÁRMACOS EN SALUD MENTAL

Fernando Hidalgo Ramírez¹

Universidad Autónoma del Estado de México
Fhidalgor001@alumno.uaemex.mx
<https://orcid.org/0009-0002-4960-9848>

Georgina Contreras Landgrave²

Universidad Autónoma del Estado de México
gcontrerasl@uaemex.mx
<https://orcid.org/0000-0002-0353-5970>

Andrea Santos Monroy³

Universidad Autónoma del Estado de México
asantosm881@alumno.uaemex.mx
<https://orcid.org/0009-0008-9904-4535>

Virginia Flores Pérez⁴

Universidad Autónoma del Estado de México
vfloresp004@profesor.uaemex.mx
<https://orcid.org/0000-0002-7174-0992>

DOI: 10.37594/saluta.v1i10.1399

Fecha de recepción: 17/05/2024

Fecha de revisión: 07/07/2024

Fecha de aceptación: 10/07/2024

RESUMEN

El uso excesivo de psicofármacos en salud mental plantea dilemas éticos en un contexto de búsqueda de alivio inmediato y tranquilidad. Si bien estos medicamentos alivian síntomas, sus efectos a largo plazo y el riesgo de enmascarar problemas subyacentes pueden ser una preocupación. La influencia de la hipermodernidad en las sociedades del mundo prioriza la gratificación instantánea, reflejada en la cultura contemporánea y en la prescripción desmedida de psicofármacos, los pacientes que llegan a consulta médica de primer nivel o también llamados de atención general, deben ser canalizados a un especialista de la salud mental y no sólo medicarlos para apaciguar las molestias del estrés, ansiedad y depresión, que pueden manifestarse en insomnio, irritabilidad, falta de motivación, etc.

1 Maestrando del Centro Universitario Ecatepec. Esta información es parte de la tesis del primer autor de la Maestría en Psicología y Salud (PNPC - CONAHCYT).

2 PhD., profesora de tiempo completo del Centro Universitario Nezahualcóyotl, México. Autor para recibir correspondencia.

3 Maestranda del Centro Universitario Ecatepec, México.

4 MSc., docente del Centro Universitario Ecatepec, México.

Esta tendencia es problemática, especialmente cuando los profesionales carecen de especialización en salud mental. La pandemia de COVID-19 exacerbó este fenómeno, destacando la necesidad de considerar alternativas terapéuticas. Si bien los psicofármacos son útiles, su prescripción debe ser ética y complementarse con psicoterapia. Es importante adoptar un enfoque holístico y enfocado en el paciente para garantizar una atención de calidad en salud mental. Este enfoque no sólo aborda síntomas inmediatos, sino que también trata los síntomas subyacentes, de esta manera promoviendo un posible bienestar integral y sostenible para los pacientes.

Palabras clave: Psicofármacos, dilemas éticos, salud mental, bioética

**THE FINE LINE BETWEEN ALLEVIATING AND MASKING:
ETHICAL REFLECTIONS ON THE USE OF PSYCHOTROPIC DRUGS IN MENTAL
HEALTH
ABSTRACT**

The overuse of psychotropic drugs in mental health raises ethical dilemmas in a context of seeking immediate relief and reassurance. While these medications alleviate symptoms, their long-term effects and the risk of masking underlying problems can be a concern. The influence of hypermodernity in the world's societies prioritizes instant gratification, reflected in contemporary culture and in the excessive prescription of psychotropic drugs, patients who come to first level medical consultation or also called general care, should be channeled to a mental health specialist and not only medicated to appease the discomfort of stress, anxiety and depression, which can manifest in insomnia, irritability, lack of motivation, etc.. This trend is problematic, especially when professionals lack mental health expertise. The COVID-19 pandemic exacerbated this phenomenon, highlighting the need to consider therapeutic alternatives. While psychotropic drugs are useful, their prescription must be ethical and complemented by psychotherapy. It is important to adopt a holistic and patient-centered approach to ensure quality mental health care. This approach not only addresses immediate symptoms, but also treats the underlying symptoms, thus promoting possible holistic and sustainable wellness for patients.

Keywords: Psychotropic drugs, ethical dilemmas, mental health, bioethics

INTRODUCCIÓN

En un entorno donde la búsqueda de alivio se define por la urgencia y la pasividad, se presentan diversas soluciones terapéuticas rápidas y simplificadas que aseguran resolver una variedad de problemas. De tal forma que, el uso de psicofármacos en salud mental plantea diversas consideraciones éticas debido a la delicada línea entre aliviar y enmascarar síntomas. Si bien los

medicamentos cumplen su función específica de proporcionar alivio de los síntomas, es importante tener en cuenta los posibles efectos secundarios y el impacto a largo plazo en los pacientes que buscan un alivio en sus vidas ⁽¹⁾.

Esta tendencia refleja la influencia de la hipermodernidad, según lo expuesto por el filósofo Gilles Lipovetsky, donde la satisfacción inmediata y el consumo continuo son valores preeminentes. En consecuencia, la cultura contemporánea tiende a priorizar la eficiencia y la gratificación instantánea, incluso en ámbitos tan delicados como la salud mental ⁽²⁾. Lo anterior gracias a políticas neoliberales donde se muestran niveles de atención médica que condicionan al comportamiento del consumismo por la figura del “yo”, donde esta figura solo logra paliar la enfermedad sin lograr un bienestar integral, pero sí prolongar su nivel de productividad económica cumpliendo con la demanda de resultados y sobreviviendo hasta que el propio medicamento o producto paliativo deje de ser efectivo ⁽³⁾. Sin embargo, es necesario reconocer la complejidad de la experiencia humana y la necesidad de abordar el sufrimiento desde múltiples perspectivas. En este sentido, las psicoterapias combinadas con psicofármacos se presentan como opciones válidas y éticas, mientras que el uso exclusivo de medicamentos sin acompañamiento terapéutico representa un riesgo significativo para la salud mental de los pacientes ⁽⁴⁾. Además, la práctica de profesionales de la salud que prescriben psicofármacos sin especialidad en salud mental plantea serias preocupaciones éticas y de calidad de atención. Estos profesionales pueden carecer del conocimiento necesario para comprender los trastornos mentales y las opciones terapéuticas disponibles, lo que podría resultar en un tratamiento inadecuado para los pacientes ⁽⁵⁾.

En el año 2020, la emergencia sanitaria derivada de la pandemia de COVID-19 generó un notable impacto en la salud mental de la población mexicana, evidenciado por el incremento significativo en el consumo de psicofármacos y psicotrópicos ilegales ⁽⁶⁾. Este fenómeno resalta la necesidad de reevaluar el modelo de prescripción de benzodiacepinas en las consultas de atención primaria, donde ya se observaba un manejo insuficiente de estos medicamentos. Además de aliviar la carga laboral de los médicos de familia o también llamados de primer nivel, es esencial desarrollar herramientas que fomenten la consideración de alternativas terapéuticas, como la psicoterapia o los grupos de apoyo, especialmente para los grupos más vulnerables de la sociedad, promoviendo así un enfoque más ético y bioético en la práctica clínica, propiamente de la psicología clínica. Esta aproximación favorecería un uso más juicioso de los psicofármacos y reduciría su prescripción innecesaria, lo cual resulta trascendental en el contexto de un aumento de las patologías psiquiátricas asociadas a grandes desastres ⁽⁷⁾.

Describir qué es un psicofármaco es considerarlo como un grupo de compuestos que

actúan en el sistema nervioso central, generando cambios en las funciones mentales superiores y la conducta. Sin embargo, esta definición puede ser amplia, incluyendo también otras sustancias con propiedades similares, como los anestésicos generales, drogas de abuso como la cocaína o el alcohol, y las anfetaminas, entre otras. Una definición más específica restringiría el término a las drogas utilizadas para tratar trastornos mentales. Además, algunos usos de estos fármacos van más allá del tratamiento de enfermedades mentales graves, siendo prescritos para aliviar el malestar asociado con situaciones cotidianas en personas sin trastornos mentales graves, como el insomnio ocasional, enfrentarse a algunos miedos, el estrés laboral ⁽¹⁾. Es importante reconocer que tanto los psicofármacos como las intervenciones psicoterapéuticas pueden generar efectos adversos y en algunos casos, causar más daño que beneficio lo que llamamos iatrogenia, subrayando así la necesidad de una evaluación cuidadosa y una consideración holística en la atención de la salud mental.

La medicalización moderna amplía el alcance de la medicina a áreas sociales y culturales, considerando problemas complejos como enfermedades y promoviendo la confianza en soluciones basadas en fármacos y así mismo eligiendo cada individuo en la sociedad una enfermedad que sea afines a su estilo de vida ⁽⁸⁾. La influencia de la industria farmacéutica refuerza esta tendencia, transformando conductas normales en patologías. Es así como, profesionales de la salud, junto con la industria farmacéutica y los medios de comunicación, difunden una amplia gama de enfermedades y tratamientos, impulsando el autodiagnóstico y la automedicación en una sociedad consumista. Un ejemplo se da con situaciones cotidianas como la fatiga, la timidez o el estrés, haciendo que se perciban como problemas médicos que necesitan tratamiento, distorsionando en última instancia la percepción de la salud y el envejecimiento ⁽⁹⁾.

Otro ejemplo es, el caso de Islandia, con su programa “*Juventud en Islandia*”, este programa ilustra cómo abordar los factores sociales y culturales subyacentes al consumo de drogas y como puede ser más efectivo que simplemente recurrir a soluciones médicas. Esta estrategia integral demuestra la necesidad de reconocer los riesgos de la medicalización y buscar enfoques preventivos más amplios para abordar problemas de salud pública, especialmente en el contexto del abuso de sustancias ⁽¹⁰⁾.

Algunos datos interesantes para tomar en cuenta son; el aumento del 4,2% en la demanda de psicofármacos durante los primeros siete meses del 2021 y un impresionante 8,7% en antidepresivos, esto marca un hito histórico sin precedentes a nivel mundial. Esta tendencia refleja una respuesta natural ante la crisis prolongada y el estrés crónico, lo que agrava aún más la situación ⁽¹¹⁾. Parece que la vía farmacológica se presenta como la solución más inmediata. Sin embargo,

esta aparente solución podría atribuirse al interés de las empresas farmacéuticas en mantener su clientela, promoviendo predominantemente el tratamiento a través de medicamentos en lugar de considerar alternativas psicoterapéuticas no farmacológicas. Este enfoque, respaldado incluso por la Organización Mundial de la Salud (OMS), refleja la hegemonía de la medicación en las agendas de salud a nivel mundial ⁽¹²⁾.

Los medicamentos ayudan en gran manera a recobrar la salud de muchos pacientes que sufren diferentes padecimientos o enfermedades. En contra tesis, no podemos caer en la idea simplista y negar las ventajas que la medicación tiene a favor y que la psicoterapia no puede lograr. Por ejemplo, al considerar trastornos mentales graves, la psicofarmacología ha proporcionado evidencia científica sobre los fundamentos neurobiológicos y neuroquímicos de diferentes trastornos. Esta comprensión permite intervenir directamente en los síntomas que pueden no ser alcanzados por la psicoterapia, lo que facilita un enfoque completo en el tratamiento ⁽¹³⁾. El camino correcto es usar medicamentos responsablemente, éticamente, paralelamente a una terapia, psicoterapia, rehabilitación o el caso que fuera dependiendo el padecimiento de cada paciente. Es darle opciones de tratamiento para poder darle una mejor atención.

También es importante mencionar que, desde una perspectiva ética, se deben considerar los principios establecidos en marcos éticos como la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos de la (UNESCO) y también los principios de ética biomédica delineados en el Informe Belmont; Dichos principios, que incluyen el respeto a la autonomía del paciente, la no maleficencia, la beneficencia y la justicia, nos brindan una orientación sobre cómo garantizar que el uso de psicofármacos sea ético y respetuoso de los derechos humanos. Además, en el contexto de la ley, la Ley General de Salud en materia de investigación establece pautas éticas y legales muy puntuales, para la investigación médica en México. Dicha ley garantiza que la investigación médica se realice de manera ética y respetuosa de los derechos humanos, protegiendo la autonomía y la dignidad de los participantes de la investigación, es importante tomar en cuenta estas consideraciones legales para el uso del tratamiento con psicofármacos o drogas de uso medicamento controlado.

El imperativo final radica en asegurar que el abordaje de los trastornos mentales sea ético, bioético y humano, centrado en el paciente y fundamentado en la evidencia científica. Al adoptar estos principios éticos en la práctica clínica y siendo responsables no solo con la salud del paciente, sino con concepto subjetivo más profundo que es el bienestar de cada persona, de esta manera estaremos cultivamos un camino hacia la recuperación sostenible a largo plazo. La integración de estas consideraciones éticas en la toma de decisiones y de tratamiento médico, no sólo honra la dignidad y autonomía del individuo, también fortalece la confianza en el sistema de atención médica

y fomenta la excelencia en la atención de la salud mental. Al negarle el proceso de asimilación a cada persona es darle un daño, ya que el individuo necesita asimilar los contenidos traumáticos, depresivos, estresantes o ansiosos, darle las herramientas para que pueda solventar por sí mismo estos fenómenos psicológicos y no solo apaciguar el malestar, es a su vez, darle la oportunidad de crecimiento psicológico y de la oportunidad del autoconocimiento ya que de las enfermedades, del malestar, del duelo, del dolor y la angustia, también puede el hombre aprender a conocerse y valorarse.

Pues, si bien estos medicamentos son herramientas fundamentales en el tratamiento de trastornos mentales, su prescripción y uso deben adherirse a principios éticos fundamentales, como el respeto a la autonomía del paciente y la garantía de su bienestar. Asimismo, resulta esencial reconocer que el uso de psicofármacos no debe ser visto como una solución rápida o única para los problemas de salud mental. Los psicofármacos, si bien pueden aliviar síntomas, deben complementarse con un enfoque holístico que incluya la psicoterapia y una evaluación exhaustiva de las necesidades individuales de cada paciente. El enfoque holístico y centrado en el paciente es fundamental para garantizar una atención de calidad en salud mental. Al integrar la psicoterapia con el uso de psicofármacos cuando sea necesario, se puede proporcionar un tratamiento más completo y efectivo que aborde tanto los síntomas inmediatos como las causas subyacentes de los trastornos mentales, ¿o es acaso que los beneficios personales, están por encima de la salud de la población?

COMENTARIOS FINALES

Es fundamental adoptar principios éticos y legales en la práctica clínica para garantizar el bienestar y promover la recuperación sostenible de la salud a largo plazo. Combinar la psicoterapia con el uso de medicamentos psicofarmacológicos, cuando sea apropiado, puede proporcionar un enfoque más integral y eficaz que aborde los síntomas y las causas inmediatas de los trastornos mentales. Es muy importante distinguir los síntomas de los rasgos de personalidad para evitar medicar de forma innecesaria y que no se contribuya a enfermedades crónicas a futuro para el paciente. La promoción de la salud debe ser una prioridad en la agenda pública y privada, así como evitar priorizar intereses comerciales o de consumo, promover un tratamiento que respete el cuerpo humano y el acceso a efectivos a programas de salud apegados a prácticas bioéticas, debe guiar el quehacer de cualquier disciplina de la salud.

Este enfoque integral no solo mejora la calidad de atención, sino que también fomenta un entorno de confianza y respeto hacia el paciente, asegurando que las intervenciones sean eficaces y humanamente dignas promoviendo salud y bienestar e incluso la propia promoción de la salud de los individuos desde un modelo de atención más salutogénico. Asimismo, la interdisciplinariedad

debe ser fomentada en todos los profesionales de salud, recordar que cada especialista tiene su campo de acción y otros profesionales de distinta especialidad no deben cruzar esa línea.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Casas I, Casas D, Contreras G, Rodríguez A. El cuerpo, hipermodernidad y medicina. *Medicina e Investigación*. 2013;1(2):95–8. (8)
- Casas PD, Torres RA, Oliveira C da CC, Contreras LG, Martínez MM de los Á. La práctica médica en la hipermodernidad. *Ciencia desde el Occidente*. 2015;2(2). (3)
- Cunya HD, Inca SJJ. *Psicofármacos más Dispensados y Trastornos Psiquiátricos más*. [Lima Perú]: Universidad Norbert Wiener; 2022. (11)
- del Carpio OPS, Estrada ER, Hernández YQ, Gallegos M, Martino P, Calandra M, et al. Mental health in the Mexican population due to COVID-19. *Bol Malariol Salud Ambient*. 2022 Jul 1;62(4):686–95. (6)
- Franco MAF. Los efectos de la intervención a través de la medicina psiquiátrica en la salud mental del sujeto: Revisión documental. *Corporación Universitaria Minuto de Dios*; 2023. (13)
- García DS, De Nicolás VM, Diéguez VC, Fernández MP, Suárez GP, Navarro RY. Impact of COVID-19 lockdown on the prescription of benzodiazepines. *Aten Primaria*. 2023 Mar 1;55(3). (7)
- Holst J. *Global Health - Emergence, hegemonic trends and biomedical reductionism*. Vol. 16, *Globalization and Health*. BioMed Central Ltd.; 2020. (12)
- Hueso HH. *Psicoterapias y/o Psicofármacos*. 2001 [cited 2024 Apr 12]; Available from: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=1227924> (4)
- Jauregui BI. *Disquisiciones sobre el uso y abuso de opiáceos y otros psicofármacos. El caso de Islandia* [Internet]. 2020. Available from: <http://www.psicologiajauregui.com> (10)
- Quispe-Turpo F, Huanco-Condori J, Cruzado L. Inappropriate use of prescribed psychotropic drugs: Intravenous diazepam in the psychiatric emergency. *Rev Neuropsiquiatr*. 2021 Jun 1;84(2):138–43. (1)
- Sirera PJ. El psicólogo en atención primaria: un debate necesario en el sistema de salud [Internet]. 2008. Available from: <http://www.cop.es/papeles> (5)
- Tamés E. Lipovetsky: Del vacío a la hipermodernidad. *Revista Tiempo Cariátide* [Internet]. 2007 [cited 2024 May 15];47–51. Available from: https://www.uam.mx/difusion/casadeltiempo/01_oct_nov_2007/casa_del_tiempo_eIV_num01_47_51.pdf (2)
- Torres RA, Patiño CD, Landgrave CG, Ruano CL. De la enfermología a la salutogénesis: conceptos teóricos en la búsqueda de la salud como derecho universal. *Revista Médica*

de la Universidad de Costa Rica [Internet]. 2015;9(2):1–9. Available from: www.revistamedica.ucr.ac.cr (9)