

Dra. Elaine Flores: “Los trastornos mentales han sido históricamente no visibles”

Todos los días recibimos noticias acerca de desastres naturales en el Perú y en el mundo: incendios forestales, terremotos, inundaciones, o deslizamientos, cambios dramáticos de temperatura. Estos hechos tienen como consecuencias la destrucción de infraestructura, la muerte de especies y agudos problemas económicos.

La Dra. Elaine Flores, destacada egresada de nuestra universidad, Doctora en Epidemiología y Salud Poblacional, Magíster en Ciencias de Investigación Epidemiológica, Miembro fundador de la Platform for Social Research on Mental Health in Latin America (PLASMA), desde el Centro sobre Cambio Climático y Salud Planetaria y el Centro para la Salud Mental Global en la escuela de Londres y Medicina Tropical (LSHTM)-donde labora- ha concentrado sus esfuerzos en estudiar, analizar y enfrentar un problema sobre el cual no se habla mucho: el impacto de estos dramáticos fenómenos en la salud mental de las personas, especialmente en los sectores más vulnerables, como mujeres y niños de escasos recursos.

Usted cursó su carrera en nuestra universidad, ¿Qué recuerda de su vida como estudiante?

Mis estudios en la Facultad de Medicina fueron muy importantes. En mi familia hubo un periodo de muchas enfermedades, que despertaron una vocación de querer aprender para ayudar a otros. Recuerdo con nostalgia a los compañeros de promoción, colegas de la Sociedad Científica SOCIEM-USMP, profesores y tutores.

Creo que lo que más me impactó fueron las rotaciones que hice en las sedes hospitalarias y en el Hospital Santa Rosa, la sede del de internado. Nuestro sistema de salud tiene muchas carencias. Ver este impacto en la atención hospitalaria y en la salud de los pacientes me indujeron a buscar respuestas en la investigación.

Pero también fui testigo de bastantes esfuerzos individuales y empatía de parte de algunos proveedores de salud, que iban más allá de sus responsabilidades. Quizás son recuerdos un tanto agriados, pero con muchas enseñanzas.

¿Cuál es la evaluación que podría realizar sobre el impacto de los desastres sobre la salud mental de las personas en países de bajos o ingresos medios como el Perú?



La Dra. Flores- en la imagen en un evento de la OMS- invocó a los futuros médicos sanmartinianos a que se comprometan en actividades, grupos y sociedades que tengan un enfoque amplio, para abordar los problemas con un enfoque multidisciplinario.

La carga de desastres a nivel mundial está creciendo de forma innegable. Reportes como el *Informe del costo humano de desastres de la oficina de la ONU para la reducción del riesgo de desastres* comparó dos periodos (1980-1999 y 2000-2019), y sus hallazgos destacaron cómo los eventos climáticos extremos ahora dominan el panorama de desastres en nuestro siglo.

En los últimos 9 años, el 84% estuvieron relacionados con problemas climáticos, con mayor frecuencia las inundaciones y las tormentas. Y en los últimos dos décadas, el número de inundaciones importantes ahora es más del doble. Los fenómenos son cada vez más devastadores, y tenemos evidencia de que el Cambio Climático impulsa este dramático aumento.

En ese escenario, el problema ya está afectando los determinantes sociales, económicos y ambientales de la salud mental. Las comunidades y poblaciones desfavorecidas están sintiendo las consecuencias más severas: la mayor exposición y vulnerabilidad a estos peligros tienen sus raíces en retos estructurales como la pobreza, las desigualdades, el mal manejo y planeamiento de riesgos, entre otros.

Y uno de los sectores más afectados sería el de las mujeres...

Efectivamente, especialmente aquellas que viven en países de ingresos bajos y medios, como es el nuestro, de grupos indígenas, y en situación de vulnerabilidad o amenazas como la violencia de género, experimentan una mayor expo-

sición e impactos de las amenazas ambientales, y tenemos abundante evidencia de ello a nivel global.

El Perú es especialmente susceptible, con altos niveles de contaminantes asociados con las industrias extractivas y su exposición a diferentes riesgos ambientales, desastres climáticos, con poco respaldo por parte del estado y un escaso acceso a tratamiento psicosocial.

¿Qué la motivó a investigar ese tema?

Después de obtener el título, estaba haciendo mi año de SERUMS en la compañía de bomberos voluntarios de Los Olivos, cuando ocurrió el terremoto de Pisco. Me uní a uno de los equipos de primeros auxilios que brindaron apoyo médico después de ese hecho, y luego regresé anualmente a la misma área en misiones médicas con diferentes colaboradores, como la Peruvian American Medical Society, y la Fundación Real Medicine.

Me sentí muy impactada al ver que las personas inicialmente afectadas por el sismo, seguían sin apoyo ni acceso a recursos de reconstrucción o reconstrucción, mucho después de que las noticias dejaran de informar sobre el desastre. Esto luego lo vi en otros contextos post-desastre en el norte del país y en la zona de Carapongo, en Lima este.

Posteriormente, y motivada por estos sucesos, comencé a hacer investigación sobre salud mental en desastres para mi tesis de maestría en la UPCH. Evalué el estrés postraumático crónico y el capital social de más de 1.040 sobrevivientes del terremoto de Pisco tres años después del evento.

Desde entonces, me ha interesado explorar los efectos de los desastres, las amenazas ambientales y los determinantes sociales en la salud mental y otros temas de salud.

¿Los problemas que se pueden encontrar en nuestro país acerca de desastres naturales y salud mental, son similares a los que encuentra en otras latitudes?

Los trastornos mentales han sido históricamente no visibles, tanto en las agendas de investigación como de financiación, a pesar de su importancia en muchos países. Constituyen una de las principales causas de la carga global de morbilidad en todo el mundo, que crece continuamente en todos los grupos étnicos, y contribuyen significativamente más a las tasas de discapacidad que cualquier condición de salud física a nivel mundial. Además, pueden ser extremadamente costosos, tanto a nivel individual como comunitario y social.

Los desórdenes a menudo tendrán un curso crónico recurrente a pesar del tratamiento, y se encuentran entre las causas más importantes de muerte en todo el mundo. En países como el nuestro la brecha de acceso al tratamiento para estos trastornos es grande. Por ejemplo, se ha estimado que entre el 75 y el 85 % de las personas con enfermedades mentales comunes y graves no tienen acceso a ningún tipo de tratamiento de salud mental en países de bajos y medianos ingresos.

Y sumado a este escenario de por sí difícil, tenemos los impactos directos e indirectos del cambio climático, que se manifestarán a corto o largo plazo, interactuando con factores que afectarán nuestra salud mental y bienestar. Por ejemplo, eventos climáticos extremos como los desastres, que pueden actuar de forma aguda a través de mecanismos similares al estrés traumático, dando lugar a patrones psicopatológicos como la depresión y la ansiedad.

¿Qué repercusiones podrían tener estos hechos, y qué medidas se pueden tomar desde diferentes estamentos?

Las consecuencias de la exposición a eventos meteorológicos extremos o prolongados pueden ser crónicas, como los trastornos de estrés postraumático prolongado, así como el suicidio y la intención suicida, o incluso transmitirse a generaciones posteriores.

Como vemos, es un contexto difícil, que no tiene una única respuesta, ni va a ser solucionado solo a través una respuesta clínica, sino que requiere acciones coordinadas y a varios niveles. Por ejemplo, el proceso de toma de decisiones para abordar los impactos del cambio climático debe incluir el costo de la carga de salud mental que, como ya he mencionado, es enorme.

La investigación debe ser intersectorial, incluir colaboraciones con sectores clave, y que identifique y amplíe intervenciones exitosas basadas en evidencia que aborden el impacto del cambio climático, y disminuyan los efectos negativos en la salud mental.

Se debe reconocer que los grupos vulnerables están experimentando los peores efectos. Por lo tanto, es necesario abordar las inequidades estructurales, los determinantes sociales, y adaptar las intervenciones a sus necesidades que deben ir más allá de ofrecer tratamiento clínico.

La concientización y la preparación a nivel de la sociedad debe también ser enfocada y, finalmente, reconocer que los esfuerzos individuales o el autocuidado para estos efectos pueden no ser suficientes: también debemos promover y comprometer acciones colectivas, sobre todo entre los grupos más jóvenes, que se ha reportado que se encuentran muy angustiados en este escenario, en todo el mundo.

¿Qué otros temas son de su interés?

Ahora estoy trabajando en varios proyectos en temas relacionados a proteger la salud mental y el bienestar de poblaciones vulnerables de manera participativa, es decir, poniendo por delante las voces y la experiencia de las comunidades afectadas, con un enfoque que reconozca la desproporción del impacto en mujeres, grupos originarios, y otras minorías.

He estado vinculada a estudios del impacto del COVID-19 en la salud mental en Reino Unido y Perú, y también en los beneficios de estrategias de mitigación y adaptación al cambio climático. Tengo la suerte de tener varios grupos con los que colaboro fuera, pero mi interés principal sigue estando en nuestro país.

¿Cuáles son las conclusiones a la que se llegaron en los webinar, que usted coorganizó, llamados “Keeping our planet in mind”?

Esta serie de webinars (“Teniendo en mente nuestro planeta”) fueron co-patrocinados por el Centro sobre Cambio Climático y Salud Planetaria y el Centro para la Salud Mental Global en la escuela de Londres y Medicina Tropical (LSHTM), donde trabajo.

La serie de actividades tuvo como objetivo promover el diálogo dentro de la comunidad de salud planetaria en torno a la creciente evidencia sobre los vínculos entre la salud mental y el cambio climático. Los diferentes panelistas en las tres conferencias dieron una descripción general de la evidencia actual, y las áreas de trabajo en torno al cambio climático y la salud mental, con diferentes enfoques, metodologías, grupos vulnerables objetivos, intervenciones propuestas y soluciones.

Lamentablemente el horario en que se organizó no era muy conveniente para el Perú, pero las grabaciones están disponibles para aquel que desee verlas, así que los invito a todos a revisarlas, y a darme su opinión o alcanzarme cualquier pregunta que tengan acerca de este tema.

¿Qué invocación les haría a los futuros médicos de nuestra casa de estudios?

A mis futuros colegas les recomendaría, en primer lugar, que se comprometan en actividades, grupos y sociedades que tengan un enfoque amplio. Eso les ayudará a tener un intercambio de diferentes conocimientos y podrán abordar los problemas con un enfoque multidisciplinario y crítico. Recuerden la vieja expresión: “El médico que sólo sabe Medicina, ni siquiera Medicina sabe”.

Les sugiero, además, que sean inclusivos (en todo sentido), flexibles, y valoren las experiencias de vida y los derechos de todos los actores del sistema de salud. No todo es medicina basada en evidencias, ni el médico está en lo alto de un sistema jerárquico anacrónico.

Finalmente, estamos padeciendo una crisis climática que cambiará mucho el mundo como lo conocemos y sus impactos en salud los estamos viendo ya. Los servicios de salud y los médicos tienen un papel importante en la reducción de sus emisiones, mostrando liderazgo, y abogando por cambios necesarios para nuestra supervivencia.

La Molina, setiembre 2022

ÁREA DE DIFUSIÓN

Oficina de Extensión y Proyección Universitaria
Facultad de Medicina Humana - USMP