

Actualidad

Un informe de la OCU promueve la terapia Cognitivo-Conducutal frente a los fármacos en los trastornos de ansiedad y depresión



En el informe publicado en “OCU salud”, realizado tras 34 entrevistas a pacientes y profesionales de Atención Primaria y Salud Mental, se observa que a pesar de la mayor eficacia demostrada de la terapia cognitivo-conductual, la tendencia a recetar fármacos para este tipo de trastornos sigue a la orden del día. Por ello, solicitan “más psicoterapia y menos pastillas” y que además, se mejore la accesibilidad al tratamiento psicológico, se destinen más recursos al mismo y se promueva una mayor concienciación social entre usuarios y profesionales. Ver más en:

<http://www.ocu.org/salud/nc/nota-prensa/mas-psicoterapia-y-menos-pastillas572164>

[llas572164](http://www.ocu.org/salud/nc/nota-prensa/mas-psicoterapia-y-menos-pastillas572164)

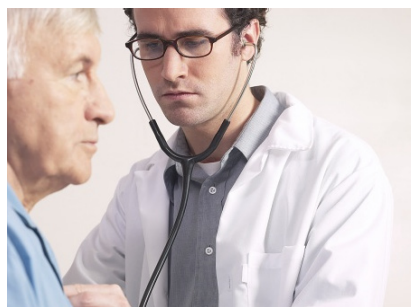
Con la crisis económica aumenta la demanda de ayuda psicológica



Se estima que en épocas de recesión económica los trastornos de ansiedad, problemas de sueño, depresión, psicósomáticos y de abuso de sustancias aumentan entre un 20-40%, por un incremento en las fuentes de estrés externas, entre las cuales destaca la inestabilidad laboral. Desde el inicio de la crisis, han aumentado el número de consultas relacionadas con situaciones de desempleo, problemas económicos y laborales, así como el total de personas que demandan ayuda psicológica, según datos del 2011. Ver más en:

<http://www.20minutos.es/noticia/1504061/0/>

En torno al 80% de pacientes de Atención Primaria con síntomas dolorosos presentan además depresión



Un reciente estudio realizado en el Hospital 12 de Octubre de Madrid relaciona aún más los dolores físicos con la depresión, encontrando que un 80,4% de los pacientes que acuden a consulta por dolores presentan un trastorno depresivo no diagnosticado. Por otro lado, se estima que el 14% de las consultas de Atención Primaria en el mundo se deben a la depresión. Estos datos ponen de manifiesto la necesidad de herramientas para el correcto diagnóstico y tratamiento de este problema también en Atención Primaria, sobre todo, teniendo en cuenta que la depresión es la tercera causa de discapacidad en los países desarrollados según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Ver más en:

http://www.infocop.es/view_article.asp?id=1956

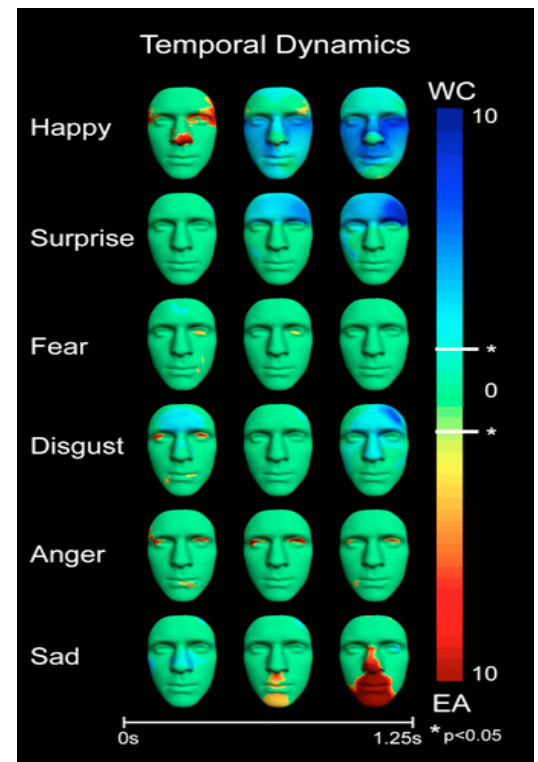
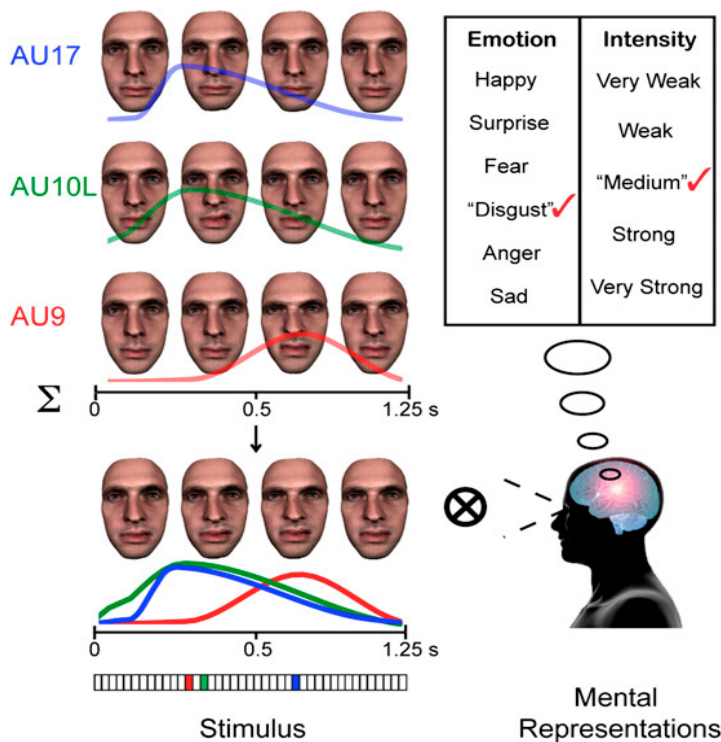
El IX Congreso Internacional de la SEAS bate récords



El IX Congreso Internacional de la SEAS se celebró en Valencia el pasado mes de septiembre, con un éxito rotundo en cuanto a asistencia y calidad de los trabajos presentados. Todo esto, además con un récord de trabajos presentados, alcanzándose la cifra de trescientos veinticuatro, entre comunicaciones orales y escritas. Ver más en:

<http://www.ansiedadystres.org/>

Son realmente universales las emociones "básicas"?



Desde que Darwin propusiera la hipótesis de la universalidad de las 6 expresiones emocionales básicas (alegría, sorpresa, miedo, asco, ira y tristeza), basándose en su origen biológico y adaptativo, han surgido diversas publicaciones que ponían en entredicho esa universalidad.

En una reciente publicación en la prestigiosa revista PNAS los autores han utilizado modelos en cuatro dimensiones generados por ordenador que se asemejan a las representaciones mentales individuales de las expresiones faciales para compararlas en dos culturas: occidentales caucásicos y orientales asiáticos. De todas las caras generadas, los participantes de cada cultura debían escoger las que ellos consideraban representativas de cada una de las emociones básicas y también evaluarlas en cuanto a su intensidad emocional.

En el grupo de los occidentales, en efecto se identificaron seis modelos diferenciados y concretos para las emociones primarias. Sin embargo, en el grupo de los orientales, no había una diferenciación tan clara, llegando a solaparse distintas

emociones para una misma expresión (sobre todo las de sorpresa, asco, miedo e ira). También había diferencias entre ambas culturas en la percepción de la intensidad: los asiáticos observaban la intensidad sobre todo basándose en la zona de los ojos, mientras los caucásicos generalmente fijaban su atención en otras partes de la cara.

Una posible explicación para estas diferencias interculturales podría ser que las representaciones mentales de las expresiones emocionales, se forman a partir de lo que la persona percibe en su entorno. De este modo, a pesar de sus orígenes biológicos adaptativos, las expresiones faciales habrían evolucionado distintivamente en cada cultura con el fin de mejorar la comunicación interpersonal.

Este y otros trabajos ponen en entredicho una premisa básica en el estudio de las emociones, la universalidad de las mismas. Ver más en:

<http://m.pnas.org/content/109/19/7241.full.pdf>