



Pilar Calvo, en su despacho del Colegio Oficial. Fotoprensa

PILAR CALVO. Decana del Colegio Oficial de Psicología de La Rioja

«Es necesario promover el bienestar psicológico en todos los ámbitos»

REDACCIÓN

Logroño. Pilar Calvo, como decana del Colegio Oficial de Psicología de La Rioja, analiza el estado de la profesión y las necesidades que se plantean en pleno siglo XXI.

– Cada vez se presta mayor atención a la salud mental. No sé si hay que felicitarse por ello, o es síntoma de que cada vez estamos más enfermos, ¿qué piensan los profesionales?

– La ciudadanía y la sociedad en su conjunto están prestando más atención a la salud mental, conocen mejor las aportaciones que la ciencia de la psicología aporta y busca ayuda profesional en caso de experimentar problemas psicológicos o en caso de querer adquirir conocimientos y destrezas para seguir evolucionando positivamente en el desarrollo personal. Detectar a tiempo el malestar emocional, los desajustes personales, u otros trastornos, y atender con evidencia cien-

tífica esas vivencias, es mejorar la calidad de vida; eso supone un avance personal y social muy importante.

– En algunos casos, parece que esta sociedad actual quiere delegar en ustedes la solución a problemas como la gestión de sentimientos o incluso de la frustración, ¿no es algo que se debe asumir personalmente?

– Tanto el afrontamiento de la frustración, como la gestión de las emociones experimentadas ante los acontecimientos vitales o los procesos internos, siempre ha de ser asumido personalmente. Lo que los profesionales hacemos es contribuir al conocimiento de las causas que han generado esas vivencias y a las medidas que se pueden adoptar para desarrollar competencias de regulación y afrontamiento. Hacer consciente esa información, generalmente confiere seguridad personal y percepción de autoeficacia

«La ciudadanía, y la sociedad en su conjunto, están prestando más atención a la salud mental»

«Detectar a tiempo el malestar emocional, los desajustes y trastornos sirve para mejorar la calidad de vida»

«Bajo los nombres más diversos, se publicitan personas que ofrecen respuesta a problemas psicológicos»

para tener una vida significativa y con propósitos.

– ¿Por qué los niños cada vez llevan esa gestión peor?

– Los niños y las niñas necesitan vínculos seguros y estables para crecer en autonomía y confianza, referentes adultos con los que comunicarse, sentirse escuchados, que muestren capacidad de afrontamiento de las tensiones cotidianas con equilibrio. Estamos en una sociedad en la que la prisa no facilita la comunicación, en la que muchas familias presentan una elevada sobreprotección o la exigencia de cambio continuo de los menores por la diversidad de situaciones familiares, o la presencia constante de las redes sociales.

– Esa mayor atención a la salud mental ha dado lugar a la proliferación de ‘coach’ emocionales. ¿No es esa una forma de intrusismo en su trabajo?

– En la actualidad existe un eleva-

do intrusismo en la profesión. Bajo los nombres más diversos, se publicitan muchas personas ofreciendo la respuesta a todas las problemáticas psicológicas o como expertos en salud mental. La ciudadanía ha de hacer consciente a quién quiere acudir, quién quiere que le trate, personal cualificado con el conocimiento científico de la Psicología, o personas que sin la formación oficial reconocida se definan como expertos sin serlo; el riesgo del daño iatrogénico está presente en esas condiciones. Por ello, invitamos a que cualquier persona que busque ser atendida con rigor y eficacia busque profesionales colegiados como garantía de calidad.

Sanidad pública

– Ustedes siempre han reclamado su presencia en el sistema público de salud. Este año se han incorporado a la Atención Primaria, ¿qué primer balance se puede hacer? ¿Hay que seguir avanzando?

– En principio, el balance es muy positivo. Se han incorporado 15 psicólogos y psicólogas para poder atender en los Centros de Atención Primaria de Rioja Alta, Centro y Rioja Baja. El nivel de satisfacción de los participantes con sintomatología ansiosa, depresiva, dolor crónico, procesos de duelo e insomnio, en el trabajo grupal que se realiza, es bastante elevado. Por supuesto que se ha de seguir avanzando consolidando la figura de los psicólogos en Atención Primaria.

– ¿Es necesaria también su presencia en centros educativos y centros de mayores? Parece que en algunos momentos se avanza, pero en otros se retrocede.

– La inclusión de psicólogos y psicólogas en los centros educativos contribuye a optimizar el desarrollo evolutivo integral, promocionar el bienestar psicológico, y a detectar tempranamente factores de riesgo y prevenir problemas psicológicos y educativos en los niños y jóvenes, tales como el abandono escolar, el acoso, la ansiedad, la depresión, las autolesiones, los trastornos de conducta, el manejo inadecuado de las redes sociales y otros presentes en la infancia y adolescencia de nuestra sociedad actual.

En los Centros de Mayores, la presencia de profesionales de la Psicología proporciona el conocimiento y las herramientas para lograr un envejecimiento activo, para vivir con calidad; es decir, para mantener hábitos saludables, optimizar el funcionamiento físico y cognitivo, regular las emociones, regular la propia vida de modo activo y satisfactorio.

Además, también es necesaria la participación de profesionales de la Psicología en el ámbito del Trabajo y las Organizaciones, de la Justicia, de Emergencias, del Deporte, de la Intervención Social, del Tráfico y la Seguridad y en el análisis del impacto de los programas de las Administraciones Públicas.

En definitiva, es necesario promover el bienestar psicológico en todos los ámbitos.