

Psikofarmakoak gazteetan gizartearen ondoezaren ispilu

Ana Galarraga Aiestaran • Elhuyar Zientzia

Datuek argi adierazten dute: antsiolitikoen kontsumoa igo egin da nerabeetan; bereziki, emakumezkoetan eta klase apalekoetan. OPIK ikerketa-taldeko Xabi Martínez Mendiak eta kideek, datuak biltzeaz gain, haien atzean dagoena ere aztertu dute, eta baldintzatzaile sozialen indarra azalerratu dute (generoa, klasea, jatorria...). Azken finean, gazteen joera gizartearenaren ispilu da; eta gizartearen ondoeza analizatu dute, hain justu, Javier Padilla Bernáldez medikuak eta Marta Carmona Osorio psikiatrak, *Malestamos* (Ondoezik gaude) liburuan. Hau da liburuaren azpititulua: "Ondoeza arazo kolektiboa denean".



Xabi Martínez Mendia
OPIK taldeko ikertzailea
ARG.: Javier Ozcoidi Arricibita



Amaia Bacigalupe de la Hera
OPIK taldeko ikertzailea
ARG.: Marisol Ramirez/©FOKU



Azken boladan, agerikoa da buru-osasunarekiko kezka. COVID-19aren aurretik ere, igotzen ari ziren depresioaren eta antsietatearen prebalentziak Europa osoan, eta, sindemiaren ondorioz, okerrera egin du egoerak; bereziki, emakumeen eta gazteen artean. OPIK ikerketa-taldekoek gazteetan jarri dute fokua, eta, Espainiako 2018ko ESTUDES inkestaren erantzunetatik abiatuta, antsiolitikoek eta hipnosedanteen kontsumoa aztertu dute, 14-18 urteko nerabe eta gazteetan.

Hala, guztira, 38.000 ikasleren datuak bildu dituzte, kategoria hauetan sailkatuta: adina, generoa, gurasoen ikasketa-maila (maila sozio-ekonomikoarekin erlazionatzen baita), eta jatorrizko

herrialdea. Hau jakin nahi zuten: noizbait edo azken urtean kontsumitu ote zuten antsiolitikorik edo hipnosedanterik, errezetarekin edo gabe. Eta baieztatu dute emakumezkoek gizonezkoek baino gehiago kontsumitzen dituztela, adin-tarte guztietan.

Adibidez, 18 urterekin, emakumezkoen hirutik batek antsiolitikoren bat kontsumitu zuen noizbait; aldiz, gizonezkoetan, bostetik batek. Beste kategoriei begiratuz gero, 14tik 18ra hazten doa kontsumoa; migranteen artean ere, generoaren arabera joera-desberdintasuna dago; eta klase apalekoetan kontsumoa handiagoa da.



Emaizten argira, lau puntu azpimarratu ditu Xabi Martínez Mendiak. Generoaren eragina da lehena: “Ezer nabarmentzekotan, azpimarratzekoa da emakumezkoen kontsumoa handiagoa dela, kategoria guztietan, eta aldagai guztiak aintzat hartuta. Genero-arrakala begi-bistakoa da”.

Adina aipatu du jarraian. Izan ere, ikerketan 14 urtetik gorakoen datuak bildu dituzte, baina, beste datu-baseetan, 12 urtetik gorakoena ere jaso dituzte, Euskadin. “Eta hor ikusi dugu 12-13 urterekin ez dagoela desberdintasunik, generoaren arabera. Alderantziz, mutiletan kontsumoa pixka bat handiagoa izan daiteke adin horietan. Baina 15-16 urtera iristean, sozializazioaren indarragatik, emakumezkoen kontsumoa handitzen hasten da, eta arrakala gero eta handiagoa egiten da”.

Herentzia eta talde-identitatea

Horrez gain, Martínezek uste du merezi duela arreta jartzea ama-alaben arteko harremanean. “Batetik, amaren hezkuntza-mailaren eragina handiagoa da alabengan, eta hori Euskadiko datu-basean ere agertzen da. Baina, datu kuantitatiboez harago, kualitatiboki badirudi kontsumoaren narratiba zaintzaren inguruan artikulatzen dela. Hau da, alabak amari esker dituela eskura botikak, amak ulertzen duelako horrekin lagundu diezaiokeela alabari emakume-kontuetan, nolabait esateko. Kontsumoa ez ezik, kontsumoa ulertzeko modua ere heredatzen da”.

Martínezek 2021eko ESTUDES inkesta ere aztertze aukera izan du, eta frogatu du joerak indartu egin direla, eta ñabardura bat ere aipatu du: “Hobeto



Gizartean ohikoa bihurtzen ari da medikuaren kontsultara jotzea ondoezaren soluzio bila. Ondoeza leuntzeko bestelako laguntzak izatea da, beraz, psikofarmakoen kontsumoa neurriratzeko irtenbideetako bat, adituen esanean. ARG.: Chinnapong/Shutterstock.

Marta Carmona Osorio
Psikiatra



Javier Padilla Bernáldez
Medikua
ARG.: Cristina Candel



aztertu behar dut, baina badirudi kontsumo-igoera nabarmenagoa dela adin txikienetan; alegia, orokorrean igo bada ere, igoera askoz handiagoa dela 14-15 urtekoetan. Igoera, hortaz, ez da proportzionala izan 2021eko laginean, eta gure hipotesia da kontsumoaren igoera eta generoaren araberako bereizketa gero eta goizago hasiko direla”.

Are gehiago: “Irudipena dugu badagoela arriskua pilulen kontsumoa sozializatzeko modu bat bihurtzeko; pilulak identitate-marka bat izateko. Oraindik hipotesi bat da, baina susmoa dugu osasun mentalaren gaia gizarteratzeak eta medikalizazioa normalizatzeak ekar dezakeela hortik sozializatzeko arriskua; hori izatea talde-identitatea sortzen duena”.

OPIK ikerketa-taldeko kide Amaia Bacigalupe de la Herak bestelako arriskuak ere ikusten dizkio antsiolitikoak hain gaztetatik hartzeari: “Alde batetik, ez dakigu psikofarmakoek zer ondorio izan ditzaketen epe luzerako kontsumoan, ezta ondorio fisiologikoak izan ditzaketen ere, adin horietako pertsonetan. Hain zuzen, industria farmazeutikoak egiten dituen saio klinikoetan, laginak oso homogeneoak izan ohi dira, bai generoaren bai adinaren aldetik. Beraz, oso gutxi dakigu gorputz gazteetan psikofarmakoek eragin ditzaketen ondorioez”.

Iatrogenia klinikoari dagokio hori. Bacigalupek beste iatrogenia-mota bat ere azaldu du, ordea: “Iatrogenia soziala edo kulturala da; bestea bezain inportantea edo are inportanteagoa. Izan ere, gero eta normalizatuago dago eguneroko arazoei aurre egiteko psikofarmakoak hartzea,

eta horrek desahaldundu egiten gaitu. Hau da, gaitasuna galtzen dugu beste estrategia batzuen bidez erantzuteko arazo horiei; hala nola baliabide eta sare komunitarioetara jotzea, edo familiara, adibidez. Lehen egitura sozial horietan askatzen ziren korapiloak; orain, gazteak ari dira ikasten korapiloak psikofarmakoen bidez askatzen”.

“Ezin da antsiolitikoen kontsumoaz hitz egin generoaz hitz egin gabe”

Irtenbideak, pilulez harago

Kontsumo-joera eragile sozialei hain lotuta dagoenez, konponbideek ere ezinbestean izan behar dute kontuan alderdi soziala. Martínezek, esaterako, hasierako puntua ekarri du gogora, eta hor jarri du azpimarra. “Generoa da guztien gainetik eragiten duen faktorea. Ezin da antsiolitikoen kontsumoaz hitz egin generoaz hitz egin gabe”. Horrenbestez, Martínezen esanean, irtenbideek horri heldu behar diote: “Gazteen biografiak ez dira indibidualak; kolektiboak dira. Eta hor eragiten duten baldintzatzaileek kontsultara sartu behar dute”.

Hezkuntzan, heziketa afektibo-sexuala eskaintzeaz gain, uste du garrantzitsua dela tresnak eskaintzea ikasleek uler dezaten beren ondorezak badituela arazoi sozialak. “Bestela, ez badituzu erreminta horiek, agian uste duzu pilula batek konpon ditzakeela zure arazoak, eta egin behar duzuna da zure lagun-taldearekin batu, eta zure erasotzailea kanporatu”.

“Irtenbidearen zati bat gure arteko zaintza-harremanak aldarrikatzean datza”

Halaber, iruditzen zaio kontuan izan behar dela industria farmazeutikoak interesak dituela, eta, beraz, zorrotz arautu behar dela. Azkenik, legeen aldetik, zaintzen sozializazioa proposatu du, eta prekaritateari edo soldataren balio-gutxitzeari aurre egitea, betiere generoan ardaztuta. Hain zuzen, funtsezkoa iruditzen zaio genero-arrakala baliatzen eta betikotzen duen gizarte-antolamendua seinalatzea eta problematizatzea. “Eta hori alde guztietatik egin behar da. Ez gizarte-eragileetatik bakarrik; baita klinikatik, estatistikatik edo soziologiatik ere. Alde guztietatik hel dakioko eta heldu behar zaio”.

Bacigalupek ere garbi du gazteen ondoeza ezin dela deslotu etorkizunarekiko bizi duten ziurgabetasunetik eta inguruneko beste ezau-garrietatik. “Hortaz, lortuko bagenu etorkizunera begira itxaropena piztea, eta egunerokotasunean bai haiek bai gurasoek bizi dituzten arazo sozio-ekonomikoei irtenbidea ematea, horrela lortuko genuke haien ongizatean inpaktu handia izatea, eta horrek kontsumoa murriztea ekarriko luke”.

Generoari dagokionez ere, Bacigalupe bat dator Martínezen ikuspegiarekin. “Neskek, nerabezaroan, indar handiz jasotzen dute nolakoak izan behar duten, ez fisikoki edo itxura-aldetik soilik, baita sozialki ere, jarduera akademikoan eta beste arloetan. Eta horri guztiari egin behar diote aurre. Horrekin lotuta, oso deigarria da ezen, amek zenbat eta gehiago kontsumitu, orduan eta errazago jotzen dutela alabek ere piluletara. Zaintzaren transmisio oso berezi bat gertatzen da, psikofarmakoen sarrera erraztean oinarrituta”.

Ama-alaben arteko harremanetik kanpo ere, edozein esparrutan, Bacigaluperen ustez, beti izango da onuragarria, generoa aintzat hartuta, gazteen eskura bestelako tresnak jartzea, edo tresnak izan ditzaten sustatzea, “egunerokoan sortzen zaizkien korapiloak askatzen laguntzeko”.

Ondoezaren aroa

Azken finean, gazteen egoera gaurko gizartearen isla da. Marta Carmona Osorio psikiatra *Malestamos* liburuaren egileetako bat da. Eta argi dio: “Ondoeza aro honen sentimendua da. Beste garai batzuetan bestelako pairamenak agertu izan diren bezala —adibidez, emakumeen histeria edo XX. mende hasierako urte eroak— aldi hau ondoezarena da”. Carmonaren esanean, “halako aroak ez dira inoiz amaitu osasun-arloko esku-hartzeekin, baizik eta aldaketa sozialekin. Eta egungo sentimendu hau ere aldaketa sozialen eraginez desegingo da, ez osasun-sistemaren bitartez”.

Hala ere, eta horrekin lotuta, *Malestamos* liburuaren beste egileak, Javier Padilla Bernáldez medikuak, eta Carmonak berak ere garbi utzi nahi dute okerra dela psikologoaren ordeztatuak behar direla dioen leloa. “Dilema hori faltsua da”, berretsi du Padillak. “Izan ere, ez dira konparagarriak. Psikoterapia da norbanakoari ematen zaion laguntza, kaltea agertu ondoren. Sindikatuen kasuan ere, langile batek lantokian arazo bat izan badu, sindikatura jo dezake. Alde horretatik, parekoak izan daitezke psikologoak eta sindikatuak. Baina sindikatuek hori baino askoz ere gehiago egiten dute: haien zeregina da langileentzat baldintza egokiak lortzea eta bermatzea, lege eta arauen bidez. Batek



Arazoari aurre egiteko, *Malestamos* liburuan lau ardatz azaltzen dira; horien artean, elkarren artean laguntzeko azpiegiturak izatea eta sustraitzeko aukera izatea. Bizilekuaren antolamenduarekin eta bizimoduaren aukerekin lotzen da hori. ARG.: Zaratemán/Creative Commons CCO 1.0.

kaltea agertu ondoren ematen dio konponbidea, norbanakoari; besteak aurretik egiten du lana, kolektiboaren mesedetan”.

Ate gehiago jotzeko aukera

Suizidioa ere aipatu du Padillak. Hor ere, uste du bere buruaz beste egiteko asmoa duen pertsonari laguntza emateaz gain, gizarte osoari eragiten dioten neurriak ezarri behar direla; hain zuzen, suizidioa ez dadin izan sufritzen ari den pertsonaren ihesbide bakarra. “Arrisku-kurba osoa mugitu behar da: ez esku hartu arrisku handieneko profiletan soilik, baizik eta gizarte osoa hartu, eta gizarte osoari txikitu arriskua. Auto-istripuak prebenitzeko egiten den bezalaxe”.

Bat dator Carmona. “Sufritzen duenak ikus dezala badaudela aukerak, aukera desberdinak, beraren paimena leuntzeko. Eta jada ez naiz ari suizidatzeko asmoa duenaz. Oinazea maila horretara iritsi gabe ere, bere burua gaizki sumatzen duenak izan ditzala ate gehiago jotzeko eta bide gehiago laguntza eskatzeko, osasun-zerbitzuenaz gain”.

Hala, *Malestamos* liburuan, egileek lau ardatz proposatzen dituzte, hobeto bizitzeko lagungarriak: berdinzaletasuna; elkarren artean erlazionatzeko bestelako erak ahalbidetzen dituzten azpiegitura sozialak; errotzea sustatzea, ez egotea behartua etxez edo lantokiz aldatzera tartean-tartean; eta, azkenik, lanaren sexu-banaketa ezabatzea, zaintza ez dadin izan ondoez-eragile.

Carmonak nabarmendu duenez, “diskurtso hegemonikoaren zutabeak norbanakoa, ekonomia eta produkzioa diren arren, denok ditugu diskurtso hori arrakalatzen duten adibideak, denok. Denok gara zainduak esparruren batean, edo zaintzen dugu norbait, edo ezagutzen dugu beste norbait zaintzen duen inor. Beraz, diskurtso hegemonikoa hori bada ere, praktikan, haren aurka egiten dugu hainbat espaziotan. Horrenbestez, irtenbidearen zati bat espazio horiek identifikatzean eta gure arteko zaintza-harremanak aldarrikatzean datza. Badaudelako, eta izugarrizko balioa dutelako”. ●