



# LA SALUD FÍSICA EN PERSONAS CON TRASTORNO MENTAL GRAVE

Barroso Martín Beatriz, Saiz Herance Verónica

Enfermeras especialistas en Salud Mental. Hospital Universitario 12 de Octubre.

## INTRODUCCIÓN

Los **trastornos mentales graves (TMG)** se han asociado históricamente con una mayor vulnerabilidad y mayores tasas tanto de comorbilidad física como de mortalidad. Se estima que las personas con TMG tienen una mortalidad promedio de 2 a 3 veces mayor que la población general, lo que se traduce en una disminución de 10 a 20 años en la esperanza de vida. Entre las **patologías físicas más concurrentes** se encuentran las enfermedades relacionadas con factores de riesgo cardiovasculares y metabólicos. También resulta destacable la mayor prevalencia de abuso de tóxicos y de enfermedades infecciosas (VIH, tuberculosis y hepatitis crónica) entre dicha población [1,2].

## OBJETIVOS

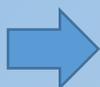
- Analizar los factores que contribuyen al aumento de morbilidad física en personas con trastornos mentales.
- Determinar estrategias para mejorar el cuidado de la salud física en la consulta de enfermería de salud mental.

## METODOLOGÍA

- Revisión bibliográfica en “**Google académico**” y “**Pubmed**”.
- **Palabras clave:** “salud física”, “TMG”, “Enfermería”.
- **Criterios de selección:** artículos completos y abstracts en español e inglés – Últimos 5 años.
- Tras lectura de abstract, se seleccionaron **3 artículos**.

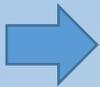
## RESULTADOS

Según las diferentes revisiones analizadas, existen una serie de factores atribuibles al aumento de la prevalencia de enfermedades físicas en personas con TMG [1,2]:



- **Biológicos:** marcadores inmunes, neuroendocrinos o inflamatorios.
- **Sociales:** menor nivel socioeconómico.
- **Estilo de vida:** sedentarismo, alimentación poco saludable, tabaquismo, consumo de alcohol.
- **Estrés crónico:** afección del sistema inmunológico y del cardiovascular.
- **Tratamiento farmacológico:** relación con alteraciones metabólicas y aumento de peso.
- **Acceso y uso de servicios sanitarios:** menor calidad asistencial.

La mayoría de guías clínicas coinciden en la necesidad de monitorizar la salud física de manera rutinaria para poder prevenir / identificar problemas en la salud de los pacientes con TMG [3]:



1. Control regular, mediante **protocolos elaborados:** parámetros de control (peso, talla, IMC, perímetro abdominal, TA y FC, analíticas de sangre, ECG, antecedentes personales y familiares, consumo de tóxicos, función sexual...etc).
2. Promoción de la actividad física.
3. Intervenciones dietéticas.
4. Manejo de efectos secundarios de la medicación.
5. Educación en autocuidado.
6. Programas de apoyo social.



Protocolo Esquizofrenia

Protocolo T. Bipolar



## CONCLUSIONES

El cuidado de la salud física en personas con problemas de salud mental no solo mejora su calidad de vida, sino que también puede reducir la progresión de enfermedades crónicas, incrementando su esperanza de vida y bienestar general.

## BIBLIOGRAFÍA

1. Directrices de la OMS para el manejo de los problemas de salud física en adultos con trastornos mentales graves [Internet]. Washington (DC): Organización Panamericana de la Salud; 2020.
2. Pizzol, D., Trott, M., Butler, L., Barnett, Y., Ford, T., Neufeld, S. A., ... & Smith, L. (2023). Relationship between severe mental illness and physical multimorbidity: a meta-analysis and callforaction. *BMJ MentHealth*, 26(1).
3. Fernández Guijarro, S. (2020). Impacto de un programa de promoción de la salud física en personas con trastorno mental grave.