

El psiquiatra Mariano Riva advirtió sobre el avance del consumo problemático y la necesidad de desmitificar la salud mental

12/10/2025



En el marco del Día de la Salud Mental (10 de octubre), el psiquiatra Mariano Riva dialogó con Diario San Rafael y FM Vos 94.5 sobre las problemáticas más urgentes que atraviesan a la sociedad, desde el aumento de los casos de consumo problemático de sustancias en jóvenes hasta el impacto del suicidio y la necesidad de hablar más sobre la salud mental para dejar atrás prejuicios.

El profesional, integrante de la Fundación Converger, explicó que trabajan en equipo junto a psicólogos y trabajadores

sociales para abordar patologías complejas. “Somos un equipo conformado por dos trabajadoras sociales, dos psicólogas y yo como psiquiatra. Somos un equipo interdisciplinario que nos hemos armado para trabajar con patologías graves y sobre todo, lo que más nos llega es consumo problemático de sustancia”.

Riva subrayó que la situación es crítica y que los casos se multiplican. “El consumo problemático es algo que viene en aumento desmedido, es gravísimo lo que está pasando. No, no en San Rafael, es a nivel mundial”. Además, mencionó que a su consultorio llegan pacientes muy jóvenes con cuadros complejos. “Los casos más graves de consumo, en base a mi experiencia, los recibo entre los 20 a 30 años. De inicio muy temprano, estamos hablando de inicio 12, 13, 14 años, con cuadros de consumo graves. No es un consumo esporádico, es un consumo frecuente, continuo y aparte está cada vez, lamentablemente, cada vez más fácil conseguir”.

El psiquiatra explicó que la etapa más vulnerable es la adolescencia, cuando el cerebro aún se encuentra en desarrollo. “El cerebro se desarrolla, tiene un continuo desarrollo, hasta los 20, 21 años, y uno ese desarrollo lo contamina con sustancias como cocaína, marihuana, drogas de diseño recreativas, que se asocia mucho a lo que son fiestas electrónicas”. En ese sentido, alertó que actualmente existen “1.500 drogas de diseño que se van renovando año a año, y es muy difícil saber qué tienen, como para saber cuáles son las consecuencias”.

Riva también puso la lupa en otros consumos que preocupan, como la tecnología. “Un tema que también es muy complicado es el tema de la adicción a la tecnología, lo que está pasando con el consumo de tecnología en los niños. Es una búsqueda de satisfacción inmediata, del famoso scrolling, de la búsqueda de dopamina ya, y me parece que se está concientizando bastante poco respecto a esto”. En ese marco, planteó su postura respecto al uso de celulares en las aulas. “Soy un defensor de que hay que restringir el uso del celular en las escuelas. Se ha ido un poco de las manos, son extremos, hay que buscar el punto medio”.

Respecto al impacto social, el profesional no dudó en calificar la situación como “sombria”, especialmente cuando se combinan consumos problemáticos, el estrés cotidiano y las redes sociales. “Aunque menos que antes existe todavía mucho prejuicio con el tema de la consulta en salud mental, con el pedir ayuda. La salud mental ha sido la hermanita pobre de la medicina. Los adolescentes y adultos jóvenes muy metidos en las redes sociales, viendo vidas fantásticas, perfectas y hermosas que nunca se van a alcanzar, que son irreales, eso genera mucha frustración. Eso justifica un aumento de cuadros de ansiedad, cuadros depresivos, de grandes frustraciones, y llegado a tomar tremendas decisiones como es el suicidio”.

Sobre este punto, Riva resaltó la importancia de las tareas de prevención y acompañamiento en San Rafael. “Hay un equipo de la municipalidad que trabaja en prevención y postvención del suicidio, que están conformados por Marcela Gauvrón y Melina Martín, dos excelentes profesionales de acá, y están trabajando muy activamente”. Además, insistió en que se debe naturalizar el pedido de ayuda: “No está mal pedir ayuda, no se ve más débil. Nadie se siente débil por tener que pedir una consulta a un cardiólogo, pero hay aún prejuicios, quedan mitos respecto a los tratamientos en salud mental”.

Consultado sobre la inversión en salud mental en la provincia, coincidió en que se están realizando esfuerzos, aunque aún insuficientes. “El hospital tiene un servicio de salud mental conformado por excelentes profesionales, que bueno, la reman a diario, hacen lo que pueden. Han abierto, tengo entendido también, un servicio de infanto juvenil, que no había, se está invirtiendo, falta, por supuesto, pero yo creo que realmente lo veo así, que realmente se está invirtiendo”.

Sin embargo, señaló que San Rafael necesita contar con dispositivos específicos que hoy no existen. “Acá en San Rafael sería fundamental poder tener una comunidad terapéutica, no la tenemos, hay muy pocas comunidades terapéuticas estatales, entonces, lo que hay está desbordado”. Para Riva, hablar de salud mental no puede seguir siendo un tabú ni algo relegado en las políticas públicas. La

combinación de factores sociales, consumos problemáticos y adicciones varias exige no solo inversión y profesionales, sino también una profunda tarea cultural para derribar prejuicios y naturalizar la importancia de pedir ayuda.