



# Guía sobre la Especialidad de PSIQUIATRÍA

Carlos Gómez Sánchez Lafuente, Nuria Nuñez Morales, Nieves Gómez-Coronado Suarez de Venegas

¡Hola R0! Lo primero, ¡enhorabuena por haber pasado el temido MIR! Ahora te queda disfrutar de estos meses de un merecido descanso, y entre viajes, cervecitas y fiestas, toca contestar a la eterna pregunta: “¿ya sabes ya lo que vas a hacer?”

Si te planteas elegir psiquiatría, con este documento esperamos aclararte un poco las generalidades y particularidades de esta especialidad. Queremos darte una visión global de los residentes, y además hemos intentado recopilar información útil sobre diversos hospitales, esperamos ir sumando más Centros en las próximas semanas.

Nosotros pensamos que la mejor forma de elegir un Servicio es ir en persona a conocerlo, hablar con algún residente, ver el edificio, el ambiente, qué sensaciones os transmite... pero por experiencia, sabemos que visitar todos los hospitales de España es imposible. Esperamos que con los datos aquí recogidos os podáis hacer una idea de Servicios de diversos puntos del país, y en qué aspectos os tenéis que fijar a la hora de elegir un Centro.

## ¿Porqué elegir psiquiatría?

---

Psiquiatría es una especialidad muy diferente a todas las demás.

Una pregunta muy típica en la elección es ¿Tu eres de médicas o de quirúrgicas? Nosotros nos alejamos de ambos. “Ni abrimos en canal, ni nuestras patologías tienen causa→efecto→tratamiento→curación.

Esto conlleva que:

1. En muchas ocasiones nos encontremos ante enfermedades de curso **crónico**, ante las que conseguimos importantes mejorías globales (funcional, familiar, social...) pero en las que pocas veces llegamos a la curación propiamente dicha.
2. Una buena **entrevista clínica** será tu mejor herramienta de trabajo. No hay prueba complementaria diagnóstica en esta especialidad, al menos de momento. Por norma general una primera entrevista en Comunitaria dura 45 minutos y una revisión 30.
3. No contar con pruebas complementarias hace que en ocasiones haya discrepancias entre los diagnósticos emitidos por distintos psiquiatras. Donde te formes influirá en tu forma de ver las cosas y a veces ocurre que dos profesionales no **coinciden en el diagnóstico ni en el tratamiento**. Donde uno ve manía, yo veo psicosis y otro ve ansiedad. Pero donde podría verse una debilidad, se

esconde una oportunidad de debate, sesiones clínicas enriquecedoras y puesta en común con los compañeros.

4. Muchas personas volcarán en ti sus preocupaciones y tristeza. La **empatía** es una cualidad fundamental.
5. Por la misma razón, muchos psiquiatras acaban desgastándose por “llevarse el trabajo a casa”. Tu salud mental también es importante, tendrás que aprender a cuidarte y dedicar tiempo a las cosas que te gustan aunque la residencia pueda ser muy absorbente.
6. Para tratar usamos muchísimos **fármacos** y también **psicoterapia**.

En resumen: si te gusta el patrón causa efecto, no te gusta escuchar a la gente, o quieres curar a alguien en 2 días, esta no es tu especialidad.

## Salida profesional

---

1. En la pública: Actualmente, depende de la Comunidad Autónoma donde quieras trabajar. Hay Comunidades donde los residentes en cuanto acaban la residencia tienen plaza en un Centro público, y en otros tardan más en incorporarse.
2. En la privada: Psiquiatría es una especialidad sencilla para montar una consulta privada, no necesitamos la inversión grande de un quirófano, un ecógrafo 4D u otros aparatajes.

## ¿Dónde rota un residente?

---

La residencia dura 4 años, un total de 48 meses, donde rotarás por distintas unidades que conforman la psiquiatría. Aunque dependiendo del hospital puede haber pequeñas variaciones, por lo general el patrón de rotaciones es bastante similar, y se ajusta al BOE.

De R1 hay unos 4 meses de rotación médica, que suele ser por Neurología y M. Interna/ M. Familia. A partir de ahí, y en orden variable, rotarás por:

- Unidades de hospitalización de agudos.
- Crónicos.
- Psiquiatría de Enlace (Interconsultas)
- Trastornos de Conducta Alimentaria.
- Toxicomanías y adicciones (Patología Dual/Centro de Tratamiento de Adicciones).
- Psiquiatría del niño y el adolescente.
- Centro de Salud Mental Comunitaria (Psiquiatría ambulatoria)
- Rotaciones externas libres.

Estas rotaciones son las básicas que son adaptadas en cada Hospital.

## Las temidas GUARDIAS

---

Serán algo fundamental. En ellas vas a aprender muchísimo sobre clínica, trato con pacientes, resolución de problemas, toma de decisiones... elijas el centro que elijas, te vas a curtir (por no decir lo necesarias que son porque serán aproximadamente la mitad de tu sueldo).

### Guardias de puerta:

En la mayoría de hospitales los R1 pasan por las famosas “guardias de puerta”, donde se trabaja como médico general. Este periodo puede variar de unos meses hasta 2 años. Puede que hagas solo Puerta o que las intercales con las de especialidad. En otros hospitales, el residente pasa directamente a hacer guardias de especialidad. Esto es algo que tenéis que preguntar en cada centro, y valorar a la hora de decidir.

Las guardias de puerta también curten, pero mira el lado positivo (sí, lo hay). Conocerás a otros residentes de los que te harás amigo, las “trincheras” unen más de lo que uno puede imaginar. Además, por lo general, la primera valoración de nuestros pacientes se realizará en Puerta, así que es bueno conocer desde dentro cómo funciona el sistema.

### Los salientes:

En general en la mayoría de hospitales se libran las guardias, no está mal visto. Lo habitual es librar todas las guardias excepto las de viernes y sábado, aunque en algunos sitios aun permiten librar sábados, o incluso coger los salientes en diferido (trabajas al día siguiente de la guardia, y te guardas el día libre para otro momento que te convenga).

Los salientes son un derecho de todos los médicos, hay que descansar 24h antes de comenzar a trabajar otra vez. Valóralo a la hora de elegir centro.

### Adjuntos

Siempre hay un adjunto de guardia y generalmente está de presencia física.

### Número de guardias

Es importante preguntar el número de guardias que se hacen al mes. Como ya sabes, serán una parte muy importante de vuestro sueldo, y en ellas aprenderéis muchísimo, ¡pero también cansan! La media de guardias con la que se puede mantener el delgado equilibrio entre “sueldo adecuado- suficiente tiempo libre” es de 4-6 guardias/mes.

Si haces demasiadas guardias ten en cuenta que el IRPF subirá, te retendrán más y al final es como si hubieras hecho menos guardias.

### Carga asistencial de las guardias

Psiquiatría es una especialidad que no se rige por normas ni patrones. Puedes tener guardias horribles en las que no pisarás la cama, o por el contrario pasarlas estudiando. Dependerá de la carga asistencial de tu hospital y de la época del año (ya sabes que algunas patologías se descompensan según la estación)

En algunos hospitales se “parte la guardia” (generalmente de noche). Esto significa que unas horas trabaja el residente y otras horas el adjunto.

### Sueldo

El sueldo es muy variable, dependiendo de la Comunidad donde hagas la especialidad y del número de guardias. El sueldo base es común en toda España, 1100 brutos, que en netos se queda en unos 800-900.

La variación del sueldo está en las guardias, para esto os remitimos a la guía de nuestra web, donde hemos intentado recopilar hospitales de diferentes regiones. A medida que avancéis de año de especialidad, el sueldo por hora subirá, y hay un pequeño suplemento al sueldo base.

### Rotación externa

Dentro de las rotaciones contempladas en la residencia, hay un periodo de rotación libre, que puede variar según el hospital, de unos meses hasta 1 año.

Esta rotación puedes elegir hacerla en tu mismo hospital, en otro nacional o incluso, internacional.

Cada hospital tiene un criterio para las rotaciones de residentes, algunos te obligan a hacerla dentro de España o en los alrededores de tu Centro, y otros son más permisivos y te dejan ir a cualquier lugar del mundo. (Ahora mismo, los destinos en el extranjero “de moda” son Nueva York, San Francisco, Buenos Aires, Melbourne, Londres...)

Durante este periodo sólo cobrarás el sueldo base. Si te permiten hacer guardias en el centro donde vas, te las pagan como si las hicieras en el hospital.

Existen becas para rotar en el extranjero, de la Fundación Española de Psiquiatría y Salud Mental, la EFPT... y en el caso de infantil, de la Fundación Koplowitz (Encontrarás

más información en nuestra web). A veces el hospital también da alguna ayuda económica.

## Investigación

---

No se contempla una rotación específica para investigación en el BOE, aunque si se puede hacer investigación en la Residencia.

Si te interesa, debes informarte si en el hospital donde quieres trabajar hay equipo investigador, si aunque no haya equipo sí que hay adjuntos que investiguen, o si no hay nadie que se dedique a investigar y publicar.

Aquí se incluye la **tesis doctoral**: ¿Te dan facilidades para hacer la tesis? Hasta 2013, para hacer la tesis doctoral, tenías que hacer una suficiencia investigadora, también conocida como tesina, máster, cursos de doctorado... Actualmente no es necesario pasar por este trámite, a partir de R3 se supone que el residente ha adquirido las habilidades investigadoras suficientes para poder realizar el doctorado.

## Psicoterapia

---

En algunos hospitales contemplan una rotación específica de psicoterapia, en otros se realiza como parte integrada en el resto de rotaciones. La orientación de cada Centro es diferente, unos son más psicodinámicos otros más conductuales... imposible estandarizar.

## Aprendizaje/docencia

---

Debéis preguntar como se gestiona la docencia. ¿Hay actividad docente reglada? ¿Cómo se lleva a cabo? ¿Es sólo con los MIR, o incluye PIR o EIR?

Es frecuente que ocupe toda una mañana una vez por semana y en ocasiones, reúne residentes de diferentes hospitales cercanos. En algunos Centros, sin embargo, la docencia se reparte en 1-2h algunos días de la semana.

### Sobre másteres y cursos:

Sin prisas. Al llegar empezarás a agobiarte con los miles de másteres, cursos, congresos... TRANQUILO. Tu primero ubícate, mira tus preferencias, gustos y habilidades, pregunta a tus R mayores y tutores, y ya tendrás tiempo de decidir.

## Ambiente

---

Lo mejor es ir al Hospital y empaparte un poco. Si tienes posibilidad, ve unos días a rotar con ellos, ve a la cafetería, a las sesiones clínicas, habla con todo el que pilles.

Para saber más sobre hospitales concretos, ¡sigue leyendo! Hemos recopilado, de diferentes hospitales nacionales, los puntos aquí desarrollados para hacerte el trabajo más fácil. Si quieres contactar con alguno de los miembros de dicho hospital, ponte en contacto con nosotros a través del e-mail [serp@serpsiquiatría.org](mailto:serp@serpsiquiatría.org).

¡Estaremos encantados de ayudarte!