

Luisa Lázaro García 

Ex-presidenta de AEPNYA. Servicio de Psiquiatría y Psicología Infantil y Juvenil, 201SGR01319, ICN, Hospital Clínic Barcelona, IDIBAPS, CIBERSAM, Universitat de Barcelona, España.

DOI: [10.31766/revpsij.v40n3a1](https://doi.org/10.31766/revpsij.v40n3a1)

Correo electrónico: llazaro@clinic.cat

Retos y oportunidades para la salud mental en la infancia y la adolescencia en el siglo XXI

La salud mental ha adquirido protagonismo en los últimos años, debido, entre otras causas, al incremento del malestar psicológico que originó la pandemia y todas sus consecuencias. En este tiempo hemos asistido a un claro crecimiento de las consultas en los centros de salud mental, de las urgencias y de las demandas de hospitalización en adolescentes. De todas formas, el aumento progresivo del empeoramiento de la salud mental se había detectado ya en los años previos y se relaciona con otras muchas causas.

Un aspecto de interés para profundizar en las necesidades y debatir las prioridades de la salud mental en la infancia y la adolescencia sería el análisis de la situación de la infancia y adolescencia en la sociedad del siglo XXI. Durante las últimas dos décadas hemos experimentado cambios sociales que han impactado considerablemente en la vida de los niños y jóvenes y sus familias. La aparición de nuevas estructuras familiares, el estilo de vida más individualista, el desarrollo de internet con un acceso ilimitado de información y conocimiento o el crecimiento de las redes sociales virtuales nos coloca en una dinámica social compleja en la que cada vez se requieren más habilidades para adaptarse al entorno (1). Además, las incertidumbres actuales, la fragilidad de la sociedad del bienestar y los desplazamientos poblacionales hacen que la población infantil ya de por sí vulnerable, lo sea más. A todo ello hay que añadir las desigualdades sociales y condiciones de vida en las que el niño y el adolescente se desarrolla, todo ello en estrecha relación con la afectación de la salud mental. Por otra parte, es fundamental prevenir el maltrato y abuso y la privación afectiva que pueden sufrir y que a menudo pasa desapercibida. Tanto la adversidad

temprana como las situaciones traumáticas acontecidas en la infancia tienen claros efectos en la aparición y desarrollo de diferentes trastornos mentales a lo largo de la infancia y adolescencia, necesitando reformular la psicopatología.

Ahora es el momento de destacar algunas actuaciones de presente y futuro, comenzando por generalizar programas de promoción de la salud mental, con el objetivo no solo de mejorarla, sino también de reducir la incidencia y prevalencia de los trastornos mentales y disminuir su gravedad y repercusiones clínicas y funcionales. Sabemos que estas etapas de la vida constituyen ventanas de oportunidad pudiéndose esperar una mayor eficacia de las intervenciones. Conviene potenciar programas escolares en relación con la actividad física, dieta saludable, uso de sustancias o adicciones comportamentales y de una manera especial el acoso escolar; o abordajes que incluyan estrategias de aprendizaje emocional o social y fomento de la resiliencia. Incluso intervenciones preventivas de tipo psicosocial para la prevención de ansiedad, depresión, trastornos de la conducta alimentaria o uso de sustancias. Todo ello se logrará fomentando previamente las competencias de los profesionales de la educación y el ámbito social. También tienen especial importancia las intervenciones preventivas en la etapa prenatal y neonatal con interés para la salud mental del niño. La crianza comienza desde el embarazo y las interacciones entre el feto y ambos progenitores influirán en su futuro desarrollo después del nacimiento por lo que se ha de promover la conducta parental eficaz con programas de parentalidad positiva que ayuden a los padres a proporcionar al niño un mejor desarrollo socioemocional. Y también prevención desde los servicios de salud mental, ofreciendo a

los niños y adolescentes con indicadores de riesgo un mayor apoyo individual, parental y familiar, con seguimiento periódico y detección precoz de síntomas. Esta prevención deberá incluir una coordinación eficiente entre los servicios de atención primaria y los diferentes servicios de atención especializada en salud mental, y de los servicios de infantil con servicios de adultos para facilitar la transición no sólo de los pacientes sino de los jóvenes con alto riesgo para padecer enfermedad mental.

A las políticas sanitarias solicitamos el refuerzo del sistema público de salud con una optimización de recursos a la atención en la infancia. En el último año ha sido importante la aprobación por parte del Ministerio de Sanidad, de la Estrategia de Salud Mental 2022-2026 (2), en la que se incluye una línea estratégica específica de salud mental en la infancia y la adolescencia; y la aprobación de un Plan de Acción de Salud Mental 2022-2024 (3) dotado económicamente, y que ha hecho un especial hincapié en la prevención del suicidio. También es importante conocer bien la red de salud mental infantil y juvenil de la que disponemos para aprovecharla y mejorarla. Sabemos que existe una falta endémica de recursos de salud mental en nuestro país, con importantes diferencias entre algunos de sus territorios (4,5). Si bien en muchas CCAA se dispone de una red asistencial de calidad (atención primaria, asistencia comunitaria en salud mental y asistencia hospitalaria), conviene luchar por mejorar las menos favorecidas en este sentido y así conseguir una mayor equidad en todo el territorio. El modelo de atención comunitaria es primordial, y dado que la atención comunitaria en salud mental ha de ser multi e interdisciplinaria, se ha de poner en valor la creación de perfiles laborales como educadores sociales, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales que trabajen también por la mejora y el mantenimiento de la salud mental de los niños y adolescentes, realizando su trabajo junto a los profesionales clínicos no solamente en los centros habilitados para ello, sino también en los propios domicilios, conociendo así más de cerca la realidad que rodea al menor y favoreciendo la adherencia al tratamiento muchas veces difícil en algunos contextos. También, se han de seguir incorporando recursos de hospitalización domiciliaria, con el fin de ser una alternativa a la hospitalización convencional: siempre que sea posible, es mejor trabajar en el contexto habitual del menor. Y tampoco se ha de olvidar la necesidad de centros residenciales o de media-larga estancia para esta etapa vital con patologías muy graves y con elevada dificultad de contención familiar.

El escaso número de plazas redundará en ingresos hospitalarios poco efectivos una vez que vuelven a su entorno, foco mantenedor de la patología. Finalmente, la atención a la complejidad nos ha de llevar al reconocimiento de la experiencia de algunos equipos asistenciales en determinados trastornos, al igual que ocurre en otros ámbitos de la salud. Todo ello se podrá conseguir con la creación de servicios específicos de Psiquiatría y Psicología Infantil y de la Adolescencia, en muchas ocasiones dependientes de los servicios de Psiquiatría General y que han de adquirir autonomía para un mejor funcionamiento; a la par también de la incorporación de plazas con perfiles también específicos de psiquiatras infantiles y de la adolescencia.

Otro hecho fundamental es la necesidad de realizar una atención compartida entre salud mental y otros ámbitos como servicios sociales, educación y justicia. Actualmente la atención está muy centrada en Salud, pero frecuentemente los niños y adolescentes, y más específicamente las familias atendidas tienen una amplia problemática social. Sin una atención más global, Sanidad no podrá resolver muchas de las demandas que se realizan, dado que para muchas actuaciones sólo tienen competencia otras instituciones. No podemos olvidar el cuidado de niños y adolescentes especialmente vulnerables como son los niños acogidos en centros residenciales para su protección y seguridad, la población migrante, en los que hay que tener en cuenta los aspectos de transculturalidad; y la población con necesidades educativas especiales, en las que se ha de realizar un trabajo interdisciplinar con decisiones coordinadas de los dispositivos psicopedagógicos y de salud mental.

Finalmente, querría destacar dos desafíos que tenemos como psiquiatras de la infancia y la adolescencia: la excelencia en la cualificación en Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia y la participación en la investigación tanto sobre la etiología de los trastornos psiquiátricos con el fin de conocer los aspectos multifactoriales de los mismos, como sobre la eficacia de abordajes terapéuticos realizados. La evaluación de los diferentes programas implementados en el ámbito asistencial nos permitirá estar seguros de que se están realizando intervenciones terapéuticas de calidad y con evidencia científica.

En resumen, la salud de la población infantil y adolescente depende, en parte, de acciones políticas que potencien estrategias dirigidas al bienestar emocional, a la detección precoz de los trastornos y a la creación y mantenimiento de los recursos asistenciales comunitarios bien dotados de

profesionales. Hemos de garantizar una trayectoria asistencial coordinada a través de servicios accesibles, de calidad y con equidad para todos los niños, niñas, y adolescentes. Solo así podremos abordar mejor los trastornos mentales en la infancia y lograr una sociedad más justa.

REFERENCIAS

1. Lázaro, L. Salud mental, psicopatología y poblaciones vulnerables. *Revista de Psiquiatría Infanto-Juvenil*. 2020;27(2): 3-6. <https://doi.org/10.31766/revpsijv37n2a1>
2. Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de salud 2022-2026. Disponible en: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Estrategia-Salud-Mental-2022-2026.pdf>
3. Plan de Acción Nacional de Salud mental 2022-2024. Disponible en: <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Plan-Accion-Salud-Mental-2022-2024.pdf>
4. Libro Blanco de Psiquiatría del Niño y del Adolescente, Fundación Alicia Koplowitz, 2014. Disponible en <https://fundacionaliciakoplowitz.org/wp-content/uploads/2020/09/libroblanco.pdf>
5. Libro Blanco de la Psiquiatría en España. Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental, 2023. Disponible en: https://sepsm.org/wp-content/uploads/2023/06/Libro-Blanco-de-la-Psiquiatria-en-Espana_SEPSM-ok.pdf