

Jornada

Impulsant millores en l'atenció a
infants, adolescents i joves
amb problemes de salut mental

**Guies temàtiques i tallers
per millorar
l'acompanyament a infants,
adolescents i joves amb
problemes de salut mental**

www.salutmental.org

Salut Mental Catalunya
Dossier, maig 2021



Millorant l'atenció de la salut mental infantojuvenil

Moguts per la inquietud de l'OMS i per la situació sobre la salut mental infantojuvenil, el 2016 la **Federació Salut Mental Catalunya**, conjuntament amb la Fundació Pere Tarrés, vam elaborar l'**informe "Atenció a la salut mental infantil i adolescent a Catalunya"**¹. L'estudi va determinar reptes de futur per millorar l'atenció en salut mental en la població infantojuvenil a Catalunya i va evidenciar moltes altres necessitats.

En aquesta línia la Federació SMC segueix impulsant diverses línies de treball en l'àmbit de la salut mental infantojuvenil, apostant per diferents projectes adreçats a millorar l'atenció i acompanyament d' infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental.

Actualment, a més, cal afegir les flagrants dades que assenyalen l'empitjorament de la salut mental de la població, en especial d'infants adolescents i joves, agreujada per les conseqüències de la Covid-19. Tal com indiquen els experts, una de les seqüeles més greus que ens deixarà la pandèmia de la Covid és **l'increment dels problemes de salut mental**, i joves i adolescents són clarament un dels col·lectius de més risc.

Si ja abans de la pandèmia, érem conscients dels **reptes en la salut mental dels nostres infants, adolescents i joves**, la situació actual, agreujada per les conseqüències que està tenint la Covid-19, només ha fet que reforçar aquesta idea i impulsar-nos a seguir-hi treballant encara amb més afany.

"Cal enfortir les capacitats de la ciutadania, dels agents, associacions i equipaments perquè siguin capaços d'acompanyar millor els qui ho necessiten. Hem de ser capaços de detectar aquestes situacions de manera més precoç. S'han de plantejar estratègies de tractaments terapèutics, a més de teixir xarxes de suport, elements crucials per construir comunitats i barris on s'acompanyi les persones des del vessant emocional".

Marta Poll, directora de la Federació de Salut Mental Catalunya (25/05/2021)

¹ https://www.salutmental.org/wp-content/uploads/2016/06/Informe-Salut-Mental-Infantil-i-Juvenil_FINAL.pdf

Impacte de la Covid-19 en la salut mental d'infants, adolescents i joves

La Covid-19, tal com ja havia alertat l'OMS, està tenint un fort impacte sobre la salut emocional i salut mental de la població, i el col·lectiu d'adolescents i joves, n'és un dels més afectats. Les actuals xifres sobre la salut mental i els intents de mort per suïcidi suposen un repte enorme des d'un punt de vista de benestar emocional, que cal afrontar i cal posar al centre de les polítiques públiques.

Determinants socials i salut mental

Les causes dels problemes de salut mental són moltes i ben diverses, però mai es tracta només d'un factor, sinó de la suma de varis determinants socials, afectius, emocionals, psicològics, biològics, culturals i ambientals.

Existeixen factors estressors, com inseguretat, violència, precarietat, aïllament, soledat, incertesa... que agreujarien els trastorns mentals. En canvi, existeixen factors personals, familiars, socials, sanitaris... que són protectors com la salut, la comunitat, el sentiment de pertinença, d'empoderament, d'esperança, d'expectatives de futur, d'ocupabilitat, d'habitatge...

La pandèmia ha posat sobre la corda fluixa la majoria dels factors de protecció de les persones. Les **situacions de confinament, aïllament social, canvi de rutines, desvinculació de les activitats socials, pèrdua de persones estimades, esdeveniments traumàtics, pèrdua d'estabilitat econòmica i frustració d'expectatives** suposen ja un repte enorme des d'un punt de vista de benestar emocional. En el cas dels **trastorns d'ansietat, de depressió i trastorns mentals greus** ja es constata que han incrementat de forma significativa derivats del context i de limitacions d'accés als centres de salut, que n'ha endarrerit el diagnòstic i el seguiment precoç. Els **suports comunitaris** i el **moviment associatiu** seran més necessaris que mai.

El doctor estatunidenc Victor Tseng alerta de les següents onades que generarà l'actual pandèmia de la Covid-19: una petjada sobre els pacients urgents, sobre els crònics i sobre un desgast psicològic i econòmic. L'anomenada quarta onada de la pandèmia està relacionada directament amb un impacte i afectació sobre la salut mental i l'estabilitat econòmica. Sabem que els determinants socials tenen un impacte directe sobre la salut mental, i alhora tal i com es descriu a l'informe "*From exclusion to inclusion*" de Mental Health

Europe², el fet d'estar diagnosticat d'un trastorn mental o ser cuidador/a afecten al risc de pobresa i exclusió. Podem afirmar, doncs, que existeix una relació entre els factors socials de risc i la salut mental i a la inversa.

Aquesta situació ja la vam viure amb la crisi del 2008, els resultats de l'informe sobre els efectes de la crisi van evidenciar que l'empitjorament de les condicions socioeconòmiques de la població catalana, van tenir un impacte sobre la salut mental de la població i, de fet, van esdevenir un dels indicadors més afectats.

El Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, director general de l'Organització Mundial de la Salut, ja va assenyalar fa mesos que és crucial tractar **“les necessitats en salut mental com un element central de la nostra resposta a la pandèmia de la COVID-19 i la nostra recuperació”**. També afegeix que **“no prendre's seriosament el benestar emocional de les persones conduirà a costos socials i econòmics continuats per la societat”**³.

L'impacte en xifres

El confinament ha tingut un **impacte sobre les persones que ja tenien diagnòstics previs de salut mental** i també en la **població general**, sobretot en aquells **col·lectius especialment vulnerables** com **infants, adolescents i joves**.

Població general:

- Augmenten un 27% els casos d'ansietat (en comparació amb el 2019)
- Augment del 33% més de casos de depressió.
- Increment del 74,4% de consultes sobre conductes autolesives i temptatives de suïcidi ha repuntat a tot Catalunya
- Els intents de suïcidi **s'han gairebé triplicat** (+195%). I només entre finals de 2020 i principi del 2021, s'han duplicat “si l'any 2019 hi havia 40 intents al mes, ara s'arriba fins a 80” (Pere Aragonès, 25/05/2021)

² Informe: *From exclusions to inclusion – The way forward to Promoting Social Inclusion of People with Mental Health Problems in Europe* (2008, Mental Health Europe): <https://consaludmental.org/publicaciones/Delaexclusionalainclusion.pdf>

³ Informe de polítiques: La COVID-19 y la necesidad de actuar en relación con la salud mental (mayo 2020) https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf

- 62% de les persones mortes per suïcidi, entre 2010 i 2016, no havien sigut ateses o tractades.

Adolescents i joves:

- **Al 72% dels estudiants els preocupa més la seva salut mental** en pandèmia que qualsevol altra cosa⁴.
- S'han quadruplicat les atencions del Sistema d'Emergències Mèdiques (SEM) per trastorns d'ansietat.
- Durant la pandèmia, un **30,3% de joves** (entre els 18 i els 24 anys) ha tingut **trastorns d'ansietat**. És el doble del 15,8% dels espanyols que declara tenir-ne⁵.
- S'han disparat els **trastorns per conductes alimentàries (TCA)**. Augmenten en un **52%** els ingressos en la **unitat d'aguts** i un **40%** en **l'hospital de dia**.
- Un 42,8% dels joves declaren haver plorat per les conseqüències de la pandèmia, davant d'una mitjana general del 35,1%, quan es miren totes les edats.
- **Els intents de suïcidi en adolescents augmenten un 27% en l'any de la pandèmia** (han passat de 473 el 2019 a 601 el 2020). L'últim any, amb l'esclat de la pandèmia, als centres de salut mental han vist un augment substancial de les temptatives de suïcidi en adolescents. Alguns centres de salut mental infantil-juvenil ja han atès tantes temptatives els primers tres mesos d'aquest 2021 com en tot el 2019
- En aquests moments, els **suïcidis són la primera causa de mort no natural** entre els joves de 16 a 35 anys.
- A Barcelona, un **86% de les famílies han observat malestar o preocupació emocional en els fills petits o adolescents** i que sis de cada deu persones presenten símptomes de depressió o ansietat per l'emergència sanitària.

⁴ Estudi de la CANAE, la Confederació Estatal d'Associacions d'Estudiants <https://canae.org/salud-mental-para-estudiantes-una-prioridad-en-tiempos-de-pandemia/>

⁵ Estudi sobre la salut mental dels espanyols durant la pandèmia del CIS http://datos.cis.es/pdf/Es3312sdMT_A.pdf

El projecte: formació en salut mental infantojuvenil per a familiars i professionals

Gràcies a la col·laboració de la fundació Probitas, s'ha dut a terme el **projecte de formació en salut mental infantojuvenil per a familiars i professionals**, enfocat a **capacitar familiars i professionals** (de fora de la xarxa de salut mental especialitzada) **que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental** i a elaborar una proposta de millores en l'atenció en salut mental infanto-juvenil per a que siguin dutes a terme pels agents comunitaris de cada territori a través de les taules de salut mental.

El projecte de formació es basa en dues eines principals:

- Elaboració de **quatre guies temàtiques** adreçades a **familiars i professionals de l'entorn comunitari que acompanyen els infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental**
- Desenvolupament dels **tallers de capacitació per a professionals i famílies** per millorar les seves habilitats d'acompanyament i per contribuir a fer una petita diagnosi de necessitats per impulsar millores en l'atenció en salut mental infanto-juvenil, a través de les taules de salut mental del territori.

Amb la publicació dels nous materials (quatre guies) i la posada en marxa dels posteriors tallers de capacitació, es pretén contribuir a la capacitació de familiars i professionals de diferents àmbits que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental, en serveis no especialitzats en salut mental.

Guies per navegar per la salut mental infanto-juvenil

Oferir orientacions per acompanyar els infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental és l'objectiu dels nous materials elaborats per la Federació Salut Mental Catalunya i Spora Sinergies. Visibilitzar les necessitats dels infants, adolescents i joves i de la família o d'altres figures d'acompanyament en salut mental ajuda a entendre aquesta realitat i a donar una resposta que suposi una millora del benestar personal. Un fet que pot revertir positivament en la millora de l'infant, adolescent o jove. Les guies aposten, doncs, per un abordatge relacional i sistèmic que inclou les diferents perspectives i necessitats de tots els implicats.

A diferència d'altres situacions comunes de pèrdua de salut, no es tenen gairebé coneixements o recursos quan cal enfrontar-se per primera vegada a un problema de salut mental. Si hi afegim l'estigma que arrossega i els estereotips i prejudicis negatius que l'acompanyen, ho fa encara més difícil.

Conviure amb infants, adolescents i joves amb una problemàtica de salut mental pot suposar una experiència intensa i desorientadora. Disposar de coneixements per prendre decisions que permetin establir un rumb i corregir-lo tants cops com sigui necessari davant les situacions que es viuen poden ajudar a que les famílies i altres figures d'acompanyament puguin elaborar estratègies de relació que els permetin travessar el malestar, el conflicte i el patiment amb una perspectiva de cura i de suport mutu, i d'acompanyament cap a la recuperació.

Les guies s'han elaborat mitjançant un procés participatiu que ha recollit el coneixement de 79 experts per experiència pròpia, familiars i professionals. El resultat són les **quatre guies temàtiques sobre: la xarxa de salut mental, les autolesions, l'aïllament i les situacions de tensió i conflicte**, que us presentem en la jornada.



Aïllament en infants, adolescents i joves



Autolesions en infants, adolescents i joves



Situacions de tensió i conflicte en infants, adolescents i joves



La xarxa de salut mental: orientacions i suport

Els tallers de capacitació

Les noves guies són el punt de partida dels nous **tallers de capacitació** que Salut Mental Catalunya ha posat en marxa **per a familiars i professionals** (de fora de la xarxa de salut mental especialitzada) **que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental**.

Aquest 2021, hem realitzat el **pilotatge de dos tallers de capacitació** a Granollers i a Nou Barris (Barcelona), amb **Miquel Miranda** (psicòleg, psicoterapeuta i formador) i **Raquel Ariza** (psicòloga, psicoterapeuta i formadora).

Els objectius dels tallers han estat:

- promoure la prevenció i la promoció de la salut mental infanto-juvenil
- formar familiars i professionals que acompanyen infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental.
- millorar la qualitat de vida i la recuperació d'infants, adolescents i joves amb una problemàtica de salut mental i la seva recuperació, a través de la capacitació de familiars i professionals
- contribuir a millorar l'atenció i acompanyament en salut mental infanto-juvenil a través de les Taules de salut mental.

Aquests objectius es treballen a partir de l'organització de la formació en tres mòduls: familiars (15 participants), professionals (15) i en comú (familiars i professionals). Els tallers online tenen una durada de 12 hores: 2 sessions de 4 hores per als mòduls de familiars i professionals, i 1 sessió de 4 hores al mòdul comú.

La col·laboració de les Taules de Salut Mental de Granollers i Nou Barris, així com de les entitats del territori (DARUMA - Associació de familiars per la salut mental del Vallès Oriental i AFEM Nou Barris de Barcelona) ha permès capacitar els participants i obtenir una petita diagnosi per cada territori.

Donades les circumstàncies, s'han realitzat en format virtual. Els mesos de març i abril s'ha treballat amb les Taules de Salut Mental dels territoris esmentats per impulsar plans d'acció locals, d'acord amb la feina feta als tallers.

Es tracta d'un projecte innovador, no només per la manera com es planteja la capacitació de familiars i professionals sinó per com el mateix espai de trobada contribueix a cercar i implementar les solucions: conjuntament amb la comunitat, a través de les taules de salut mental de cada territori, formades

pels agents comunitaris implicats en la salut mental. És a dir, de la comunitat per la comunitat.

La jornada

En el marc de la promoció de la salut mental infanto-juvenil, la Federació SMC organitza el **27 de maig la jornada “Impulsant millores en l’atenció a infants, adolescents i joves amb problemes de salut mental”**, on es presentaran les quatre guies i els resultats del pilotatge dels dos primers tallers.

La jornada pretén reforçar la importància de treballar en l’àmbit infanto-juvenil; posar de manifest la formació i el treball en xarxa com a elements claus; arribar a tots els agents implicats en el benestar mental dels infants, adolescents i joves; millorar el suport i acompanyament a les famílies, així com presentar la iniciativa i resultats obtinguts en el projecte.

La jornada es retransmetrà per *streaming* des del Col·legi de Periodistes de Catalunya, al canal de [youtube](#) de Salut Mental Catalunya.

Informació i programa

EL PROJECTE DE FORMACIÓ EN SALUT MENTAL INFANTO-JUVENIL TANCA LA FASE DE PILOTATGE I PREPARA LA JORNADA EL 27 DE MAIG “IMPULSANT MILLORES EN L’ATENCIÓ A INFANTS, ADOLESCENTS I JOVES AMB PROBLEMES DE SALUT MENTAL”.



Inscripcions obertes
salutmental.org

**IMPULSANT MILLORES
EN L’ATENCIÓ A
INFANTS,
ADOLESCENTS I JOVES
AMB PROBLEMES DE
SALUT MENTAL**

Col·legi de Periodistes de Catalunya
Jornada per
streaming

9.15 - 11.30 hores
27-5-2021



Presentació del projecte de formació en salut mental infanto-juvenil: guies i tallers de capacitat.

Les guies i els tallers han estat possible gràcies a la col·laboració imprescindible de la Fundació Probitas i també de DKV, l'Ajuntament de Barcelona, el Departament de Salut de la Generalitat de Catalunya i la Diputació de Barcelona, més les entitats DARUMA - Associació de familiars per la salut mental del Vallès Oriental i AFEM Nou Barris de Barcelona.

Salut Mental Catalunya |
Maig 2021 |



C. Nou de Sant Francesc 42, local, 08002 Barcelona

Tel. 605 912 718 | premsa@salutmental.org

www.salutmental.org

