

Salud mental: comunicaci3n y percepci3n

## La salud mental de los j3venes

### Presentaci3n

La salud mental de los j3venes preocupa por el aumento de problemas como depresi3n y ansiedad. Ahora mismo, el suicidio es la cuarta causa de muerte en j3venes de 15 a 29 aros. La pandemia de covid-19 tuvo un impacto con importantes secuelas, pero existen otros factores que influyen, como el papel de las redes sociales como veh3culo del *bullying*. Adem3s, las desigualdades econ3micas dificultan el acceso a tratamientos psicol3gicos entre los grupos con menos recursos. La prevenci3n y el tratamiento adecuados son esenciales, considerando que muchos trastornos mentales comienzan en la adolescencia. Es crucial evaluar si los recursos destinados son suficientes para abordar esta problem3tica urgentemente.

### Debate

La Fundaci3n Vila Casas, en colaboraci3n con el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la Universitat Pompeu Fabra (CCS-UPF), organizaron este debate para dar visibilidad a esta cuesti3n. El evento comenz3 con una introducci3n por parte de **Montserrat Viladomiu**, patrona de la Fundaci3n, que present3 a **Gema Revuelta**, del CCS-UPF, como moderadora, y a los dos ponentes de la sesi3n: **Joan Vegu3**, director del Plan de Salud Mental y de Adicciones de la Generalitat de Catalunya, y **Miquel Casas**, catedr3tico honorario de Psiquiatr3a de la Universitat Aut3noma de Barcelona y director del programa SJD MIND Escolles del Hospital de Sant Joan de D3u.

**Joan Vegu3** empez3 expresando su preocupaci3n por la situaci3n de la salud mental en adolescentes y j3venes, agravada por el impacto de la pandemia, y destac3 que, en comparaci3n con el aro 2019, en 2021 se triplic3 el n3mero de casos de suicidio y se duplic3 el de



Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona

CCS  
Centro de Estudios de Ciencia,  
Comunicaci3n y Sociedad

FUNDACI3N  
VILA CASAS

los trastornos de la conducta alimentaria, aumentando tambi3n de forma significativa el n3mero de personas atendidas en centros de salud mental. Si bien la pandemia actu3 como catalizador, no explica completamente el malestar psicosocial que se est3 experimentando e hizo hincapi3 en que, m3s que una mayor gravedad cl3nica, se ha observado una mayor complejidad en los trastornos mentales presentados. Seal3 que en 2023 se han comenzado a ver mejoras en algunos indicadores, como las tentativas de suicidio, pero que es necesario seguir atentos. Ante esta situaci3n, explic3 que desde el Departament de Salut de Catalunya se han implementado diversas medidas para abordar los desaf3os en la atenci3n a la salud mental en esta poblaci3n. Destac3 la creaci3n de programas de atenci3n de crisis a domicilio y la mejora en la accesibilidad a los servicios de salud mental, incluyendo la colaboraci3n estrecha con la atenci3n primaria. Adem3s, se han establecido unidades especializadas para tratar trastornos alimentarios complejos, tanto en poblaci3n adulta como infantojuvenil. En cuanto a la prevenci3n del suicidio, un plan integral aborda la detecci3n temprana, la respuesta asistencial, el seguimiento posterior al evento y el apoyo a los sobrevivientes y sus familias. Asimismo, se est3n llevando a cabo iniciativas para fortalecer la resiliencia de los j3venes en las escuelas y abordar situaciones como el acoso escolar y la intolerancia a la frustraci3n.

A continuaci3n, **Miquel Casas** puso de relieve el problema de los trastornos del neurodesarrollo, que abarcan una amplia gama de dificultades como la dislexia, la discalculia o los trastornos del habla, entre otros, y tienen un gran impacto en quienes los experimentan. A pesar de su alta prevalencia, existe una falta de comprensi3n generalizada sobre su naturaleza e implicaciones, tanto entre las autoridades sanitarias y educativas como en la sociedad en general. Destac3 que aproximadamente 1 de cada 5 niros se ve afectado por estos trastornos, siendo posible que sea incluso mayor la magnitud del problema, ya que muchos casos pueden pasar desapercibidos. Esto puede llevar a

una falta de apoyo adecuado en entornos escolares. El malestar emocional que surge de la lucha constante con el aprendizaje y la adaptación a un entorno escolar que a menudo no está equipado para satisfacer sus necesidades puede llevar a problemas más graves, como la ansiedad y la depresión. Además, la disponibilidad generalizada de sustancias como la marihuana presenta un riesgo adicional, ya que algunos jóvenes recurren a ellas como una forma de hacer frente a sus desafíos emocionales y sociales. Señaló que muchos profesionales de la salud y educadores aún no están lo suficientemente capacitados para reconocer y abordar adecuadamente estas dificultades e insistió en que es fundamental que se tomen medidas para mejorar la identificación, el diagnóstico y el apoyo para aquellos que enfrentan trastornos del neurodesarrollo.

## “Hay que fomentar la resiliencia en la infancia”

Las periodistas especializadas en temas sanitarios fueron las encargadas de abrir el debate. **Carmen Fernández**, delegada del área de salud de *Unidad Editorial* en Cataluña, cuestionó la excesiva medicación de niños y jóvenes, preocupada por el posible diagnóstico erróneo de trastornos como el TDAH y la falta de alternativas de atención específica y preguntó por la posibilidad de efectos negativos a largo plazo por el consumo crónico de medicamentos. **Milagros Pérez Oliva**, de *El País*, preguntó sobre cómo se podría aumentar la resiliencia de los jóvenes y adolescentes, y si puede ser un fenómeno temporal tras una generación de padres que entendieron la educación como el bienestar absoluto de sus hijos sin ayudarlos a afrontar las frustraciones. También planteó cómo evitar la estigmatización de los que necesitan tratamientos médicos y en qué momento se deberían abandonar estos, además de preocuparse por los efectos a largo plazo. **Susana Quadrado**, de *La Vanguardia*, preguntó a los expertos cuáles son los problemas que hay, al margen de los efectos de las redes sociales, si el apoyo familiar y educativo falla para detectarlos, y si se observan diferencias en la efectividad o rapidez de las soluciones entre familias con recursos económicos y las de bajos ingresos debido a la falta de recursos públicos. Por último, quiso saber a qué edades suelen detectarse los problemas y si hay diferencia de género.

**Montserrat Viladomiu** reivindicó el esfuerzo de los médicos de atención primaria, pese al poco tiempo del

que disponen para atender a sus pacientes y cómo esto puede favorecer una medicalización en exceso de los problemas de salud mental. **Elena Bartolozzi**, médica de familia, coincidió en señalar la falta de recursos en la atención primaria y preguntó cuál es la situación actual en Cataluña para las personas que enfrentan trastornos de salud mental y sus familias. **Irina Albanell**, una paciente, destacó la falta de recursos y el estigma asociado a la salud mental en el sistema médico, así como la importancia de ofrecer apoyo y reconocimiento a los centros de atención primaria. **Montserrat de Molina**, pediatra, señaló que aunque se han realizado avances en los últimos años, se necesita todavía un mayor impulso para mejorar la asistencia pública en la salud mental, especialmente para la infancia. **Carolina Jiménez** compartió su experiencia desde el ámbito del arte contemporáneo en el centro Hangar, donde desarrollan un proyecto piloto para despatologizar los trastornos mentales, y destacó la importancia de explorar perspectivas externas al ámbito médico. **Sara Pujol** quiso saber cuándo debería efectuarse el diagnóstico de trastornos como el TDAH y, si este no se lleva a cabo en etapas tempranas, cómo se puede abordar. **María del Mar González** explicó su experiencia personal y destacó la falta de atención y recursos tanto en el sistema sanitario como educativo, haciendo hincapié en la dificultad para obtener atención médica urgente para su hija, que intentó suicidarse. **Lidia Merino**, enfermera, planteó la importancia de la prevención en salud mental para reducir su impacto negativo.

En respuesta a las intervenciones, **Joan Vugué** subrayó las diferencias de género en su manifestación y prevalencia. Mientras que el TDAH y trastornos del espectro autista afectan principalmente a niños, los trastornos de la conducta alimentaria son más comunes en niñas. Reconoció que la explicación precisa de estas disparidades sigue siendo desconocida. En cuanto a la etiología, mencionó la importancia de los factores del neurodesarrollo y las experiencias adversas tempranas, como el abandono o el maltrato infantil. Estas vivencias pueden tener un impacto significativo en la salud mental a lo largo de la vida. Además, destacó el papel crucial de las circunstancias socioeconómicas en la salud mental. Las disparidades en el acceso a la atención y los recursos disponibles pueden influir en la prevalencia, destacando la necesidad de abordar estas inequidades desde una perspectiva sistémica y transversal. En términos de prevención, enfatizó la importancia de fomentar la resiliencia en la infancia y mejorar la capacidad de adaptación de los niños frente a las adversidades. En relación con la prevención del

## “El sistema educativo y de salud enfrenta dificultades para diagnosticar y tratar adecuadamente los trastornos del neurodesarrollo”

suicidio, mencionó la implementación del "código de riesgo de suicidio" como una medida efectiva para identificar y atender a personas en riesgo. Destacó la importancia de promover la salud mental en entornos educativos y comunitarios, así como la necesidad de fortalecer las estrategias preventivas para abordar los factores de riesgo identificados.

**Miquel Casas** resaltó la importancia de considerar quién prescribe los medicamentos para evitar la sobremedicación, especialmente en el caso de los niños, y enfatizó que el diagnóstico y la prescripción de medicamentos deben ser cuidadosos y basados en pautas internacionales y regionales. No obstante, recordó que no hay que perder de vista la gravedad en las consecuencias a largo plazo de no hacer nada por falta de diagnóstico o de tratamiento. Discutió sobre cómo la atención primaria es el primer filtro para la salud mental, pero los tiempos de consulta limitados dificultan el abordaje adecuado. Destacó que la adolescencia es un período de adaptación natural que puede implicar malestar emocional. También señaló el impacto del uso de tecnología, así como la relación entre el uso de medicamentos para tratar trastornos como el TDAH y el riesgo de adicción en el futuro. Advirtió sobre los riesgos de la automedicación y promovió una gestión más consciente y responsable de la salud mental en niños y adolescentes, así como la necesidad de políticas y prácticas de atención médica más efectivas y centradas en el paciente.

## Conclusiones

La prevalencia de los trastornos de salud mental en la población general se ha agravado desde el inicio de la pandemia y especialmente afectada se ha visto la **salud emocional de los jóvenes**. Debemos plantearnos qué está pasando como sociedad para que haya este incremento tan notorio de malestar que pone en evidencia la necesidad de mejorar la atención infantojuvenil.

La depresión, la ansiedad y los trastornos adaptativos constituyen las principales causas de enfermedad y **discapacidad entre los adolescentes**, siendo el suicidio la cuarta causa de muerte en jóvenes de 15 a 29 años. Igual de importantes son las **disfunciones del neurodesarrollo**, pues constituyen una de las patologías más frecuentes de la infancia y adolescencia, y que se prolongan hasta la edad adulta. Esto conduce al abandono escolar, la marginación y a conductas disruptivas. Por ello la prevención, el diagnóstico y atención precoz son claves para evitar problemas de rendimiento escolar y de adaptación social; con la atención adecuada mejoran.

Hay que destacar el papel de las **redes sociales**, que frecuentemente ejercen un impacto negativo al fomentar conductas dañinas como el *bullying*, los trastornos de la alimentación, las adicciones y la perpetuación de una falsa imagen del éxito. A raíz de la pandemia se ha incrementado en un 20% el número de jóvenes menores de 18 años que consumen benzodiazepinas. Las diferencias económicas también generan desigualdades en el acceso a tratamientos y ha aumentado la complejidad psicosocial. Por ello es necesario ampliar las intervenciones psicológicas para evitar mayores complicaciones.

**La salud mental está infradotada.** En los últimos años, se están haciendo esfuerzos, pero estamos lejos de las cifras de inversión en salud mental en comparación con países de nuestro entorno.

Se ha desarrollado un **plan de prevención** para mejorar la detección y la respuesta asistencial a las tentativas de **suicidio**, que han empezado a bajar en 2023 con respecto a 2021 y 2022. También ha prosperado un plan de choque para la mejora de los **trastornos de la conducta alimentaria**, creándose dos **unidades de hospitalización** para casos complejos y programas de atención de crisis a domicilio en 52 centros de salud mental infantojuvenil, mediante equipos multidisciplinarios que tratan a las personas en su ambiente de convivencia.

En este contexto, se enfatiza el papel crucial de las **familias y las escuelas** en la educación. Es necesario aumentar la proactividad y apostar por una colaboración más estrecha con la **atención primaria de salud**. Así pues, el objetivo es lograr una detección y atención tempranas que condicionan de forma significativa el curso y el pronóstico, y son claves para reducir las repercusiones a corto y largo plazo.

# Opini3n Quiral

Medicina,  
comunicaci3n  
y sociedad

El Proyecto Quiral es fruto de la colaboraci3n entre la Fundaci3n Vila Casas y el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la Universitat Pompeu Fabra (CCS-UPF).

## Opini3n Quiral

Con la voluntad de profundizar en el tema tratado en el Informe Quiral, la Fundaci3n Vila Casas organiza dos veces al a1o y con temas distintos un debate abierto en el que representantes del mundo sanitario, periodistas y p1blico en general intercambian opiniones y extraen conclusiones. Con ello, la Fundaci3n Vila Casas pretende contribuir a la formaci3n de buenos criterios sanitarios que redunden en beneficio de la sociedad. Con estas conclusiones la Fundaci3n Vila Casas edita la Opini3n Quiral.

El debate tuvo lugar el 6 de marzo de 2024

## PONENTES

**Dr. Miquel Casas Brugu3:** Catedr3tico de Psiquiatr3a Honorario de la UAB & Director del Programa "SJD MIND Escoleres" del Institut MIND, Hospital Sant Joan de D3u, Barcelona

**Dr. Joan Vegu3 Grill3:** Director del Plan director de salud mental y adicciones de la Generalitat de Catalunya

## FUNDACI3N PRIVADA ANTONI VILA CASAS

Montse Viladomiu, patrona de la Fundaci3n Vila Casas

## CCS-UPF

Gema Revuelta  
Miguel Ramudo  
Vladimir de Semir

## PERIODISTAS

Susana Quadrado, *La Vanguardia*  
Josep Fita, *La Vanguardia*  
Milagros P3rez Oliva, *El Pa3s*  
Carmen Fern3ndez, *Unidad Editorial*

FUNDACI3N  
VILA CASAS

[www.fundaciovilacasas.com](http://www.fundaciovilacasas.com)

ESPAIS  
VolART  
BARCELONA

**Espais Volart**  
Ausi3s Marc, 20-22  
08010 Barcelona  
+34 93 481 79 85  
volart@fundaciovilacasas.com

CAN  
FRAMIS  
BARCELONA

**Museu Can Framis**  
Roc Boronat, 116-126  
08018 Barcelona  
+34 93 320 87 36  
canframis@fundaciovilacasas.com

CAN  
MARIO  
PALAFRUGELL

**Museu Can Mario**  
Plaça Can Mario, 7  
17200 Palafrugell (Girona)  
+34 972 306 246  
canmario@fundaciovilacasas.com

PALAU  
SOLTERRA  
TORROELLA

**Museu Palau Solterra**  
Església, 10  
17257 Torroella de Montgr3 (Girona)  
+34 972 761 976  
palausolterra@fundaciovilacasas.com

Opini3n Quiral · A1o 2024 · N1mero 44.2  
©Fundaci3n Privada Antoni Vila Casas, 2024

Edita y publica: Fundaci3n Privada Antoni Vila Casas y Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la UPF (CCS-UPF)

Dise1o gr3fico: Gina Serret

ISSN: 2013-486X  
Dep3sito legal: B-7834-2009

PR3XIMO COLOQUIO ABIERTO  
Opini3n Quiral

Fecha: a determinar  
Espais Volart. Ausi3s Marc 22 pl. baja, Barcelona

Aforo limitado · Tel. 934 817 980

M3s informaci3n: [www.fundaciovilacasas.com](http://www.fundaciovilacasas.com)



Universitat  
Pompeu Fabra  
Barcelona

CCS  
Centro de Estudios de Ciencia,  
Comunicaci3n y Sociedad