

EDITORIAL

La salud mental en los niños y jóvenes: un reto tras la pandemia COVID

Paula Vázquez López

*Coordinadora Urgencia Pediátrica. Hospital Universitario Gregorio Marañón. Madrid.
Presidenta de la Sociedad Española de Urgencias de Pediatría*

En el año 2020 vivimos una crisis mundial sin precedentes a raíz de la pandemia COVID-19. Habitualmente la enfermedad por el virus SARS-CoV-2 cursa de forma leve en niños. Sin embargo, el verdadero impacto de la COVID-19 en la población infanto-juvenil ha sido el incremento de la prevalencia de los trastornos de la salud mental en esta franja de edad. Esta tendencia creciente ya se había iniciado antes de la pandemia, pero esta crisis ha puesto de relevancia la magnitud de la amenaza que debemos afrontar y el gran sufrimiento que estas patologías generan en el niño, la familia y la sociedad⁽¹⁻¹⁰⁾.

Según numerosos estudios, desde el inicio de la pandemia se ha triplicado el número de trastornos mentales en niños de 4 a 14 años. En relación con los datos prepandemia del año 2019, los motivos de consulta relacionados con trastornos de la salud mental en los servicios de Urgencias Pediátricas se han incrementado hasta un 47% y los diagnósticos de intentos autolíticos hasta un 59%. Muchos expertos apuntan a un modelo de iceberg donde los suicidios representarían la punta del iceberg y los gestos autolíticos serían el problema de base prevalente^(11,12).

A nivel nacional, la Sociedad Española de Urgencias de Pediatría (SEUP) realizó un estudio multicéntrico en el que participaron 16 hospitales, para analizar la evolución de los trastornos de la salud mental, comparando el periodo prepandemia (marzo 2019-marzo 2020) con el periodo postpandemia (marzo 2020-marzo 2021). Globalmente, los diagnósticos relacionados con trastornos mentales en Urgencias Pediátricas aumentaron un 10%. En un análisis desglosado, los diagnósticos que más se incrementaron fueron: "intoxicación no accidental por fármacos" (122%), "suicidio/intento de suicidio/ideación autolítica" (56%), "trastorno de conducta alimentaria (40%), "depresión" (19%) y "crisis de agresividad" (10%).

En enero de 2021 la SEUP puso en marcha un estudio sobre los pacientes que acuden a Urgencias Pediátricas tras ingesta voluntaria de tóxicos con finalidad suicida, con la participación de 23 hospitales de 10 comunidades autónomas. Durante el primer año de estudio se han registrado 420 tentativas de suicidio. De los pacientes incluidos, el 35% no tenía diagnóstico previo de trastorno mental, casi un 60% había realizado intentos autolíticos anteriormente y un 82,6% refería infligirse autolesiones.

Estas son las evidencias de lo que está ocurriendo en la salud mental de nuestros niños y jóvenes. Ante la crudeza de esta realidad debemos plantearnos qué está pasando en la población infanto-juvenil y tratar de comprender cuál es la raíz del problema. Se trata de un tema muy complejo, de carácter multifactorial, en el que convergen aspectos individuales, familiares y sociales. Están involucrados factores de riesgo (como el tipo de sociedad y el estilo de vida actual con una necesidad de obtener recompensa y satisfacción inmediata, las redes sociales...), factores protectores o "amortiguadores" (valores, resiliencia, capacidad de gestionar las emociones y la frustración...) y factores precipitantes. La pandemia COVID, el confinamiento estricto y prolongado, así como todas las restricciones y medidas de distanciamiento social a las que ha estado sometida la población han actuado como factor precipitante, especialmente en la población más vulnerable, potenciado los factores de riesgo (duelo, aislamiento, situaciones familiares complejas, uso excesivo de las tecnologías y las redes sociales) y debilitando factores protectores (como el apoyo de los centros escolares, el ejercicio físico o las relaciones sociales).

Los servicios de Urgencias Pediátricas se caracterizan por ofrecer a sus pacientes una asistencia integral. En muchas ocasiones las familias buscan en nuestros servicios una vía rápida para tratar de conseguir una atención sanitaria que pueda dar respuesta a las necesidades de sus hijos. La evidencia nos demuestra que la salud mental es una necesidad urgente/emergente de la población infanto-juvenil. Los

Dirección para correspondencia:

Dra. Paula Vázquez.

Correo electrónico: paulavazquez47@hotmail.com

pediatras tenemos la responsabilidad de formarnos y adaptarnos a esta realidad social para garantizar que nuestros pacientes reciben una atención eficaz y eficiente. Debemos ser capaces de reconocer, tratar, apoyar y acompañar.

Por eso la SEUP, junto con la Sociedad de Psiquiatría Infanto-juvenil y la Sociedad de Pediatría de Atención Primaria, bajo el paraguas de la Asociación Española de Pediatría, han trabajado en un documento de posicionamiento de Salud Mental con el objetivo de dar visibilidad a esta problemática y emprender de forma conjunta estrategias de prevención y de mejora de la atención sanitaria. Es necesario elaborar un Programa de Salud Mental infanto-juvenil a nivel nacional, que desarrolle líneas estratégicas a distintos niveles de actuación: familia, centros escolares, centros sanitarios (desde Atención Primaria hasta recursos específicos de Atención Especializada a la Salud Mental infanto-juvenil, pasando por los servicios de Urgencias Pediátricas) y medios de comunicación⁽¹³⁻¹⁵⁾.

Como sociedad, tenemos el deber de ofrecer a nuestros niños y jóvenes un futuro mejor; debemos educarlos en valores como la empatía, el respeto a la diversidad o el esfuerzo, y aportarles herramientas de gestión emocional (tolerancia a la frustración, gestión de las pérdidas...) para ayudarles a que se conviertan en adultos resilientes, con un equilibrio emocional satisfactorio.

Es nuestro deber y es nuestra responsabilidad.

BIBLIOGRAFÍA

- Pfefferbaum B. Children's Psychological Reactions to the COVID-19 Pandemic. *Curr Psychiatry Rep.* 2021; 23: 75.
- Murata S, Rezeppa T, Thoma B, Marengo L, Krancevich K, Chiyka E, et al. The psychiatric sequelae of the COVID-19 pandemic in adolescents, adults, and health care workers. *Depress Anxiety.* 2021; 38: 233-46.
- Listenick ZI, Badawy SM. Mental health implications of the COVID-19 pandemic among children and adolescents: what do we know so far? *Pediatric Health Med Ther.* 2021; 12: 543-9.
- Golberstein E, Wen H, Miller BF. Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and mental health for children and adolescents. *JAMA Pediatr.* 2020; 174: 819-20.
- Meade J. Mental health effects of the COVID-19 pandemic on children and adolescents a review of the current research. *Pediatr Clin N Am.* 2021; 68: 945-59.
- Documentos en Internet: Informe de Save the children: Crecer saludable(mente). Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y en la adolescencia. España, 2021. [Consulta: 8 de febrero de 2022]. Disponible en: https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-12/Informe_Crecer_saludablemente_DIC_2021.pdf
- Panchal U, Salazar de Pablo G, Franco M, Moreno C, Parellada M, Arango C, et al. The impact of COVID-19 lockdown on child and adolescent mental health: systematic review. *Eur Child Adolesc Psychiatry.* 2021; 18: 1-27.
- Nearchou F, Flinn C, Niland R, Subramaniam S. Exploring the impact of COVID-19 on mental health outcomes in children and adolescents: a systematic review. *Int J Environ Res Public Health.* 2020; 17(8479): 1-19.
- Samji H, Wu J, Ladak A, Vossen C, Stewart E, Dove N, et al. Review: Mental health impacts of the COVID-19 pandemic on children and youth-a systematic review. *Child Adolesc Ment Health.* 2021. Disponible en: <http://doi:10.1111/camh.12501>
- Yard E, Radhakrishnan L, Ballesteros MF, Sheppard M, Gates A, Stein Z, et al. Emergency department visits for suspected suicide attempts among persons aged 12-25 years before and during the COVID-19 pandemic-United States, January 2019-May 2021. *MMWR.* 2021; 70(2): 888-94.
- Hill R, Rufino K, Kurian S, Saxena J, Saxena K, Williams L. Suicide ideation and attempts in a pediatric emergency department before and during COVID-19. *Pediatrics.* 2021; 147(3): e2020029280.
- Say DF, Carison A, Hiscock H, Babl FE, O'Donnell SM. Mental health presentation to the paediatric emergency department: A retrospective study. *J Paediatr Child Health.* 2021; 57: 684-95.
- García Ron A, Cuéllar-Flores I. Impacto psicológico del confinamiento en la población infantil y como mitigar sus efectos: revisión rápida de la evidencia. *An Pediatr (Barc).* 2020; 93: 57-8.
- Castillo-Martínez M, Castillo-Martínez M, Ferrer M, González-Peris S. Depresión infantojuvenil y otros aspectos de salud mental durante el confinamiento y la pandemia por SARS-CoV-2/COVID-19: encuesta en contexto escolar. *An Pediatr (Barc).* 2022; 96: 61-9.
- Lantos JD, Yeh HW, Raza F, Connelly M, Goggin K, Sullivan SA. Suicide risk in adolescents during the COVID-19 pandemic. *Pediatrics.* 2022; 149(2): 1-7.