

Els trastorns mentals dels joves, l'onada postcovid

El confinament ha desencadenat brots que posen en alerta els especialistes per si l'increment tindrà continuïtat

Marta Rodríguez Carrera

4 min
10

Si la salut mental d'adolescents i joves pogués analitzar-se com si es tractés d'un pacient, el diagnòstic més adequat seria el d'“estrès agut i angoixa”. Astrid Morer, presidenta de la Societat Catalana de Psiquiatria Infanto-Juvenil, de l'Acadèmia de Ciències Mèdiques de Catalunya, assenyala que en èpoques d'“alta vulnerabilitat social i estressors” la societat respon amb un augment de les recaigudes o l'inici de nous trastorns, un fet que ja es va constatar en la crisi econòmica de fa una dècada. Un 30% de la població admet que la seva estabilitat emocional s'ha vist afectada en aquesta crisi, i el termòmetre de l'Hospital Sant Joan de Déu indica que les urgències han atès un 50% més de joves i, tot i que la majoria que hi han acudit presentaven quadres d'ansietat, psicosi, depressió i trastorns alimentaris, destaca l'increment d'autolesions i intents de suïcidi. Amb el diagnòstic a la mà, la recepta és abocar més recursos i estar més atents a l'evolució del que s'ha anomenat nova onada pandèmica.

1/4 de la població patirà un trastorn mental al llarg de la seva vida

¿Això suposarà que aquests joves siguin adults malalts? Es calcula que el 30% d'aquests nois necessitaran suport per a tota la vida. Falta perspectiva per tenir la fotografia real i estable però cal tenir en compte que el pic de casos també s'explica perquè durant mesos la població va evitar anar al metge excepte en cas d'urgència. Les visites a les consultes de salut mental es van reduir un 40% i els trastorns no van començar a donar la cara fins que va tornar la presencialitat a l'escola i la xarxa sanitària es va distensionar. Els

professionals constaten que els primers mesos van ser les criatures més petites, menors de 10 anys, les que expressaven més malestar emocional. “Se'ls ha trencat la rutina, se'ls ha tancat l'espai de socialització entre iguals i els han afectat els canvis econòmics a casa, les morts sense dol, la por ambiental”, factors als quals s'ha de sumar que l'adolescència és una etapa ja de per si complicada, perquè s'està configurant el caràcter, apunta Montse Dolz, cap de la unitat de salut mental de Sant Joan de Déu, que indica que sovint tot aquest còctel fa que es “confongui” una patologia amb la inconformitat de l'edat.

Casos més greus

El retard en l'atenció i el diagnòstic en la pandèmia sí que ha fet que els pacients arribin ja en una situació avançada, per urgències hospitalàries i sense passar abans per la primària, destaca el director del Pla Director de Salut Mental i Addiccions, Jordi Blanch, que avança que per al departament de Salut l'estratègia passa per una bona política de “prevenció més que per fer tractaments”. En aquesta línia, la psiquiatra Dolz afegeix la importància de “dedicar esforços per a un bon cribatge” en l'etapa escolar per “estalviar-nos patologies futures i patologitzar casos lleus”, tenint en compte que la meitat dels trastorns mentals debuten –en l'argot mèdic– abans dels 18, segons un recent estudi de l'Idibaps i del Clínic.

Un terç dels trastorns mentals comencen abans dels 15 anys

La pandèmia ho ha agreujat, però és un fet que a joves i adolescents els costa anar a les consultes de primària i sovint són “les mares les que fan la consulta” quan noten un canvi brusc en el comportament dels fills. Carlota Albuin, membre del grup de salut mental de la CAMFiC (Societat Catalana de Medicina Familiar i Comunitària), assenyala que la concentració de personal i esforços en el covid i el fet de prioritzar les consultes online han dificultat el procés d'atenció sobretot entre joves i adolescents, perquè tenint en compte les característiques de la l'etapa en què es troben “no s'obren fàcilment per explicar què els està passant”. Falta més temps per dedicar-se al pacient –la reivindicació històrica dels metges–, però també cal ensenyar els professionals a tenir “capacitació per orientar” aquests pacients tan joves i fer-los veure la necessitat “de derivar-los als CSMIJ”, els centres de salut mental especials per al col·lectiu, apunta la metgessa de família. “Ens cal aquest temps a la consulta perquè l'entrevista amb el jove sigui terapèutica; amb pressions i estrès no s'estableix una interacció correcta”, diu Albuin.

Llistes d'espera

Si els joves accepten la derivació topen amb el tap de les llistes d'espera, que superen de llarg el termini d'un mes, i per això sovint les famílies opten per la drecera de les urgències hospitalàries. En aquest cas tampoc no hi ha dades fiables i el departament espera recopilar-les els pròxims mesos amb un registre automàtic de tots els recursos disponibles, anuncia Jordi Blanch, que confia que el número de casos s'estabilitzarà per la calma que aporten les vacances i un cop la xarxa ha absorbit “l'esclat” del repunt de brots. “Els casos que havien de sortir ja han sortit”, assegura. Amb tot, Morer adverteix que l'evolució dependrà de si les famílies poden recuperar la calma i es redueix l'alta precarietat, ja que el comfort emocional i mental està íntimament relacionat amb el benestar socioeconòmic.

"La salut mental és l'última barrera que queda per trencar, perquè sobreviu la imatge del boig perillós! "

ÀNGELS BARDAJÍPresidenta d'Obertament

Blanch assegura que la salut mental fa anys que està a l'agenda del Govern i és una de les prioritats, però també admet que la xarxa té un dèficit històric de psicòlegs i que caldria augmentar també les partides pressupostàries. Des de la UCA, la unitat de crisi d'adolescents del centre Benito Menni de Sant Boi, la psicòloga clínica Anna Robert assenyala la mancança de "centres de transició" per a pacients "d'entre 18 i 25 anys" per evitar, com passa ara, que amb la majoria d'edat es derivin a serveis d'adults. "Molts es perden en aquest pas i per això cal dotar els CSMIJ de recursos per fer un acompanyament dins de la comunitat", diu.

Enmig de professionals i institucions, què hi diuen els malalts? "Cal acabar primer amb l'estigma social, perquè la salut mental és l'última barrera que queda dempeus", subratlla Àngels Bardají, presidenta d'Obertament, l'entitat que lluita en contra de l'estigmatització i que reivindica "triplicar els pressupostos en salut mental" perquè el temps d'espera per a una visita desvia els pacients cap a centres privats, amb preus inassumibles per a moltes famílies.