

Dossier

SALUT MENTAL



1/4
de la població patirà al llarg de la seva vida un trastorn mental, segons les estimacions de l'Organització Mundial de la Salut (OMS)

15
anys
Una quarta part dels trastorns s'inicien abans d'aquesta edat. La fòbia o l'ansietat es detecten als vuit, i els d'espectre autista, als nou

Una infermera i dos pacients jugant a bàsquet al pati de la unitat de cures d'adolescents del complex Benito Menni de Sant Boi. PERE VIRGILI

Els trastorns mentals dels joves, l'onada postcovid

La pandèmia ha desencadenat brots que obliguen a estar en alerta per si l'augment té continuïtat

MARTA RODRÍGUEZ CARRERA
BARCELONA

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'"estres agut i angouxa". 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'havist afectada, 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 ma-

joria que hi han acudit presentaven quadres d'ansietat, psicosis, depressió i trastorns alimentaris, destaca que les autolesions s'han doblat. 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*.

L'esclat després del confinament
¿Això suposarà que aquests joves siguin adults malalts? Es calcula que el 30% d'aquests nois necessitaran suport per a tota la vida, però falta perspectiva per tenir la fotografia real i estable i 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 es van reduir un 40% i els trastorns no van començar a donar la cara fins que va tornar la presència a l'escola i la xarxa sanitària

Esclat
Els trastorns a l'adolescència es confonen amb el malestar de l'edat

Prevenió
L'escola i els instituts són bons per fer el cribatge i diagnòstics precoços

va distensionar. "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 la patologia quedi amagada.

El retard en l'atenció i el diagnòstic en la pandèmia si 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 l'estratègia passa per una bona política de "prevenió 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 patològitzar casos lleus", tenint en compte que la meitat dels trastorns s'inicien abans dels 18, segons l'Idiaps i el Clínic.

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 brusca 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

MÉS PSICÒLEGS A PARTIR DE L'ANY 2023

Salut preveu la incorporació a la xarxa de salut mental de nous psicòlegs clínics, una especialitat del tot deficitària. Segons Salut, fins al 2023 cada any es formaran 26 professionals, i a partir de llavors, 44.

EL REPTA DE FER EL TRÀNSIT A ADULTS

El departament estudia com s'ha de fer el trànsit de la xarxa d'adolescents a la d'adults. Sobre la taula l'opció d'una unitat dels 16 als 25 i la que un mateix professional atengui entre els 17 i els 18 anys per ajudar a l'adaptació.

de 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 als 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 presses i estrès no s'estableix una interacció correcta", diu Albuin.

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 direcció 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 dispo-

100% d'augment
A Sant Joan de Déu han atès el doble de casos de lesions autoinflamatòries, amb les quals el jove vol apaiagar el malestar

nibles, anuncia Jordi Blanch, que confia que el nombre de casos s'estabilitzarà per la calma que aporten les vacances i un cop la xarxa ha absorbit "l'esclat" del repunt de brots. Amb tot, Morer adverteix que l'evolució dependrà de si es redueix l'alta precariedad, ja que el confort emocional i mental està relacionat amb el benestar socioeconòmic.

Blanch assegura que la salut mental fa anys que està a l'agenda del Govern i és una de les prioritats, però també admet el déficit històric de psicòlegs i que cal augmentar el pressupost. Des del centre Benito Menni de Sant Boi, la psicòloga clínica Anna Robert assenyala la manca 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 calen més recursos per fer un acompanyament dins de la comunitat", diu.

Enmig de professionals i institucions, què hi diuen els malalts? "Cal acabar amb l'estigma social, perquè la salut mental és l'última barrera que queda", subratlla Àngels Bardají, presidenta d'Obertament, l'entitat contra l'estigmatització i que reivindica "triplicar el pressupost en salut mental" perquè les llistes d'espera desvien els pacients cap a centres privats, inassumibles per a moltes famílies. —

M.R.C.
SANT BOI DE LLOBREGAT

Farceix l'explicació dels recurrents quadres d'ansietat i la "veueta" interna amb tantes imatges, metàfores i humor àcid que les psicòlogues que l'atenen confien que acabi sent "la Greta de la salut mental", en referència a l'activista de l'ecologisme. A dues setmanes de la majoria d'edat, Noemí Atencia està de permís a la unitat dedicada a adolescents del complex Benito Menni de Sant Boi, on ha passat l'últim trimestre arran d'una greu crisi. La d'Atencia és la història de les dificultats del sistema per diagnosticar trastorns mentals i de la soledat de pacients i famílies. A primària no entien que sempre estigués com absent, amb atacs d'ansietat constants, que la van fer ser etiquetada com la rara. "Em van fer *bullying* i la meua autoestima va baixar, em feien sentir petitona. Et quedes sola i vols desaparèixer", recorda. La mare tampoc va saber com ajudar-la, per ignorància i per por de posar nom a una malaltia tabú.

El pas a secundària va suposar un cert alleujament perquè almenys al nou centre va trobar comprensió, però l'ansietat anava a més, com els plors. El gran sostrac va arribar l'any de la pandèmia, quan ja feia segon de batxillerat, i en ple confinament al seu malestar s'hi va afegir la impossibilitat de poder sortir de casa per esbargir-se de tanta angonya i els conflictes amb la mare. Les classes online, afirma, eren un suplici perquè li era impossible "estar atenta a una pantalla d'ordinador", però és que, quan les escoles van reobrir, tampoc va ser capaç de seguir les explicacions dels professors, en una sensació que defineix com fer-se-li tot "una bola d'acer" i de "frustració", perquè els companys seguien i ella no. "Vaig anar caient al pou de la merda i la meua mare amb mi".

L'huracà del desembre

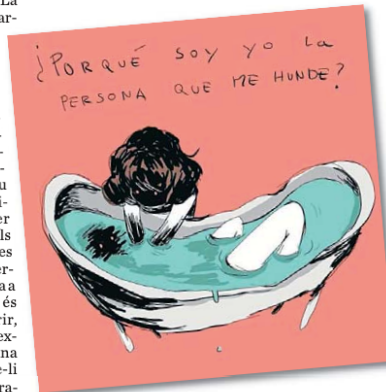
Pou avall l'esperava una gran crisi d'ansietat –"em pensava que em moria"–, que li va fer sentir durant dies com si el seu cos fos "al mig d'un huracà". Era el desembre del 2020 i, ara sí, va acabar a urgències a l'Hospital Sant Joan de Déu d'Esplugues. "Em van enviar a la psiquiatria, a qui li demanava ajuda i ella em donava més pastilles que em deixaven fatal, tot el dia sedada i sense poder fer res, ni tan sols tenir els ulls oberts". Sense ningú que li fes costat, diu que no tenia què li passava i que

Noemí Atencia, 17 anys

"Vaig anar caient al pou de la merda"



Noemí Atencia davant del mural que ha ajudat a pintar amb altres pacients del centre de Sant Boi. A la imatge de sota, una il·lustració d'ella. PERE VIRGILI



hi havia moments que no distingia la realitat de sentir-se "un robot" ni podia deixar de fer cas a la veueta interior que li deia que "estava boja". A més, en les cerques que feia, Google –desaconsellat científicament– sempre conclouia: "Càncer o una mort pròxima". El fons del pou l'ha batejat com "la setmana tràgica", un daltabaix emocional que la va dur a sobremedicar-se conscientment. "Sempre acabava vomitant les pastilles, fins que un dia vaig pensar «Doncs avui no ho faré»". I va acabar a urgències, ingressada tres setmanes a Sant Joan de Déu: "Em volia morir perquè sentia que la merda m'ofegava", re-

lata. Poques setmanes després hi va recaure.

Aquí és quan entra a la UCA, una unitat sense referents a Catalunya que tracta els casos més greus de trastorns mentals d'adolescents. Les psicòlogues que l'han tractat expliquen que la desganada Noe d'un trimestre enrere no té res a veure amb la Noe amb ganes de menjar-se el món que seua en una sala del centre de Sant Boi. Els primers dos mesos hi va estar en règim tancat, seguint una teràpia que li va permetre aixecar el cap i passar a la USA, on se li permeten sortides a casa. "Ara trobo el món molt bonic i tinc ganes de fer coses", assegura la noia, il·lusionada per tornar a fer segon de batxillerat. "Faré batxillerat artístic, no puc fer una altra cosa".

La vena artística

Al centre, la noia ha estat l'ànima que ha animat les terapeutes i els pacients a dibuixar un gran mural de colors sobre una paret del pati i, sobretot, a editar un fanzín –el primer de la UCA– en què els adolescents han plasmat sentiments i esperances. Però el neguit és ara pel que vindrà a partir del juliol, quan amb els 18 anys el seu expedient passarà als serveis d'atenció als adults, compartint teràpia i activitats amb gent de 30 o 50 anys, lamenta. "No saber què em trobaré i que serà un canvi molt gran em fa por", raona la noia, que reivindica que la transició de l'adolescència al món adult es faci amb unitats intermèdies per evitar situacions traumàtiques. —

Descontrol L'estrès pandèmic i el seu malestar la van dur a urgències i a l'internament