

Les conseqüències de la pandèmia



XAVIER CERVERA

Les seqüeles de la covid en la salut mental dels adolescents van començar amb el confinament; a la fotografia, joves al centre de Barcelona

Els ingressos a causa de la salut mental han crescut un 40% entre els menors

Els experts alerten que es tripliquen els intents de suïcidi entre els joves

MARTA RICART
Barcelona

Els dos anys i mig de pandèmia de covid han tingut un efecte molt negatiu en la salut mental de nens i adolescents. Les hospitalitzacions per problemes de salut mental infantil i juvenil han pujat un 40% respecte a abans de la covid. Bona part d'aquest augment, un 25%, obeeix a l'increment dels trastorns de conducta alimentària. Es pot considerar tota una crisi.

Ho va indicar ahir Joan Vegué, director del pla de salut mental i addiccions de la Generalitat de Catalunya, en una jornada organitzada pel Col·legi de Metges de Barcelona i l'entitat terapèutica Amalgama 7, sobre els riscos de salut mental dels adolescents i les seqüeles de la covid.

Alguns dels especialistes van recalcar que la pandèmia ha obligat a posar la salut mental a les agendes com una prioritat i que cal actuar i invertir-hi recursos i prou atenció.

Els experts van assenyalar que cal tractar ja els nens de patologies lleus per evitar que arribin els casos greus que es veuen als centres assistencials. Hi ha un gran infra-diagnòstic, van assegurar. "Si no es diagnostica, empitjoren el re-

sultat acadèmic i la salut mental", va assegurar Rosa Bosch, coordinadora del programa MIND Escola del Sant Joan de Déu.

■ Trastorns de conducta, suïcidis, autolesions

No només han crescut, i molt, els trastorns de conducta alimentària –segons alguns experts– per una gran influència de les xarxes socials. També per altres problemes. El confinament va millorar la situació de moltes famílies, però va empitjorar també la de moltes fins a generar violència. I els casos d'intent de suïcidi entre menors s'han triplicat.

"La meua filla de 15 anys té depressió des de fa tres anys, i ha tingut dos intents de suïcidi. Entra i surt de centres sanitaris", ha exemplificat amb un cas Jordi Royo, director clínic d'Amalgama 7. "Moltes famílies fan diverses vegades el circuit sanitari de buscar ajuda a la primària, l'hospital...", va avisar. Sense millores. Cal potenciar l'atenció.

Una altra mostra: "No sabem què fer amb el meu fill de 20 anys. Té molts problemes, es fa autolesions. Ell no és conscient que tingui problemes, que necessita ajuda". Aquest és un altre dels problemes, va indicar Royo: els nois no són conscients que ne-

cessiten atenció.

Per això es treballa en recursos assistencials que siguin més pròxims, per atendre'ls a domicili, en centres comunitaris, va explicar Vegué, que va assegurar que ja s'està ampliant la xarxa de professionals per fer la xarxa de salut mental "més accessible i resolutiva" i que es disposen equips per atendre els casos més complexos.

■ Depressió i ansietat: un 90% de malestar emocional

Una enquesta de Salut del 2020 va mostrar que durant el confinament i els mesos següents es van triplicar els trastorns mentals com la depressió i l'ansietat entre els menors. Un 80% o fins i tot més del 90% van patir malestar emocional, un sentiment difús, que encara persisteix entre molts. Estudis dels hospitals Sant Joan de Déu, Vall d'Hebron i Clínic o d'Amalgama 7 corroboren que els nens i adolescents van notar més l'aïllament social imposat per la covid. Va augmentar la seva por, per a alguns va ser el primer contacte amb una mort pròxima i moltes vegades traumàtica, sense poder acomiadar-se del difunt.

A més, en les classes més desfavorides les restriccions de la pandèmia van augmentar la sensació d'abandonament dels nanos, sen-

se anar a classe, amb els pares treballant, sense la connexió digital d'altres menors o només amb les pantalles com a opció contra l'avorriment, que van augmentar.

■ Van baixar totes les addiccions menys a les pantalles

Durant les restriccions els consums de substàncies addictives entre els menors van disminuir (tabac, alcohol i marihuana). Només va augmentar l'addicció a les pantalles. A mesura que van anar desapareixent les restriccions molts dels consums, com els d'alcohol i marihuana, van tornar a pujar. "Segurament tornaran a nivells pre-pandèmics", va admetre Joan Colom, subdirector d'Addiccions de la Generalitat. "El que ens preocupa és que els joves intentin combatre el seu malestar amb substàncies addictives", va dir.

Salut prepara una enquesta per tenir dades actuals. De moment, ja va veure que les noies de 14 a 18 anys avancen lleugerament els nois en consum d'alcohol i de marihuana. Un 52% han begut l'últim mes. També tenen més episodis d'embriaguesa.

■ Fracàs educatiu

"Els estudis de la Generalitat indiquen que un 17% dels alumnes de

primària a ESO patiran fracàs escolar", va dir el psiquiatre Miquel Casas, que va recordar que els problemes mentals redonden en mal rendiment acadèmic. I alhora els estudis poden generar més ansietat i malestar.

"Si un de cada cinc alumnes té trastorns de desenvolupament i aquí s'estima que només se'n diagnostiquen un 20% o un 30%, la resta què fan? Doncs engrossirà aquestes files del fracàs escolar", va afegir Casas.

■ Com es poden enfortir els joves

Es poden prevenir tots aquests problemes? Francesc Xavier Arrufat, president del Clúster de Salut Mental de Catalunya, va donar unes claus. Cal dotar els adolescents de capacitat per centrar-se en els seus punts forts, fer-los confiar; la connexió amb la família i la comunitat els poden donar més seguretat.

També cal ajudar-los a enfortir el caràcter, ensenyar-los valors i que entenguin la importància de la seva contribució personal a la societat. També a afrontar l'estrès i l'angoixa i a gestionar les seves emocions. I se'ls ha d'ensenyar igualment a adoptar posicions positives i que ells poden controlar les conseqüències de les seves decisions, va recomanar Arrufat.