

## 6.1 Atender la salud mental en la adolescencia: un beneficio para toda la sociedad

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia. Este organismo internacional concreta que **la salud mental es un bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.**

*La salud mental es la base para el bienestar y funcionamiento efectivo del individuo y la comunidad*

En sentido positivo, **la salud mental es la base para el bienestar y funcionamiento efectivo de un individuo y una comunidad.** Es mucho más que la ausencia de enfermedad mental: es una parte integrante de la salud que se encuentra relacionada con la salud física y la conducta.

Como se recoge en el Libro Verde de la Comisión de las Comunidades Europeas "Mejorar la Salud Mental de la Población"<sup>10</sup> «sin salud mental no hay salud; para los ciudadanos constituye el recurso que les permite desarrollar su potencial intelectual y emocional, así como encontrar y desempeñar su papel en la sociedad, la escuela y el trabajo; para las sociedades, la salud mental de sus ciudadanos contribuye a la prosperidad, la solidaridad y la justicia social; en cambio, las enfermedades mentales conllevan costes, pérdidas y cargas de diversa índole, tanto para los ciudadanos como para los sistemas sociales».

*Las enfermedades mentales inciden negativamente en los sistemas económicos, sociales, educativos, penales y judiciales*

También el documento europeo señalado apuntaba que uno de cada cuatro ciudadanos padece alguna enfermedad mental que puede conducir al suicidio, fuente de un número excesivamente elevado de muertes. Del mismo modo venía a poner de relieve que **las enfermedades mentales causan**

<sup>10</sup> [https://ec.europa.eu/health/ph\\_determinants/life\\_style/mental/green\\_paper/mental\\_gp\\_es.pdf](https://ec.europa.eu/health/ph_determinants/life_style/mental/green_paper/mental_gp_es.pdf)



**importantes pérdidas y cargas a los sistemas económicos, sociales, educativos, penales y judiciales.**

**Muchos de los problemas de salud mental comienzan en la adolescencia.**

En esta etapa del ser humano se producen multitud de cambios, tanto desde el punto de vista biológico, psicológico como social, que requieren del niño o niña un importante esfuerzo de adaptación. Este esfuerzo para alcanzar la madurez habitualmente va acompañado de situaciones de conflictos que repercuten tanto en el ámbito familiar, con padres y madres, como en el ámbito escolar o social. Es cierto que el conflicto suele formar parte de la vida; es el motor de nuestro progreso. Sin embargo, en determinadas condiciones puede obstaculizar el desarrollo y, cuando esto ocurre, el niño, la niña o el adolescente puede pagar un precio muy alto, viéndose abocado al fracaso personal y social si no es diagnosticado a tiempo y ayudado en la medida de lo posible para salir de la situación.

La salud mental de niños y niñas se encuentra condicionada por determinados factores. **Cuanto más sean los factores de riesgo a los que están expuestos niños y adolescentes, mayores serán los efectos negativos que puedan tener para su bienestar mental.**

*Los factores de riesgos inciden negativamente en el bienestar mental de la infancia y adolescencia*

De este modo, algunos de los factores o circunstancias que pueden contribuir al estrés durante la adolescencia son la exposición a la adversidad, la presión social de sus compañeros y la exploración de su propia identidad. La influencia de los medios de comunicación y la imposición de normas de género pueden exacerbar la discrepancia entre la realidad que vive el adolescente y sus percepciones o aspiraciones de cara al futuro. Otros determinantes importantes de la salud mental de los adolescentes son la calidad de su vida doméstica y las relaciones con sus compañeros. La violencia (en particular la violencia sexual y la intimidación), una educación muy severa por parte de los padres y problemas socioeconómicos o problemas graves de otra índole constituyen también riesgos reconocidos para la salud mental del adolescente.

En los últimos años, se viene dando la voz de alarma sobre las graves consecuencias que están teniendo los problemas de salud mental en la población más joven. La propia Organización Mundial de la Salud (OMS)

señala que **los trastornos de salud mental representan una proporción considerable de la carga mundial de morbilidad durante la adolescencia y constituyen la principal causa de discapacidad entre los jóvenes.** Aproximadamente la mitad de los problemas de salud mental se manifiestan antes de los 14 años, y el suicidio es una de las tres principales causas de muerte entre los adolescentes más mayores. Los problemas de salud mental durante la adolescencia suelen ser precursores de varios comportamientos de alto riesgo, tales como las conductas autolesivas, el consumo de tabaco, de alcohol y de otras sustancias, los comportamientos sexuales de riesgo y la exposición a la violencia, cuyos efectos persisten y acarrear graves consecuencias durante toda la vida<sup>11</sup>.

*Se está dando la voz de alarma sobre las graves consecuencias que están teniendo los problemas de salud mental en la población más joven*

Ante estas consecuencias, no es de extrañar que **la comunidad médica y los organismos sanitarios nacionales e internacionales coincidan en señalar que la atención de la salud mental en estas fases vitales exige una atención de carácter específico.** Niños, niñas, adolescentes y jóvenes presentan una especificidad en cuanto a su personalidad (vulnerabilidad, dependencia, influenciabilidad, carácter esencialmente evolutivo, etc.) y una expresión patológica propia en su enfermar psíquico que los diferencia esencialmente de la persona adulta.

Una atención específica en la etapa adolescente que, de no llevarse a efecto, puede condicionar la vida adulta del individuo. En efecto, lo que sucede en una etapa de la vida afecta por lo que sucede en otras. Así, lo que ocurre en los primeros años de vida afecta a la salud y el desarrollo de los adolescentes y, a su vez, la salud y el desarrollo durante la adolescencia repercuten en la salud en la edad adulta e incluso en la salud y el desarrollo de la siguiente generación.

Es por ello que las intervenciones eficaces durante la adolescencia protegen las inversiones de salud pública en la supervivencia infantil y el desarrollo en la primera infancia. Asimismo, la adolescencia ofrece la oportunidad de

<sup>11</sup> Directrices sobre las intervenciones de promoción y prevención en materia de salud mental destinadas a adolescentes: Estrategias para ayudar a los adolescentes a prosperar. Resumen ejecutivo. Organización Mundial de la Salud (OMS). <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/341147/9789240023864-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



corregir problemas que hayan podido surgir en los diez primeros años de vida. Por ejemplo, se pueden aplicar intervenciones durante la adolescencia que mitiguen los efectos negativos a largo plazo de la violencia, el maltrato o la desnutrición sufridos en la infancia y eviten que afecten a la salud en el futuro<sup>12</sup>.

En consecuencia, **el impacto y la trascendencia que la enfermedad mental en estas fases vitales tiene en la vida adulta del adolescente exige priorizar su atención**, máxime si tenemos en cuenta que la adolescencia es el momento idóneo para promover la salud y prevenir las enfermedades. No podemos olvidar que **esta priorización que señalamos redunda no solo en beneficios para los jóvenes a corto y largo plazo, sino que, a la postre, también se hacen extensivos al resto de la sociedad**.

*El impacto que la enfermedad mental en la adolescencia tiene en la vida adulta exige priorizar su atención en beneficio del individuo y de la sociedad*

### 6.2 Una loable pero insuficiente e inconclusa reforma psiquiátrica

Antes de que en los años ochenta se produjera la denominada **Reforma Psiquiátrica**, que dio paso a la desinstitucionalización, la asistencia a la salud mental en España estaba ligada a la “beneficencia”, atribuida a las corporaciones locales, ámbito en el que también coincidían las instituciones religiosas. **La práctica clínica extendida para solucionar los problemas de salud mental y cuidar el bienestar social era la reclusión en instituciones de la persona diagnosticada**, alejándola de la comunidad, y colocándola en un contexto de total exclusión social y asumiendo su cronicidad.

Cabe señalar, como antecedente de la denominada Reforma Psiquiátrica, que ya durante la transición democrática, en los últimos años de la dictadura, al impulso del cambio democratizador se sumó otro que promovía el cambio o reforma de los servicios de salud mental, en el que confluyeron movimientos internos y externos al estrictamente sanitario. También una parte significativa

<sup>12</sup> La Salud para los adolescentes del mundo. Una segunda oportunidad en la segunda década. Resumen. Organización Mundial de la Salud (OMS). [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/141455/WHO\\_FWC\\_MCA\\_14.05\\_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/141455/WHO_FWC_MCA_14.05_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y)