
 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Salut mental a l'adolescència (I)

Grup d'igualtat d'oportunitats en la Infància - CMBS

2a SESSIÓ DE TREBALL: ACTA DE REUNIÓ


Persones assistents	<p>Membres del grup de treball:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Irene Alvarez – INTRESS-Institut de Treball Social i Serveis Socials 2. Marta Ariza – AEIRaval 3. Gloria Besolí – Tècnica d'infància districte Nou Barris 4. Marc Borràs – Grup municipal ERC 5. Yolanda Burgueño – Fundació Trinijove-Centre obert Neus Puig 6. Mireia Donés – Fundació FC Barcelona 7. Raül Escoda – Consorci Serveis Socials de Barcelona 8. José Fernández Barrera – Experta en infància 9. M^aJosé Garcia – Casal d'infants del Raval 10. Anna Montolio – Dep. Promoció Infància Ajuntament Bcn 11. María Salvador – Tècnica Salut Comunitària-ASPB 12. Patricia Suero – Societat Catalana Pediatria-Secció At.Primària 13. Laia Pineda Rüegg – Co-cordinadora GT Infància 14. Claudia Vallvé – Co-cordinadora GT Infància 15. Gina Grifoll – Secretaria tècnica CMBS <p>Convidats:</p> <ol style="list-style-type: none"> 16. Laura Llamas – Ajuntament de Barcelona 17. Marta Poll – Federació Salut Mental-grup treball salut 18. Anna Robert – Fundació Congrés Català de Salut Mental <p>Ponents:</p> <ol style="list-style-type: none"> 19. Montserrat Casamitjana – Coordinadora grup de treball salut 20. Esther Sánchez – Coordinadora enquesta FRESC – ASPB 21. Gemma Serral – Coordinadora enquesta FRESC – ASPB 22. Ramiro Ortegón – President Plataforma PDA Bullying-SEER
---------------------	---

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

	<p>S'excusen (membres del grup de treball):</p> <ul style="list-style-type: none"> • M^aPaz Ardiaca – Departament Atenció Social a família i infància • Carme Carrera – Tècnica referent CMBS-Dep.Participació Social • Prudenci Gatell – Consorci Serveis Socials de Barcelona • Olga Juarez – Cap Servei Salut Comunitària-ASPB • Adrià Jurado – Representant de la Xarxa Centres Oberts • Laura Martí – Federació Catalana de Voluntariat • Ester Morillas – Fundació FC Barcelona • Anna de Palau i Rovira – Acció Social Territorial Comunitària • Jose Antonio Ruiz – Plataforma d'Infància de Catalunya-PINCAT <p>S'excusen (convidats):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gemma Parramón – Soc. Catalana de Psiquiatria i Salut Mental- grup treball salut • Carmen Santana – Grup municipal Ciutadania
Documentació aportada	Presentació power point de la sessió

Ordre del dia:

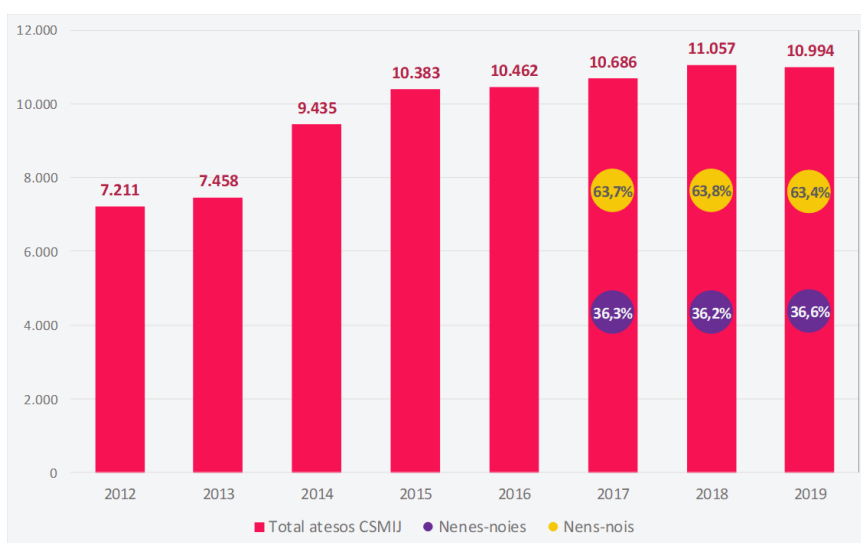
1. Benvinguda i presentació de la sessió. Laia Pineda i Clàudia Vallvé.
2. Què en sabem del benestar emocional i la salut mental dels adolescents? a partir dels resultats de l'enquesta FRESC 2021. Gemma Serral i Esther Sánchez, coordinadores de l'Enquesta de Factors de Risc en Estudiants de Secundària (FRESC) a l'Agència de Salut Pública de Barcelona.
3. Resposta: benestar emocional i salut mental des del treball en primera línia amb adolescents· Ramiro Ortegon, president de la Plataforma PDA Bullying, dins la cooperativa Salut i Educació Emocional (SEER)
4. Recomanacions per la millora de les actuacions municipals en el benestar emocional i la salut mental dels adolescents
 - Gemma Serral i Esther Sánchez, FRESC
 - Ramiro Ortegon, president de la Plataforma PDA Bullying
 - Montserrat Casamitjana, coordinadora del grup de treball de salut del CMBS
5. Debat obert entre totes els participants a la sessió
6. Cloenda i properes passes. Laia Pineda i Clàudia Vallvé

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Desenvolupament de la reunió:

Benvinguda i presentació de la sessió

La pandèmia ens ha posat molt en alerta perquè hi ha hagut un empitjorament considerable de molts indicadors de salut mental, però des de l'informe anual [Dades Clau d'infància i adolescència](#) de l'Institut Infància i Adolescència a Barcelona es veu clarament que els indicadors de salut mental estaven empitjorant des d'abans de la pandèmia




Font: Elaboració pròpia de l'IIAB a partir del Consorci Sanitari de Barcelona, de la Generalitat de Catalunya i l'Ajuntament de Barcelona.

Per altra banda, les dades mostren que aquesta tensió ha anat empitjorant en els darrers anys, i en un moment donat queda estancada. Caldria veure fins a quin punt es tracta d'un estancament o un topall en l'atenció que no permet absorbir els més casos que caldria atendre.

El passat 20 d'octubre es va fer la [IX Jornada Tècnica d'atenció adolescents en risc \(Fundació Portal i Amalgama 7\)](#) en la que es varen identificar una sèrie de paràmetres interessants a tenir en compte a l'hora d'entendre el que està passant en amb la salut mental dels infants i els adolescents:

- Han augment els símptomes d'ansietat, depressió i/o malestar emocional. Això es deu a situacions vitals estressants, en els que els infants i adolescents no disposen recursos emocionals i es produeix el que s'anomenen símptomes adaptatius.
- Han augmentat molt els gestos, les amenaces i lesions autolítiques (300% més que abans pandèmia + entre adolescents sense diagnòstics previs).
- Les temptatives de suïcidi s'han multiplicat per tres. En canvi, no hi ha canvis notables en les dades de suïcidis consumats.
- Tot això posa de manifest una nova expressió del malestar psíquic, que és diferent als

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

trastorns psiquiàtrics clàssics.

El que estem veient són, per tant, “nous símptomes contemporanis” relacionats amb la societat i amb l’època en la què vivim. La pandèmia els va potenciar, però es mantenen en l’època post-pandèmia.

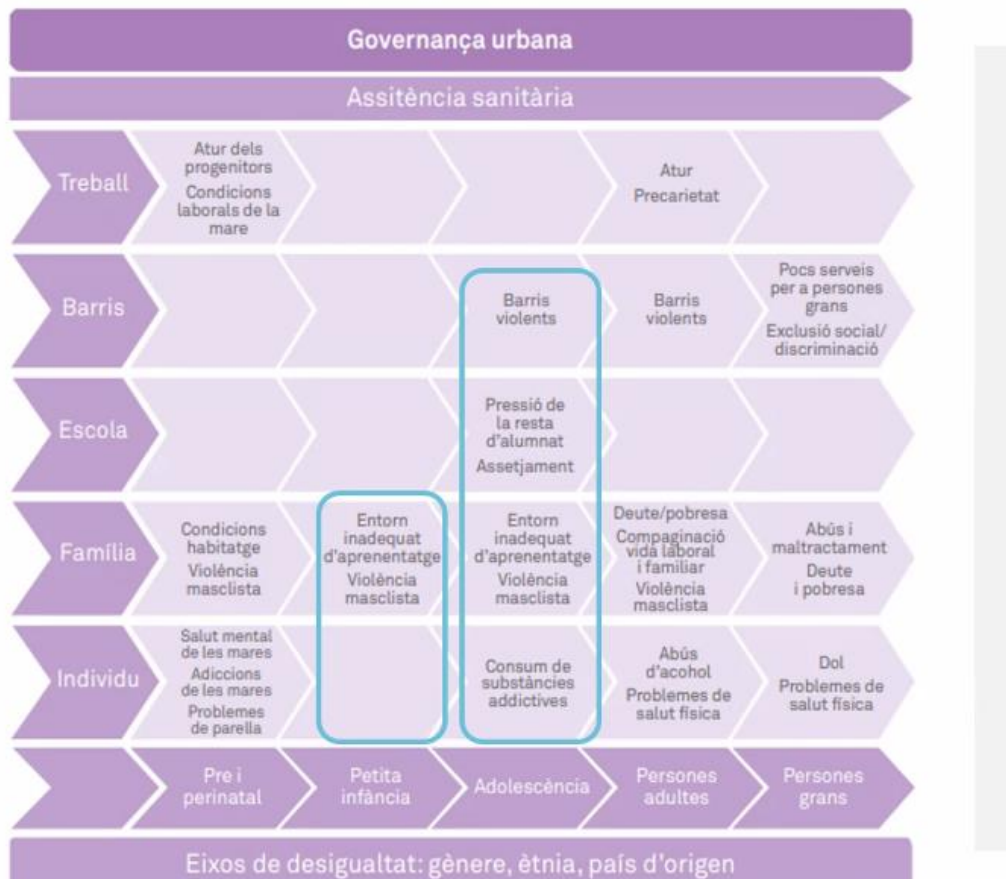
Gemma Serral i Esther Sànchez. Què en sabem del benestar emocional i la salut mental dels adolescents de Barcelona?


Concepte de salut mental i principals determinants

La Salut Mental és l’estat de benestar en el que les persones són conscients de les seves capacitats, poden afrontar les tensions normals de la seva vida, poden treballar i poden contribuir a la seva comunitat.

Els determinants de la salut mental inclouen característiques individuals, però també depenen en un percentatge elevat de elements estructurals (factors socials, culturals, econòmics, polítics i ambientals) i la seva afectació té molt a veure amb les polítiques públiques que es desenvolupin.

El marc conceptual utilitzat per l’ASPB per analitzar els **determinants socials de la salut mental** té a veure amb, per una banda, els diferents àmbits en que es desenvolupa la vida quotidiana (treball, vida als barris, ...) i, per l’altra, dels cicles de vida.



 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Promoure i protegir la cura de la salut mental implica actuar tant sobre els entorns i condicions de desigualtat com amb la perspectiva del cicle de vida i d'equitat.

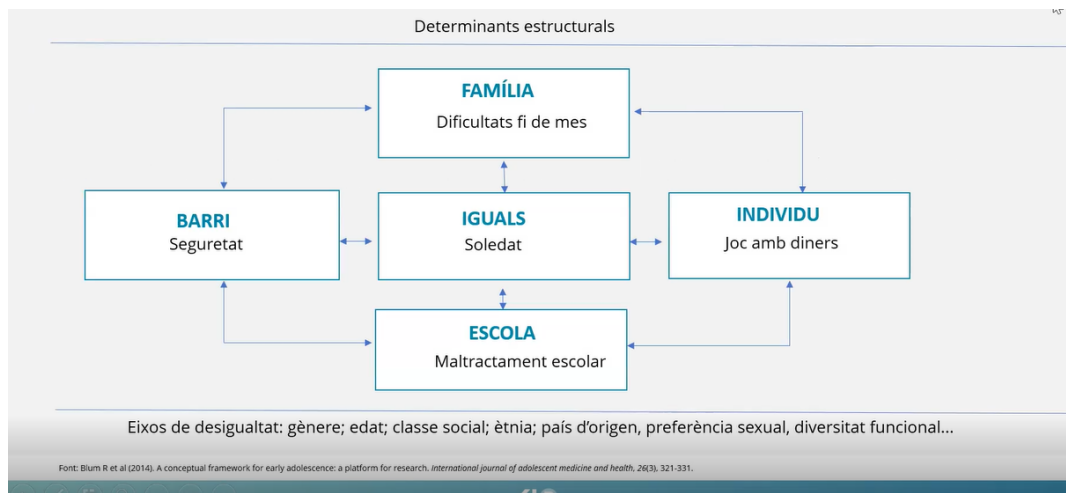
Els indicadors sobre salut mental que es presentaran a continuació provenen de dues enquestes:


- L'enquesta de Salut de Barcelona (ESB). És una enquesta adreçada a adults, amb un mòdul de preguntes per als menors de 15 anys però que contesta una persona de referència de la llar (els menors de 15 anys són uns 444 individus)
- L'enquesta FRESC. Es una enquesta que es passa cada 5 anys, aproximadament any a l'alumnat de 4rt d'ESO

Infància	Adolescència
<ul style="list-style-type: none"> ○ Font d'informació: Enquesta de Salut de Barcelona 2021 (ESB 2021: qüestionari menors) ○ Població d'estudi: menors de 15 anys, no institucionalitzats, residents a Barcelona (proxy) ○ Mostra: 444 menors 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Font d'informació: Enquesta de Factors de Risc en Estudiants de Secundària 2021 (FRESC 2021) ○ Població d'estudi: alumnat de 2n d'ESO (13-14 anys), 4t d'ESO (15-16 anys), 2n de Batxillerat i 2n de Cicles Formatius de Grau Mig (CFGM) (17-19 anys) matriculats a centres educatius de Barcelona ○ Mostra: 3.290 estudiants ○ Altres fonts d'informació: <ul style="list-style-type: none"> ○ Registre de mortalitat judicial de Barcelona (ASPB) ○ Conjunt mínim bàsic de dades (CMBD)- Atenció Primària

Resum de dades de salut mental en la infància i l'adolescència a Barcelona:

Els indicadors que es recullen estan basats en els següents determinats estructurals de salut mental en infants i adolescents: família, barri, iguals, individu i escola. Per cada un dels entorns s'ha escollit un indicador de referència per il·lustrar i destriar algunes dades:



 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Barri:

- Un dels elements clau és la inseguretat de caminar pel barri de nit.
- **4 de cada 10 noies se senten insegures quan caminen pel seu barri de nit**

Família:

- Un entorn familiar protector, amb bones condicions per estudiar, etc. és un entorn protector per a la salut mental.
- L'indicador utilitzat són les dificultats per arribar a final de mes. **Un 28% de les famílies de Barcelona declaren arribar amb dificultats a final de mes**, i les llars monoparentals i d'origen estranger, i els barris de nivell socioeconòmic desfavorit són les que presenten més dificultats per arribar a final de mes.

Iguals:

- L'indicador és el de la soledat, que és la punta de l'iceberg de moltes coses que succeeixen abans: el nombre d'amistats, tenir algú amb qui parlar, sentir-se exclòs/a o formar part del grup, o sentir-se sol o sola
- En l'indicador de soledat les noies dupliquen als nois, tant en barris de nivell socioeconòmic alt com desfavorit i no segueix un patró per edats. **Un 13% de les noies han declarat no tenir cap amic o amiga respecte al 4% dels nois.**


La situació de sentir-se excloses i aïllades també es més comú en les noies que dupliquen els percentatges dels nois.

Escola:

- En aquest àmbit es recullen dades de maltractament escolar o bullying i el assetjament a les xarxes o el ciber bullying.
- El percentatge de víctimes de bullying es similar entre nois i noies, però els agressors són més freqüents entre els nois que entre les noies. El bullying és més freqüent en edats més primerenques i va disminuint amb l'edat i no hi ha diferències segons barri
- Pel que fa al ciber bullying **el 25% de les noies declara haver estat víctima d'assetjament a les xarxes** el darrer any versus el 17% dels nois.
- Un altre dels aspectes pel que pregunta l'enquesta són els motius més freqüents de discriminació. El **principal motiu de discriminació és l'aspecte físic en ambdós sexes**, i és més freqüent en els barris socioeconòmicament desfavorits. En els nois el principal motiu de discriminació es el d'origen o ètnia.
- Respecte a l'edició anterior augmenta bastant la discriminació per raó de sexe – gènere, i es una discriminació que tendeix a augmentar amb l'edat. Això s'associa a que hi ha una major identificació d'aquesta discriminació i hi ha més conscienciació entre les noies, que ho declaren més.

Individu:

- Els indicadors que es recullen en relació a l'individu tenen a veure amb els comportaments i hàbits.
- Per primera vegada aquesta edició s'ha preguntat a l'enquesta sobre el joc amb diners. Es tracta d'una addicció molt rellevant en la població adolescent. Així com en altres indicadors hi ha una clara lectura de gènere, en que les noies mostren pitjors indicadors l'indicador de joc amb diners és pitjor entre els nois. **Un 12% dels nois declaren haver jugat amb diners el darrer any tant en línia com presencialment**, en canvi en les noies el percentatge és mes petit. No hi ha diferències per barri. L'edat mitjana se situa als 14 anys en els dos sexes. **El que es considera joc problemàtic (en el sentit que hi ha la**

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

necessitat de mentir per continuar jugant o d'apostar cada cop més diners) afecta a un 6% dels nois.

- Un altre comportament és l'activitat física insuficient o sedentarisme, que també està molt lligat a la millora de la salut mental. El **sedentarisme és més habitual en les noies** i en les escoles ubicades a barris socioeconòmicament desfavorits
- Pel que fa a l'obesitat, els nois presenten més obesitat que les noies, i en els barris socioeconòmicament desfavorits n'hi ha més. L'obesitat tendeix a disminuir amb l'edat i ha augmentat en els darrer anys.
- Pel que fa a les hores de son, el **54% de les noies i el 45% dels nois dormen menys de les 8 hores recomanades**. El percentatge augmenta amb l'edat i és major en les noies. En canvi, no s'aprecien diferències per barri.

Factors determinants de salut mental


Salut autopercebuda: Una primera dada positiva és que la salut percebuda segons l'enquesta FRESC és positiva i que, en general, es un col·lectiu que gaudeix de bona salut.

Risc de mala salut mental

- Entre els menors d'edat, a l'Enquesta de Salut de Barcelona, el risc de patir mala salut mental ha disminuït lleugerament entre 2016 i 2021. El risc és més alt entre els nens més que les nenes. Segons classe social, la prevalença és més alta en infants de rendes baixes (recordem que qui contesta són els adults de referència del menor d'edat).
- **Pel que fa a la població adolescent, en l'enquesta FRESC es percep un augment força important del risc de mala salut mental entre el 2016 i el 2021.** Les noies han pujat 10 punts (del 10% al 20%) i s'observa una major prevalença en centres educatius de barris socioeconòmicament desfavorits.

El malestar emocional recull 14 ítems centrats en aspectes subjectius (felicitat,). Els valors que mostren pitjor situació són els següents:

- **El malestar emocional de les noies ha empitjorat, passant del 23% al 38%.** El percentatge és major en barris desfavorits i augmenta en els dos sexes.
- **La desesperança afecta a un 41% de les noies i un 20% dels nois.** Les noies tenen un major sentiment de desesperança que els nens, i augmenta amb l'edat i a barris desfavorits.
- La satisfacció global amb la vida es valora amb una escala d'1 a 10. **El 70% diuen que estan satisfets amb la seva vida.** El 64% de les noies declaren estar satisfetes respecte al 78% dels nois. La satisfacció global empitjora amb l'edat i barris desfavorits.
- La insatisfacció corporal es valora a partir d'uns dibuixos numerats del 0 al 9 on es veuen diferents tipus de massa corporal. Se'ls demana que s'identifiquin on es veuen ells i quina figura voldrien ser. Si la diferència és diferent a 0 es considera insatisfacció corporal (tant si volen ser més primers o més corpulents) **Més de la meitat mostren insatisfacció corporal** (63% les noies i 55% els nois). Aquest percentatge tendeix a disminuir amb l'edat.
- El registre de mortalitat per suïcidi mostra l'evolució de les taxes de mortalitat. En el grup de 0 a 29 anys en els darrers dos anys **hi ha un repunt moderat de la mortalitat**

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

per suïcidi en aquest grup d'edat. Tanmateix a on hi ha un increment molt important és en les visites considerades amb codi risc de suïcidi. En el 2021 ha augmentat considerablement sobre tot en els nois. **La mortalitat per suïcidi es la primera causa de mort en els nois joves de 15 a 24 anys.**

Relacions entre els determinats: les dades mostren que els determinats estructurals estan relacionats entre si i que es potencien mútuament:

- **Segons si s'ha patit assetjament a l'escola, un 42% de les noies que tenen mala salut mental han patit assetjament i un 38% dels nois**
- **Els que tenen mes prevalença de mala salut mental també tenen una mala percepció corporal**
- **Per les hores de son, els que dormen menys de 8 hores presenten més prevalença de la mala salut mental**

Més informació

Es pot trobar la informació sobre els resultats de les enquestes a infants i adolescents a la [web de l'Agència de Salut Pública de Barcelona \(ASPB\)](#). En adjunt a l'acta us enviem la presentació i les diapositives de la Gemma Serral i l'Esther Sánchez.


Ramiro Ortigón, president de la Plataforma PDA Bullying. Benestar emocional i salut mental des del treball en primera línia amb adolescents.

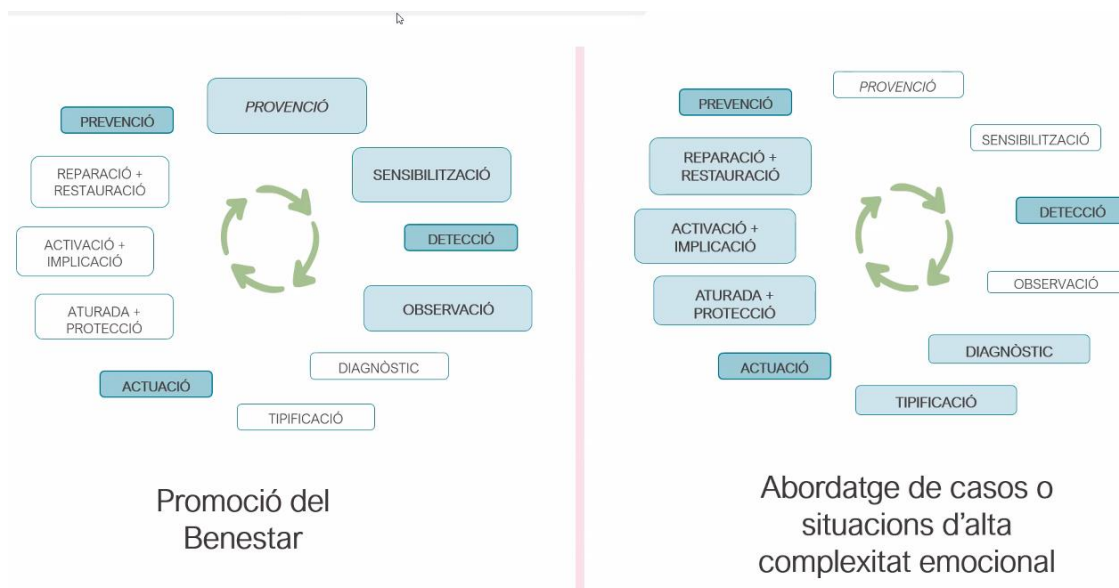
A l'hora de parlar de benestar emocional i de salut mental cal tenir en compte dos focus:

- **Mirada integral de salut:** mirada salutogènica de generar salut i veure les possibilitats de la salut emocional vers tota la resta, i sense deixar de banda la salut ambiental i la salut pública
- **Complexitat emocional:** especial atenció als casos o moments de vida en que hi ha situacions de complexitat

L'estratègia P-D-A (prevenció, detecció, actuació) en l'abordatge en primera línia amb adolescent parteix de situar en cada moment que necessiten els adolescents, i també els diferents agents.

Quan es posa el focus en la mirada integral es posa el focus en el benestar, i cal tenir molt en compte que la resposta que s'hauria de donar és diferent quan es fa des d'una mirada de promoció del benestar que quan es fa un abordatge de casos d'alta complexitat emocional.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30




Quan es treballa la promoció del benestar o la convivència, s'ha d'abordar com es desenvolupen habilitats. Però el cert és que hi ha moltes demandes d'intervencions que es consideren promoció de benestar però en realitat són abordatge de casos. Aleshores tant el focus com la resposta ha de ser diferent. Cal diferenciar entre reaccionar i respondre.

El focus esta, sobre tot, en el **desenvolupament socioemocional com a factor protector clau**. Treballar en el marc de la prevenció, implica millorar l'èxit acadèmic, la convivència (tant en relació al saber viure com a la relació amb els altres), els hàbits saludables i el sentit de la vida.

Hi ha espais o entorns socioeducatius que estan apostant per donar resposta a les situacions que impacten en la salut emocional des de diferents perspectives. Hi ha qui aposta per millorar l'èxit acadèmic, altres per millorar la convivència, d'altres (menys) volen incidir en els hàbits saludables i també hi ha els que volen millorar el sentit de vida o el propòsit vital.

Alguns exemples d'intervencions desenvolupades des de SEER (cooperativa Salut i Educació Emocional) són:

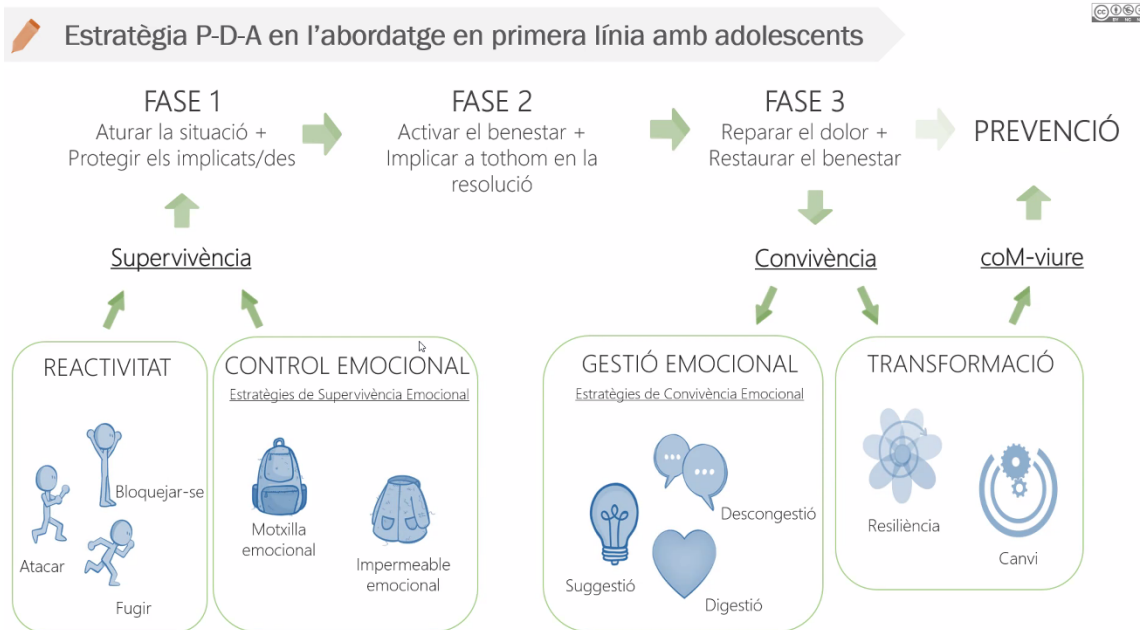
- Guies per les aules de Palafrugell. S'han elaborat guies d'autoconeixement i exercici físic, hàbits saludables, relacions amb perspectiva de gènere, etc. Aquestes guies permeten enfocar cap a una mirada d'hàbits saludables que pot donar resposta a aquestes situacions de factors de risc des d'una mirada salutogènica
- En el sentit de vida hi ha molts projectes socioeducatius que treballen per abordar el benestar emocional per donar un sentit més de transcendència i sentit vital. En aquest cas es treballa més cap a la connexió interna més que cap a l'exterior mitjançant tallers d'educació emocional integral.
- Pel que fa a la convivència, el treball de resposta a través del desenvolupament socioemocional té molt a veure amb la resposta al bullying. Una de les apostes més grans és incloure un llenguatge que treballi cap al món emocional i incorpori aquesta

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

mirada de desenvolupament socioemocional. S'estan renovant els materials que estaran disponibles aviat.


El repte està sobre tot en l'abordatge de situacions d'alta complexitat emocional. Hi ha molt a fer en la resposta a aquestes situacions.

En l'estratègia PDA la primera fase es aturar la situació, després activar el benestar i finalment reparar el dolor.

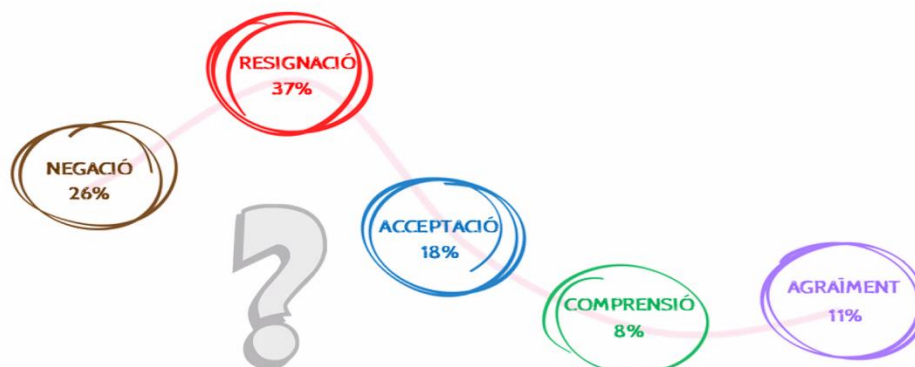


El repte està en la gestió emocional com a concepte, en la que es fa un abordatge per acompanyar la gestió en situacions emocionals (motxilles emocionals, impermeables per aprendre a cuidar-se, fer un acompanyament saludable, fer una gestió en diferents estratègies, etc...).

Un altre plantejament és el que s'ha dut a terme al Garraf en l'abordatge en primera línia amb adolescents.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Estratègia P-D-A en l'abordatge en primera línia amb adolescents



En aquest projecte es va compartir la vivència emocional després dels primers moments de pandèmia, a partir de les fases del dol (negació, resignació, acceptació, comprensió i agraïment).

És un repte molt important l'acompanyament a la transició davant situacions concretes. Com acompanyar als professionals davant un grup de joves però també a nivell de xarxa, per avançar cap a la reparació.


En aquesta resposta l'aposta clau ha d'estar en el benestar emocional a través de l'educació emocional o les tècniques que sumen en el creixement emocional, però també en com es posa el focus en la resposta.

Recomanacions per la millora de les actuacions municipals en el benestar emocional i la salut mental dels adolescents

Gemma Serral i Esther Sánchez, FRESC

- **Seguir vigilant la salut mental d'infants i adolescents i els seus determinants** per poder donar suport al disseny d'actuacions d'intervenció i polítiques de cura de la salut mental
- **Comptar amb la participació dels infants i els adolescents** en tot aquest procés
- A nivell d'intervencions específiques, **combinar les intervencions de promoció i preventives amb polítiques estratègiques que permetin abordar les causes (els determinants socials de la salut).**

Per exemple, donar ajudes econòmiques que han perdut la feina o l'habitatge, intervencions específiques que abordin la salut mental com amb el pla de xoc de salut mental de l'Ajuntament de Barcelona o l'extensió dels punts d'atenció Konsulta'm a tots els districtes.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

- **Tenir en compte tota la perspectiva del cicle vital i la perspectiva d'equitat**, perquè situacions que ara s'identifiquen si no s'aborden després es cronifiquen.
- **Seguir impulsant l'acció comunitària** i fer intervencions per promoure la salut mental en tots els entorns: escolar, familiar, comunitari i de barri...
- **Dotar de recursos i pressupost l'atenció a la salut mental.** En el que es l'atenció, els serveis d'atenció especialitzada a la salut mental sempre han tingut molt poc pressupost en les polítiques sanitàries i esta infra dotat a nivell de professionals. Caldria reforçar dins l'atenció primària i combinar-los amb els d'atenció comunitària
- **Sensibilitzar i informar a la població i als infants i adolescents sobre la salut mental i el benestar emocional.** Lluitar contra els estereotips contra la salut mental, combatre les *fake news* que proliferen a les xarxes i fer feina divulgativa i de sensibilització per normalitzar el que son símptomes propis de la nostra societat.

▶ **VIGILÀNCIA DE LA SALUT MENTAL I ELS SEUS DETERMINANTS:**

- Suport al disseny de polítiques de promoció, protecció i cura de la salut mental
- Participació d'infants i adolescents en tot el cicle de planificació

▶ **INTERVENCIIONS ESPECÍFIQUES I POLÍTIQUES ESTRATÈGIQUES:**

- Combinar intervencions específiques (ex: extensió *Konsulta'm*) i estratègies que abordin les causes (ex: ocupació; habitatge...)
- Perspectiva del cicle de vida i d'equitat a totes les polítiques / intervencions

▶ **ACCIÓ COMUNITÀRIA:**

- Impuls als territoris per fomentar la participació, la interacció i el suport social
- Intervencions adreçades a promoure la salut mental en diferents entorns

▶ **SERVEIS DE SALUT MENTAL PER A INFANTS I ADOLESCENTS:**

- Reforç a l'atenció primària i als programes comunitaris

▶ **COMBATRE L'ESTIGMA:**

- Informar sobre salut mental per lluitar contra els estereotips i l'estigma associat a aquesta

Ramiro Ortegaón, president de la Plataforma PDA Bullying

- **Revisar el codi de bones practiques PDA Bullying.**

El codi es basa en 4 idees de promoció, de prevenció, detecció i actuació


El codi esta escrit de manera tan amplia que reculli a tothom i tothom s'hi senti identificat (l'escola, el barri, la comunitat....).

Quan va néixer la plataforma totes les entitats que entraven feien propostes de modificació, però fa 3 anys que aquest codi no es modifica.

- **Apoderar als infants i adolescents per que siguin agents actius contra les violències.**

Quan es parla d'apoderar als adolescents, en l'estudi de salut emocional jove del Garraf es va veure que un 5% dels adolescents demanaven ajuda al professorat, un 8% als agents de salut del territori, un 50% la família i un 70% els amics. Per tant, apoderem els iguals, i donem-los eines per que aquests iguals sàpiguen que fer i puguin alertar.

- **Acompanyar els professionals per que puguin atendre**

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Cal aterrar a la mirada del professional, per que pugui fer una mirada des d'un nivell sa, que permeti fer un acompanyament saludable. Per tant cal treballar molt com es cuiden els professionals per que pugui fer aquest acompanyament.

L'acompanyament a la gestió socioemocional als i les joves implica generar espais de descongestió, suggestió, i digestió.

Com a professionals cal reflexionar sobre els espais que es genera d'expressió, d'ajuda, d'estima, de descans o de fluir. Per exemple, hi ha oficines joves que s'ocupen de generar espais de festes com a descans, però cal pensar en els altres aspectes també, per que no sigui simplement un espai d'evasió.

- **Diferenciar la prevenció de l'abordatge de casos**

Cal potenciar factors protectors, però des d'una mirada activa. No només responen als factors de risc sinó treballant-los.

En l'estudi de salut emocional jove es van incorporar objectius pedagògics i accions concretes identificades en l'estratègia PDA, associant els àmbits de desenvolupament personal a accions específiques.

Es tracta d'objectius que caldria tenir com a professionals per influir realment, perquè la base esta en la prevenció, introduint objectius pedagògics.

Aquests objectius són un full de ruta d'actuacions que es poden fer. Per exemple, els fons Next Generation estan servint per donar resposta a la necessitat de generar espais d'escolta, atenció i acompanyament a l'adolescència. Però són espais d'escolta i observació (prevenció), no d'abordatge de casos.

Hi ha d'haver espais d'observació, però també n'hi ha d'haver que puguin donar resposta a les situacions complexes. Els Next Generation estan creant més espais d'acompanyament, però es vol abordar tot, tant la prevenció com l'actuació. Cal tenir clar on es posen els límits i on es posen més recursos. Perquè o s'enfoquen a promoure el benestar i hi ha espais d'abordatge amb professionals ben formats i que puguin fer l'acompanyament, o el risc és donar resposta a coses però s'estan carregant responsabilitats a les que potser no es pot donar resposta des dels espais d'escolta.


Davant la situació actual hi ha una tasca important de donar resposta a la complexitat. Aprofitar recursos preventius per donar resposta a casos quan no estan pensats per això no és una bona solució. Un exemple són els equips "Aquí t'Escoltem" de Barcelona, que no estan pensats per fer teràpia, no fan abordatge de casos. Si només és promoció del benestar però després tot són casos, hi ha un problema. Un altre exemple són els Centres Oberts, que no tenen atenció individualitzada ni són serveis socials, però finalment el límit es molt fi i estan fent molt abordatge perquè tenen casos als que han de donar resposta.

Calen polítiques reals que apostin per una resposta real. Restaurar va molt més de fer un abordatge d'un cas de bullying.

- **Avançar en la implantació a Catalunya de la LOPIVI**

Aquesta llei situa que hi ha d'haver persones de detecció de casos a la xarxa comunitària, en entorns de lleure i esport, i en entorns educatius.

Això es va aprovar el 2021 i portem dos anys de retard, però no s'aplicarà fins al 2023-24. Quan es faci, caldran professionals formats per abordar aquesta realitat. I el que s'està

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

fent en altres comunitats és que s'està sobrecarregant a professionals que estan fent altres tasques. Per tant, calen unes polítiques que apostin per posar recursos però que treballin també aquestes idees de protecció emocional (prevenció).

Montserrat Casamitjana, coordinadora del grup de treball de salut del CMBS


Des del grup de salut es va tractar el tema de salut mental, sense entrar en prevenció sinó en serveis d'atenció sanitària per a tota la població des d'una mirada global, que incloïa als infants, però no només. Les propostes que es van fer arribar al CMBS des del grup van ser:

- **Crear un mapa de recursos** amb els serveis de salut mental i informar-ne de forma adequada a la població, ja que a banda que hi ha pocs recursos també hi ha certa ignorància de la salut mental pública i els recursos
- Establir **mecanismes de coordinació** entre els diferents serveis per garantir l'accessibilitat i la continuïtat.
- Implantar un **model d'atenció comunitària a la Salut Mental** basada en l'evidència, antiestigma i des d'una perspectiva integral centrada en les persones, tenint en compte les seves dimensions biològiques, psicològiques, socials, culturals i hàbits de vida (alimentació, activitat física, ...)
- Augmentar els recursos estructurals i personals amb la **formació idònia**.
- **Adaptar els serveis a la diversitat cultural, de gènere, sensorial, cognitiva o psíquica** tot assegurant la disponibilitat i l'accés als mitjans necessaris
- **Garantir l'accés a tota la població a tots els serveis de salut mental**, des de la primària als altament especialitzats, sense cap mena d'exclusió
- Promoure la **gestió col·laborativa dels processos** amb les persones usuàries i entre els i les professionals de diferents disciplines.

Debat obert.

Laura Llamas. Departament d'Envel·liment i cures. Ajuntament de Barcelona.

- Des del pla de salut mental una de les prioritats és la població infantil i jove. Es va fer el primer i segon **pla de xoc** després de la pandèmia des d'on han sortit línies d'acció, com els konsulta'm que s'han desplegat fins a 21 punts i ha estat un èxit que s'ha a ampliat també a la població adulta.
- Una altra de les prioritats del pla de salut mental i de xoc es la **prevenció del suïcidi**. Les dades amb la població infantil i juvenil són molt alarmants. S'està veient que el telèfon d'atenció al suïcidi els joves no truquen i s'ha obert un xat de suport emocional a través de la Fundació Ajuda i esperança que atén 24/365. Inicialment es va plantejar com a xat per atendre les conductes suïcides i s'ha ampliat a malestar emocional. Fins a setembre es van recollir uns 400 xats.
- S'han desplegat **taules de salut mental** a tots els districtes de Barcelona. Un dels temes que es parlen es el mapatge de recursos per a joves. A la plana web es troba la informació d'aquest mapatge.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

- També s'estan fent moltes **formacions sobre suïcidi**. Aquest últim mes s'ha fet formació a tota la plantilla de la guàrdia urbana, que són els primers que arriben, i a través de les taules de districte s'ha detectat la necessitat de fer formació a agents comunitaris i a professionals de l'entorn comunitari.

Patricia Suero. Societat Catalana Pediatria-Secció At.Primària

- En pediatria contamos con el programa "Salut i escola". Una enfermera del equipo se traslada a los centros educativos. Una de sus principales líneas de actuación es la "consulta abierta". El adolescente acude de forma espontánea para resolver cualquier problema que tenga, la mayoría relacionados con tema de salud mental, bullying o a veces es derivado por el propio tutor. Si se detecta un problema se deriva al sistema sanitario.

Ramiro Ortegón. Plataforma PDA Bullying-SEER


- El programa salut i escola esta pensat com a programa preventiu, i potser el programa s'ha de replantejar com a programa d'abordatge de situacions.
- És important que existeixi es fa molt bona feina, i el treball que es fa conjuntament amb associacions i entitats que fan molt bona feina, però es fa un treball de casos quan s'hauria de limitar – tal i com està pensat actualment- a ser preventiu.

Laia Pineda. Institut Infància i Adolescència.

- Aquesta manca de recursos a l'atenció de casos complexos acaba baixant en aquestes primeres línies d'espais d'escolta, d'acompanyament, que no estan pensats per això. I quan es busca un recurs més especialitzat, si no hi ha recursos per atendre els casos ni es poden ser derivats, es queda en aquests espais que no han estat pensats ni ideats per això. Per tant la idea d'augmentar recursos per abordar els casos d'alta complexitat emocional és clau.

Ramiro Ortegón. Plataforma PDA Bullying-SEER

- El responsable del benestar individual és la família. No es pot obviar, ni des del centre obert ni des de l'escola
- El que no té la família és el grup. L'escola i el centre obert han de ser els responsables del grup. No han de suplir a la família en el treball individualitzat. En canvi, el que si que han de fer és acompanyar en el treball de grup.
- L'escola ha passat de tenir referents a tenir equips de valoració. Son equips amb poca formació especialitzada i que no sempre estan consolidats. La LOPIVI marca que ha d'haver equips que liderin aquesta tasca.
- El consorci hauria d'integrar tot això en el protocol d'emergència psicosocial. Ha de millorar per integrar les ideacions suïcides, els dols, els feminicidis... Si aquest protocol millora, els centres tindran un millor marc per donar resposta. Ara mateix no tenen un marc, ni un equip ni una formació.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Marta Poll. Federació de salut mental Catalunya


- Salut mental Catalunya agrupa el moviment associatiu i de familiars. Dins aquest moviment hi ha bastants grups de joves i una de les coses que sempre diuen és que els hem d'escoltar més. Moltes vegades parlem per ells i de vegades les nostres hipòtesis poden ser errònies.
- Un gran repte es incorporar més als joves en tot aquest debat. Perquè estem molt d'acord en que tenim un problema greu i que és pre-pandemia, però que ara es visibilitza més. Som més capaços de detectar les situacions, els konsultam han estat una molt bona eina, però no hi ha prou amb la detecció i aquest acompanyament, perquè detectem abans però després no tenim eines per poder acompanyar bé. Malauradament encara hi ha una discriminació entre la gent que pot anar a buscar recursos en l'àmbit privat i en el públic no disposem dels recursos que calen.
- També hi ha molts mestres molt preocupats. El percentatge d'alumnes amb situacions de malestar emocional i problemàtiques de salut mental ha crescut, i també ha augmentat la complexitat. I la formació esta molt be però no és suficient. Estan cansats de formar-se i potser cal plantejar altres estratègies. Acompanyar el claustre, acompanyar més als alumnes, fer canvis dins el propi claustre...
- Ens preocupen molt els casos complexes. Estan passant casos molt greus, i estan desembocant en situacions molt traumàtiques. Des del Departament de salut s'estan endegant noves iniciatives però cal enxarxar-les amb les iniciatives locals. Barcelona ha fet una gran aposta amb el pla de salut mental, i hi ha un seguit de polítiques més globals, i un gran repte es com coordinar-les i com treballar de manera més conjunta les diferents administracions
- A Barcelona hi ha serveis d'acompanyament a joves des d'una perspectiva sociocomunitària, que acompanyi no només des de la salut, sinó que els joves necessiten que en el seu procés vital hi hagi petits resultats d'èxit en les diferents esferes.
- El suport entre iguals és fonamental en el procés d'acompanyament dels joves i s'hauria de promoure. I també l'acompanyament a les famílies i a l'entorn dels joves. Sovint s'apropen amics, amigues o companys que veuen que el seu company esta patint i no saben què fer. Apoderar aquest entorn és molt important i pot ser un factor protector molt important.

Ramiro Ortegón. Plataforma PDA Bullying-SEER

- Fa anys que es generen espais d'escolta. Però l'escolta es la nostra necessitat com a professionals. Cal transitar a generar espais d'expressió. No necessiten ser escoltats, necessiten expressar-se. Per tant és mes pensar com generar espais de reflexió i no tant d'escolta.

Laura Llamas. Envelliment i cures. Ajuntament de Barcelona.

- Konsulta'm està augmentant i s'ha hagut d'ampliar a alguns districtes per donar resposta a les necessitats d'atenció.

 Ajuntament de Barcelona	Consell Municipal de Benestar Social	Curs 2022-2023
	Grup de Treball Igualtat d'Oportunitats en la Infància	2/11/2022
		9:30 a 11.30

Anna Montolio. Promoció de la infància. Ajuntament de Barcelona.

- Reprenent el que ha comentat la Marta Poll, estaria bé al proper pla de salut mental municipal que els nois i noies hi puguin participar per incorporar les seves propostes i necessitats.

Montserrat Casamitjana, coordinadora del grup de treball de salut del CMBS

- El proper 16 de novembre, el grup de salut organitza una sessió monogràfica de salut mental en el que parlarà la Pilar Solanes del nou pla de salut mental a l'Ajuntament i el Jordi Armengol del CSB sobre Nous recursos a l'atenció primària. Esteu totes convidades.

Cloenda i properes passes.

- Recordatori de canvi data propera sessió (30/11)
- En preparació: visita presencial a CSMIJ + Konsulta'm Sant Andreu (26/01). Pendent confirmar dates.