

La salut mental d'adolescents i joves: el projecte Konsulta'm

Pilar Solanes i Lúdia Ametller

Departament de Salut. Àrea de Drets Socials, Justícia Global, Feminismes i LGTBI. Ajuntament de Barcelona

Paraules clau: joves i adolescents, salut mental, detecció, intervenció precoç



La salut mental és una qüestió prioritària per l'Ajuntament de Barcelona, especialment la relacionada amb la població infantil, adolescent i jove, degut a les dades sobre malestar psicològic d'aquest col·lectiu. Sorgit en el marc del primer Pla de salut mental de Barcelona, l'Ajuntament ha posat en marxa el programa Konsulta'm que té per objectiu la detecció i la intervenció precoç dels problemes de salut mental en adolescents i joves d'entre 12 i 22 anys d'edat. El programa ofereix orientació en salut mental als/a les professionals de la comunitat que treballen amb adolescents i joves i un espai d'escolta directa a adolescents i joves que necessiten una resposta especialitzada, àgil i immediata al seu patiment, per part de professionals clínics de la xarxa pública de salut mental. Aquest article descriu les dades en relació a la salut mental dels i les joves de la ciutat i mostra com aquest programa municipal ha esdevingut un recurs necessari i adequat per a fer front a aquesta realitat.

La salut mental es defineix com l'estat de benestar en el qual l'individu és conscient de les seves pròpies capacitats, pot afrontar les tensions normals de la vida, pot treballar de forma productiva i fructífera i és capaç de fer una contribució a la seva comunitat (OMS, 2013a). Com que s'estima que aproximadament un 15% de la població patirà algun trastorn de mental al llarg de la seva vida, la salut mental s'ha anat incorporant com a prioritat als programes i a les polítiques dels països europeus. Per aquest motiu, l'any 2005 els estats membres de la regió europea de l'OMS (2005), la Comissió Europea i el Consell d'Europa van signar a Hèlsinki la Declaració europea per a la salut mental. Aquest document reconeix la promoció de la salut mental, la prevenció i el tractament dels trastorns mentals

com a objectius fonamentals per a la protecció i la millora del benestar i la qualitat de vida de tota la població.

D'acord amb aquest context, en el marc de les polítiques de salut de l'Ajuntament de Barcelona, el 2016 es va elaborar i aprovar al Plenari Municipal el primer Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022 (Ajuntament de Barcelona, 2016), que és una estratègia compartida de ciutat per afavorir un marc on tingui cabuda la promoció, la prevenció i l'atenció de la salut mental de la ciutadania. És un pla alineat amb les polítiques i recomanacions promogudes per altres institucions, com el Govern de la Generalitat (Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions i el Pla director de salut mental i addiccions. Generalitat de Catalunya, 2017) i l'Oficina Regional de l'OMS per Europa (Pla d'acció europeu sobre salut mental 2013-2020) (OMS, 2013b).

El pla es va elaborar amb l'impuls i lideratge de l'Ajuntament de Barcelona i l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB), però alhora va implicar i segueix implicant la col·laboració i la veu dels grups polítics municipals, de diferents organismes de l'Ajuntament (salut, ocupació, habitatge, educació, serveis socials...), d'entitats i organitzacions proveïdores de serveis de la salut mental, d'organitzacions professionals i científiques i d'altres institucions com l'ASPB, el Consorci Sanitari de Barcelona (CSB), el Consorci d'Educació de Barcelona (CEB) i el Departament de Salut de la Generalitat, entre d'altres. El Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022 consta de 4 línies estratègiques, 11 objectius i 111 línies d'acció que engloben actuacions des de la perspectiva de la promoció del benestar psicològic dels barcelonins i barcelonines, fins a la facilitació de serveis accessibles i de

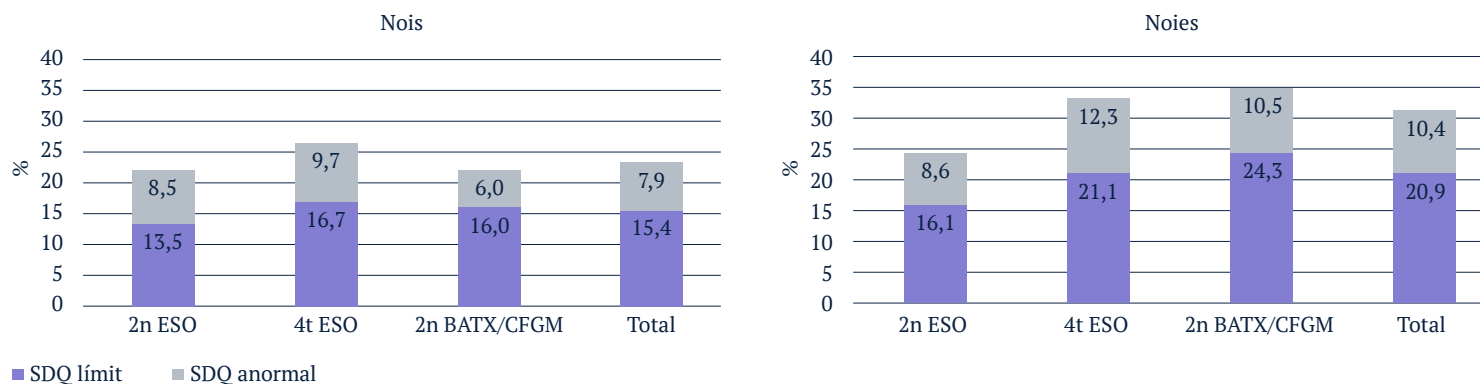
qualitat per a qui pateix un trastorn mental, així com l'ajut al desenvolupament d'un projecte de vida el màxim de satisfactòria i la lluita contra l'estigma i la discriminació.

Una de les prioritats del pla és l'atenció en infants, adolescents i persones adultes joves, atès a l'opinió unànime existent en afirmar la urgència i la necessitat de focalitzar els esforços en l'atenció a aquesta etapa del cicle vital. Atenent aquesta prioritat, s'han centrat esforços en l'etapa de l'adolescència, etapa vital en la qual es produeixen molts canvis físics, socials, emocionals, etc., als quals cal anar-se adaptant i ressituant contínuament.

Les dades ens assenyalen que a Europa, entre el 15% i el 20% dels adolescents presenta un problema psicològic o de comportament i aquests tenen més risc de que continuïn a l'edat adulta i inclús es cronifiquin (OMS, 2005). S'estima que gairebé la meitat dels problemes de salut mental que es presenten a l'adulthood, es van iniciar durant l'adolescència (Kessler *et al*, 2007; Patel, Flisher, Hetrick i Mc Gorry, 2007). L'informe La salut mental a Barcelona 2016 que l'Agència de Salut Pública de Barcelona (ASPB, 2017) va elaborar en el marc del pla, destaca la presència de patiment psicològic en el 7,9% dels nois i en el 10,4% de les noies, mentre que aquells que estarien al límit representen el 15,4% i el 20,9%, respectivament (gràfic 1). En tots els grups d'edat s'observa una proporció més elevada de noies amb patiment psicològic que de nois. A més, la simptomatologia mostra una tendència a l'empitjorament amb el temps en les noies, fet que no s'observa en la mateixa mesura entre els nois.

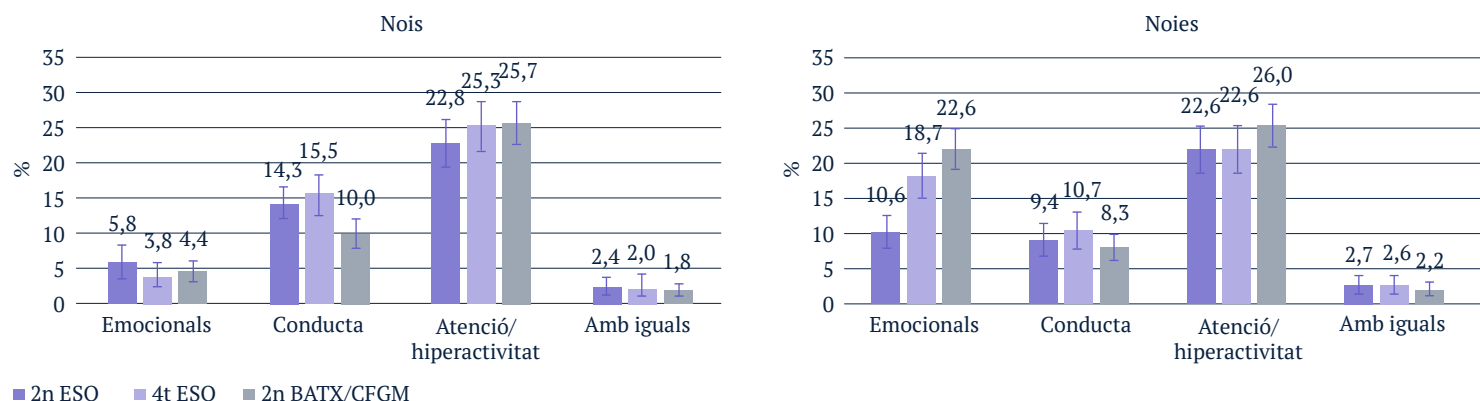
En referència als tipus de problemes, segons els resultats del qüestionari *Strengths and Difficulties Questionnaire*

Gràfic 1. Prevalença de patiment psicològic en l'alumnat adolescent, segons sexe, per curs i total. Barcelona, 2016



Font: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2017.

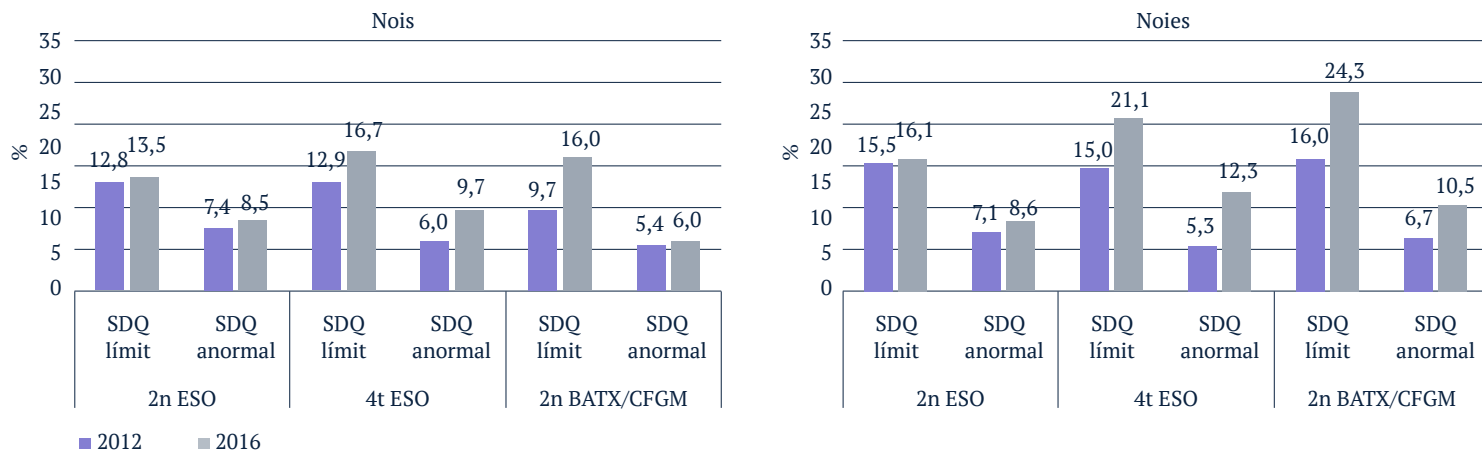
Gràfic 2. Prevalença de patiment psicològic per dimensió de l'SDQ en alumnat adolescent, segons sexe i curs. Barcelona, 2016



Font: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2017.

(SDQ) inclòs a l'informe, les dificultats d'atenció i hiperactivitat tenen una prevalença més elevada en totes les edats, tant en nois com en noies (gràfic 2). En les noies, destaquen els problemes de tipus emocional i, en els nois, les dificultats de conducta.

Per altra banda, aquest informe també destaca un augment de la prevalença de patiment psicològic l'any 2016 respecte l'any 2012, específicament entre els nois de 15-16 anys d'edat, i entre les noies de 15 a 19 anys (gràfic 3).

Gràfic 3. Prevalença de patiment psicològic en l'alumnat adolescent, segons sexe i curs. Barcelona, 2012-2016

Font: Agència de Salut Pública de Barcelona, 2017.

Tot i que pot haver-hi una predisposició genètica al desenvolupament de dificultats psicològiques, també hem de tenir molt en compte els factors ambientals que hi incideixen. En aquest sentit, s'ha observat una major prevalença entre l'alumnat d'escoles de barris més desfavorits, en comparació amb la població de barris de renda mitjana més alta.

Per elaborar el pla, es va realitzar una anàlisi qualitativa sobre les necessitats en matèria de salut mental que es detectaven a la ciutat de Barcelona. D'aquesta anàlisi en va sortir el document "Desafiaments, fets i propostes" del Pla de salut mental (Ajuntament de Barcelona, 2016), que recull dos desafiaments relacionats amb l'adolescència. Per una banda, la necessitat de generalitzar els aprenentatges emocionals socials necessaris en l'adolescència i apropar nous serveis d'escolta, d'orientació i de suport per aquest col·lectiu. D'aquest desafiament surt la

proposta d'identificar i promoure nous serveis d'escolta, acompanyament i orientació pels/per les adolescents, innovant en els formats: les persones adequades, en els llocs i els temps oportuns (per exemple, incorporar referents en els espais naturals de relació dels i de les adolescents).

D'altra banda, es detecta la necessitat d'oferir una atenció més precoç, més intensiva i de gran qualitat a aquells infants i joves que tenen dificultats amb la salut mental. Es proposa facilitar als i les professionals dels serveis adreçats a la infància i joventut i, especialment, a aquells que treballen amb col·lectius amb major risc, capacitació i coneixement en aquests temes (per exemple, aprendre a observar els comportaments dels infants i a interpretar-los).

Tant per les dades presentades anteriorment com per les necessitats detectades al procés participatiu d'elaboració

del Pla de salut mental concretades al document “Desafiaments, fets i propostes” que s’acaben de detallar, el pla prioritza l’atenció al col·lectiu d’infants, adolescents i joves. Aquesta prioritat s’està materialitzant amb el desenvolupament de diverses accions per part de diferents responsables, com, per exemple, el projecte d’educació emocional per a infants de 3 a 5 anys a les escoles de Barcelona de l’ASPB anomenat “1,2,3 Emoció!”, el programa “Escoles enriquides” del CEB i Pla de barris que consisteix en el suport per part de diferents perfils professionals, com l’educadora social o la tècnica d’educació emocional, a les escoles d’alta complexitat de la ciutat, o el servei d’escola i acompanyament per a adolescents i joves del departament de joventut de l’Ajuntament, Aquí t’escoltem (ATE).

En referència a la detecció precoç i la intervenció preventiva de les dificultats relacionades amb salut mental que poden aparèixer a l’etapa adolescent i jove, per tot el que s’ha esmentat anteriorment, és important que es desenvolupi des de la proximitat als propis joves, tant en espais on desenvolupen la seva vida diària, per exemple casals de joves, com capacitant els i les professionals, voluntaris i voluntàries, etc., que estan en contacte permanent i en el dia a dia amb aquest col·lectiu. Amb l’objectiu d’aprofitar l’espontaneïtat del jove que necessita una resposta immediata al seu patiment emocional o a un malestar concret, cal intentar donar una resposta el més àgil possible, sense cita prèvia. També és important la complementaritat dels programes i recursos comunitaris adreçats a joves i el treball en xarxa dels i de les professionals.

Un dels projectes impulsats des del marc del Pla de salut mental adreçat a adolescents i joves per a respondre als

criteris anteriors, és el programa Konsulta’m, que té per objectiu la detecció i intervenció precoç dels problemes de salut mental en adolescents i joves de 12 a 22 anys d’edat. El programa consisteix en el següent: una tarda a la setmana, en un casal de joves o equipament similar, sense cita prèvia, un psicòleg/òloga clínic i un educador/ ora social o infermer/a del Centre de Salut Mental Infantil i Juvenil (CSMIJ) o d’Adults (CSMA) ofereix escolta a adolescents i joves *que* necessiten una resposta especialitzada, àgil i immediata al seu patiment, i els proporciona eines per afrontar una situació personal angoixant. S’ofereix, si cal, orientació i suport especialitzat a les famílies i, si es detecta la necessitat de realitzar una valoració o intervenció clíniques específiques, s’acompanya a l’adolescent i a la seva família al servei de salut mental de referència. El vessant més interessant del programa és que aquest es posa a disposició dels/de les professionals i voluntaris i voluntàries del territori que treballen amb adolescents i joves (als centres oberts, als espais i altres equipaments de lleure, als centres educatius, etc.). S’ofereix assessorament i orientació sobre casos o situacions concretes que es poden trobar durant l’exercici de la seva tasca professional diària, així com intervenció en l’ambient natural i accions formatives, quan es requereix.

El programa Konsulta’m es va iniciar al Casal de Joves Palau Alòs del barri de Santa Caterina durant el mes de juny del 2018 i, fins ara, s’han anat desplegant diferents dispositius. Actualment hi ha endegats 7 punts i la previsió és que aquest any 2019 acabi amb un total de 9 dispositius que donin cobertura a tota la ciutat. La seva distribució és la que mostra la figura 1.

Figura 1. Distribució dels punts Consulta'm

Nota: Per l'any 2019 queden pendents de concretar dos punts més.

Durant aquest període 2018-2020, el programa es troba en la seva fase pilot, durant la qual s'estan desenvolupant els elements bàsics del model, mitjançant un grup de treball format pels i per les diferents professionals que gestionen el programa a cada territori i també pels que treballen amb adolescents i joves a la comunitat. Posteriorment se'n farà l'avaluació. Aquest programa ha de suposar un canvi de perspectiva i de forma de treballar dels diferents àmbits professionals, així com l'articulació i el treball conjunt de la xarxa sanitària de salut mental amb la xarxa comunitària, posant l'adolescent o jove al centre de la intervenció i reduint l'abordatge parcel·lat.

Bibliografia

- AGÈNCIA DE SALUT PÚBLICA DE BARCELONA (2017). *La salut mental a Barcelona 2016*. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona. Disponible en línia: <https://www.aspb.cat/wp-content/uploads/2017/10/La_salut_mental_a_Barcelona_Informe_2016.pdf>
- AJUNTAMENT DE BARCELONA. Departament de Salut (2016). *Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022*. Barcelona: Ajuntament de Barcelona. Disponible en línia: <http://ajuntament.barcelona.cat/premsa/wp-content/uploads/2016/07/01_PlaSalutMental.pdf>
- GENERALITAT DE CATALUNYA (2017). *Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions. Estratègia 2017-2019*. Barcelona: Generalitat de Catalunya. Disponible en línia: <https://presidencia.gencat.cat/web/.content/departament/plans_sectorials_i_interdepartamentals/pla_integral_trastorn_mental_addiccions/docs/estrategia_2017_2019.pdf>
- GENERALITAT DE CATALUNYA. Departament de Salut (2017). *Pla director de salut mental i addiccions*. Barcelona: Direcció General de Planificació en Salut. Disponible en línia: <http://salutweb.gencat.cat/web/.content/_ambits-actuacio/Linies-dactuacio/Estrategies-de-salut/Salut-mental-addiccions/Linies-estrategiques/estrategies2017_2020.pdf>
- KESSLER, R. C.; AMMINGER, G. P.; AGUILAR-GAXIOLA, S.; ALONSO, J.; LEE, S.; USTÜN, T. B. (2007). "Age of onset of mental disorders: A review of recent literature". *Current Opinion in Psychiatry*, 20(4), p. 359-364.
- WORLD HEALTH ORGANIZATION (Organització Mundial de la Salut) (2005). *Mental Health Declaration for Europe. Facing the challenges, Building solutions*. Helsinki: World Health Organization. Disponible en línia: <http://www.euro.who.int/_data/assets/pdf_file/0008/88595/E85445.pdf>
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2013a). "Salud mental: un estado de bienestar". Disponible en línia: <https://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/>
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (2013b). *Plan de acción sobre salud mental. 2013-2020*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud. Disponible en línia: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf?sequence=1>
- PATEL, V.; FLISHER, A. J.; HETRICK, S.; MCGORRY, P. (2007). "Mental health of young people: A global public-health challenge". *Lancet*, 369(9569), p. 1302-1313.