RECLAMAN UN NUEVO ENFOQUE QUE PASE DE TRATAR EL TRASTORNO MENTAL A MEJORAR LA APTITUD MENTAL DE LOS JÓVENES

Aída de Vicente y Susana Villamarín

Es necesario que todos los niños y adolescentes (incluso los que no cumplan los criterios diagnósticos de trastorno mental) puedan beneficiarse de un apoyo adecuado para optimizar su bienestar psicológico. Así lo establece un informe elaborado por una organización no gubernamental independiente de Reino Unido (Localis) y titulado *A healthy state of mind: improving young peopole's mental fitness* (*Un estado mental saludable: mejorar la aptitud mental de los jóvenes*).

Según se establece en el texto, los sistemas sanitarios, debido a su estructura y funcionamiento, fallan en proporcionar atención y apoyo en salud mental a la mayoría de los niños y jóvenes. Por regla general, este grupo de población se muestra reacio a acudir a los servicios de salud mental debido al estigma asociado, por lo que tiende a lidiar con sus problemas sin solicitar ayuda. Por otro lado, los servicios de salud mental están destinados a los niños y jóvenes con trastorno mental diagnosticable clínicamente, de tal manera que un amplio porcentaje de estos jóvenes, que pueden estar sufriendo un elevado malestar debido a los numerosos desafíos que deben enfrentar en esta etapa vital, jamás podrá optar a la ayuda necesaria para garantizar su óptimo desarrollo.

Por este motivo, esta organización reclama un nuevo modelo de atención a niños y adolescentes que ponga el énfasis no tanto en la identificación de trastornos mentales, como en asegurar el bienestar psicológico (o como los autores del texto definen: su *"aptitud mental")* y fortalecer la resiliencia de los menores, de tal manera que puedan identificarse a tiempo las situaciones críticas que pueden atravesar en su desarrollo y realizar una prevención e intervención temprana.

Entre las barreras de acceso al tratamiento en salud mental que presentan los jóvenes, se encuentra la escasa formación de los profesionales sanitarios y las derivaciones inadecuadas a los servicios de salud mental, el estigma asociado a tener un trastorno mental, la falta de apoyo y coordinación desde los centros educativos y los servicios sanitarios y la ausencia de recursos específicos para este grupo de la población.

Para solventar estas dificultades, los expertos proponen una serie de recomendaciones que permitan cambiar el modelo de atención, implementando acciones tanto en el contexto educativo como en el sanitario. Entre dichas medidas se propone incorporar en el currículo de los docentes la formación en temas de salud mental, reforzar los servicios de apoyo escolar con profesionales que aborden la salud mental de los alumnos y ampliar el número de terapeutas en el sistema sanitario que implementen programas basados en la evidencia científica para mejorar la salud mental infanto-juvenil, y que trabajen coordinadamente con los equipos de salud mental y de atención primaria.

Según se establece en el informe, resulta fundamental que los sistemas sanitarios revisen estas barreras a la atención a la salud mental de los jóvenes, ya que el primer contacto con estos servicios puede resultar crítico para su desarrollo, así como que trabajen conjuntamente con los sistemas educativos para fortalecer la salud mental de todos los niños y jóvenes, de tal manera que se pueda reducir el impacto de los trastornos mentales en la población.

El documento puede descargarse en: http://www.localis.org.uk/wp-content/uploads/2017/06/A-healthy-state-of-mind-final.pdf

PUBLICIDAD