

# “HACER PARA DEJAR DE HACER” PROPUESTA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN LA INFANCIA Y ADOLESCENCIA A TRAVÉS DE LA COORDINACIÓN ENTRE SALUD MENTAL Y ATENCIÓN PRIMARIA

Suárez Soto, J. I (1); Martínez Martínez, J (1); Pérez Méndez, J. L.(1)

1) Psicólogo especialista en Psicología clínica

## INTRODUCCIÓN Y JUSTIFICACIÓN

En el contexto actual de crisis económica y de saturación de los recursos públicos de salud es fundamental la reflexión sobre la destinación de los esfuerzos de cara a la eficiencia y sostenibilidad del sistema sanitario a medio y largo plazo. El aumento de la prevalencia de trastornos mentales y de la demanda de atención a la salud mental está colapsando nuestros recursos dificultando la posibilidad de ofrecer una atención de calidad. “Hacer para dejar de hacer” es la idea con la que reflejamos una propuesta de inversión de los recursos en la promoción y prevención de la salud mental principalmente en la infancia y adolescencia. Esto exige una reflexión sobre el tipo de psicopatología que atendemos en la actualidad y la relación con los determinantes sociales, culturales, político y/o económicos que ejercen un papel relevante tanto en la aparición de los trastornos mentales como en su prevención.

La Infancia y Adolescencia son etapas fundamentales del ciclo vital en las que se forja en gran medida la salud mental de las personas. Periodos en los que el impacto tanto de experiencias positivas como de vivencias traumáticas pueden determinar en gran medida el desarrollo del psiquismo del individuo, su personalidad así como su capacidad de afrontamiento en las vicisitudes propias de las complejidades vitales. En Salud Mental existe una tendencia a poner únicamente el foco en el trauma para la comprensión de la psicopatología del sujeto y no tanto en los factores protectores de la salud psíquica. Consideramos que los profesionales de la Salud Mental deben ejercer un rol importante en el fomento de la promoción y prevención de la salud mental, especialmente en la infancia y adolescencia colaborando activamente en el desarrollo e implantación de programas intersectoriales beneficiosos para la salud mental en general y especialmente en los colectivos de riesgo. Atender a los determinantes sociales y culturales de la salud en cada una de las etapas del desarrollo. Para ello es fundamental una mayor presencia de los profesionales de la Salud Mental no tanto desde la intervención clínica y tratamientos sino desde la orientación, asesoramiento y promoción de hábitos y estilos saludables en los estilos de crianza y parentalidad.

En esta línea de trabajo presentamos las reflexiones sobre las posibilidades y potencialidades que presentan la coordinación entre profesionales de Salud Mental y los pediatras y médicos de Atención Primaria

## PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL. COORDINACIÓN ENTRE SALUD MENTAL Y ATENCIÓN PRIMARIA

Este trabajo parte de las reflexiones surgidas a través del espacio de coordinación semanal entre psicología clínica con pediatras y médicos de AP. Espacio en el que se trata no solamente de filtrar los casos susceptibles de una derivación a Salud Mental por la detección de trastornos mentales sino dar un lugar a la prevención y promoción de la salud. Para ello se recogen algunas de las reflexiones:

- Privilegiar las intervenciones y los apoyos en los periodos perinatal y en la primera infancia. Asesoramiento y formación sobre posibles indicadores de alteración tanto en el desarrollo del menor como en la vinculación entre figuras parentales e hijo/a.
- Asesoramiento y formación sobre indicadores de riesgo o presencia de psicopatología en alguna de las figuras parentales que pueden afectar negativamente al desarrollo socioemocional del menor (depresión posparto, inestabilidad emocional,...). Facilitar su valoración por profesional capacitado
- Fomentar nuevos apoyos a la crianza para mejorar sus competencias ante los nuevos y complejos estilos de funcionamiento afectivo y familiar
- Asesoramiento no sólo en la detección de situaciones potencialmente traumáticas sino en el fomento de estilos de parentalidad y crianza positivos
- Fomentar estrategias que aborden las competencias socio-emocionales, los roles igualitarios de género y las herramientas para el manejo de la vida diaria
- Prevención cuaternaria: evitar la patologización de los procesos naturales del desarrollo evolutivo del menor
- Asesoramiento y formación sobre indicadores de riesgo en el menor de padecimiento de situaciones de acoso escolar

## DISCUSIÓN/REFLEXIONES

Con la idea “hacer para dejar de hacer” privilegiamos la propuesta de prevención y promoción de la salud mental, invertir en programas intersectoriales de apoyo a la infancia y adolescencia así como a sus familias. Entendemos que la reducción de los determinantes traumáticos así como el fomento de estilos de crianza y contextos saludables a medio y largo plazo redundará en una mejor salud mental general a lo largo de todo el ciclo vital. Las propuestas de intervención de los profesionales de Salud Mental en la coordinación con los pediatras y médicos de AP son potencialmente beneficiosas tanto en la detección precoz de trastornos mentales como en la prevención y promoción a la salud. Permite no solamente una mayor accesibilidad a la intervención sino al asesoramiento y formación en profesionales y usuarios.

## BIBLIOGRAFÍA

- Observatorio de la Infancia de Andalucía. Informe sobre la atención a la salud mental de la infancia y adolescencia en Andalucía. Granada: Observatorio de la Infancia de Andalucía; 2013.
- Palacios J, et al. Evaluación y promoción de competencias parentales en el Sistema Sanitario Público Andaluz. Sevilla: Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales, 2014.

