



II Congreso Digital de la AEP

El legado del COVID a la población infanto-juvenil española: Se duplican los casos de urgencias psiquiátricas infantiles, los trastornos de conducta alimentaria, los casos de ansiedad, depresión y las autolesiones e intentos de suicidio adolescente

Los pediatras advierten de una ‘pandemia’ de problemas de salud mental en la población infanto-juvenil y urgen un plan de prevención y respuesta

- **La Asociación Española de Pediatría (AEP) lanza la voz de alarma ante la saturación de las urgencias por morbilidad psicosocial detectada en los hospitales pediátricos españoles y reclama más recursos asistenciales**
- **Se prevé que en los próximos 2-3 años surja un aumento brusco de todo tipo de consumos de tóxicos en jóvenes, en lo que se denomina “los nuevos locos años 20”**
- **La Sociedad de Psiquiatría Infantil de la AEP presenta un posicionamiento con medidas para reducir el impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de niños y adolescentes**
- **Los Pediatras instan a las instituciones oficiales: M. Sanidad, M. Educación, M. Asuntos Sociales, etc, a implicarse en promover y arbitrar medidas de prevención en salud mental infanto-juvenil, y dotar y mejorar la coordinación entre la Atención Primaria y Hospitalaria pediátricas**

Madrid, 2 de junio de 2021_ La enfermedad física por COVID-19 se ha dejado sentir en menor medida en la población infantil y juvenil pero los pediatras han lanzando la voz de alarma ante el impacto psicosocial de la pandemia que está empezando a saturar las consultas y las urgencias hospitalarias. Se duplican los casos de urgencias psiquiátricas infantiles, los trastornos de conducta alimentaria, que son cada vez más graves, los casos de ansiedad, trastornos obsesivo-compulsivos, depresión y las autolesiones e intentos de suicidio en adolescentes. También se ha incrementado la violencia sobre los menores, el maltrato y los abusos y se ha disparado el consumo de pantallas en niños y jóvenes. *“Debemos recordar que los niños y adolescentes de hoy son los adultos españoles de las próximas décadas”*. Es la advertencia que han lanzado hoy, en la rueda de prensa del **II Congreso Digital de la Asociación Española de Pediatría**, su presidenta, la doctora **María José Mellado**, y la presidenta de la Sociedad de Psiquiatría Infantil (SPI), la doctora **Azucena Díez**.

La infancia, y de forma especial la adolescencia, son etapas especialmente vulnerables debido a los múltiples cambios que tienen lugar en cortos periodos de tiempo. Las repercusiones de la pandemia en la salud mental de niños y adolescentes será uno de los temas que se abordarán durante el **II**

1

*Para más información. Gabinete de prensa de la AEP

Sara Mancebo

Tel.: 686 228 212

Email: sara.mancebo@commstribes.com

www.aeped.es

[@aepediatria](https://twitter.com/aepediatria)



Congreso Digital de la AEP que reunirá a cerca de 3.500 pediatras entre los próximos días **3 y 5 de junio**. En la rueda de prensa inaugural, **Azucena Díez**, ha asegurado que *“en los servicios de pediatría de atención primaria y en las derivaciones a salud mental se ha observado un repunte de las consultas por ansiedad, síntomas de tipo obsesivo-compulsivo, depresión, autolesiones y somatizaciones”*. Además, ha añadido, *“los trastornos de la conducta alimentaria que se están valorando son más graves y requieren más ingresos que antes de la pandemia”*. La presidenta de la AEP ha hecho un llamamiento de responsabilidad a las instituciones sanitarias para *“activar un plan de prevención y respuesta”* para preservar la salud de los niños y adolescentes.

Los principales factores de riesgo relacionados con esas consecuencias psicológicas han sido, inicialmente, la incertidumbre, el exceso de noticias, el distanciamiento social y familiar, la ausencia de rutinas, el abuso de pantallas, los ritmos irregulares de sueño y un patrón de alimentación menos saludable y, en muchos menores, la escolarización semipresencial. En algunos casos, se han añadido las dificultades económicas y de conciliación de trabajo con el cuidado familiar, y las posibles situaciones de enfermedad propia, de familiares cercanos o incluso el duelo por fallecimiento de seres queridos.

“El estrés agudo o crónico está descrito como un desencadenante de problemas de salud mental en los niños y adolescentes. Este es un momento clave para realizar todos los esfuerzos posibles con el fin de reducir este estrés y evitar que las dificultades psicológicas se cronifiquen en el tiempo dando lugar a psicopatologías más graves. Debemos recordar que los niños de hoy serán los adultos de mañana”, ha advertido la doctora Díez.

En un principio el confinamiento pudo llegar a ser vivido como una aventura, en la que los niños agradecían no ir al colegio o pasar más tiempo con sus padres, y los adolescentes se sentían más libres de poder consumir más horas en Internet. Sin embargo, *“pronto comenzaron a aparecer problemas como apatía, inquietud, aburrimiento, dificultades de concentración, insomnio o miedos excesivos”*, ha relatado la especialista.

Los principales datos publicados hasta el momento, tanto en España como en otros países, muestran un aumento de los síntomas relacionados con diversos trastornos psiquiátricos, principalmente depresivos, de ansiedad, conductas autolesivas y de la conducta alimentaria. *“Estos resultados son muy preliminares, y se espera que al retomar hábitos saludables y contando con apoyos necesarios, la mayoría de los niños recuperen su funcionamiento normal”*, ha aclarado la presidenta de la SPI-AEP.

Adicciones a sustancias y pantallas

En los últimos años, se ha producido un crecimiento exponencial en el consumo de redes sociales y videojuegos y, como apuntan los expertos, *“todas estas tecnologías tienen un componente adictivo”*. Los adolescentes son un grupo muy susceptible a desarrollar problemas relacionados con la dependencia a dispositivos de acceso a internet, que se ha relacionado con diversos problemas



psiquiátricos como ansiedad social, depresión y problemas de atención, así como una dieta menos saludable y un mayor nivel de sedentarismo, sobrepeso y obesidad.

Tanto en el confinamiento como en la llamada “nueva normalidad” el tiempo dedicado a pantallas ha aumentado de una manera muy llamativa por el aislamiento y la falta de estímulos. *“Una de las medidas más efectivas para evitar conductas adictivas consiste en garantizar el acceso a actividades alternativas saludables. Cuando los niños y adolescentes tienen oportunidad de pasar tiempo al aire libre con sus iguales y realizar actividades deportivas y de ocio, el tiempo dedicado a pantallas se reduce de forma notable”*, ha apuntado la doctora Díez.

El consumo de tóxicos, como el alcohol o el cannabis, ha sido más difícil, aunque no imposible, durante el confinamiento, ha asegurado la experta. Sin embargo, a pesar de que las consultas por motivos relacionados con los consumos en menores se habían reducido notablemente, ya se están igualando a las del periodo prepandémico. *“Algunos expertos predicen, basándose en fenómenos históricos, que es probable que en los próximos 2-3 años surja un aumento brusco de todo tipo de consumos en jóvenes, lo que se está denominando ‘Los nuevos locos años 20’”*, ha alertado la presidenta de la SPI.

Recomendaciones para reducir el impacto psicológico de la pandemia en niños y adolescentes

Con el fin de minimizar las consecuencias psicológicas de la pandemia, durante el Congreso se dará a conocer el [documento de posicionamiento de la SPI-AEP](#) que recoge una serie de medidas pensadas para favorecer un estilo de vida saludable y, en consecuencia, la reducción del impacto psicológico de la pandemia por COVID-19 en niños y adolescentes:

1. **Mejorar los sistemas de coordinación** entre los equipos de atención primaria (pediatras y médicos de atención primaria que tratan adolescentes) y los servicios de salud mental, así como la accesibilidad a estos últimos. El uso de interconsultas virtuales podría agilizar esta coordinación. La incorporación de psicólogos a los dispositivos de atención primaria es determinante en esta labor de prevención y detección temprana.
2. **Garantizar la incorporación completa al colegio** para todas las edades, en cada una de las comunidades autónomas. La jornada completa, evitando en la medida de lo posible la escolarización semipresencial o intermitente, es una necesidad para los niños desde el punto de vista educativo y social.
3. **Fomentar las actividades de ocio** y muy especialmente las deportivas, con la apertura permanente de parques infantiles, centros deportivos y otras actividades organizadas para niños y adolescentes.
4. **Agilizar la vacunación** en los adolescentes y en los niños permitiría reducir los contagios en esta edad, facilitando el contacto social, evitando cuarentenas. En definitiva, incrementaría las probabilidades de conseguir un estilo de vida normalizado y reducir así las consecuencias psicológicas de la COVID.



5. **Reconocer oficialmente la especialidad de Psiquiatría del niño y del adolescente** y la de Psicología Infantil en España, único país de Europa donde no está aprobada, con el fin de procurar una atención especializada a niños y adolescentes.
6. **Implantar programas de promoción de la salud mental** universales e independientes enfocados en la prevención, detección temprana y lucha en contra del estigma de la enfermedad mental.
7. **Aprobar e implementar la Ley de prevención del suicidio**, con apartados específicos para adolescentes
8. **Aumentar el número de especialistas en psiquiatría infantil** y psicología infantil por habitante. Ya antes de la pandemia se describían grandes diferencias entre comunidades en la disponibilidad y ratio de especialistas por habitante menor de edad (Libro Blanco de la Especialidad de Psiquiatría Infantil, 2014). Esta necesidad se está viendo incrementada durante la pandemia por COVID-19.

La doctora Díez ha recordado que antes de la pandemia por COVID-19 ya se manejaban datos de importancia en referencia a la salud mental de los niños y adolescentes, como que casi la mitad de los trastornos mentales se inicia antes de los 14 años o que el 10% de los niños menores de 12 años y el 20% de los adolescentes desarrollan en algún momento algún tipo de trastorno mental. Por otra parte, *“el suicidio es la segunda causa de muerte en jóvenes entre 15 y 29 años y su principal desencadenante es la depresión, en especial cuando no se diagnostica y no se trata”*, concluye la especialista.

Sobre la Asociación Española de Pediatría

La Asociación Española de Pediatría es una sociedad científica que representa a cerca de 14.000 pediatras que trabajan tanto en el ámbito hospitalario como de atención primaria. Está integrada por todas las sociedades científicas de pediatría regionales y las sociedades de pediatría de las distintas especialidades. El principal objetivo de la asociación es velar por la adecuada atención sanitaria, fomentar el desarrollo de la especialidad, tanto en sus aspectos asistenciales como en los docentes y de investigación, además de asesorar a todas aquellas instituciones competentes en asuntos que puedan afectar o afecten a la salud, desarrollo e integridad del niño y del adolescente, así como divulgar e informar a la población sobre cuestiones de salud infantil.

*Para más información. Gabinete de prensa de la AEP

Sara Mancebo

Tel.: 686 228 212

Email: sara.mancebo@commstribes.com

www.aeped.es

[@aepediatria](https://twitter.com/aepediatria)