

EVIDENCIAS EN PEDIATRÍA

Toma de decisiones clínicas basadas en las mejores pruebas científicas
www.evidenciasenpediatria.es

Comentario Asociado

Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los niños y adolescentes

Quintero Gutiérrez del Álamo J

Servicio de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Universitario Infanta Leonor. PsiKids. Centro de Psiquiatría y Psicología para el Niño y Adolescente. Madrid. España.

Correspondencia: Javier Quintero Gutiérrez del Álamo, fjquinterog@salud.madrid.org

Fecha de recepción: 8 de marzo de 2022 • Fecha de aceptación: 18 de marzo de 2022
Fecha de publicación del artículo: 31 de marzo de 2022

Evid Pediatr. 2022;18:10.

CÓMO CITAR ESTE ARTÍCULO

Quintero Gutiérrez del Álamo J. Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los niños y adolescentes. Evid Pediatr. 2022;18:10.

Para recibir Evidencias en Pediatría en su correo electrónico debe darse de alta en nuestro boletín de novedades en
<http://www.evidenciasenpediatria.es>

Este artículo está disponible en: <http://www.evidenciasenpediatria.es/EnlaceArticulo?ref=2022;18:10>.
©2005-22 • ISSN: 1885-7388

Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los niños y adolescentes

Quintero Gutiérrez del Álamo J

Servicio de Psiquiatría y Salud Mental. Hospital Universitario Infanta Leonor. PsiKids. Centro de Psiquiatría y Psicología para el Niño y Adolescente. Madrid. España.

Correspondencia: Javier Quintero Gutiérrez del Álamo, fjquinterog@salud.madrid.org

Tras dos años de pandemia, observamos con preocupación cómo las urgencias, las consultas, los hospitales de día y las unidades de hospitalización que atienden a niños y adolescentes, se encuentran con una alta demanda. Sin duda, 24 meses de restricciones, confinamientos, enfermedad, incertidumbre y estrés han impactado en todos los segmentos de la población, pero la repercusión en los más pequeños nos debería llevar a una reflexión adicional. Esta pandemia podría no solo aumentar coyunturalmente las necesidades de atención en salud mental, sino que podría tener consecuencias en el medio y largo plazo¹.

De los aprendizajes de otras pandemias y acontecimientos excepcionales sabemos que las necesidades en términos de salud varían a lo largo del tiempo². En un primer momento nos vamos a encontrar con la imperiosa necesidad de tratar las consecuencias directas de la COVID, pero sabemos que a medio plazo aparecerán las necesidades no cubiertas, en términos de otros problemas de salud no atendidos durante los peores momentos de la pandemia y los derivados de los trastornos crónicos que no han podido mantener su continuidad de cuidados. Pero la salud mental va a tender a aumentar sus necesidades de manera transversal, tanto en el momento agudo de las olas pandémicas como pospandémicas.

Han sido múltiples las publicaciones que han informado de un incremento de los problemas de salud mental a lo largo de la pandemia³. Por un lado, los niños y adolescentes con trastornos mentales se han visto significativamente más afectados que la población general durante los confinamientos, ya sea por su especial vulnerabilidad o porque pudieron llegar a ver interrumpidos sus seguimientos. Analizando la cronología de la psicopatología durante estos meses, lo que se ha ido encontrando en un primer tiempo ha sido un incremento de la clínica internalizante en términos de síntomas de ansiedad y depresión, así como un aumento de los trastornos de la conducta alimentaria. Tras esa primera etapa se ha venido observando un aumento de los síntomas externalizantes, en términos de alteraciones de la conducta y, de forma especialmente alarmante, el incremento de las autolesiones y conductas autolíticas³.

En términos generales, lo que se está viendo es que, cuanto menos, se están duplicando las incidencias de los trastornos ansiosos y depresivos. Si antes de la pandemia los estu-

dios cifraban en el 12% este tipo de problemas, publicaciones actuales, como el metanálisis de Racine, *et al.* que se comenta en este número de Evidencias en Pediatría, los cifran en hasta el 49,5% de la población, aunque con un rango amplio del 2-63%⁴. En cualquier caso, va a tener que pasar un cierto tiempo para poder analizar lo que está ocurriendo y sobre todo lo que va a ocurrir en la salud mental de los jóvenes.

No todo ha sido por la pandemia; de hecho, antes de 2019 ya se había detectado un incremento de la ideación suicida en adolescentes, llegando a encontrar esta ideación en el 18,8% de los estudiantes en un estudio del Centro de Control de Enfermedades de USA (CDC): el Youth Risk Behavior Surveillance System. Tampoco debemos olvidar que en torno al 70% de los trastornos mentales debuta antes de los 25 años, o que el suicidio ya era la segunda causa de mortalidad en adolescentes, incluso llegando a ser la primera durante el confinamiento, aunque en realidad no ha sido tanto por su aumento, sino por la reducción de la mortalidad por accidentes al estar la movilidad reducida.

Se están poniendo en marcha muchas acciones y programas para tratar de atender y contener la ola de la salud mental, aunque el resultado de muchas de ellas no está adecuadamente evaluado hasta la fecha⁵, sin duda son acciones que están tratando de mitigar el impacto que el estrés ligado a la pandemia está teniendo en la salud mental de los niños y los adolescentes. Si bien acciones preventivas y no reactivas deberían ser una prioridad, sería clave la identificación de grupos especialmente vulnerables, como aquellos con entornos psicosociales complejos, enfermedades crónicas, dificultades en el aprendizaje o contextos familiares especiales, como los hijos de madres con trastornos mentales, entre otros. Pero también sería clave pensar en acciones más reflexivas. Probablemente el impacto que estamos viendo en los adolescentes esté en relación con factores de vulnerabilidad previos, ligados al desarrollo de estructuras de personalidad menos resilientes, o patrones de usos disfuncionales de las nuevas tecnologías, sin menoscabar el mero riesgo biológico, como, por ejemplo, el impacto que el estrés mantenido durante todos estos meses está teniendo sobre nuestro sistema inflamatorio y su relación con los trastornos mentales⁶, aunque el impacto del estrés o distrés podría ser entendido como el resultante del entorno y los recursos de afrontamiento.

En definitiva, una conjunción de factores externos e internos están impactando sobre las generaciones mas jóvenes, en términos de un notable incremento de las necesidades de atención relacionadas con la salud mental y que, ojalá me equivoque, podría ser el inicio de una nueva ola, en este caso de la salud mental, con impacto en el medio plazo. Tan solo quedaría reclamar la atención sobre cuantas acciones preventivas se puedan poner en marcha.

BIBLIOGRAFÍA

1. Meherali S, Punjani N, Louie-Poon S, Abdul Rahim K, Das JK, Salam RA, et al. Mental Health of Children and Adolescents Amidst COVID-19 and Past Pandemics: A Rapid Systematic Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2021; 18:3432.
2. Quintero J, Mora F, Rodríguez-Quiroga A, Álvarez de Mon MA, López-Ibor MI. PostCOVID Mental Health. *Actas Esp Psiquiatr*. 2020;48:96-8.
3. Bera L, Souchon M, Ladsous A, Colin V, Lopez-Castroman J. Emotional and Behavioral Impact of the COVID-19 Epidemic in Adolescents. *Curr Psychiatry Rep*. 2022;24:37-46.
4. Racine N, McArthur BA, Cooke JE, Eirich R, Zhu J, Madigan S. Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents During COVID-19: A Meta-analysis. *JAMA Pediatr*. 2021; 175:1142-50.
5. Marques de Miranda D, da Silva Athanasio B, Sena Oliveira AC, Simoes-E-Silva AC. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *Int J Disaster Risk Reduct*. 2020;51:101845.
6. Mitchell RHB, Goldstein BI. Inflammation in children and adolescents with neuropsychiatric disorders: a systematic review. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 2014;53:274-96.