



REVISTA PSICOLOGÍA
DE LA SALUD

Vol. 11. Núm. 1. 2023. Editorial
DOI: <https://doi.org/10.21134/pssa.v11i1.311>

PSICOLOGÍA DE LA SALUD CON NIÑOS Y ADOLESCENTES: IMPORTANTE CONTINUAR AVANZANDO

Iván Fernández-Martínez

*Editor Asociado Revista de Psicología de la Salud/Journal of Health Psychology
Miguel Hernández University. Department of Health Psychology. Av. de la Universidad s/n, Elche,
03202, Alicante, Spain.
i.fernandez@umh.es*

La infancia y la adolescencia representan periodos del desarrollo vital de suma trascendencia los cuales, lamentablemente, no están exentos de la posibilidad de desarrollar enfermedades físicas y problemas o trastornos a nivel psicológico durante su transcurso. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2022) pone de relieve datos a tener en cuenta, indicando que la mitad de los problemas de salud mental se inician antes de los 14 años de edad, mientras que la mayoría de los casos no se detectan ni reciben un tratamiento adecuado. Asimismo, destaca algunos problemas de salud que considera principales (p. ej., enfermedades infecciosas, traumatismos, obesidad, falta de actividad física, consumo de sustancias), incluyendo problemas de salud mental. En relación a esto último apunta que, a nivel mundial, un 16% de la carga de morbilidad y lesiones entre los 10 y 19 años estarían explicados por los trastornos de salud mental, considerándose la depresión entre las principales causas de enfermedad y discapacidad en adolescentes. Por ello, se enfatiza la conveniencia de ocuparse, desde edades tempranas, de los problemas de salud mental. No hacerlo puede tener consecuencias tanto en el período actual como en la edad adulta, con repercusiones negativas tanto en su salud física y mental, así como en su calidad de vida.

En esta línea, el informe El Estado Mundial de la Infancia 2021 publicado por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2021), muestra datos poco alentadores. Estima que alrededor de 80 millones de niños y adolescentes entre 10 y 14 años viven con un trastorno mental, mientras que la cifra es algo más elevada en el rango de 15 a 19 años con alrededor de 86 millones. Adicionalmente, arroja que anualmente se quitan la vida cerca de 46 mil niños y adolescentes en edades comprendidas entre 10 y 19 años. De igual forma, se pone de relieve que una vez que aparecen los primeros problemas de salud mental, las repercusiones son notables tanto en términos de pérdida de vida sana como de años de vida. Junto a lo anterior, se destaca la existencia a nivel internacional de una todavía deficitaria inversión económica, destinándose un bajo porcentaje del gasto público a la salud mental, en particular a la infanto-juvenil, e insuficientes recursos humanos. Estos factores, junto a otros (p. ej., estigma vinculado a los trastornos mentales), representan claros obstáculos para prestar una adecuada atención en salud mental. Esta inadecuada atención supone unos costes muy elevados en la economía mundial, con cifras estimadas que superan

de largo los 300 mil millones de dólares por la pérdida de recursos que esta población no puede aportar a la economía a causa de sus problemas de salud mental, unido al coste personal y familiar difícilmente estimable. En base a ello, se refleja también de una forma notoria que urge una mayor implicación e inversión global para brindar una mejor asistencia en salud mental infanto-juvenil. Esto debería dirigirse a garantizar que se proporcione un adecuado tratamiento a esta población, pero también a la implementación continuada de estrategias de prevención y promoción de la salud efectivas que ayuden a prevenir el desarrollo de problemas futuros y a mejorar el bienestar físico y mental desde edades tempranas.

En España también existe todavía una deficitaria atención en salud mental infanto-juvenil, con falta de recursos y personal especializado para llevar a cabo estrategias de prevención y tratamiento de los problemas psicológicos en los menores. Bajo este contexto, el Consejo General de la Psicología de España muestra a través del desarrollo de un Libro Blanco sobre la Salud Mental Infanto-Juvenil (Fernández-Hermida y Villamarín-Fernández, 2021), su preocupación por la situación de la atención en salud mental infanto-juvenil y su compromiso con el desarrollo de la misma. Este Libro Blanco en definitiva es un aporte, con un carácter científico, que puede contribuir a mostrar la situación actual de la salud mental infanto-juvenil y datos de interés sobre los principales problemas de salud mental que afectan a los menores, así como a promover que las carencias que existen se solucionen. En el primer volumen además se recogen algunas ideas relevantes, como el olvido existente de la prevención y la intervención temprana o la necesidad de definir una Estrategia de Salud Mental que otorgue importancia a la salud mental infanto-juvenil, de una mayor especialización, así como de ofrecer una atención primaria psicológica de calidad.

Por su parte, la relación entre salud física y salud mental en la población infanto-juvenil está en continuo estudio y comprensión, tratando de conocer cada vez más cómo se afectan entre sí y evidenciando que es necesario prestar atención a esta cuestión. Sirva, a modo de ejemplo, uno de los principales y más graves problemas de salud pública del siglo actual según la OMS (2020, 2022), como es la obesidad infantil que ya en 2016 se señalaba que afectaba a 124 millones de niños y adolescentes. En este sentido, hay hallazgos que apuntan a que niños y niñas en edad escolar

con obesidad presentan una mayor acumulación de eventos de estrés psicosocial y mayor prevalencia de diagnóstico psiquiátrico, comparado con iguales con sobrepeso o normopeso. Dicha acumulación de eventos estresantes en el entorno escolar, familiar y social parece estar relacionada con un mayor sufrimiento o malestar psicológico en los menores, el cual puede aumentar la probabilidad de sufrir complicaciones de salud, como el exceso de peso (p. ej., Rojo et al., 2021). Otros hallazgos previos sugieren apoyo a que la obesidad se relaciona con problemas emocionales (p. ej., ansiedad y/o depresión) y que puede ser un factor de riesgo para el desarrollo de dichos problemas en niños y adolescentes (Lindberg et al., 2020; Quek et al., 2017). En relación a esto, cabe mencionar que problemas como la ansiedad y la depresión se sitúan entre los más comunes entre la población infantil y adolescente (Castelpietra et al., 2022; Merikangas et al., 2009), éstos pueden llegar a presentarse de forma comórbida con otras condiciones, tener un impacto negativo en la salud y bienestar de los menores y afectar a diferentes áreas de funcionamiento si no se abordan debidamente. Además, desde la pandemia por Covid-19 también se ha reportado una considerable presencia de dichos problemas en esta población (Amorós-Reche et al., 2022; Oliveira et al., 2022).

En relación a lo anterior, la difícil situación de la atención en salud mental infanto-juvenil existente, afectaría también al potencial aporte que se podría realizar desde la Psicología de la Salud a esta población. A este respecto, actualmente sería necesaria la presencia de más psicólogos y psicólogas en distintas áreas de salud dentro del sistema sanitario, de modo que puedan desempeñar una labor especializada y centrada en la atención de niños y adolescentes que lo requieran. En esta población se encuentra un número considerable de pacientes que presentan por ejemplo enfermedades crónicas de distinto tipo, aisladas o presentando multimorbilidad, así como un elevado uso de servicios de salud como los de atención primaria (Barrio et al., 2020). Solamente atendiendo a una enfermedad como es el cáncer infantil, se estima que alrededor de 400 mil niños y adolescentes padecen cáncer cada año (OMS, 2021). De hecho, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) ha publicado recientemente los Estándares para el Cuidado Psicológico y Social en Cáncer Infantil indicando, entre otros aspectos, que los menores con cáncer y sus familiares han de tener acceso a intervenciones psicológicas y/o psiquiátricas que ayuden a responder a las necesidades específicas

que presenten durante el curso de la enfermedad. En este sentido, los menores con enfermedades crónicas y sus familiares se pueden enfrentar a importantes dificultades y factores de estrés psicológico, incluyendo entre otras el impacto inicial a nivel emocional, la experiencia de síntomas físicos y psicológicos, la necesidad de adherirse y adaptarse a un tratamiento médico duradero, y distintas dificultades psicosociales que puedan desarrollarse afectando a áreas como la social, académica o familiar. Recibir un apoyo psicológico especializado en función de la enfermedad en cuestión, y desde los primeros momentos tras el diagnóstico, puede ser de gran valor para ayudar a los menores a afrontar mejor ese proceso y favorecer una mejor calidad de vida. En esta dirección, también se ha sugerido la conveniencia de implementar intervenciones desde un enfoque multidisciplinar, incluyendo intervención psicológica y física, en el tratamiento de pacientes con enfermedad crónica que también presenten algún trastorno psicológico. Todo ello atendiendo a la relación bidireccional entre factores físicos y psicológicos que parece existir y cómo ésta podría afectar a ambas condiciones y, en definitiva, a la salud y calidad de vida de los pacientes (Conversano, 2019).

En las últimas décadas ha habido interés a nivel internacional por investigar los efectos de las intervenciones psicológicas en niños y adolescentes con problemas de salud física, por ejemplo, dirigidas a enfermedades crónicas o a abordar el dolor crónico. Por lo general, los hallazgos sugieren que las terapias psicológicas pueden tener beneficios en el manejo de los síntomas de los menores e incluso en la salud mental y en determinadas conductas de padres y madres (p. ej., Eccleston et al., 2012; Fisher et al., 2018; Kibby et al., 1998; Law et al., 2019). Si bien es cierto que este tipo de estudios también tienden a reflejar la necesidad de un mayor número de investigaciones y de mejor calidad metodológica (p. ej., inclusión de evaluaciones de seguimiento, muestras más representativas, mayor consenso en las medidas de evaluación, mayor asignación aleatoria a los grupos de tratamiento, mejor descripción de las intervenciones), poniendo de manifiesto la existencia de áreas de mejora que abordar en el futuro.

Además, en España este interés se refleja también en las publicaciones que se han ido desarrollando en los últimos años en relación al papel de la psicología relacionada con la salud en población infanto-juvenil (p. ej., Orgilés et al., 2009; Ortigosa et al., 2003; Miró et al., 2018). En esta

línea, son destacables contribuciones como la de Pérez-Álvarez et al. (2011) que proporciona una guía de tratamientos psicológicos eficaces en psicología de la salud, mostrando el grado de eficacia de diversas estrategias psicológicas disponibles y aplicables a una variedad de problemas de salud (p. ej., asma, dolor crónico, cáncer, diabetes, entre otros) y también de estrategias dirigidas a la promoción de la salud. A su vez, otro hito importante fue la creación por el Consejo General de la Psicología de España de la denominada División de Psicología de la Salud. Entre otros objetivos, se desarrolló para tratar de dar visibilidad a las diferentes áreas donde psicólogos y psicólogas pueden desempeñar su labor, incluyendo la subdivisión de infanto-juvenil y salud perinatal.

No obstante, pese a los importantes progresos realizados, el contexto actual indica que es conveniente y necesario continuar trabajando en el avance de la psicología de la salud con niños y adolescentes. Ello se ha de hacer de forma conjunta, incluyendo a todos los agentes políticos, sociales y profesionales implicados. De este modo, se ha de explorar y abarcar todas las áreas de mejora a nivel científico y asistencial, aumentando los esfuerzos y recursos destinados a este fin. Hay grandes retos por afrontar en el futuro, algunos podrían ser a) la elaboración y continua actualización de guías de tratamientos psicológicos eficaces en psicología de la salud específicas para población infanto-juvenil, b) continuar mejorando la calidad de las investigaciones dirigidas a probar la eficacia de las intervenciones, c) el desarrollo de más protocolos de actuación específicos según la edad y problema de salud a la que vayan dirigidos, d) el fomento de la divulgación de los resultados de investigación y su transferencia a la sociedad, e) la incorporación progresiva de las nuevas tecnologías en la evaluación e intervención psicológica dirigidas a niños y adolescentes con problemas de salud. Así, todavía queda mucho recorrido por delante, pero sin duda es un camino que merecerá la pena realizar.

Desde la Revista de Psicología de la Salud/ Journal of Health Psychology seguiremos tratando de contribuir al necesario avance del conocimiento científico relacionado con la psicología de la salud en población infanto-juvenil. Todo ello también con el ánimo de que esto se transfiera al ámbito aplicado y repercuta en una mejora progresiva de la calidad asistencial que se brinda a dicha población y a sus familiares, tanto a nivel nacional como internacional. Y, en definitiva, con el propó-

sito último de ayudar al avance de la salud mental en la infancia y la adolescencia.

Referencias

Amorós-Reche, V., Belzunegui-Pastor, A., Hurtado, G. y Espada, J. P. (2022). Emotional problems in Spanish children and adolescents during the COVID-19 pandemic: a systematic review. *Clínica y Salud*, 33, 19-28. <https://dx.doi.org/10.5093/clysa2022a2>

Barrio, J., Suárez, C., Bandeira, M., Muñoz, C., Beca, M. T., Lozano, C. y Del Cura, I. (2020). Enfermedades crónicas en población pediátrica: comorbilidades y uso de servicios en atención primaria [Chronic diseases in the paediatric population: Comorbidities and use of primary care services]. *Anales de pediatría*, 93, 183-193. <https://doi.org/10.1016/j.anpedi.2019.12.019>

Castelpietra, G., Knudsen, A. K. S., Agardh, E. E., Armocida, B., Beghi, M., Iburg, K. M., Logroscino, G., Ma, R., Starace, F., Steel, N., Adolorato, G., Andrei, C. L., Andrei, T., Ayuso-Mateos, J. L., Banach, M., Bärnighausen, T. W., Barone-Adesi, F., Bhagavathula, A. S., Carvalho, F., Carvalho, M., ... Monasta, L. (2022). The burden of mental disorders, substance use disorders and self-harm among young people in Europe, 1990-2019: Findings from the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet regional health. Europe*, 16, 100341. <https://doi.org/10.1016/j.lanepe.2022.100341>

Conversano C. (2019). Common Psychological Factors in Chronic Diseases. *Frontiers in psychology*, 10, 2727. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02727>

Eccleston, C., Palermo, T. M., Fisher, E. y Law, E. (2012). Psychological interventions for parents of children and adolescents with chronic illness. *The Cochrane database of systematic reviews*, 8, CD009660. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009660.pub2>

Fernández-Hermida, J. R. y Villamarín-Fernández, S. (eds.). (2021). *Libro Blanco de la Salud Mental Infanto-Juvenil. Volumen 1. Consejo General de la Psicología de España*

Fisher, E., Law, E., Dudeney, J., Palermo, T.

- M., Stewart, G. y Eccleston, C. (2018). Psychological therapies for the management of chronic and recurrent pain in children and adolescents. *The Cochrane database of systematic reviews*, 9, CD003968. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD003968.pub5>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2021). *El Estado Mundial de la Infancia 2021*. <https://www.unicef.org/es/informes/estado-mundial-de-la-infancia-2021>
- Kibby, M. Y., Tyc, V. L. y Mulhern, R. K. (1998). Effectiveness of psychological intervention for children and adolescents with chronic medical illness: a meta-analysis. *Clinical psychology review*, 18, 103–117. [https://doi.org/10.1016/s0272-7358\(97\)00049-4](https://doi.org/10.1016/s0272-7358(97)00049-4)
- Law, E., Fisher, E., Eccleston, C. y Palermo, T. M. (2019). Psychological interventions for parents of children and adolescents with chronic illness. *The Cochrane database of systematic reviews*, 3, CD009660. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD009660.pub4>
- Lindberg, L., Hagman, E., Danielsson, P., Marcus, C. y Persson, M. (2020). Anxiety and depression in children and adolescents with obesity: a nationwide study in Sweden. *BMC medicine*, 18, 30. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-1498-z>
- Merikangas, K. R., Nakamura, E. F. y Kessler, R. C. (2009). Epidemiology of mental disorders in children and adolescents. *Dialogues in clinical neuroscience*, 11, 7–20. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2009.11.1/krmerikangas>
- Miró, J., de la Vega, R., Solé, E., Castarlenas, E., Sánchez-Rodríguez, E., Galán, S. y Roy, R. (2018). Psicología y dolor crónico infantil. *Revista de la Sociedad Española del Dolor*, 25(Supl 1), 46-56.
- Oliveira, J. M. D., Butini, L., Pauletto, P., Lehmkuhl, K. M., Stefani, C. M., Bolan, M., Guerra, E., Dick, B., De Luca Canto, G. y Massignan, C. (2022). Mental health effects prevalence in children and adolescents during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Worldviews on evidence-based nursing*, 19, 130–137. <https://doi.org/10.1111/wvn.12566>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2020). *Nuevas amenazas para la salud de los niños y los adolescentes*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/children-new-threats-to-health>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2022). *Salud del adolescente y el joven adulto*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
- Organización Panamericana de la Salud (2022). *Estándares para el cuidado psicológico en cáncer infantil*. <https://www.paho.org/es/documentos/estandares-cuidado-psicosocial-ninos-con-cancer>
- Orgilés, M., Espada, J. P. y Méndez F. X. (2009). Procedimientos psicológicos para el afrontamiento del dolor en niños con cáncer. *Psicooncología*, 6(2), 343-356.
- Ortigosa, J. M., Quiles, M. J. y Méndez, F. X. (eds.). (2003). *Manual de psicología de la salud con niños, adolescentes y familia*. Ediciones Pirámide.
- Pérez-Álvarez, M., Fernández-Hermida, J. R., Fernández-Rodríguez, C. y Amigo, I. (eds.). (2011). *Guía de tratamientos psicológicos eficaces II. Psicología de la Salud*. Ediciones Pirámide.
- Quek, Y. H., Tam, W. W. S., Zhang, M. W. B. y Ho, R. C. M. (2017). Exploring the association between childhood and adolescent obesity and depression: a meta-analysis. *Obesity reviews: an official journal of the International Association for the Study of Obesity*, 18, 742–754. <https://doi.org/10.1111/obr.12535>
- Rojo, M., Solano, S., Lacruz, T., Baile, J. I., Blanco, M., Graell, M. y Sepúlveda, A. R. (2021). Linking Psychosocial Stress Events, Psychological Disorders and Childhood Obesity. *Children (Basel, Switzerland)*, 8, 211. <https://doi.org/10.3390/children8030211>