

La salud mental en niños y adolescentes: un desafío creciente que demanda una mirada integral

08/10/2024



El Centro Infanto Juvenil de Salud Mental de San Rafael ha cumplido 14 años de funcionamiento. Ubicado en Córdoba 110, su labor se enfoca en el acompañamiento y tratamiento de niños y adolescentes que atraviesan situaciones de malestar y sufrimiento emocional. Al respecto, Silvina Roca, psicóloga y coordinadora del centro, describió el proceso de atención y el panorama actual de la salud mental en este sector de la población.

“Hoy en día, el tema de la salud mental está mucho más visibilizado que en años anteriores”, comentó Roca a Diario San Rafael y FM Vos 94.5. Si bien este avance ha permitido poner en la agenda pública una problemática que durante mucho tiempo estuvo relegada, la especialista advirtió sobre los

riesgos de “patologizar situaciones propias de la vida”. En ese sentido, señala que “estar cansado no es estar deprimido” y que “un niño curioso no es un niño con TDA”, en referencia a la tendencia de considerar ciertos comportamientos normales como signos de trastornos.

Desde el Centro, el trabajo se centra en distinguir entre el sufrimiento que puede surgir de experiencias cotidianas y aquellos casos que realmente requieren un acompañamiento más profundo. “Para eso existen los profesionales, para poder distinguir entre un sufrimiento lógico por ser humano y una patología que requiere intervención”, afirmó Roca. Sin embargo, no siempre es sencillo diferenciar entre ambos extremos. Según la psicóloga, “muchas veces, el motivo de consulta surge a raíz de una inquietud de un adulto, pero cuando se escucha al niño o al adolescente, se descubre que su sufrimiento no tiene que ver con lo que inicialmente se había planteado”.

Este enfoque en la escucha activa es fundamental para el equipo de profesionales del centro. Roca explica que, en muchas ocasiones, los padres, maestros o pediatras derivan a los niños al centro basados en su propia interpretación de los problemas, cuando en realidad, la raíz del malestar es otra. “Si nos dejáramos llevar solo por lo que parece a los adultos, estaríamos errando en el modo de intervención”, reflexionó.

El Centro Infanto-Juvenil de San Rafael es una institución de segundo nivel, lo que significa que su intervención comienza una vez que ya se ha identificado una situación de malestar que ha persistido en el tiempo. “Nosotros trabajamos con niños y adolescentes que ya han sido vistos por alguien más, y se ha descartado que lo que experimentan sea parte de la vida cotidiana”, explicó Roca. Las derivaciones pueden llegar de distintos lugares: centros de salud, pediatras, neurólogos, o incluso por demanda espontánea de las familias que notan que algo no está bien.

Una vez que los casos llegan al Centro, comienza un proceso de admisión que se basa en la escucha interdisciplinaria. “La primera entrevista que hacemos es de información y

asesoramiento. No es que nosotros asesoramos a la familia, sino que nos informamos sobre lo que está ocurriendo”, aclaró la coordinadora. Dependiendo de lo que se escuche en estas primeras instancias, se define el tipo de intervención más adecuada. A veces, se asigna un turno para un tratamiento individual con un psicólogo, y en otros casos, se opta por intervenciones grupales.

Roca destacó que las intervenciones grupales pueden ser particularmente efectivas en ciertos casos, ya que permiten trabajar el malestar desde una perspectiva diferente. “A través de los encuentros grupales, hay algo del malestar que cede, se da lugar a sentimientos más vivificantes y se acota el narcisismo propio”, describió. Estas dinámicas grupales no son necesariamente terapias grupales tradicionales, sino que buscan generar un espacio de intercambio donde los adolescentes puedan encontrar alivio en la experiencia compartida con otros.

Por otro lado, en aquellos casos en los que el Centro no puede brindar la atención necesaria, ya sea por la gravedad del cuadro o porque se requiere la intervención de otro tipo de especialistas, como neurólogos, el equipo realiza las derivaciones pertinentes. “Cuando la situación amerita una internación o el seguimiento por parte de un neurólogo, derivamos a otras instituciones”, explicó la psicóloga.

El trabajo del Centro Infanto-Juvenil no solo se limita a las consultas individuales o grupales. El equipo también participa activamente en instancias de reflexión y formación sobre los nuevos desafíos que plantea la salud mental. En este sentido, la coordinadora será una de las oradoras en el primer Congreso de Salud Mental de San Rafael, que se llevará a cabo los días 9 y 10 de octubre en el Centro de Congresos y Exposiciones de la ciudad.

“El lema del congreso es ‘Nuevos desafíos en salud mental desde una mirada interdisciplinaria’. Queremos reflexionar sobre los múltiples factores que determinan la salud mental, desde lo biológico hasta lo social, económico y político”, comentó Roca. En este evento, el equipo del centro aportará su

experiencia en el trabajo con niños y adolescentes, destacando la importancia de no encasillar las experiencias de malestar como patologías de manera prematura, sino de ofrecer espacios de escucha y acompañamiento adecuados a cada caso.