



# **Adolescencia, pandemia y salud mental**

Los eventos traumáticos cambian la perspectiva que las personas poseen sobre sí mismas y el mundo. Las relaciones de confianza y cooperación se debilitan y se cuestiona la 'justicia' del mundo. En este sentido, los

traumas colectivos rompen los lazos de relación entre el individuo y la comunidad, lo que afecta especialmente a las y los adolescentes. Los estudios están demostrando que, a pesar de su relevancia, las cuarentenas lamentablemente producen aislamiento y confinamiento, es decir la experiencia del 'encierro'. El confinamiento produce estrés psicosocial y exacerba los síntomas de trastornos psicológicos previos.

Uno de los principales problemas que afecta a la población y con más fuerza a los adolescentes, es precisamente la relación entre confinamiento y estrés psicosocial. Para la cultura juvenil, el aislamiento es causa de la ruptura del soporte emocional que dan los grupos de pares. Se ha demostrado, por ejemplo, que la anorexia aparece más intensa en los casos de meses recientes si se le compara con el período pre-pandemia. En un estudio practicado en Irlanda se encontró que niños y adolescentes experimentan efectos adversos en la salud mental a causa de la pandemia, como sentimientos de aislamiento social, depresión, ansiedad y el aumento de conductas mal adaptativas.

En otros estudios se ha descubierto que familias con niños con desordenes del espectro autista reportaban un aumento de problemas de salud mental asociadas fuertemente al cambio de rutinas y en el Reino Unido se ha

estudiado la relación entre pandemia y violencia contra niños y adolescentes. Así también, otras investigaciones muestran que, en este contexto, los padres con trastornos psiquiátricos pueden ejercer violencia contra niños, niñas y adolescentes. Otros informes discuten la complejidad y la pluralidad de los factores involucrados en la producción de la salud mental y del sufrimiento psíquico de niños y adolescentes, especialmente aquellos que tienen el acceso de sus derechos debilitados o violados, exigiendo acciones intersectoriales que apoyan la atención psicosocial.

Para ello deben coordinarse las redes primarias, secundarias e institucionales, parte de este apoyo está sin vías de comunicación por lo que en algunos países se están aportando servicios de atención en salud mental online cuando los o las adolescentes buscan ayuda.

Otro estudio e intervención, atendió al impacto de foros grupales que se asemejan en sus posibilidades a los grupos de apoyo y autoayuda. Hay que ser creativos en esto e informar bien las intervenciones psicosociales.