

INCIDENCIA DE DISTINTOS TRASTORNOS Y GRADO DE CONOCIMIENTO SOBRE SALUD MENTAL POR PARTE DE ADOLESCENTES EN NUESTRO ENTORNO

Haik El haouzi, Jannat; Lopéz Aldaz, Evelin Sofía; Martínez Martínez, Claudia; Parra Soler, Ana María y Ruiz Maturana, Marta.

IES MEDITERRÁNEO

Coordinador/es: Mercedes Martínez

Contacto IES: 30012276@murciaeduca.es

RESUMEN

Decidimos investigar e informarnos sobre la salud mental en los adolescentes, ya que nos preocupa cómo afectan los trastornos en esa etapa de crecimiento. Para ello, planteamos tres objetivos: saber el conocimiento que tienen sobre salud mental los adolescentes, averiguar qué trastornos son más prevalentes en ellos y obtener información de cuántos pueden estar sin diagnosticar. Para ello realizamos tareas de documentación y un cuestionario que se aplicó sobre una muestra de población. En general, parecen bien informados, un porcentaje considerable tiene problemas, están diagnosticados y siguen terapia para ello, lo que se valora positivamente.

Palabras clave: Salud mental, adolescentes, psicosis, neurosis, trastorno, CIE-10, DSM V, diagnóstico, psicopatología, psicoterapia.

ABSTRACT

We decided to investigate and learn about mental health concerning teenagers, as we are concerned about how disorders affect this stage of growth. To this end, we set three objectives: to find out what knowledge adolescents have about mental health, to find out which disorders are most prevalent in them, and to obtain information on how many may be undiagnosed. To this end, we carried out documentation tasks and a questionnaire that was applied to a sample of the population. In general, they seem well informed, a considerable percentage have problems, generally diagnosed and follow therapy for it, valuing it positively.

Keywords: Mental health, adolescents, psychosis, neurosis, disorder, ICD-10, DSM V, diagnosis, psychopathology, psychotherapy.

INTRODUCCIÓN

El campo de la salud mental ha evolucionado desde tratamientos inhumanos hasta la promoción del bienestar emocional, influenciado por la filosofía en la comprensión de los trastornos mentales y cuestiones éticas. Hoy en día, se considera esencial para el bienestar emocional, psicológico y social, con énfasis en la gestión emocional y la autoestima para prevenir o tratar trastornos mentales. Estos trastornos se clasifican según sistemas como el DSM-5 y el CIE-10, con enfoques terapéuticos

específicos. Los adolescentes son especialmente vulnerables a los trastornos mentales, exacerbados por la pandemia de COVID-19, aumentando los casos de trastornos no diagnosticados y pensamientos suicidas. Es fundamental aumentar la conciencia sobre la salud mental entre los adolescentes para reducir el estigma y promover la búsqueda de ayuda temprana y adecuada. La información errónea en redes sociales puede ser perjudicial, destacando la importancia de la orientación profesional para un tratamiento efectivo.

La investigación se centra en la importancia de la salud mental en los adolescentes. Por ello, se llevó a cabo un estudio que nos permite comprender el estado mental de los adolescentes y promover la conciencia sobre el tema, educar sobre la salud mental y proporcionar recursos para quienes necesitan ayuda.

Además, existe desconocimiento por parte de los adolescentes en temas de salud mental, siendo los más comunes: Ansiedad generalizada, Trastorno depresivo, TDAH (Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad), TCA (Trastorno de la conducta alimentaria), Trastorno de la conducta o disocial, Fobia social, Burnout y meltdown.

OBJETIVOS:

Lo que queremos conseguir con este trabajo es:

- Saber el conocimiento que tienen sobre el tema de la salud mental los adolescentes.
- Averiguar qué trastornos son más prevalentes en la población adolescente de nuestro entorno.
- Obtener información de cuántos adolescentes podrían presentar trastornos y no estar diagnosticados.

MATERIAL Y MÉTODOS:

Para documentarnos, hemos realizado búsquedas en diferentes revistas científicas, publicaciones especializadas en la salud mental y la psiquiatría en los adolescentes y, finalmente, acudimos a la guía del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales, el DSM-5 (Anexo II) y el CIE-10. Otras apps que usamos fueron Google Académico, Documentos Google, PDF, Canva y Encuestas de Google.

Posteriormente, realizamos una encuesta anónima de elaboración propia, que adjuntamos como Anexo I, a fin de

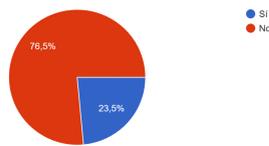
obtener información sobre la salud mental de los adolescentes. La población objeto de estudio está representada por una muestra de 17 personas de ambos sexos, entre 13 y 18 años. Esta se divide en dos partes: La primera parte, contiene preguntas generales para introducir y averiguar el conocimiento que poseen sobre el tema. Luego, dependiendo de cómo contesten a determinada pregunta, seguirán con las preguntas generales o responderán otras preguntas sobre su experiencia personal y proceso acudiendo a terapia. Finalmente, seguirán la encuesta con normalidad y responderán preguntas sobre su salud mental.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN:

Tras la realización de nuestro cuestionario, hemos podido obtener los siguientes resultados:

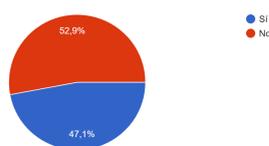
-En las preguntas generales (todos los encuestados) se comprueba que los adolescentes entienden el concepto de salud mental y, la mayoría, son capaces de identificar los trastornos con sus respectivos síntomas. Los encuestados consideran que es importante diagnosticar estos problemas. Además, queríamos saber si han sufrido alguno de estos síntomas. Obtuvimos que lo que más sufren los adolescentes es de una capacidad reducida de concentración, irritabilidad constante y la necesidad de alejamiento. Luego, otros han indicado sentimientos de tristeza, preocupaciones o miedos y nerviosismo, cansancio, ... En cuanto al diagnóstico de un problema de salud mental, de las 17 personas encuestadas, 13 respondieron que han sido diagnosticados por un problema de salud mental, mientras que 4 no han sido diagnosticados.

¿Alguna vez le han diagnosticado un problema de salud mental?
17 respuestas



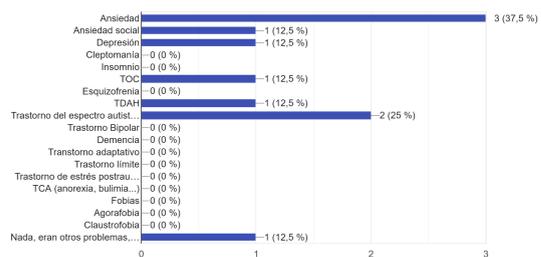
Sobre las experiencias negativas en su adolescencia e infancia que les han marcado, hay algunos que sí lo consideran y otros que no. Sin embargo, la mayoría de adolescentes, creen que les han influido en el carácter y otros que no lo saben con seguridad. Luego, les preguntamos si su salud mental les ha limitado o supuesto un problema en su vida social, familiar o escolar. Obtuvimos que el 47% de las personas lo consideran en lo laboral, el 41% en su vida y el 23,5% responden que tanto en lo familiar como en lo social. En esta pregunta podían elegir varias opciones y, por ello, la suma supera el 100%. Un dato interesante frente a otros trabajos consultados, es que algo más de la mitad de los encuestados ha acudido alguna vez a psicoterapia.

¿Alguna vez se ha tratado con un psicólogo o psicoterapeuta o a un psiquiatra?
17 respuestas



-Las personas que han respondido que sí han ido al psicólogo o psiquiatra, concretamente 8, les realizamos las siguientes preguntas:
La mayoría de los adolescentes, acudieron a un centro privado antes que a un público. De ellas, están diagnosticadas por trastornos como ansiedad social, depresión, TOC, TDAH u otros problemas, entre los que predominan la ansiedad y el Trastorno del espectro autista.

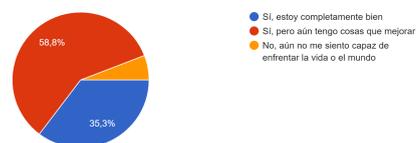
Por favor, indique de qué se le diagnosticó:
8 respuestas



A las personas encuestadas se les preguntó en qué consistió su tratamiento en base a lo que investigamos y obtuvimos como resultado que 7 personas se trataron con la psicoterapia y solo 1 persona se ha tratado con ambas. Tras empezar su terapia o tratamiento queríamos saber su efectividad y, la mayoría, notan que han mejorado y que ha sido muy efectivo mientras que una minoría opina lo contrario.

Para finalizar la encuesta, retomamos las preguntas generales en las que realizan una pequeña autoevaluación de su estado actual. Se les pregunta sobre la salud mental que poseen actualmente y 10 personas consideran que sí tienen buena salud mental y pueden mejorarla, 6 que están completamente bien y 1 que no se siente capacitado aún.

¿Considera que actualmente usted tiene buena salud mental?
17 respuestas



Para averiguar cómo se consideran a ellos mismos, les preguntamos si creen que se valoran lo suficientemente y 11 personas respondieron que sí y 6 que no. Luego les preguntamos si veían necesario hablar y divulgar más información sobre el tema, a lo que respondieron 16 personas que sí, pues hay poca información, y 1 persona que no lo ve necesario.

La encuesta se concluye con una pregunta personal sobre si se han planteado el suicidio. Han respondido 10 personas que no, 6 personas que lo han pensado y 1 persona que lo intentó.

CONCLUSIÓN:

Finalmente, tras toda la investigación realizada, hemos llegado a las siguientes conclusiones:

- Los adolescentes tienen un entendimiento básico de la salud mental, pueden identificar trastornos y síntomas, muestran madurez al discutir temas

personales, están interesados en aprender más y creen que se necesita más información sobre salud mental.

- Se observa una mayor tendencia en los adolescentes a padecer trastornos como ansiedad, Trastorno del espectro autista, ansiedad social, depresión, TOC y TDAH.
- La mayoría de los adolescentes diagnosticados con trastornos acuden a centros privados, reciben psicoterapia, experimentan mejoría desde el inicio del tratamiento y encuentran la terapia efectiva para mejorar su salud mental.

BIBLIOGRAFÍA:

Cantalejo, S. (2022a, May 9). Guía práctica para la Salud Mental de los jóvenes. Fundadeps.

<https://fundadeps.org/recursos/guia-practica-para-la-salud-mental-de-los-jovenes/>

Diagnóstico psicológico - Centro Andaluz de Psicoterapia - Online. (2020, March 29). Centro Andaluz de Psicoterapia. <https://centroandaluzdepsicoterapia.com/diagnostico-psicologico/>

Díaz, C. V. (2023, mayo 13). Meltdown, Shutdown y Burnout: ¿Cuál es la diferencia? verysmart. <https://verysmart.es/meltdown-shutdown-y-burnout-cual-es-la-diferencia/>

DSM-V. (s/f). Recuperado el 2 de marzo de 2024, de

<https://www.federaciocatalanatah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnostico-yestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>

Psicólogos, A. (2019, July 6). Los 5 trastornos psicológicos más frecuentes en la adolescencia. Avance Psicólogos.

<https://www.avancepsicologos.com/trastornos-psicologicos-mas-frecuentes-adolescencia/>

Revuelta, G., Llorente, C., Penela, C. G., & Latasa., O. M. (s/f). La gravedad de la salud mental: comunicación y percepción. Informe Quiral 2022-2023. Fundación Vilá Casas.

Universidad Pompeu Fabra. Recuperado el 2 de marzo de 2024, de

<https://www.fundaciovilacasas.com/download-publicacio.php?id=7353>

Rodríguez, B. G., & Rodríguez, E. R. (s/f). Problemas emergentes en la salud mental de la juventud. Instituto de la Juventud. Recuperado el 2 de marzo de 2024, de

https://www.injuve.es/sites/default/files/salud_mental_de_la_juventud.pdf

Sánchez Mascaraque, P. (s/f). Trastornos psiquiátricos en la adolescencia.

Adolescenciasema.org. Recuperado el 2 de marzo de 2024, de

https://www.adolescenciasema.org/wp-content/uploads/2015/06/adolescere-2015-vol3-n2_8_0-91_Trastornos_psiqui%C3%A1tricos.pdf

Wikipedia contributors. (n.d.). Anexo:CIE-10 Capítulo V: Trastornos mentales y del comportamiento. Wikipedia, The Free Encyclopedia.

https://es.wikipedia.org/w/index.php?title=Anexo:CIE-10_Cap%C3%ADtulo_V:_Trastornos_mentales_y_del_comportamiento&oldid=158163358