



| **Psiquiatría** - Por sus características permiten realizar una atención holística

Hospitales de día: el salvavidas para la 'zona gris' de la salud mental infanto-juvenil

Los recursos intermedios especializados en salud mental reducen ingresos hospitalarios y abordan las patologías de una forma holística. Es un bien preciado, pero todavía escaso.



Javier Urra y Celso Arango en el Hospital de Día Retiro Recorra GINSO, en Madrid. Foto: JOSÉ LUIS PINDADO.

Raquel Serrano. Madrid

Madrid - Lun, 28/08/2023 - 08:00



El incremento en los problemas de salud mental, que ya venían observándose desde hace años, han experimentado un 'boom' como otro tipo de **secuela originada por la pandemia por covid-19**. Ha afectado a la población mundial, a todas las franjas etarias y, muy especialmente, en los países desarrollados. Sin embargo, los problemas de salud mental **siempre han estado ahí**; sigilosos, encubiertos, pero presentes.

La **OMS** considera su atención como una prioridad, subrayando la **urgencia de adoptar medidas y recursos** para fortalecer y ofrecer respuestas rápidas a personas en situación de riesgo que, como los menores, han visto como su salud mental empeoraba, sobre todo, a partir de la pandemia de forma que se ha producido un **aumento de hasta el 47% en los trastornos mentales en España**.

En **Europa**, y según un informe reciente de **Unicef**, el 19% de los niños de entre **15 y 19 años** sufre un problema de salud mental, un 16% en el caso de las niñas. En el tramo de **10 a 14 años**, el porcentaje es del 15,6% de niños y del 14,8% de niñas.

Así las cosas, el mensaje primordial es una urgente necesidad de analizar los **factores implicados** en este empeoramiento con el fin de llevar a cabo prevenciones primarias, pero también **dotar de recursos a los sistemas especializados** en salud mental para que, una vez que los trastornos y patologías hagan acto de presencia, sean capaces de controlar su evolución.

Perfectos aliados

Uno de estos **recursos**, imprescindible para un elevado porcentaje de personas afectadas, y muy específicamente para niños y adolescentes, se encuentran en la asistencia que se ofrece desde los **hospitales de día** orientados a la salud mental.

Representan un punto intermedio entre la **terapia ambulatoria** y el **ingreso residencial** y por sus especiales características constituyen un recurso que puede convertirse en el **perfecto aliado** para controlar y recobrar el equilibrio mental en la población infanto-juvenil.

En este tipo de centros, en los que los jóvenes son atendidos por personal sanitario especializado en Psiquiatría y Enfermería, entre otros profesionales, ofrecen una red social de apoyo a los menores a través de un **tratamiento intensivo y durante un tiempo limitado**.

Sin embargo, la dura realidad -y así lo ponen de manifiesto los datos del último **Libro Blanco de la Psiquiatría en España**, elaborado por la **Sociedad Española de Psiquiatría y Salud Mental**-, en nuestro país **no existe todavía un adecuado número** de hospitales de día.

"La mayor carencia en la cartera de servicios asistencial son los recursos intermedios. Las **listas de espera** para ser atendidos en hospitales de día del sistema público de salud -centros de cuidados intermedios- se sitúan en **cerca de un año**, tiempo inasumible para una persona que necesita una terapia lo suficientemente intensiva como para seguir con una vida normal. **Si no la reciben**, muchos de esos niños y adolescentes no pueden acudir al centro educativo -al colegio o al instituto-, se quedan en casa esperando y, en muchas ocasiones, con un padre o madre que deben dejar de trabajar".



Celso Arango insiste en la importancia de la atención multimodal y multidisciplinar. Foto: JOSÉ LUIS PINDADO.

Así de contundente se muestra **Celso Arango**, director del Instituto de Psiquiatría y Salud Mental y jefe del Servicio de Psiquiatría del Niño y Adolescente del Hospital General Universitario Gregorio Marañón, de Madrid, así como asesor en Psiquiatría y Salud Mental para el Hospital de Día Retiro Recurra GINSO, en Madrid, un nuevo centro que abrió sus puertas a

principios de 2023, bajo la dirección clínica del que fuera el primer Defensor del Menor en la Comunidad de Madrid desde 1996 hasta 2001, **Javier Urra**, doctor en Psicología con especialidad de Clínica, pedagogo y terapeuta.

"Después de detectar, durante muchos años, esta necesidad y observando que los recursos intermedios son **el área más importante de atención sanitaria en salud mental**, se decidió abrir el Hospital de Día Retiro Recurra GINSO por el que ya han pasado 15 niños y jóvenes con distintos problemas de salud mental", señala Urra.

Arango subraya que los hospitales de día del sistema público de salud son, cuantitativamente, insuficientes. "En adolescentes, por ejemplo, tenemos listas de espera de un año. **Un año en la vida de un joven de 13 años**, por ejemplo, supone un 10% de la vida que lleva vivida y de los 13 a los 14 años pueden pasar cosas trascendentales en la vida de una persona. Sin duda, los recursos intermedios, como lo son los hospitales de día, son una de las **grandes carencias** del sistema actual y no hay que olvidar que con su atención **se evitan ingresos hospitalarios**".

El asesor científico lo deja claro: un hospital de día se dedica fundamentalmente a **prevención secundaria**. "Ya ha sucedido algo, el trastorno que sea ha aparecido y lo que hay que hacer es que no vaya a más y **no derive en otra patología más grave**".

"Estos centros son perfectos para una intervención intensiva, aguda en algunos casos, pero en un medio no restrictivo"

Para ello, y según su experiencia, es necesario un abordaje integral psicoterapéutico y farmacológico, si este es necesario. En una palabra, una asistencia para que "la persona se mantenga en el medio en el que está, **pluridisciplinar y multidimensional**, que recoja todas las etapas y aspectos de la vida: educativo, social, biológico, de alimentación, de higiene, de estilo de vida saludable, de interacción familiar, de psicoterapia individual, de intervenciones con los padres y del núcleo familiar. Es una **visión holística del niño, del adolescente, del joven** en el mundo. No es simplista, **no se reduce a una pastilla**. Son problemas complejos a los que hay que dar soluciones complejas".

Con esta pauta tanto asistencial como de vida, el nuevo centro de Día Retiro Recurra GINSO asiste a jóvenes que presentan **dificultades de adaptación** en la convivencia familiar, escolar o social debido a alteraciones psicológicas o a la existencia de un diagnóstico de problemática de salud mental.

Para ello, cuenta con distintos espacios e instalaciones que prestan servicio especializado a adolescentes con **edades comprendidas entre los 12 y los 21 años** que precisan atención a esas distintas necesidades, también las lúdicas y de tiempo libre. Urra señala que, en este momento por ejemplo, también se están detectando muchos problemas relacionados con la **anorexia**, sobre todo mujeres y de **menor edad**; entre los 13 y los 17 años".

Arango detalla que la atención se orienta a adolescentes, "gente joven con **trastornos mentales de cualquier tipo**: conducta alimentaria, trastorno obsesivo-compulsivo, trastornos de la personalidad o afectivos graves, que requieren una **intervención intensiva**, a veces aguda, pero en **no en un medio restrictivo** como puede ser una unidad de hospitalización. Esta puede ser, en ocasiones, necesaria pero sólo cuando han fracasado anteriores abordajes y no hay otra alternativa. Desde luego, estos centros son una **excelente alternativa** a las unidades de hospitalización".

Urta explica que en este hospital de día, los jóvenes **permanecen entre 8 y 9 horas diarias** realizando multitud de actividades, incluida la educativa para lo que cuentan con un profesor, tal y como ocurre en las aulas hospitalarias.

El equipo del centro, coordinado por la **psicóloga y subdirectora médica Beatriz Urta**, está formado además por otros nueve profesionales entre psiquiatras, psicólogos clínicos, médicos, terapeutas ocupacionales, monitores de ocio y tiempo libre, maestros y administrativos, todos ellos **especializados en el tratamiento de trastornos** de conducta como dependencia a las nuevas tecnologías (Trics), consumo de sustancias, trastornos de la conducta alimentaria (TCA), dificultades de aprendizaje y trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), trastorno leve del espectro autista y diversidad sexual y de género, entre otros.

La premisa de ingreso es que los jóvenes deben contar con un mínimo de capacidades cognitivas, suficientes para el aprovechamiento óptimo del proceso terapéutico y psicoeducativo y, por supuesto, con el consentimiento de sus progenitores.



Javier Urrea considera que estos centros controlan la patología, pero también enseñar a afrontar la vida. Foto: JOSÉ LUIS PINDADO.

"En el hospital, reciben **tratamiento terapéutico, educativo y formativo** a través de talleres que les ayudan a tener una mayor autonomía. Atendemos a jóvenes con trastornos de conducta que por su complejidad no puedan ser tratados en otros centros y cuyas características requieran de un **tratamiento más continuado en el tiempo**", explica Urrea quien subraya que "es como una familia, pero se trabaja con el **grupo como elemento terapéutico** porque pasan muchas horas aquí estabilizando su salud mental y madurando también para afrontar la vida".

Existe flexibilidad horaria, pero normalmente inician sus actividades a las 9 de la mañana y que suelen prolongar hasta las 6-7 de la tarde, momento en el que vuelven a sus casas.

"El beneficio se empieza a notar a partir de los 6 meses, pero cada persona tiene sus necesidades y su terapia individualizada"

Sobre el tiempo estimado en que el beneficio de este tipo de actuaciones se hace presente en la vida de los jóvenes, Urrea señala que, "a pesar de que se empiezan a **observar cambios** en los menores **a partir de los 6 meses**, la estancia media en el centro depende de las dificultades que presenten el menor y su familia, ya que cada paciente tendrá un **tratamiento individualizado y adaptado** a las necesidades de su patología".

Para Arango, en este hospital de día, se pretende ofrecer respuesta a esa 'zona gris', la que está entre los extremos, que es la que siempre queda más desabastecida. "Mayoritariamente en un **segmento de la población** que, de forma creciente y en las últimas décadas, ha incrementado en lo que se refiere a su incidencia de trastornos mentales de **mayor gravedad y de inicio cada vez más temprano**. Sin duda, esta asistencia es una buena inversión porque se hace en una edad en la que todavía **se puede prevenir, de forma más secundaria**, la evolución a trastornos mentales más graves o a una mayor discapacidad".

Lo que este psiquiatra tiene claro es que la asistencia en un hospital de día **"permite realizar un diagnóstico** que no ofrece una consulta externa. En una consulta la persona está como 'in vitro' 30 minutos sentado en la silla de un hospital, lo que no llega a ofrecer una visión holística, necesaria para dar respuesta a los problemas que presenta, rodean e influyen en esa persona".

"**¿Algo está fallando? ¿Por qué está pasando esto?** ¿Por qué niñas/os con anorexia, que se autolesionan...?, se pregunta Urra, quien termina con una reflexión: **"Algo hay que cambiar en nuestra sociedad** para poder afrontar la vida. Nos dotamos de medios, pero cuando ya las cosas están mal. Mi teoría es que no va a haber menos fallecidos en las carreteras porque haya mejores hospitales; habrá menos si somos más prudentes. Pues en salud mental infanto-juvenil ocurre lo mismo".

Centro Terapéutico Residencial; salvaguarda de menores

Doce años antes de la aparición del Hospital de Día Retiro GINSO Recurra, Javier Urra ya se mostraba preocupado por los problemas de salud mental de los jóvenes. Para ello, puso en marcha el **Centro Terapéutico Residencial**, inicialmente para el abordaje de la **violencia filio-parental**: hijos con conductas agresivas hacia sus padres. Por este centro residencial han pasado 1.200 chicos de toda España -algunos incluso de otros países-, de los que un 60% son varones y un 40% mujeres.

"Con el tiempo, hemos constatado que el problema era de salud mental y no sólo de violencia filio-parental. Para chicos que necesitan unos cuidados más específicos, en régimen abierto, está el Hospital de Día Retiro. Disponemos además de una **Clínica Ambulatoria** que ha atendido a más de 3.000 jóvenes. Estas instituciones pueden crear además una sinergia: jóvenes que están en el centro terapéutico pero que, antes de volvería, por ejemplo".



Javier Urra y Celso Arango, un tándem especializado en problemas de salud mental infanto-juvenil. Foto: JOSÉ LUIS PINDADO.

Las actuaciones en el Centro Terapéutico Residencial comienzan **a partir de los 12 años y terminan a los 18**. Son pacientes menores de edad que duermen allí porque, de alguna manera, su intervención precisa de mayor control, como es el caso de la violencia filio-parental u otros en los que la **seguridad y salvaguarda de los menores se encuentra en peligro**.

"En el centro terapéutico se hace de todo. Para empezar, **no hay móviles**. Todo el mundo come de todo, no beben, Y aunque, al principio es como que no se entiende, se acepta. También cuidamos su ocio; se hacen campamentos, salidas...", explica el ex-Defensor del Menor.

Mejoras visibles

Urta también es consciente de que el centro terapéutico es una especie de 'urna' en la que el cuidado es máximo, por lo que lanza una pregunta al aire: **¿y cuando salen?** "Si el éxito terapéutico es medible, se puede decir que tenemos un **80% de casos que se han recuperado**. Pero, claro, se trata de un medio cerrado. Es un grupo terapéutico y **los padres también tienen que trabajar**, al menos, dos sesiones con nosotros. No es negociable. Y esta premisa se cumple hasta en un caso cuya familia viene desde La India".

La gravedad de la patología es el punto diferenciador entre la asistencia que se presta en el Hospital de Día y la del Centro Terapéutico Residencial, que es **mayor y más centrada en trastornos de la conducta**: consumo de tóxicos, agresividad, violencia, entre otros. **"En el Hospital de Día no hay ese perfil**. Está más relacionados con problemas de conducta alimentaria, trastornos como el obsesivo-compulsivo, afectivo, depresivo, ansioso, de personalidad, entre otros. El nivel de gravedad es menor y es un espectro mucho más amplio", señala Arango.

