

CERCA D'AJUDA PER A LA SALUT MENTAL I BENESTAR EMOCIONAL EN L'ALUMNAT DE SECUNDÀRIA DE BARCELONA

Hernández Encuentra Eulàlia¹, Boixadós Anglès Mercè¹, Casañas Sánchez Rocío², Merino Rubio Lidia¹, Martín Fernández Jenifer², Lalueza Bosch Ferran²

¹ Universitat Oberta de Catalunya ² Associació Centre Higiene Mental Les Corts, Grup CHM Salut Mental
ehernandez@uoc.edu



INTRODUCCIÓ

Els joves experimenten desconeixement respecte a qüestions relacionades amb la salut mental (SM) i benestar emocional (BE) i la cerca d'ajuda. Fins i tot existint un bon accés a l'atenció sanitària, pocs joves busquen suport per problemes de SM. Els joves presenten un desig d'autosuficiència i de salvaguardar la pròpia salut, al mateix temps que prefereixen buscar ajuda per un problema de SM en fonts informals, com la família i amics, i no fonts formals, com els professionals de la psicologia, la psiquiatria o professorat (Olivari, 2021; Casañas, 2022; Westberg, 2022).

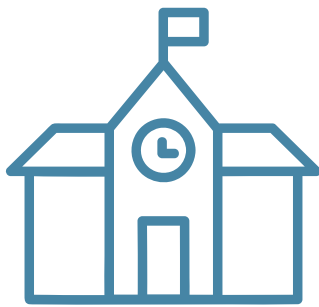
METODOLOGIA



2240
alumnes



Selecció aleatòria dels centres
(districte, naturalesa i complexitat)

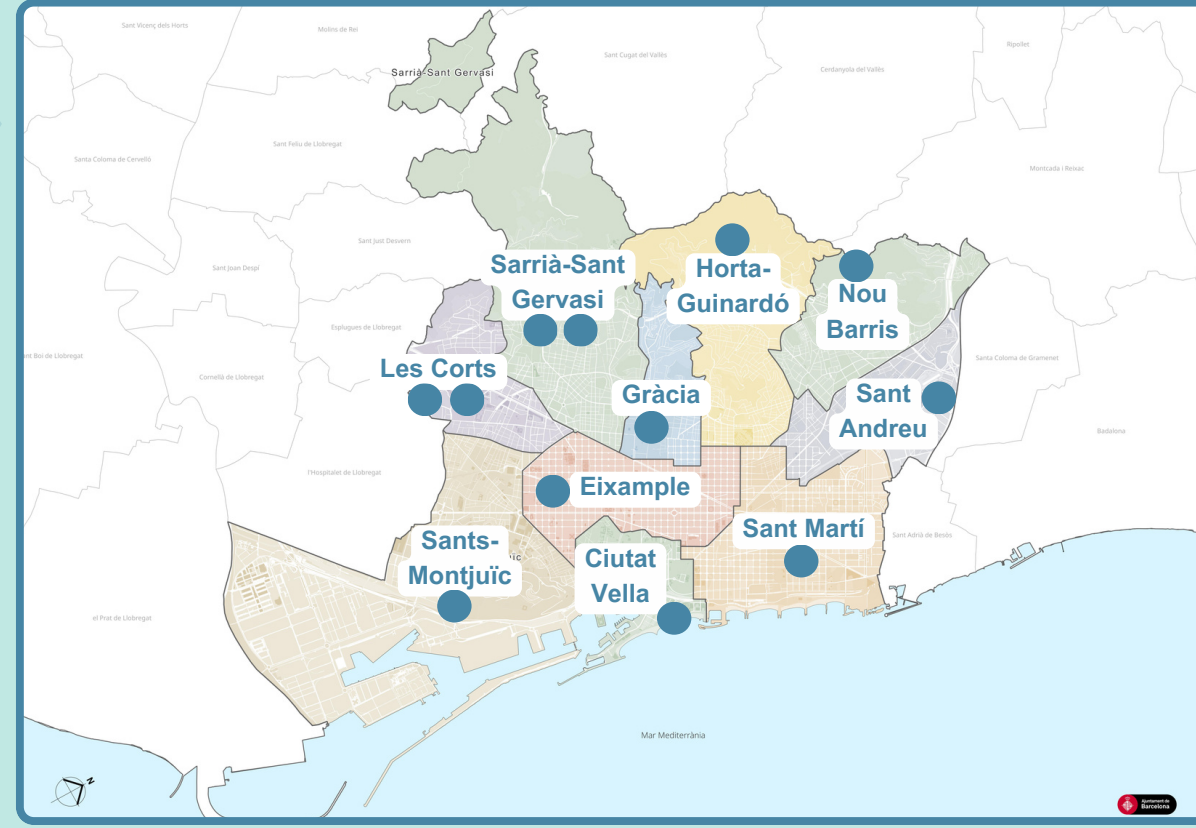


12 Centres
Educatius



Enquesta
digitalitzada

10 districtes de Barcelona

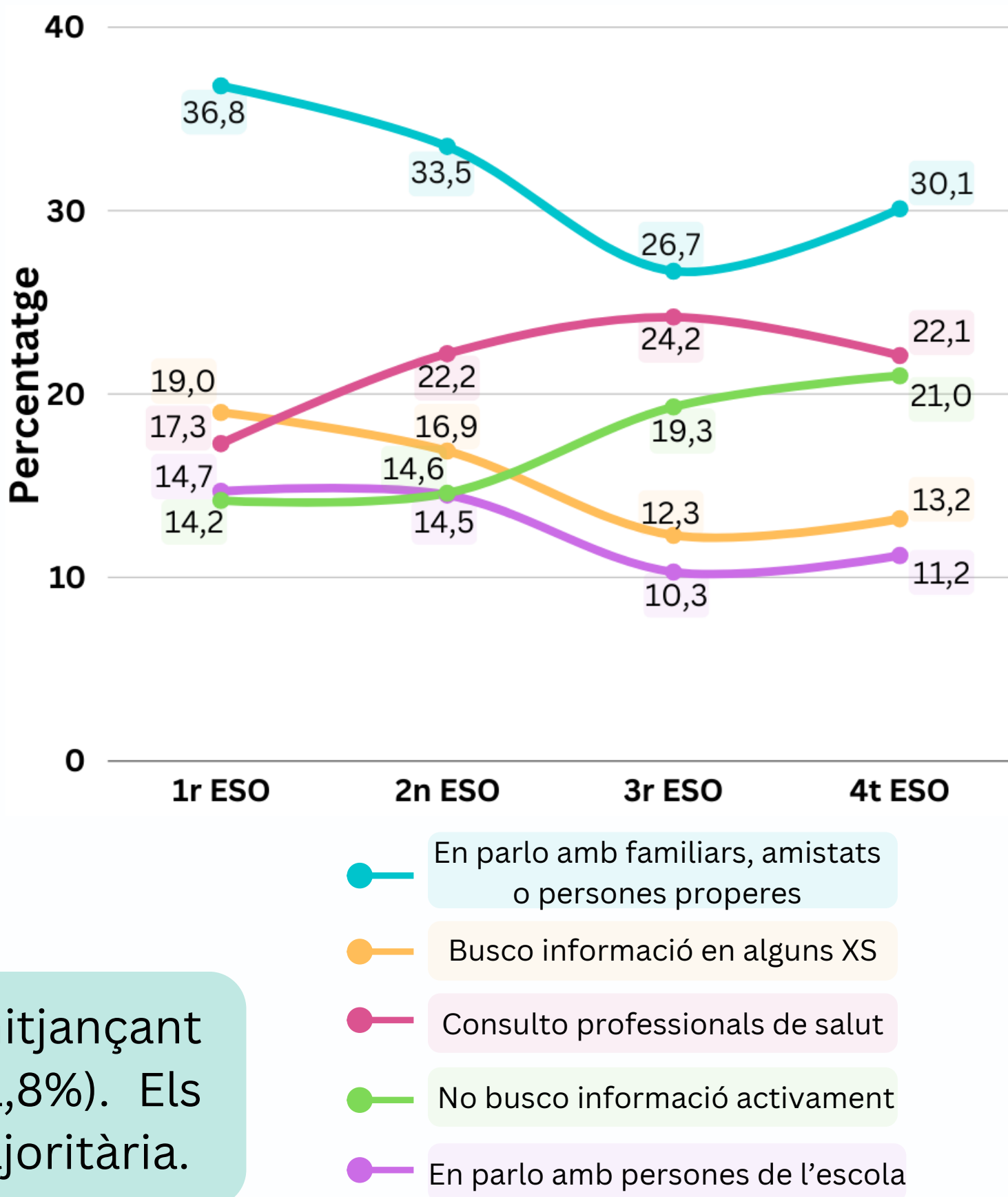


RESULTATS

Què fas per informar-te sobre SM i BE?

Com t'informes sobre SM i BE	
*respostes estadísticament significatives (p<0,05) al comparar per curs	
Busco informació en cercadors (per exemple: Google)	35,6%
Busco informació en algunes xarxes socials*	21,3%
Consulto professionals de salut (metge/ssa, infermer/a, psicòleg/a, etc.)*	15,3%
En parlo amb familiars, amatsats o persones de l'entorn proper*	31,8%
En parlo amb persones de l'escola*	12,7%
En parlo amb persones que es troben com jo	10,5%
Faig servir una App de salut mental i emocional	2,9%
Faig servir plataformes de Realitat virtual/aumentada	1,2%
No busco activament informació sobre SM i BE, només miro la que m'arriba	17,3%
No busco activament informació sobre SM i BE, no miro la que m'arriba*	19,8%

L'alumnat d'ESO de Barcelona prefereix informar-se sobre SM i BE mitjançant cercadors digitals (35%) i parlant-ne amb persones properes (31,8%). Els professionals de salut i professionals de l'escola no són una opció majoritària.



Coneixes la xarxa comunitària de serveis adreçats a la SM i BE dels joves?

Coneixement de la xarxa comunitària de serveis adreçats a SM i BE dels joves	
	% NO el conec
Centre d'Atenció Primària	27,4%
Centre de Salut Mental Infantojuvenil	19,2%
Urgències d'un hospital	7,7%
Casal jove del barri/districte	28,3%
Servei Aquí T'escoltem	38,7%
Servei Konsulta'm	46,8%
Programa Salut i Escola	33,8%

No coneix els serveis i programes específics d'accés obert. Si se li pregunta per la probabilitat d'escollir un servei o equipament comunitari on demanar ajuda respon opcions generalistes: Centres de Salut Mental Infantojuvenil (M=2,43; DT 1,45) i en menor mesura les Urgències d'un hospital (M=1,78; DT 1,053).



S'observen algunes tendències significatives relacionades amb el curs (l'edat) de l'alumnat, especialment en la demanda d'ajuda i les barreres per fer-ho.

Quines barreres tens a l'hora de demanar ajuda quan tens un problema o dubte sobre SM o BE?

Barreres per a la cerca d'ajuda sobre SM i BE		
Mesura el grau d'acord d'1 a 6 (Totalment en Desacord fins a Totalment d'Acord) * respostes estadísticament significatives (p<0,05) en comparar per curs	Mitjana	DT
Si rebés ajuda professional per un problema psicològic, em preocupa que el professional no mantingui el meu problema en secret	3,6	1,8
Si rebés ajuda d'un professional no voldria que la meua família ho sabés*	3,1	1,7
Els adults realment no poden entendre els problemes que tenim els joves*	3,0	1,6
Encara que volgués demanar ajuda, no tindria els diners per pagar-ho*	2,7	1,7
Tant li fa el que jo faci, res canviarà els problemes que tinc*	2,6	1,5
Crec que jo mateix/a hauria de resoldre els meus propis problemes*	3,4	1,7

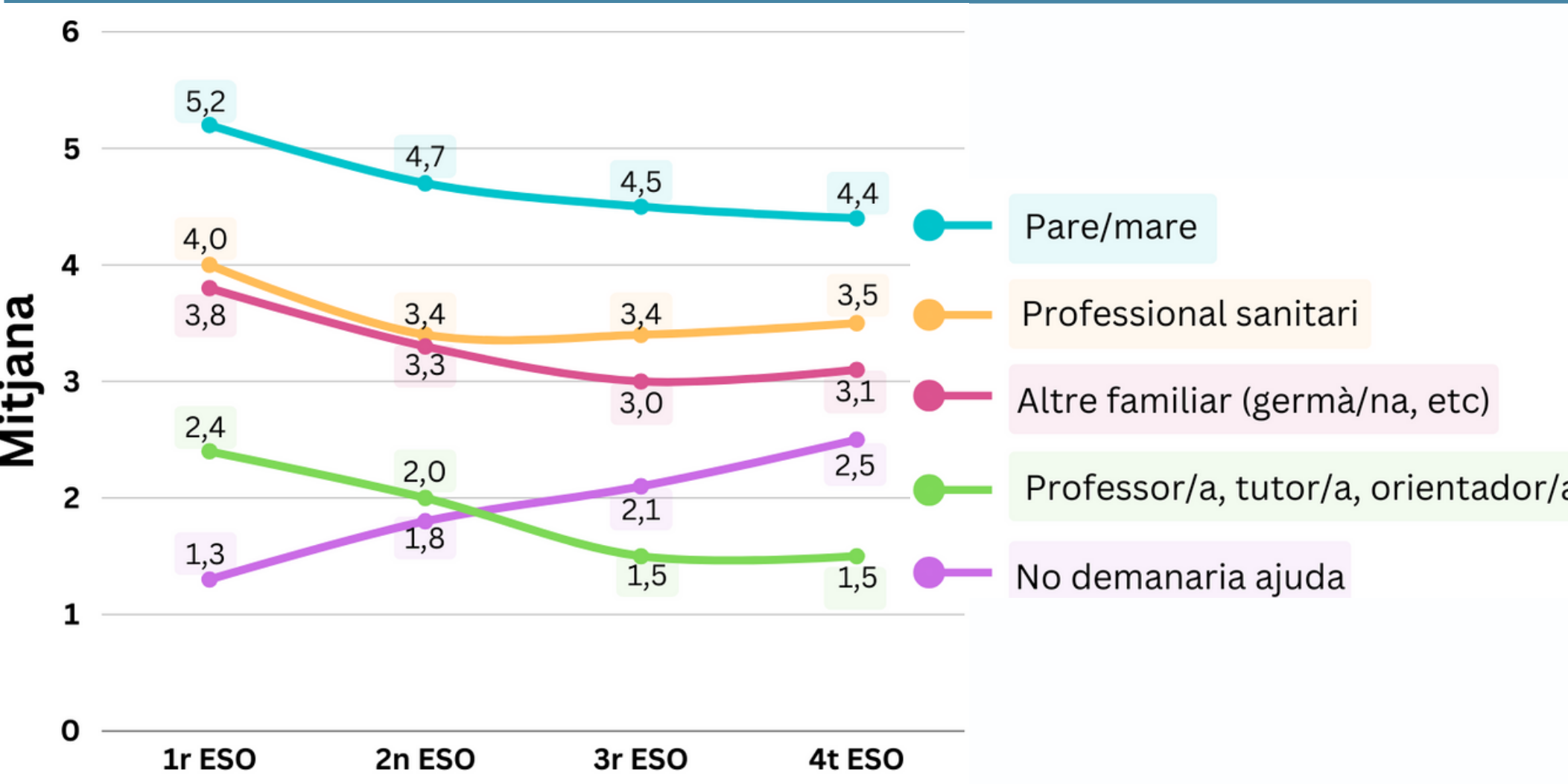
El temor a la ruptura de la confidencialitat i la necessitat d'autonomia i control personal són les dues barreres principals per demanar ajuda als professionals.

OBJECTIUS

En el marc del projecte eHealthLit4Teen (PID2021-127129OB-I00), l'objectiu de l'estudi que es presenta és identificar els mitjans i dispositius de demanda d'ajuda davant d'un dubte o problema de SM i BE de l'alumnat d'ESO de Barcelona.

A qui demanes ajuda davant d'un dubte o problema de SM i BE?

A qui demanes ajuda sobre SM i BE		
Mesura el grau d'acord de 0 a 7 (Extremadament poc probable a Extremadament probable). * respostes estadísticament significatives (p<0,05) en comparar per curs	Mitjana	DT
Amic/ga	4,0	2,1
Pare/mare*	4,7	2,4
Altres familiar (germà/na, cosí/na, tiet/a, àvi/a,...)*	3,3	2,4
Professor/a, tutor/ o orientador/a de l'escola*	1,9	2,0
Professional sanitari (metge/ssa, infermer/a, psiquiatra,...)*	3,6	2,6
No demanaria ajuda*	1,9	2,4



Davant d'un problema de SM i BE prefereix demanar ajuda a la família (M=4,7; DT 2,3) i les amistats (M=4; DT2).

CONCLUSIONS

Es desconeixen els recursos comunitaris per a la cerca d'ajuda. Conèixer aquests recursos és més important com més gran és l'adolescent, atès que tendeix a voler exercir més autonomia. Les plataformes digitals són un recurs per a la cerca d'informació de manera autònoma, està en mans dels professionals decidir quina informació vol difondre i com vol fer-ho perquè l'adolescent la pugui trobar i usar.

REFERÈNCIES

- Casañas, R., Castellví, P., Gil, J., Torres-Torres, M., Barón, J., Teixidó, M., Sampietro, H. M., López, M. D., Fernández, R. L., Sorli, R., Siñol, P., Jurado, F., Carreras-Salvador, R., Vazquez, D., González, S., Martín, M. I. F., Raya-Tena, A., Álvarez, R., Amado-Rodríguez, I. D., . . . Lalueza-Bosch, F. (2022). The effectiveness of a "EspañolJove.net" - a school-based intervention programme in increasing mental health knowledge, help seeking and reducing stigma attitudes in the adolescent population: a cluster randomised controlled trial. *BMC Public Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-022-14558-y>
- Olivari, C., Mellado, C., Casañas, R., Espinosa-Díaz, N., & Fuster-Villaseca, J. (2021). Preferred sources of help for mental health problems among Chilean adolescents: a descriptive study. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 78(3), 207–215. Advance online publication. <https://doi.org/10.24875/BMHIM.20000182>
- Westberg, K. H., Nyholm, M., Nygren, J. M., & Svedberg, P. (2022). Mental Health Problems among Young People-A Scoping Review of Help-Seeking. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1430. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031430>

Agraïments

L'equip del projecte agraïm la participació a cadascun dels equips educatius que ens han obert el centre, així com a l'alumnat participant i famílies que han autoritzat els seus fills/es a fer-ho.