

Descripción del funcionamiento del programa Konsulta'm: un proyecto comunitario de salud mental en Barcelona

Operational description of the "Konsulta'm" programme: a mental health community project in Barcelona

Núria Martínez Boo¹, Àurea Moreno Mayós¹, Patricia Escalona Zorita¹,
Jaime Romero Rodríguez¹ y Rocío Casañas Sánchez²

1. Centro de Salud Mental Infantil y Juvenil de Les Corts y Sarrià-Sant Gervasi. Associació Centre d'Higiene Mental Les Corts, Grup CHM Salut Mental, Barcelona. España.

2. Departamento de investigación, Associació Higiene Mental Les Corts, Grup CHM Salut Mental, Barcelona. España.

Contacto: Núria Martínez Boo, nuria.mboo@gmail.com

Fecha de recepción: 19 de julio de 2022 / Fecha de aceptación: 24 de octubre de 2022

Resumen

Introducción: El programa Konsulta'm es un servicio comunitario de información, orientación y soporte psicológico dirigido a adolescentes y jóvenes de entre 12 y 22 años, sus familias y profesionales en contacto con ellos. Desde 2018 se ha ido desplegando en los diferentes distritos de la ciudad de Barcelona, como respuesta a una necesidad detectada en las personas jóvenes de ofrecer una ayuda inmediata, cercana, confidencial, accesible, gratuita y especializada. En el 2019 se instauró en los distritos de Les Corts (LC) y Sarrià-Sant Gervasi (SSG).

Objetivo: Describir a la población usuaria del programa Konsulta'm y las características de la atención proporcionada entre 2019 y 2021 en los distritos de Les Corts (LC) y Sarrià-Sant Gervasi (SSG)

Metodología: Estudio descriptivo llevado a cabo desde el inicio del programa en enero del 2019 hasta diciembre de 2021. Se analizaron variables sociodemográficas y clínicas de las personas atendidas y sus familias, incluyendo la procedencia, motivo de consulta, resolución y cierre de la consulta.

Desarrollo/Resultados: Se atendieron un total de 353 consultas, 2019 (n = 19), 2020 (n = 103) y 2021 (n = 231). Del total de consultas, 150 fueron de jóvenes, 67 de familiares, 9 de amistades y 127 de profesionales/agentes sociales. El 63.1 % de las consultas fueron realizadas por mujeres mayores de 18 años. Se finalizó el proceso de 290 consultas, 41 se orientaron a servicios comunitarios, 21 se derivaron a la red de salud mental y 1 a servicios sociales.

Conclusiones: Se ha observado un aumento progresivo de la demanda durante los 3 años del funcionamiento de Konsulta'm, posiblemente debido a los efectos del aislamiento y restricciones causados por la pandemia de la COVID-19. Las chicas mayores de 18 años fueron quienes realizaron más consultas sobre información y demandas sobre malestar psicológico y emocional, que se resolvieron en su gran mayoría.

Palabras clave: adolescentes, malestar psicológico, ayuda en la comunidad, COVID-19.

Abstract

Introduction: The "Konsulta'm" programme is a community service of information, orientation and psychological support addressed to the adolescent and youth population between 12 and 22 years old, their families and the professionals working with them. Since 2018, it has been deployed in the different districts of the city, in response to a need detected in young people to offer immediate, close, confidential, accessible, free and specialized help. In 2019 it was established in the districts of Les Corts (LC) and Sarrià-Sant Gervasi (SSG).

Objective: To describe the user population of the Konsulta'm programme and the characteristics of the care provided between 2019 and 2021 in Les Corts (LC) and Sarrià-Sant Gervasi (SSG) districts.

Methodology: Observational cross-sectional descriptive study from the start of the programme in January 2019 until December 2021. Sociodemographic and clinical variables of the people served and their families were analyzed, including the origin, reason for consultation, resolution and closure of the consultation

Results: A total of 353 consultations were assisted, 2019 (n = 19), 2020 (n = 103) and 2021 (n = 231). Of the total consultations, 150 were from young people, 67 from family members, 9 from friends and 127 from professionals/social agents. 63.1 % of the consultations were made by women over 18 years old. The process of 290 consultations was completed, 41 were referred to community services, 21 to the mental health network and 1 to social services.

Conclusions: There has been a progressive increase in the demand during the three years of Konsulta'm's operation by young people and community agents, possibly as a result of the effects of isolation and restrictions due to the pandemic. Girls over 18 years old were the ones who made the most consultations about information and doubts in relation to psychological and emotional distress, which were solved in most cases.

Keywords: adolescent, psychological distress, community support, COVID-19

Introducción

El programa Konsulta'm es un servicio comunitario de información, orientación y soporte psicológico dirigido a adolescentes y jóvenes de entre 12 y 22 años, sus familias y profesionales en contacto con ellos. Ofrece un espacio orientado a detectar problemas de salud mental y atender de forma preventiva el sufrimiento psicológico. También se dirige a profesionales que trabajan con grupos de adolescentes o jóvenes para ofrecerles asesoramiento sobre casos o situaciones concretas que puedan encontrarse durante el ejercicio de su trabajo diario^{1,2}. Este programa nace con la finalidad de poder ser un espacio al que accedan los adolescentes y jóvenes de forma autónoma, cuando se encuentren en momentos de malestar psicológico, con el objetivo de evitar que se agrave o pueda acabar evolucionando a un trastorno de salud mental. Al mismo tiempo, pretende potenciar un tipo de servicio que se adecúe más a las dinámicas y prácticas de las personas adolescentes para poder atenderlas mejor, sin esperar que acudan a la consulta del centro de salud o que sean derivados al centro de salud mental infantojuvenil (CSMIJ)¹.

El programa se define dentro del “Pla de Salut Mental 2016-2022” del Ayuntamiento de Barcelona³. Este emerge como una estrategia compartida entre instituciones y entidades sociales, que tiene como objetivo la mejora del bienestar psicológico y la salud mental de todos los grupos de edad como una prioridad para crear una ciudad inclusiva. Este plan se alinea con las políticas promovidas por otras instituciones, como la Generalitat de Catalunya, a través del “Pla Integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions”⁴, la “Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud de España” mediante el “Plan de acción de salud mental 2022-2024”⁵, y el “Plan Europeo para la Salud y el bienestar de la Comisión Europea y la Organización Mundial de la Salud” (OMS)⁶.

La promoción de la salud mental y la prevención de los trastornos mentales se ha convertido en una prioridad para las entidades internacionales como la OMS, ya que una de cada ocho personas en el mundo padece

un trastorno de salud mental⁷. Además, las tasas de trastornos, como la depresión y la ansiedad, aumentaron en un 25 % durante el primer año de la pandemia, sumándose a los casi 1000 millones de personas que ya sufren algún trastorno mental⁸. En general, la edad media de inicio global del primer trastorno mental es antes de los 14 años en un tercio de las personas, antes de los 18 años en casi la mitad y antes de los 25 años en el 62.5 %⁹.

En el mundo, una de cada siete personas adolescentes de 10 a 19 años padece algún trastorno mental, lo que representa el 13 % de la carga mundial de morbilidad para esta franja de edad, aunque estas enfermedades siguen en gran medida sin recibir el reconocimiento y el tratamiento adecuados¹⁰. Entre los posibles factores de riesgo, en jóvenes y adolescentes, están el hecho de sufrir una enfermedad crónica dolorosa, un trastorno psicológico que ha podido no ser diagnosticado, un intento previo de suicidio y variables de personalidad, como falta de control emocional o alta carga de estrés. También se incluye el *bullying* o *cyberbullying*, que han aumentado en los últimos años. Los niños, niñas y adolescentes víctimas de *bullying* tienen 2.23 veces más riesgo de padecer ideaciones suicidas y 2.55 veces más riesgo de realizar intentos de suicidio que quienes no lo han sufrido. En el *cyberbullying* es todavía el impacto es mayor⁸.

La OMS desarrolla estrategias, programas y herramientas para ayudar a los gobiernos a responder a las necesidades de salud de las personas adolescentes⁶. En concreto, se adoptan medidas para promover la salud mental y para prevenir trastornos de este tipo. Las intervenciones de promoción de la salud mental en adolescentes se enfocan a fortalecer su capacidad para regular las emociones, potenciar alternativas a los comportamientos de riesgo, desarrollar la resiliencia en situaciones complicadas y promover entornos y redes sociales favorables⁶. En esta misma línea, Arango *et al.* (2018), enmarcan un camino futuro hacia la promoción de la salud mental, mejorando la detección precoz y las intervenciones en entornos clínicos, escuelas y la comunidad, con el apoyo necesario de políticas y sociedad¹¹.

Según datos del Instituto Nacional de Estadística (INE), entre 2019 y 2020 se produjo un aumento más notable entre el grupo de 15 a 44 años en los indicadores de “poco interés/alegría por hacer cosas”, “sensación de estar decaído/deprimido” y “problemas para dormir” en comparación a antes de la pandemia y especialmente entre las mujeres¹². Datos del INE de 2017, en relación a las tasas de suicidio a nivel estatal, muestran que, en la franja de edad de los 15 a los 19 años, la tasa es de 2.2 en ambos sexos, en comparación a los menores de 15 años con una tasa de 0.186. Esta aumenta hasta 3.6 en la población de 20 a 24 años¹².

Según la Encuesta de Factores de Riesgo en Estudiantes de Secundaria (FRESC) de Barcelona de 2021, se ha observado un empeoramiento de la salud mental entre la población adolescente, especialmente entre las chicas, ya que 4 de cada 10 chicas manifiestan malestar emocional¹³. En las mujeres de más de 15 años, además, la prevalencia del sufrimiento psicológico aumenta con la edad. Este hecho no se observa en los hombres. Además, la prevalencia de trastornos mentales frecuentes, según la Encuesta de Salud de Barcelona (ESB), evidencia que un 12 % de las mujeres y un 5.9 % de los hombres mayores de 15 años sufren depresión y/o ansiedad¹⁴.

Los y las adolescentes desconocen con frecuencia qué les pasa, mientras que familiares u otras personas adultas pueden hacer una interpretación errónea de lo que les sucede. Este hecho puede dificultar la identificación y la búsqueda de ayuda profesional. El temor de los y las adolescentes a la reacción de la familia en aquellos casos en que ésta no ofrece apoyo, existen conflictos familiares o cambios que influyen negativamente en el adolescente, puede identificarse como un obstáculo para la búsqueda de ayuda¹⁵.

Además, las personas de entre 16 y 24 años son la franja de edad que menos buscan ayuda profesional. Únicamente el 13 % de los hombres y el 31 % de las mujeres acceden a las consultas de salud mental, según expuso el Profesor McGorry en la Conferencia Europea sobre Salud Mental desde la psicopatología a la continuidad en los cuidados en 2014. Es importante considerar que es en esta franja de edad cuando las personas cambian en la atención de los servicios de salud infantojuveniles a los de adultos y en esta transición se produce un alto índice de desvinculación. En concreto, un 43 % de los pacientes no llegan a vincularse a los dispositivos para adultos, según los datos del Observatori del Sistema de Salut de Catalunya⁹.

En este contexto, motivado por las experiencias internacionales de acercamiento de los servicios de salud mental a la población infantojuvenil, el Ayuntamiento de Barcelona valoró en 2018 la necesidad de crear el programa Konsulta'm como respuesta a esta necesidad detectada en jóvenes (de entre 12 y 22 años), para ofrecerles una ayuda inmediata, cercana, confidencial, accesible, gratuita y especializada, con el fin de facilitar la prevención y detección temprana del malestar emocional¹⁶. El programa está extendido a todos los distritos de la ciudad de Barcelona y actualmente cuenta con 13 puntos de atención. Lo llevan a cabo profesionales de los CSMIJ y centros de salud mental de adultos (CSMA). Se planteó como un programa de mejora de la salud mental comunitaria en los barrios. En el año 2022 este servicio se ha ampliado a personas mayores de 22 años, como consecuencia de la demanda de atención por personas mayores de edad y los buenos resultados del programa Konsulta'm dirigido a jóvenes entre 12 y 22 años. Responde a una medida dentro del “Pla de xoc en salut mental de maig de 2021” sobre todo por el incremento del malestar emocional como consecuencia de la pandemia de la COVID-19¹⁶.

En este contexto, el objetivo general de este trabajo es describir la población usuaria del programa Konsulta'm y las características de la atención proporcionada entre 2019 y 2021 en los distritos de Les Corts (LC) y Sarrià-Sant Gervasi (SSG). Los objetivos específicos eran: 1) determinar el número y procedencia de las consultas; 2) identificar el perfil de consulta mayoritario; 3) identificar las motivaciones de consulta de los y las adolescentes; 4) describir el procedimiento de atención, orientación y modo de finalización del proceso de consulta.

Metodología

Diseño

Estudio descriptivo llevado a cabo desde el inicio del programa en enero del 2019 hasta diciembre de 2021.

Contexto

El programa Konsulta'm está instaurado en los 10 distritos de la ciudad de Barcelona y actualmente hay 13 puntos de atención Konsulta'm. En este estudio describimos el funcionamiento del programa en los distritos de Sarrià-Sant Gervasi y Les Corts. Una parte del programa es de atención presencial y otra de coor-

dinaciones, que se realizan por parte de una psicóloga clínica y una enfermera del CSMIJ de referencia del distrito.

Población

Personas jóvenes y adolescentes de entre 12 y 22 años atendidas en el servicio Konsulta'm de LC y SSG de Barcelona, así como sus familias y los profesionales que trabajan con ellas y que solicitaban orientación sobre el programa o sobre formación o coordinación a raíz de haber detectado malestar emocional en distintos adolescentes estudiantes en los institutos y colegios de estos distritos de la ciudad. Las consultas se realizaban de forma presencial sin necesidad de cita previa, aunque también se pueden realizar consultas vía telemática (correo electrónico o telefónico).

Consideraciones éticas

Se asegura el anonimato de los datos recogidos, ya que no se recogen datos que permitan identificar a las personas que consultan al Konsulta'm. Esta información se explica a los usuarios que acceden de forma presencial, ya que una de las premisas del programa es asegurar la confidencialidad de la atención, por lo que tampoco se recogen datos personales de las consultas telefónicas o mediante correo electrónico que pudieran identificar a quienes consultan. El programa está financiado por el Ayuntamiento de Barcelona. Asimismo, el diseño del formulario de registro y la gestión de los datos está facilitada por el Instituto Universitario Avedis Donabedian perteneciente a la Fundación Avedis Donabedian.

Variables

Se recogieron variables sociodemográficas (género y edad), de procedencia al dispositivo, motivo de consulta, modo de resolución y cierre de la misma. Los datos de las personas que consultaron (adolescente, familia o derivación de servicios comunitarios) fueron recogidos mediante dos formularios (uno para personas jóvenes atendidas y otro para agentes comunitarios) homogéneos para los diferentes puntos de atención Konsulta'm de la ciudad, cuyos datos se gestionaron mediante una Comunidad de Práctica Virtual creada por el Instituto Universitario Avedis Donabedian. Estos fueron analizados por las profesionales del programa a través de Microsoft Excel mediante un análisis descriptivo de los mismos. También se recogieron los datos en recogidos aquellas consultas que se realizaron por correo electrónico y por teléfono.

Resultados

Durante el periodo de enero 2019 a diciembre 2021, se atendieron un total de 353 consultas, 2019 (n = 19), 2020 (n = 103) y 2021 (n = 231). Del total de consultas, 150 fueron de jóvenes, 67 de familiares, nueve de amistades y 127 de profesionales o agentes sociales. Los y las profesionales que consultaron pertenecían en su mayoría a los ámbitos de educación, equipamientos juveniles, servicios sociales y profesionales sanitarios. El 63.1 % de las consultas fueron realizadas por mujeres mayores de 18 años. La distribución por edades se muestra en la figura 1.

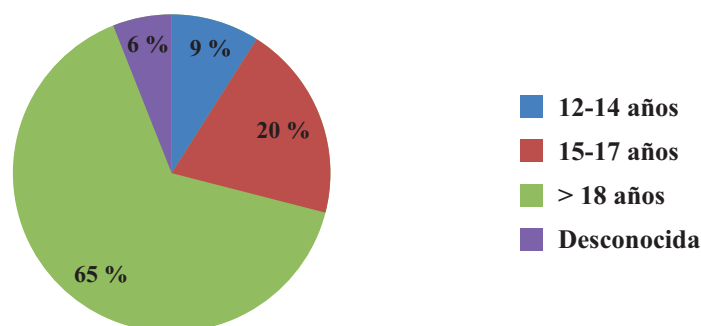


Figura 1. Consulta por edad 2019-2021

La procedencia de las consultas fue en su mayoría espontánea ($n = 274$), aunque también hubo derivaciones de otros servicios ($n = 57$) y desconocida ($n = 22$). En los casos que consultaron de forma espontánea, generalmente acudió la adolescente de forma individual sin acompañamiento de la familia. Al preguntarle cómo había conocido el programa, los argumentos fueron la recomendación de algún profesor/a u orientador/a pedagógico del centro escolar, campañas publicitarias del Ayuntamiento de Barcelona a través

de carteles y redes sociales o por recomendación de alguna amistad.

Los motivos principales de consulta fueron información/dudas ($n = 144$), malestar psicológico/emocional ($n = 110$), otros ($n = 107$), dificultades relacionales ($n = 8$) y actuaciones de riesgo ($n = 14$). La distribución anual de los motivos de consulta se ofrece en la figura 2.

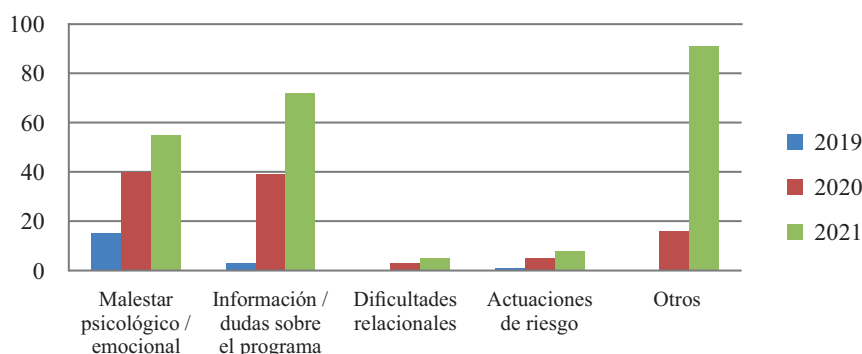


Figura 2. Motivo de consulta al programa

Entre las circunstancias que motivaron a los y las adolescentes a consultar al programa por malestar psicológico y emocional, algunos casos manifestaron sentimientos de tristeza, apatía, anhedonia, aislamiento de los pares, ansiedad, y alteración de los hábitos del sueño y la alimentación, entre otros. Además, en las consultas también aparecieron elementos de conflictividad familiar y dificultad en la gestión emocional, duelo migratorio, dificultades relacionales y falta de autoestima. En relación a otros motivos de consulta, estos comprendieron algunas cuestiones como: orien-

tación sobre inserción u orientación laboral, orientación y acompañamiento a actividades para jóvenes y adolescentes de la comunidad, consultas de profesionales de servicios juveniles y educativos para asesoramiento sobre adolescentes, propuestas de difusión del programa para población juvenil y adolescentes o formaciones en relación al abordaje de situaciones y consultas referentes la salud mental en su trato diario con jóvenes y adolescentes. Se finalizó el proceso de 290 consultas de forma exitosa dentro del periodo de consulta, como se ilustra en la figura 3.

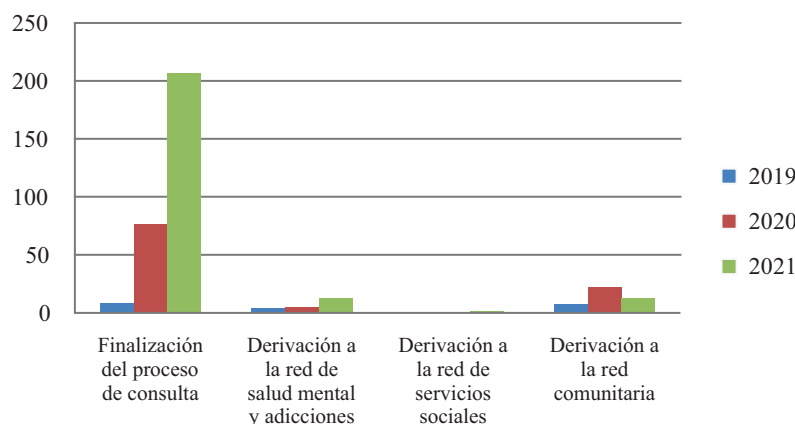


Figura 3. Modo de finalización del proceso de consulta

En 21 de los casos, la enfermera o la psicóloga clínica valoró sintomatología de trastorno mental y se realizó la derivación al CSMIJ de referencia. Cuando el malestar y/o demanda manifestado por la persona adolescente no era indicativo de trastorno mental, sino que formaba parte de cuestiones vitales y del proceso evolutivo del adolescente, se orientó a los recursos comunitarios pertinentes. Por ejemplo, se acompañó al o a la joven a programas juveniles, como los Puntos de Información Joven (PIJ), recursos específicos para las relaciones afectivas (Centre Jove d'Atenció a les Sexualitats (CJAS), Punts d'Informació i Atenció a la Dona...), recursos de orientación formativo-laboral (Barcelona Activa't o Apropjove) o de crecimiento y desarrollo personal como el programa Aquí T'Escoltem (ATE), que realiza actividades de atención individual y grupal. Esto se produjo en 41 casos que fueron orientados a servicios comunitarios. Además, 21 casos se derivaron a la red de salud mental y un caso fue derivado a servicios sociales.

Discusión

El objetivo de este estudio era describir a la población usuaria del programa Konsulta'm y las características de la atención proporcionada entre 2019 y 2021 en los distritos de Les Corts (LC) y Sarrià-Sant Gervasi (SSG). Los resultados muestran que la mayoría de consultas realizadas al programa las realizaron mujeres mayores de 18 años que consultaban sobre todo de forma espontánea por dudas o información y malestar emocional. Las mujeres fueron el perfil sobre quienes más se consultó. En este sentido, el estudio de Wang *et al.*¹⁷, resalta la importancia de prestar atención a estas diferencias de género y concluye que las mujeres adolescentes durante la pandemia por COVID-19 tuvieron más riesgo psicosocial, por lo que precisaron de más apoyo durante las fases de respuesta y recuperación de dicho periodo. En concreto, el estudio de revisión de Marques de Miranda *et al.*¹⁸, apuntó al género como factor esencial en el análisis del estado de salud mental durante la pandemia. Estudios realizados únicamente en población pediátrica adolescente de cultura asiática, en concreto china, mostraron que las chicas adolescentes son quienes presentan más probabilidad de sufrir síntomas de ansiedad o depresión^{19,20}.

Diversos estudios señalan el impacto de la pandemia de la COVID-19 en la población adolescente como estresor psicosocial global, así como en sus familias, en relación a la salud mental, el bienestar, el funcionamiento y la calidad de vida^{17,18}. Debido al aislamiento

social, la soledad y la reducción en el nivel de ingresos, los y las adolescentes reportaron una disminución del nivel de salud mental en general y se consideraron un subgrupo vulnerable. También se reportó una disminución en los servicios de salud mental durante la pandemia¹⁷. Así pues, un grupo de investigadores internacionales de The Collaborative Outcomes study on Health and Functioning during Infenction Times (COH-FIT), concluyen que la evidencia generada podría servir para reformular intervenciones futuras basadas en la evidencia y políticas que minimicen los efectos adversos en la juventud, tanto en el presente como en un futuro²¹.

Las personas tienen derecho a participar en asuntos que conciernen a sus vidas, tal como recoge el artículo 12 de la United Nations Convention on the Rights of the Child. Así pues, los niños y las niñas tienen derecho a expresar sus propias visiones y opiniones y que estas sean escuchadas, respetadas y tenidas en cuenta. El *Informe Mundial sobre Salud Mental. Transformar la salud mental para todos* de la OMS afirma que los servicios de salud mental deben reformarse para cambiarlos hacia un modelo de atención de salud mental en la comunidad, que no se limite al sector salud, donde se atienda a la salud general en los servicios de la comunidad, reforzando la promoción y la prevención multisectoriales para todos y protegiendo a quienes están expuestos a riesgos, como son los y las adolescentes²².

Siguiendo estas recomendaciones de la evidencia científica, se considera de vital importancia priorizar y potenciar los servicios de atención y orientación al malestar emocional en la población adolescente y adulta joven. Igualmente importante es velar por la equidad de acceso a programas de salud comunitarios integrados en los barrios, para dar respuesta a sus necesidades de consulta y resolución de dudas, así como al acompañamiento a los recursos comunitarios pertinentes para promover la salud mental, especialmente entre colectivos más vulnerables.

La población adolescente que desee ser atendida por profesionales de la salud para recibir orientación y acompañamiento al malestar emocional, puede dirigirse al centro Konsulta'm que tengan más cercano a su lugar de residencia, aunque también podrán ser atendidos en otro espacio más accesible, por ejemplo, por proximidad al colegio o instituto. A raíz de detectar que las personas adolescentes del distrito de Sarrià-Sant Gervasi consultaban más de forma presencial que los del distrito de Les Corts, se pensó que esto podría explicarse, probablemente, por la cercanía al domicilio

o centro escolar. Por este motivo, uno de los retos futuros contemplaba poder ofrecer un espacio Konsulta'm que estuviese ubicado en cada uno de los distritos, con la finalidad de hacer el programa más accesible a jóvenes del distrito de Les Corts y garantizar la equidad de acceso de toda la población adolescente a un servicio gratuito de orientación y seguimiento al sufrimiento psicológico.

Además, se cree que podría promover el trabajo intersectorial de los distintos agentes comunitarios y servicios del territorio. En este sentido, el programa Konsulta'm destaca por tener un enfoque eminentemente de salud comunitaria y social. En los casos en que no finalizó el proceso de consulta, en segundo término, el modo de cierre del proceso fue la orientación a la red de recursos comunitarios. Asimismo, la OMS destaca la responsabilidad de prestar atención a la salud mental en la comunidad extendiéndose esta a múltiples sectores, como son intervenciones de salud con servicios sociales, la protección social, el empleo o la educación. Por ello, entre los cambios claves para transformar la salud mental se incluye la red de servicios comunitarios, la colaboración multisectorial real y activa respecto a los determinantes de la salud mental o que los proveedores comunitarios se refuercen en apoyo de las personas²¹.

Conclusiones

Se ha observado un aumento progresivo de la demanda del programa Konsulta'm durante los tres años de su funcionamiento por parte de jóvenes y agentes de la comunidad, posiblemente fruto de los efectos del aislamiento y restricciones por la pandemia en las personas jóvenes. Las chicas mayores de 18 años fueron el grupo sobre el que se realizaron más consultas, y quienes acudieron más al servicio de forma espontánea para consultar información y dudas, o expresar demandas sobre malestar psicológico y emocional. Asimismo, docentes de institutos donde estudiaban las adolescentes y otros agentes sociales que trabajan en entidades de los distritos, contactaron más por consultas sobre malestar en este perfil de mujer joven mayor de 18 años. Las consultas se resolvieron en su gran mayoría.

Agradecimientos

A las enfermeras de salud mental que anteriormente atendieron en el Konsulta'm de Sarrià-Sant Gervasi y gracias a cuyo trabajo se ha podido completar la reco-

gida de datos del estudio. Especial agradecimiento también a las personas jóvenes, adolescentes, familias y profesionales que confían en este programa del Ajuntament de Barcelona.

Referencias

1. Ajuntament de Barcelona [Internet]. Barcelona: Ajuntament de Barcelona; 2017 [citado 12 marzo 2022]. Konsulta'm; [aprox. 3 p.]. Disponible en: <https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatissalut/es/canal/konsultam>
2. Casañas R, Mas-Expósito L, Teixidó M, Escalona P, Moreno A, Merino M, et al. Programas Comunitarios de Promoción de la Salud Mental y Prevención de los Trastornos Mentales en la población juvenil. En: Cruz D, Mollejo E, González F (Coords.). *Adolescencias. Nuevos retos, nuevas transiciones*. Madrid: Asociación Española de Neuropsiquiatría; 2021. p. 403-415.
3. Ajuntament de Barcelona. Pla de salut mental de Barcelona 2016-2022 [Internet]. Barcelona: Ajuntament de Barcelona; 2018 [citado 12 marzo 2022]. Disponible en: <https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatissalut/ca/canal/pla-de-salut-mental>
4. Generalitat de Catalunya. Pla integral d'atenció a les persones amb trastorn mental i addiccions. Estratègia 2017-2019 [Internet]. Barcelona: Generalitat de Catalunya; 2017 [citado 25 marzo 2022]. Disponible en: https://presidencia.gencat.cat/ca/el_departament/transparencia/gestio-dels-serveis-publics/plans-sectorials-i-interdepartamentals/pla_integral_atencio_persones_amb_trastorn_mental_i_addiccions/
5. Ministerio de Sanidad. Plan de Acción en Salud Mental 2022-2024. Estrategia de Salud Mental del Sistema Nacional de Salud 2022-2026 [Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad; 2022 [citado 13 julio 2022]. Disponible en: https://www.sanidad.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/docs/saludmental/PLAN_ACCION_SALUD_MENTAL_2022-2024.pdf
6. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la salud; 2018. [citado 26 marzo 2022]. Salud mental [aprox. 2 p.]. Disponible en: https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab_1
7. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2022. [citado 13 de julio 2022]. Trastornos mentales [aprox. 5 p.]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
8. Save the Children [Internet]. Barcelona: Crecer Saludable(mente). Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y la adolescencia; 2021. [citado 13 julio 2022]. Disponible en: <https://www.savethechildren.es/actualidad/informe-crecer-saludablemente-analisis-sobre-la-salud-mental-y-el-suicidio-en-la>
9. Observatori del Sistema de Salut de Catalunya. Central de Resultats. Àmbit de salut mental i addiccions. Dades 2017 [Internet]. Barcelona: Agència de Qualitat i Avaluació Sanitàries de Catalunya. Departament de Salut. Generalitat de Catalunya; 2018 [citado 14 julio 2022]. Disponible en: https://observatorisalut.gencat.cat/ca/central_de_resultats/informes_cdr/dades_actuales/
10. Organización Mundial de la Salud [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la salud; 2021. [citado 13 julio 2022]. Salud mental del adolescente; [aprox. 5 p.]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>

11. Arango C, Díaz-Caneja CM, McGorry PD, Rapoport J, Sommer IE, Vorstman JA, et al. Preventive strategies for mental health. *The Lancet Psychiatry* [Internet]. 2018 Julio [citado 27 marzo 2022];5(7):591-604. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/29773478/>
12. INE [Internet]. Madrid: Instituto Nacional de Estadística; 2017. [citado 14 julio 2022]. Defunciones por suicidios. Tasas de suicidios por edad y sexo por 100.000 habitantes de cada grupo [aprox. 1 p.]. Disponible en: <https://www.ine.es/jaxi/Datos.htm?tpx=29991#tabs-tabla>
13. La salut de les persones adolescents a Barcelona, Enquesta FRESC 2021 [Internet]. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2021. [citado 14 de julio de 2022]. Disponible en: <https://www.aspb.cat/noticies/salut-adolescents-barcelona-enquesta-fresc-2021>
14. Salvador-Piedrafita M, Artazcoz L. Pla de salut mental de Barcelona, 2016-2022. La salut mental i els seus determinants a Barcelona. Barcelona: Agència de Salut Pública de Barcelona; 2016.
15. Grupo de trabajo de la actualización de la Guía de Práctica Clínica sobre la Depresión Mayor en la Infancia y la Adolescencia. Guía de Práctica Clínica sobre la Depresión Mayor en la Infancia y la Adolescencia. Actualización. Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Unidad de Asesoramiento Científico-técnico (Avalia-t); 2018. Guías de Práctica Clínica en el SNS.
16. Ajuntament de Barcelona. Konsulta'm [Internet]. Barcelona: Ajuntament de Barcelona; 2022 [citado 06 julio 2022]. Disponible en: <https://ajuntament.barcelona.cat/sanitatisalut/ca/canal/konsultam>
17. Wang J, Aaron A, Baidya A, Chan C, Wetzler E, Savage K, et al. Gender differences in psychosocial status of adolescents during COVID-19: a six-country cross-sectional survey in Asia Pacific. *BMC Public Health* [Internet]. 2021 Nov [citado 25 junio 2022];4;21(1):2009. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34736426/>
18. Marques de Miranda D, da Silva Athanasio B, Sena Oliveira AC, Simoes-e-Silva AC. How is COVID-19 pandemic impacting mental health of children and adolescents? *Int J Disaster Risk Reduct IJDRR* [Internet]. Sept 2020 [citado 26 junio 2022];51:101845. Disponible en: <https://doi.org/10.1016/j.ijdr.2020.101845>
19. Zhou SJ, LG Zhang, LL Wang, ZC Guo, JQ Wang, JC Chen et al. Prevalence and socio-demographic correlates of psychological health problems in Chinese adolescents during the outbreak of COVID-19. *Eur. Child Adolesc. Psychiatr* [Internet]. 2020 [citado 10 diciembre 2022];29:749-758. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32363492/>
20. F Chen, D Zheng, J Liu, Y Gong, Z Guan, D Lou. Depression and Anxiety Among Adolescents during COVID-19: A Cross-Sectional Study. *Brain Behav Immun*. 2020 Agosto [citado 10 diciembre 2022];88:36-38. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32464156/>
21. Solmi M, Estradé A, Thompson T, Agorastos A, Radua J, Cortese S, et al. Physical and mental Health impact of COVID-19 on children, adolescents, and their families: The Collaborative Outcomes study on Health and Functioning during Infection Times. *Children and Adolescents (COH-FIT-C&A)*. *J Affect Disord* [Internet]. 2022 Feb [citado 26 junio 2022];299:367-376. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34606810/>
22. Informe mundial sobre salud mental: transformar la salud mental para todos. Panorama general [World mental health report: transforming mental health for all. Executive summary] [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2022 [citado 25 junio 2022]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/documentos/informe-mundial-sobre-salud-mental-transformar-salud-mental-para-todos-panorama-general>