



### F. Notario Herrero

Pediatra. Unidad de Pediatría y Adolescencia. Clínica Ntra. Sra. del Rosario. Grupo HLA. Albacete. Presidente de la SEMA.

## Sintomatología común de COVID-19 persistente en adolescentes

Un estudio del equipo de investigación perteneciente a la iniciativa RECOVER de los Institutos Nacionales de Salud (NIH) de Estados Unidos ha investigado como se manifiesta el COVID-19 prolongado en adolescentes. El estudio ha sido publicado en la revista *Journal of the American Medical Association (JAMA)* en el mes de agosto pasado.

La mayoría de las investigaciones para comprender las secuelas posagudas de la infección por SARS-CoV-2 (PASC), o COVID prolongada, se han centrado en los adultos; por tanto, hasta ahora sabíamos menos de esta compleja infección persistente en niños y adolescentes.

Este estudio trata de identificar, comprender y diagnosticar los síntomas más comunes en los menores y cómo estos síntomas difieren según la edad considerada, en el escolar (6-11 años) vs. el adolescente (12-17 años). El estudio observacional incluyó a 3.860 niños y adolescentes con antecedentes de infección por SARS-CoV-2 en Estados Unidos, entre marzo 2022 y diciembre 2023. También se incluyó un grupo comparativo de 1.516 sujetos sin antecedentes de infección.

Los investigadores prepararon una encuesta exhaustiva sobre síntomas, en la que se incluyeron 75 de ellos, prolongados en todos los órganos y sistemas del cuerpo, al menos 90 días después de la infección inicial SARS-CoV-2 y que duraron al menos un mes.

En los adolescentes, 17 síntomas fueron los más comunes, entre ellos cansancio/somnolencia diurna o falta de energía (80 %), dolor corporal muscular o articular (60 %), cefalea (55 %), problemas de memoria o concentración (47 %). La ansiedad o los trastornos del sueño fueron otros de los síntomas frecuentes, que no se incluyeron en el índice de investigación. Este nuevo estudio concluyó que adultos y adolescentes tenían una mayor superposición de síntomas, como pérdida o cambio del olfato o el gusto.

Este índice de investigación y los síntomas que se incluyen no son los únicos, ni los más graves que pueden presentar los adolescentes, pero son los más predictivos, según opina la Dra. Gross, profesora de la Universidad de Nueva York y autora principal del estudio. Si bien señala que este índice proporciona un marco para observar síntomas comunes con fines de investigación, no necesariamente como guía de atención clínica.

## La nueva moda de la cafeína “esnifada”. ¿Prevenir antes que curar?

Pues sí, a las bebidas mal llamadas “energéticas”, de las que tanto venimos hablando en los últimos tiempos en relación con el aumento de su consumo en la adolescencia, parece que les ha salido competencia. Esta consiste en productos con altas dosis de cafeína en polvo, que se consume de forma inhalada. Se promocionan en redes sociales, como una alternativa, en esta ocasión libre de azúcar, a diferencia de las bebidas estimulantes, y capaces de mejorar la concentración y la actividad deportiva. Esta moda que empezó en Estados Unidos y otros países europeos ha llegado también a España, donde ha encontrado entre los jóvenes y adolescentes un buen grupo de consumidores.

La organización de consumidores FACUA ha denunciado al Ministerio de Sanidad la venta sin ninguna restricción de estos productos, por su evidente riesgo para la salud y por la imitación de su forma de consumo a la cocaína.

En España se venden al menos dos productos de cafeína inhalada: *Energy Sniff* y *WP Energy*, ambos desarrollados en Austria. Aparte de su venta “online” también se suministran en estancos y tiendas de productos de CBD o *cannabidiol*. FACUA tiene conocimiento, como ha publicado el diario ABC, de su presencia en Madrid, Sevilla, Barcelona, Pamplona, Valladolid y Valencia. La FDA (Administración de Alimentos y Medicamentos) de Estados Unidos, ya advirtió hace algunos años de los riesgos para la salud del consumo de productos que tienen como base la cafeína pura y altamente concentrada, tras la muerte de dos jóvenes en Ohio y Georgia. Una cucharada pequeña de estos productos puede equipararse al consumo de unas 28 tazas de café. Su consumo podría provocar ansiedad, insomnio, irritabilidad, taquicardia, hipertensión, cefalea, gastritis, etc.

Los hospitales españoles aún no han atendido ningún caso urgente por cafeína inhalada, sí por bebidas estimulantes. El Dr. Burilo, coordinador del grupo de Toxicología Clínica de la Sociedad Española de Urgencias y Emergencias, opina que el consumo de cafeína inhalada no es algo frecuente todavía.

Desconocemos como puede afectar especialmente al organismo adolescente, lo que requiere antes de que sea más tarde la necesidad de regular estos productos y el acceso de los menores a los mismos como medida de prevención.

## ¿Mejora verdaderamente la salud mental de nuestros adolescentes?

Los últimos datos de los CDC (Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) publicados recientemente destacan una discreta mejora en la salud mental entre los adolescentes en Estados Unidos, así como una disminución de los que se sienten constantemente tristes o desilusionados. Sin embargo, una parte muy negativa del informe llama la atención sobre el aumento de la violencia escolar y absentismo como reacción frente al acoso y la inseguridad.

“Una de nuestras principales prioridades en los CDC es mejorar la salud mental de las personas en los Estados Unidos”, en palabras de la Dra. Houry, funcionaria médica principal y subdirectora de programas de los CDC. Los datos publicados muestran mejoras en varios parámetros que miden el bienestar mental de los adolescentes y jóvenes, aunque reconoce que todavía queda mucho por hacer hasta que todos los niños y adolescentes se sientan seguros y apoyados y, en ese sentido, recalca la importancia del trabajo de los CDC para que los datos se conviertan en medidas de acción para lograr las metas propuestas.

Las principales mejoras en la salud mental de los adolescentes en Estados Unidos del 2021 al 2023 incluyen: disminución en el porcentaje de estudiantes con sentimientos de tristeza y desesperanza (del 42 al 40 %). Reducción en este grupo en las mujeres (del 57 al 53 %) y las que consideraron el suicidio (del 30 al 27 %). Porcentajes en todo caso todavía muy altos que, en el caso de estudiantes hispanos o de raza

negra, empeoraban. A pesar de algunos de estos signos ligeramente positivos, hay un aumento en el porcentaje de adolescentes que manifiestan su preocupación por la violencia y su propia seguridad. El acoso escolar aumentó (del 15 al 19 %), incluso con el incremento de amenazas y lesiones con un arma en la escuela (del 7 al 9 %).

En nuestro país no tenemos la percepción de la disminución de los problemas de salud mental en nuestros adolescentes. Es más, los últimos estudios -no centrados específicamente en el colectivo, pero que sí lo incluye- revelan un despunte al alza tras el periodo postpandemia ("El sistema sanitario: situación actual y perspectivas para el futuro", Informe CES 01/2024).

Como se destaca, en este contexto, el preocupante aumento de los problemas de salud mental en la población infantil y adolescente resulta indelible de la transformación de los estilos de vida, las pautas de ocio y los nuevos modos de socialización en los que las tecnologías digitales han adquirido un enorme protagonismo. Las adicciones comportamentales, trastornos como la adicción al juego problemático o patológico, la adicción a las tecnologías de la información y la comunicación y el uso indiscriminado de los instrumentos de pantalla y el ciberacoso son formas cada vez más habituales de conductas problemáticas asociadas a las TIC entre los más jóvenes. No obstante, desde el ámbito profesional, si bien percibimos que son más conscientes de los mismos, reconocen mejor sus emociones, o son capaces de valorar síntomas de ansiedad o depresión; pero creemos que hace falta darles herramientas y apoyo para que la mejora en la salud mental sea una realidad.

Desde el Comité de Salud Mental de la AEP, del que formamos parte, trabajamos para ello.

## El senado impulsa un plan nacional de prevención del suicidio, con atención especial en la salud mental de los adolescentes

El 20 de marzo fue aprobada en el Senado la Moción para impulsar un Plan de prevención del suicidio. Esta incluye la creación de una ponencia de estudio en la Comisión de Sanidad de la Cámara Alta sobre salud mental y suicidio. La propuesta sigue en la línea de la creación de un Protocolo integral para la prevención, detección y atención de la salud mental y la conducta suicida en el ámbito educativo, aprobada el 16 de marzo del año pasado.

Con esta Moción, se propone la creación de equipos multidisciplinares, planificación cohesionada, más recursos humanos y materiales, como principales materias que debería contener el Plan Nacional.

La iniciativa pretende no solamente el desarrollo del plan contra el suicidio, sino que incluye también la creación de una ponencia de estudio dentro de la Comisión de Sanidad del Congreso para abordar de forma específica la prevención de esta lacra social y la salud mental. Igualmente, plantea dotar de una homogeneidad a los diversos planes autonómicos con el objetivo de que todos ellos presenten unas características comunes y puedan dar una respuesta "trasversal y coordinada" en el conjunto del SNS.

La moción insta a, en el marco del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud (CISNS), impulsar un Plan en el que se integren los diferentes agentes (sanidad, educación, prensa, sistema judicial, servicios sociales), tal y como ocurre en otros países de nuestro entorno.

Igualmente, pide incrementar "de manera sustancial" el número de plazas de formación de los profesionales de la Salud Mental, tanto MIR de Psiquiatría y Psiquiatría Infantil y de la Adolescencia, EIR de Salud Mental y PIR. Además, se ha creado, en el seno de la Comisión de Sanidad del Senado, una Ponencia de Estudio sobre la Salud Mental y prevención del Suicidio.

El Plan, que debería incorporar los condicionantes sociales, ya plantea su aplicación específica para determinados colectivos, y de acuerdo con los alarmantes datos sobre el suicidio en nuestros adolescentes, los incorpora de manera prioritaria en su implementación. La reunión conjunta celebrada en junio de 2024 en sede parlamentaria ha centrado su foco en esta cuestión, por lo que esperamos en breve ver resultados de acción con fondos presupuestarios específicos.