

■ Presentación del monográfico: Prevención en salud mental infanto-juvenil

José Pedro Espada

Universidad Miguel Hernández

La ciencia de la prevención es un área en creciente desarrollo. Progresivamente aumenta el número de profesionales dedicados a este campo, que persigue mejorar estrategias para el cambio de comportamientos relacionados con la reducción, o eliminación de problemas antes de su aparición o en los momentos inminentes de inicio. Sin embargo, por lo general esta área no es preponderante en los centros de investigación, ni en los programas de formación, ni tampoco en el escenario de la divulgación científica. La formación en nuestro contexto cercano de la *European Society for Prevention Research* (<http://euspr.org>) fue un hito decisivo al impulso de este campo científico que incluye la etiología, epidemiología, diseño de intervenciones y evaluación de programas en una amplia variedad de problemas sociales. El factor común es el foco de atención en el comportamiento como determinante de la salud, teniendo en cuenta que los factores de riesgo conductuales son una causa importante de enfermedades no transmisibles. El enfoque de la ciencia de la prevención requiere además de un abordaje interdisciplinar que incluye la salud, la educación, la intervención comunitaria, y las políticas de salud.

Posiblemente la tradición en prevención de las adicciones ha sido uno de los principales motores de este enfoque, en el que, conociendo bien los factores de riesgo, se evidencia lo necesario de intervenir en las primeras etapas del proceso adictivo por múltiples motivos: la cronicidad de la conducta problema va asociada a una mayor resistencia al cambio, las secuelas se agravan en intensidad y se extienden a otras áreas y el coste derivado se incrementa.

Eventualmente puede estar en duda la idea de que es un gramo de prevención sea preferible a un kilo de tratamiento. No porque la base de esta idea no tenga validez, sino por los inconvenientes que se derivan de un enfoque temprano: o se detectan a tiempo los casos de riesgo, lo cual implica un trabajo serio, o bien se opta por las aproximaciones de prevención universal, que adolecen de algunas debilidades, como el alto coste / beneficio, la generalidad del foco debido a que se dirige a un abanico extenso de destinatarios, y la eficacia en el campo aplicado no siempre está adecuadamente asegurada. El espacio entre la investigación y la vida real lamentablemente es todavía demasiado grande. El foco en la investigación traslacional, centrada en la parte del proceso que disemina en el

campo aplicado las evidencias de la investigación puede ser parte de la solución. Y también el cambio de mentalidad por parte de los responsables de las administraciones, con una visión a más largo plazo para que sea posible producir cambios más estables. Quienes trabajamos en prevención tenemos también esta tarea de impulsar el cambio de paradigma en nuestros administradores.

En este monográfico hemos pretendido abarcar las principales áreas de prevención en las que se trabaja desde las ciencias del comportamiento, y más concretamente desde el campo de la psicología infanto-juvenil. En este campo existe en nuestro país una tradición de investigación y trabajo aplicado que conviene visibilizar, y que se dedica a llevar a cabo investigaciones y programas dirigidos a la prevención.

Arranca este número especial de la RPCNA con una revisión a cargo de Maite Garaigordobil, de la Universidad del País Vasco, acerca de las variables que predicen el cyberbullying. Habitualmente las cibervíctimas padecen depresión, ansiedad, conductas suicidas y síntomas somáticos (Nixon, 2014). Tras un repaso a los factores explicativos por parte de la víctima y del agresor, se revisan los programas con evidencia de cara a su prevención, como es el caso de Cyberprogram 2.0 (Garaigordobil & Martínez-Valderrey, 2014).

Muñoz y su equipo de la Universidad Autónoma de Madrid presentan la evaluación del programa PREVIO, un protocolo de eficacia probada dirigido a la prevención de la violencia en parejas jóvenes. El artículo aporta nuevas evidencias sobre los efectos de un programa, manualizado y accesible para su implementación (Muñoz-Rivas, González & Fernández (2015).

Fernández-Martínez y colaboradores, de la Universidad Miguel Hernández, presentan una síntesis de varios estudios sobre la eficacia del programa *SuperSkills For Life* en España, un programa transdiagnóstico para los problemas emocionales dirigido a niños y niñas de edad escolar. Tras varios años desarrollando evaluaciones controladas, se dispone de evidencia acumulada con distintos grupos de edad, perfiles de riesgo, y formatos de aplicación.

Le sigue el trabajo de Gómez-Odrizola y colaboradores, de la Universidad de Deusto, que presentan un riguroso estudio para evaluar un programa basado en técnicas de mindfulness para adolescentes en transición a la universidad.

El trabajo de Romero, Fraguera, Villar y Rodríguez (Universidad de Santiago de Compostela) se centra en la prevención indicada en escolares con problemas de conducta. Examina los efectos de entrenar estrategias de entrenamiento en habilidades socioemocionales para la reducción de este tipo de comportamiento.

Martínez-Loredo y Fernández-Hermida, de la Universidad de Oviedo, analizan el rol de una variable transversal como es la impulsividad en la explicación y posterior intervención en el área de las conductas adictivas, y presente en otro tipo de comportamientos de riesgo, especialmente en población juvenil.

En este mismo campo temático, sigue el trabajo de Lloret y Cabrera, de la Universidad Miguel Hernández. En la línea de la evaluación controlada de programas, presenta datos de un ensayo piloto para reducir el juego de apuestas en población adolescente.

El suicidio es una de las causas principales de mortalidad en jóvenes, que se acompaña de un cierto tabú social y para el que se requieren de más evidencias para la detección del riesgo. El equipo de Victoria Soto y colaboradores, de la Universidad Miguel Hernández, ha realizado una revisión sistemática que sirve de actualización sobre los programas de prevención del suicidio y ofrece una fotografía de interés sobre el estado de la investigación en este campo.

Bellavista-Rof y Mora-Giral, investigadoras de la Universidad Autónoma de Barcelona, presentan un estudio sobre las aplicaciones de técnicas dramáticas en la prevención y el tratamiento de los trastornos mentales, con especial foco en los trastornos de la conducta alimentaria.

El último trabajo, a cargo de Benavides-Nieto, Fernández y Pichardo, de la Universidad de Granada, se centra en un aspecto particular de la evaluación de programas, como son las diferencias en la percepción de los cambios por parte de familiares y profesores tras recibir el programa *Aprender a Convivir en Casa*.

Para este monográfico se ha logrado contar con una representación muy variada del territorio español y han quedado representados, si no todos, la mayoría de grupos de investigación que actualmente desarrollan esta línea de trabajo. Es de agradecer su gran implicación y esfuerzo para contribuir a este número con trabajos de calidad que aúnan rigor científico y capacidad comunicativa.

En definitiva, la intención de este número especial ha sido resaltar los progresos en el estudio de la prevención en el campo de la salud mental infanto-juvenil, y animar a continuar la investigación en esta área. Continúa siendo necesaria más investigación que aporte nuevos datos sobre las estrategias que funcionan, las variables que explican y modulan la eficacia de las intervenciones, y todo ello sin perder el foco en el análisis de los problemas que se abordan, en continuo cambio. Sería conveniente profundizar en estrategias de intervención innovadoras y de nuevos métodos de análisis para la mejora en el campo de la ciencia de la prevención, que permita aplicarse rápidamente a contextos (Glasgow & Chambers, 2012).

Confiamos en que esta publicación sirva para mostrar al menos parte del trabajo realizado en nuestro país y estimule a continuar trabajando con rigor en la prevención de los problemas más acuciantes en la infancia y adolescencia

Referencias

- Garaigordobil, M., & Martínez-Valderrey, V. (2014). *Cyberprogram 2.0. Un programa de intervención para prevenir y reducir el ciberbullying*. Madrid: Pirámide.
- Glasgow, R. E., & Chambers, D. (2012). Developing robust, sustainable, implementation systems using rigorous, rapid and relevant science. *Clinical and Translational Science*, 5(1), 48–55.
- Muñoz-Rivas, M. J., González, M. P., & Fernández, L. (2015). *PROGRAMA PREVIO. Prevenir la violencia en las relaciones de noviazgo*. Madrid: Pirámide.
- Nixon, C. L. (2014). Current perspectives: the impact of cyberbullying on adolescent health. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 5, 143–158. doi:10.2147/AHMT.S36456