



EDITORIAL

Psiquiatría infantil: desafíos y avances en la salud mental de los más jóvenes



Child and adolescent psychiatry: challenges and advances in youth mental health

Azucena Díez Suárez^{a,*} y Pedro Javier Rodríguez Hernández^b

^a Clínica Universidad de Navarra, Pamplona, España

^b Hospital Universitario Nuestra Señora de la Candelaria, Santa Cruz de Tenerife, España

Disponible en Internet el 13 de febrero de 2026

Como coordinadores del número especial virtual «Psiquiatría infantil: desafíos y avances en la salud mental de los más jóvenes» estamos muy orgullosos de que la salud mental tenga su lugar en pediatría, y además expresada en nuestra revista ANALES DE PEDIATRÍA. Este número especial sobre salud mental es el resultado de la sinergia surgida del trabajo en equipo entre varios profesionales que atendemos cuestiones que afectan a la infancia y la adolescencia. Aunque pueda resultar sorprendente, su publicación supone un hecho histórico, ya que hemos conseguido unirnos en la autoría de alguno de los artículos tanto pediatras como psiquiatras infantiles (no pediatras).

Ya desde hace décadas, pero en especial desde la pandemia por COVID, muchos pediatras vienen expresando su preocupación por la gran cantidad de consultas y urgencias relacionadas con la salud mental, así como sus dificultades para abordarlas por falta de formación. En una encuesta publicada en 2023 en la que participaron 1104 pediatras¹, más del 95% de ellos habían apreciado este empeoramiento de la salud mental en niños y adolescentes; el 85% de ellos referían no sentirse suficientemente formados para atenderlos y solo un 37% consideraban que les resultaba fácil coordinarse con los equipos de psiquiatría y psicoló-

gía. La formación, ya desde el grado de Medicina, pero más aún durante la residencia de Pediatría sigue resultando insuficiente. Y los pediatras con especial interés siguen encontrando dificultades para coordinarse con los equipos de psiquiatría infantil y de la adolescencia. Entre los posibles motivos para estas dificultades se encuentran: el estigma que aún rodea a los temas referentes a la salud mental, más aún en menores, la posible confusión entre situaciones difíciles de la vida y verdaderos trastornos de salud mental, las condiciones de las consultas de pediatría de atención primaria, con tiempos y recursos claramente insuficientes, y la falta de recursos dedicados a la prevención en estilos de vida saludables y programas de detección precoz, entre otros.

Consideramos que los temas que hemos tratado abordan de un modo práctico algunas de las situaciones más frecuentes o preocupantes por las que las familias acuden solicitando ayuda a las consultas de pediatría: *la repercusión del uso excesivo de pantallas en la salud mental, física y en el desarrollo, el papel del pediatra en la detección, prevención y tratamiento de los trastornos de la conducta alimentaria, las somatizaciones y el uso de psicofármacos en pediatría.*

* Autor para correspondencia.

Correo electrónico: adiez@unav.es (A. Díez Suárez).

Impacto de las pantallas y las redes sociales en la salud mental²

La evidencia indica que la utilización excesiva de los dispositivos digitales se asocia a dificultades en la autorregulación emocional, especialmente cuando interfiere en la socialización e interacción con la familia, el juego libre grupal o el sueño. Esto ocasiona un incremento de la ansiedad y la irritabilidad que condiciona el desarrollo emocional y conductual. Además, la exposición prolongada a redes sociales aumenta el aislamiento y afecta a la autoestima debido a las comparaciones negativas.

Trastornos de la conducta alimentaria: intervención del pediatra en la prevención, detección precoz, evaluación y tratamiento interdisciplinar³

Los trastornos de la conducta alimentaria (TCA) son enfermedades mentales con importantes repercusiones en la salud física, en especial los que se asocian a desnutrición. Su complejidad requiere un abordaje interdisciplinar; el pediatra es en la gran mayoría de los casos el principal profesional que los puede detectar, y la intervención precoz es clave para un mejor pronóstico. Asimismo, su papel es clave en la prevención, promoviendo una relación saludable con la alimentación y la imagen corporal, así como en la detección y el manejo inicial, asegurando intervenciones tempranas que establezcan al paciente mientras se coordina la atención especializada.

Efectos de los medios digitales en la salud física y el desarrollo⁴

Existe amplio conocimiento sobre el alcance del uso intensivo de pantallas y redes sociales sobre la salud física. Se ha constatado la asociación con el sobrepeso, la obesidad y el desarrollo de la capacidad cardiorrespiratoria. Las posturas poco ergonómicas dificultan el desarrollo musculoesquelético y se observan alteraciones del sueño debido a la interferencia de determinados espectros de luz con los ritmos circadianos. Por último, la exposición prolongada induce aumento de la fatiga visual y sequedad ocular. El conocimiento de estos efectos por parte del pediatra puede mejorar la orientación familiar sobre límites adecuados y detectar señales precoces de malestar emocional o signos físicos para promover el adecuado equilibrio entre tecnología y crianza.

Somatizaciones en la infancia y en la adolescencia: una guía para comprenderlas mejor⁵

Se estima que aproximadamente el 25% de los niños se quejan con frecuencia de dolores u otros síntomas sin que estos tengan un correlato con las exploraciones realizadas. Los trastornos de somatización, la hipocondría o ansiedad por enfermedad y los trastornos conversivos son enfermedades que limitan mucho la vida de los niños, adolescentes y sus

familias. Las somatizaciones se asocian a síntomas de ansiedad y depresivos a lo largo de la vida. Suelen ocasionar pruebas innecesarias y un gasto sanitario importante, que podría ser evitado si se conocen bien las bases de estos trastornos. Los mitos relativos a las somatizaciones son frecuentes y todos los profesionales que cuidan de los niños y adolescentes deben conocerlos y aprender a desmontarlos.

Psicofármacos⁶

El empleo de psicofármacos en la infancia es cada vez más frecuente. Los más utilizados son los psicoestimulantes para el tratamiento del trastorno por déficit de atención e hiperactividad, los antipsicóticos atípicos como la risperidona para los trastornos graves del comportamiento y los inhibidores selectivos de la recaptación de serotonina para la ansiedad y los trastornos del ánimo. Utilizados con supervisión y prudencia contribuyen al control sintomatológico de muchos trastornos del comportamiento y de las emociones, al igual que permiten mejorar la efectividad de otras terapias complementarias como la psicológica.

Comentarios finales

Deseamos que este número especial virtual colabore, junto con otras actividades formativas, a mejorar la formación de todos los pediatras, los jóvenes y los experimentados, los más interesados y los que en principio solo buscan «sobrevivir» en estas situaciones. Seguiremos trabajando en ello.

Bibliografía

- Díez Suárez A, José Carballo J, Sánchez-Pina C. About mental health and suicide in children and adolescents. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2023;98:488-9, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpede.2023.04.011>. Epub 2023 May 18. PMID: 37210311.
- Eddy Ives LS, Huertas Patón A, Forti Buratti MA, Álvarez Pitti J, Salmerón-Ruiz MA, Rodríguez Hernández PJ, et al. Impact of screen and social media use on mental health. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2025;103:503909, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503909>. Epub 2025 Aug 9. PMID: 40784833.
- Jiménez García R, Canga-Espina C, Muñoz Domenjó A, Ochando Perales G, Díez-Suárez A. Eating disorders: Involvement of pediatricians in their prevention, early detection, evaluation and multidisciplinary management. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2025 Aug;103:503907, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503907>. Epub 2025 Aug 9. PMID: 40784836.
- Salmerón-Ruiz MA, García de Ribera C, Sebastián Barberán V, Eddy Ives L, Álvarez-Pitti J. Impact of digital media on development and physical health. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2025;102:503876, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503876>. Epub 2025 Jun 2. PMID: 40461313.
- Díez-Suárez A, Hernández-González C. Somatization in childhood and adolescence: a guide to facilitate its understanding. *An Pediatr (Engl Ed)*. 2025;102:503711, <http://dx.doi.org/10.1016/j.anpede.2025.503711>. Epub 2025 Feb 13. PMID: 39952854.
- Rodríguez Hernández PJ, Ochando Perales G, Soutullo Esperón C, Armero Pedreira P, Algarrada Vico L, Vázquez Gómez L, et al. *Psicofármacos en Pediatría*. *An Pediatr (Barc)*. 2026 [en prensa].