**TRABAJO DE FIN DE TEMA:**

**Del texto de abajo vas a realizar lo siguiente:**

1. **Harás un resumen con las ideas principales**
2. **Se requiere que hagas una aportación al texto con información de una fuente confiable y que la cites con formato Apa. (buscar la información)**
3. **Después de cada párrafo deveras incorporar imágenes que complemente la información.**
4. **Lo realizaras en documento digital, para después imprimirlo en hojas blancas.**
5. **El documento deberá llevar portada con los siguientes elementos:**

**Nombre del colegio y logotipo.**

**Nombre de la materia**

**Tema**

**Nombre del autor.**

**Fecha.**

1. **Se deberá entregar en carpeta con nombre.**

**LA SALUD MENTAL DE LOS ADOLESCENTES**

1 de septiembre de 2025

Datos y cifras

En todo el mundo, uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún tipo de trastorno mental, lo que representa el 15 % de la carga mundial de morbimortalidad para este grupo etario.

La depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento se encuentran entre las principales causas de enfermedad y discapacidad en los adolescentes.

El suicidio es la tercera causa de defunción en las personas de 15 a 29 años.

Cuando un trastorno de salud mental de un adolescente no se trata, sus consecuencias se extienden a la edad adulta, perjudican la salud física y mental de la persona y limitan sus posibilidades de llevar una vida plena en el futuro.

**INTRODUCCIÓN**

Una de cada seis personas tiene entre 10 y 19 años. La adolescencia es una etapa de crecimiento y formación. Los cambios físicos, emocionales y sociales, como la exposición a la pobreza, el maltrato y la violencia, pueden hacer que los adolescentes sean más vulnerables a los problemas de salud mental. Proteger a este grupo etario de las adversidades, ayudarles en su aprendizaje social y afectivo, promover su bienestar psicológico y asegurarse de que tengan acceso a servicios de salud mental son medidas fundamentales para velar por su salud y bienestar, tanto durante esa etapa como en la edad adulta.

En todo el mundo, se estima que uno de cada siete adolescentes de entre 10 y 19 años (el 14,3 %) padece algún trastorno mental, *(1)* pese a que muchas de estas afecciones no reciben el reconocimiento y el tratamiento que requieren.

Los adolescentes con un trastorno mental son especialmente vulnerables a la posibilidad de sufrir exclusión social, discriminación, estigmatización (lo que puede afectar a su predisposición a buscar ayuda), dificultades educativas, mala salud física y violaciones de los derechos humanos, o puede llevarlos a incurrir en conductas de riesgo.

**DETERMINANTES DE LA SALUD MENTAL**

La adolescencia es un período crucial para el desarrollo de hábitos sociales y emocionales importantes para el bienestar mental, como los patrones de sueño saludables, el ejercicio regular, la capacidad para enfrentar situaciones difíciles y resolver problemas, las aptitudes interpersonales y la gestión de las emociones. Contar con un entorno favorable y protector en el seno de la familia, en la escuela y en la comunidad en sentido más amplio son factores importantes.

La salud mental puede verse afectada por múltiples elementos. Cuantos más sean los factores de riesgo a los que están expuestos los adolescentes, por ejemplo, a situaciones adversas, la presión social del entorno y la exploración de la propia identidad, mayores serán los efectos en la salud mental de ese grupo de la población. Además, la influencia de los medios de comunicación y la imposición de normas de género pueden acentuar la disparidad entre la realidad que viven los adolescentes y sus percepciones o aspiraciones de futuro. Otros determinantes importantes de la salud mental de los adolescentes son el buen ambiente en el hogar y las relaciones con sus compañeros. La violencia, en particular la violencia sexual y el acoso escolar, una crianza muy severa por parte de los progenitores y los problemas graves de índole socioeconómica o de otro tipo son riesgos conocidos para la salud mental.

Algunos adolescentes corren más riesgo de padecer trastornos de salud mental a causa de sus condiciones de vida, de situaciones de estigmatización, discriminación o exclusión o como consecuencia de la falta de acceso a servicios y apoyo de calidad. En este grupo figuran los que viven en entornos humanitarios o frágiles; los que padecen enfermedades crónicas, trastornos del espectro autista, discapacidad intelectual u otras afecciones neurológicas; las adolescentes embarazadas y los progenitores adolescentes o en matrimonios precoces o forzados; los huérfanos, y los adolescentes que pertenecen a minorías étnicas o sexuales, o a otros grupos discriminados.

**TRASTORNOS EMOCIONALES**

Los trastornos emocionales son frecuentes en los adolescentes. Los trastornos de ansiedad, que se pueden manifestar como crisis de angustia o un exceso de preocupación, son los más frecuentes en este grupo de edad, y son más comunes entre los adolescentes mayores que entre los de menor edad. Se calcula que el 4,1 % de los adolescentes de 10 a 14 años y el 5,3 % de los de 15 a 19 años sufre trastorno ansioso, *(1)* y que el 1,3 % de los adolescentes de 10 a 14 años y el 3,4 % de los de 15 a 19 años padecen depresión. *(1)* La depresión y la ansiedad pueden compartir algunos síntomas, como los cambios repentinos e inesperados del estado de ánimo.

Los trastornos por ansiedad y por depresión pueden afectar de manera considerable a la asistencia a la escuela, el estudio y el rendimiento académico. El retraimiento social puede agravar el aislamiento y la soledad. La depresión puede llevar al suicidio.

**TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO**

Los trastornos del comportamiento son más frecuentes entre los adolescentes jóvenes que entre los de más edad. El 2,7 % de los adolescentes de entre 10 a 14 años y el 2,2 % de los de entre 15 a 19 años tienen un trastorno por déficit de atención con hiperactividad, que se caracteriza por la dificultad para mantener la atención, un exceso de actividad y conductas impulsivas. Otra afección que pueden sufrir los adolescentes es el trastorno de comportamiento disocial, que se caracteriza por conductas destructivas o desafiantes y afecta al 3,3 % de los adolescentes de 10 a 14 años y al 1,8 % de los de 15 a 19 años.  Los trastornos del comportamiento pueden interferir en el rendimiento académico y aumentan el riesgo de incurrir en actos delictivos.

**TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO**

Los trastornos del comportamiento son más frecuentes entre los adolescentes jóvenes que entre los de más edad. El 2,7 % de los adolescentes de entre 10 a 14 años y el 2,2 % de los de entre 15 a 19 años tienen un trastorno por déficit de atención con hiperactividad, que se caracteriza por la dificultad para mantener la atención, un exceso de actividad y conductas impulsivas. *(1)* Otra afección que pueden sufrir los adolescentes es el trastorno de comportamiento disocial, que se caracteriza por conductas destructivas o desafiantes y afecta al 3,3 % de los adolescentes de 10 a 14 años y al 1,8 % de los de 15 a 19 años. *(1)* Los trastornos del comportamiento pueden interferir en el rendimiento académico y aumentan el riesgo de incurrir en actos delictivos.

**RESPUESTA DE LA OMS**

La OMS trabaja en la elaboración de estrategias, programas y recursos para ayudar a los países a satisfacer las necesidades de salud de los adolescentes.

Por ejemplo, la iniciativa *Ayudar a los adolescentes a prosperar* es una iniciativa conjunta de la OMS y el UNICEF que tiene como objetivo fortalecer los programas y las políticas de salud mental que se dirigen a los adolescentes. Más concretamente, entre las actividades que se llevan a cabo en el marco de esta iniciativa figuran promover la salud mental y prevenir los trastornos de salud mental, así como ayudar a evitar las conductas autolesivas y otros comportamientos de riesgo, como el consumo nocivo de alcohol y drogas, que afectan negativamente a la salud mental y física de los jóvenes.

La OMS también ha elaborado un módulo sobre trastornos mentales y del comportamiento en niños y adolescentes como parte de la guía de intervención del Programa 2.0 de Acción para Superar las Brechas en Salud Mental de la OMS, que incluye protocolos clínicos basados en la evidencia para evaluar y tratar diversos trastornos mentales en entornos de atención no especializada.

Además, la OMS está diseñando y poniendo a prueba intervenciones psicológicas para tratar trastornos emocionales en los adolescentes y orientaciones sobre servicios de salud mental para este grupo de edad que se pueden adaptar a las necesidades de cada contexto.

La Oficina Regional de la OMS para el Mediterráneo Oriental ha elaborado un módulo formativo sobre salud mental a fin de que los educadores entiendan mejor la importancia de la salud mental en las escuelas y para ayudarles a aplicar estrategias encaminadas a promover, proteger y recuperar la salud mental de los estudiantes. El módulo incluye, además, manuales y materiales de formación para ampliar el número de escuelas que promueven la cuestión de la salud mental.

(1) 2021 Global Burden of Disease (GBD) [base de datos en línea database]. Seattle: Institute for Health Metrics and Evaluation; 2024 (<https://vizhub.healthdata.org/gbd-results/>, consultado el 13 de Agosto de 2025).

(2) [Estimaciones Mundiales de Salud de la OMS 2000-2021](https://www.who.int/data/global-health-estimates)

(3) [Global status report on alcohol and health and treatment of substance use disorders. Geneva: World Health Organization, 2024](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/274603/9789241565639-eng.pdf?ua=1&ua=1).

(4) Informe mundial sobre las drogas. Ginebra: UNODC; 2024.