

La participación juvenil como infraestructura clave ante el malestar ecosocial

Policy Brief

Resumen

El siguiente informe recoge una serie de recomendaciones orientadas a **promover la resiliencia democrática y participación de los jóvenes**, como una respuesta a la crisis generalizada de salud mental y el malestar ecosocial que atraviesa este colectivo en la actualidad. A partir del podcast participativo "**Ecoansiedad, salud mental y desafección juvenil**", impulsado por Fundación Platoniq como parte de la **Escuela de Creatividad y Democracia**, se proponen medidas concretas para garantizar el derecho a participar desde un **enfoque estructural, comunitario e interseccional**.

Escuchar y reconocer a las juventudes como sujetos políticos con voz y capacidad de agencia es clave para afrontar la crisis de legitimidad que atraviesan nuestras democracias. Garantizar **espacios reales de participación juvenil** no es sólo una cuestión de justicia, sino una **apuesta estratégica** por el futuro democrático y climático de Europa.

Un proyecto liderado por:

Fundación Platoniq

La participación de la Fundación Platoniq en este proyecto ha sido posible gracias a la colaboración de la Fundación BarcelonActua y el apoyo de la Open Society Foundations.

Contacto

Cristian Palazzi (cristianpalazzi@platoniq.net)

Un proyecto liderado por:

Platoniq

En colaboración con:



Con el apoyo de:

OPEN SOCIETY FOUNDATIONS

Repensar la participación juvenil ante el malestar ecosocial

Contexto

Los jóvenes de hoy habitan un escenario global atravesado por **múltiples crisis**. A la fragilidad del orden económico internacional se suman la emergencia climática, provocada por un modelo extractivista insostenible; la crisis migratoria y de refugio, impulsada por conflictos bélicos, colapsos humanitarios y políticas internacionales fallidas (Sanahuja, 2024); la crisis habitacional, agravada por el creciente desfase entre los precios de la vivienda y los salarios (INJUVE, 2024); y la crisis informativa, marcada por la amplificación del alcance e impacto de la desinformación en los medios (SMILES, 2020).

La complejidad de este “**mundo de policrisis**” (Tooze, 2022) impacta de lleno en las trayectorias vitales de las personas jóvenes, que hoy se enfrentan mayores niveles de vulnerabilidad económica, precariedad laboral e inseguridad existencial. En España, **la edad media de emancipación ha aumentado un 12% desde 2011**, llegando a los 30,4 años, una de las más altas de Europa (INJUVE, 2024). Asimismo, **el 56,6 % de los hogares jóvenes vive en régimen de alquiler** (frente al 19,3% nacional), restringiendo su capacidad de ahorro y aumentando su vulnerabilidad habitacional (INJUVE, 2024).

Estas crisis no solo generan inestabilidad económica, sino también un **profundo malestar emocional**. Actualmente, uno de cada cinco jóvenes sufre bajo bienestar mental y un 15 % presenta riesgo alto de comportamiento suicida. La **inseguridad económica y la preocupación por la crisis eco-social** se posicionan como los principales ejes que inciden en la salud mental de la juventud (INJUVE, 2024).

Estas cifras revelan un malestar colectivo que no puede abordarse únicamente de manera individual, sino como un problema social y estructural. Como señala Brugué (2024), vivimos un escenario de **desbordamiento de la política pública**, en el que las estructuras tradicionales parecen incapaces de contener, comprender y ofrecer respuestas a estos problemas complejos.

Esta desconexión se traduce en una **ciudadanía juvenil cada vez más silenciosa**, que se abstiene de votar en elecciones o de participar en el debate público por la desconfianza creciente en un sistema que no escucha ni transforma (Gest & Gray, 2015). Pese a que la **mayoría de jóvenes aún prefiere la democracia, más de la mitad considera que el sistema democrático actual no funciona**, contradicción que aumenta la sensación de frustración e impotencia (INJUVE, 2024).

Sin embargo, frente al estigma de una juventud indiferente, **tras esta “ciudadanía silenciosa” existe con un fuerte deseo de transformación**. Según el INJUVE (2024), más del 40 % de la juventud española participa en luchas por la igualdad, la justicia climática y los derechos humanos, lo que retrata la presencia de una **generación crítica que se aleja de los canales tradicionales, pero que se interesa por participar y proponer cambios** en su entorno.



Voces jóvenes contra la injusticia climática

Ante este diagnóstico de malestar y deseo de transformación, el viernes 11 de julio de 2025, Fundación Platoniq impulsó un proceso participativo centrado en las voces jóvenes, en el marco del **Lab de Políticas Públicas** que cerraba la **Escuela de Creatividad y Democracia**. El objetivo fue abrir un espacio de escucha en el cual las personas jóvenes pudiesen **expresarse, proponer y reimaginar la democracia desde sus propias vivencias**.

La jornada comenzó con la grabación del podcast “**Ecoansiedad, salud mental y desafección**”, conducido por **Alejandra Gallardo** (Platoniq) junto a la activista climática **Sara S. Ribés** (End Fossil BCN) y la abogada especializada en Derechos Humanos, **Carla Riera**. A lo largo del diálogo, se abordaron con profundidad temas como la ansiedad climática, la salud mental, el derecho a participar, el rol de lo colectivo y el lugar que ocupa la creatividad en las participation política.

Durante la conversación, ambas activistas abordan los vínculos entre el malestar emocional de las juventudes, la crisis ecológica y la participación política. Ambas, en este contexto, compartieron un diagnóstico con respecto a la sensación de impotencia ante la inacción política, el sentimiento generalizado de fragmentación social, el agotamiento institucional y las limitaciones de participar en condiciones de precariedad estructural.

“No concibo estar bien cuando sé que hay un genocidio en Gaza, que hay gente sin casa o que mi amiga no puede pagar el alquiler. La salud mental también depende del contexto colectivo.” — Sara S. Ribés

“Nos dicen que todo depende de nuestra actitud... Pero eso solo genera más culpa, más aislamiento. El problema es estructural, no individual.” — Carla Riera

Asimismo, se conversó sobre la necesidad de situar a los jóvenes en frente de las políticas frente a la crisis ecosocial, y de reinventar las formas de participación para que estas sean más afectivas, accesibles y reales.



Fanzines para proponer

A partir de lo conversado durante el podcast, se dio cierre a la jornada mediante un taller de fanzines, donde los participantes pudieron explorar y narrar sus vivencias a través del collage y la escritura. Estos fanzines se transformaron en "piezas disparadoras" que documentaron las ideas, deseos y propuestas de los jóvenes desde una lógica creativa.

Este espacio sirvió no solo para promover la escucha, sino también como un laboratorio cívico del cual emergieron ideas para una **política pública más justa, cuidadosa, conectada y participativa**. A partir de la jornada, se identificaron cuatro ejes estratégicos de actuación, que se detallan a continuación.

Cabe señalar que estas recomendaciones no han sido contrastadas directamente con las participantes. Se trata de conclusiones preliminares elaboradas a partir del análisis cualitativo de la información recogida durante el diálogo y el taller. Fundación Platoniq asume la responsabilidad de validar, ampliar o reformular estas propuestas de forma colectiva.

1

Incorporar la ecoansiedad juvenil como eje de actuación en las políticas de salud mental y acción climática

Una de las principales causas del malestar psicosocial y la desafección política juvenil no es la falta de interés, sino la baja percepción de eficacia externa: **muchas personas jóvenes no creen que su participación tenga un impacto real en las decisiones que les afectan.** Esta desconexión entre participación y transformación genera frustración, resignación o abandono de los espacios institucionales.

Este problema se agrava particularmente en el contexto de la **crisis climática** y el creciente malestar emocional provocada por la percepción de un futuro amenazado por el colapso ecológico. En el Informe “El Futuro es Clima” (2023), **más del 80 % de jóvenes encuestados declara haber experimentado ecoansiedad.** No obstante, cuando las instituciones no ofrecen canales reales para la incidencia juvenil en la toma de decisiones, esta sensación de urgencia se transforma en desesperanza, retramiento o, incluso, radicalización.

“La ecoansiedad es una reacción natural a décadas de degradación ecológica (...) Sientes impotencia porque sabes que dejar de usar pajitas no basta, pero cuando quieres hacer más, no hay canales reales para incidir.”

— Sara S. Ribés

En este contexto, reconocer el vínculo entre crisis ecológica, malestar psicosocial y participación democrática es esencial para diseñar soluciones efectivas que comprendan el impacto emocional y político del problema. Las políticas públicas deben asumir que la ecoansiedad no es un trastorno individual, sino una respuesta colectiva ante la percepción de injusticia intergeneracional y colapso climático.

Generar canales de participación vinculante y garantizar el derecho a una salud mental integral con enfoque ecológico permitirá no sólo aliviar el malestar, si no que también fortalecerá la resiliencia democrática.

LÍNEAS DE ACCIÓN

1. Reconocer la ecoansiedad a nivel institucional como categoría legítima en el ámbito de la salud mental, vinculada a condiciones estructurales y no solo personales.
2. Incluir la ecoansiedad en el Plan de Acción de Salud Mental 2024–2026, con un enfoque interseccional y juvenil.
3. Crear protocolos de atención psicosocial para jóvenes con ecoansiedad dentro de los servicios de salud mental comunitaria.
4. Incorporar formación específica sobre salud mental juvenil y ecoansiedad en los centros de salud mental infanto-juvenil (CSMIJ) y en los dispositivos de atención primaria.
5. En colaboración con el Ministerio de Educación y Formación Profesional, incluir contenidos sobre salud mental, resiliencia ecológica y participación juvenil en el currículo educativo formal.
6. Promover la creación de foros climáticos juveniles locales donde jóvenes puedan debatir, proponer y co-diseñar medidas de mitigación y adaptación.
7. Establecer mecanismos de colaboración con los departamentos de juventud autonómicos y municipales, para garantizar financiación, espacios físicos y acompañamiento.
8. Incluir una línea específica dentro de los fondos de Juventud, Salud y Transición Justa para financiar proyectos liderados por jóvenes

2

Integrar la deliberación democrática juvenil como infraestructura educativa para reforzar el bienestar y la esperanza colectiva

En los últimos años, amplios sectores de la juventud han comenzado a alejarse de la política institucional, no por falta de interés, sino como respuesta a una crisis de sentido y de eficacia democrática. Cuando las decisiones se toman sin su participación, y los procesos de consulta no tienen consecuencias reales, el resultado es una combinación de desafección, cinismo y deslegitimación institucional.

“Llevo años militando y veo que la situación va a peor. No te vas a radicalizar, pero empiezas a rendirte y a perder la esperanza.” — Carla Riera

Frente a una institucionalidad muchas veces percibida como tecnocrática y lejana, muchas personas jóvenes están optando por vías alternativas de participación: colectivos artísticos, activismo climático, redes digitales de denuncia o plataformas comunitarias de acción local. Lejos de representar una retirada del espacio público, estas formas expresan un **deseo profundo de agencia política y de participación con sentido**, frente a instituciones que no siempre ofrecen canales reales para incidir.

En este contexto, urge repensar **cómo integrar de manera efectiva las visiones, preocupaciones y propuestas de quienes se ven directamente afectados por las decisiones públicas**. La deliberación democrática emerge aquí no solo como una técnica de toma de decisiones colectivas, sino como una forma de recomponer el vínculo entre juventudes, participación y comunidad.

Diversos estudios demuestran que **la deliberación tiene el potencial de fortalecer el sentido de pertenencia, el reconocimiento mutuo, el juicio crítico y la autoestima política**. Además, la evidencia muestra que los entornos deliberativos —especialmente en el contexto escolar— pueden disminuir la desafección, combatir la polarización y generar horizontes compartidos de esperanza (DEMOCRAT, 2024; Palazzi, 2025).

Sin embargo, para que la deliberación no quede restringida a experiencias puntuales, es necesario que esta **sea reconocida como una infraestructura educativa prioritaria**, integrada sistemáticamente en los centros escolares, y conectada con políticas de salud mental, juventud y participación.

LÍNEAS DE ACCIÓN

1. Integrar la deliberación como metodología estructural en Secundaria, Bachillerato y FP, asegurar su presencia transversal en las asignaturas del currículo.
2. Incluir formación obligatoria en metodologías deliberativas en las comunidades pedagógicas
3. Crear líneas de financiación estatal y autonómica para desplegar Asambleas Deliberativas en centros educativos públicos, con facilitación externa, acompañamiento emocional, inclusión digital y accesibilidad.
4. Establecer mecanismos institucionales que garanticen que las propuestas juveniles se integren en la toma de decisiones del centro.
5. Desarrollar instrumentos de evaluación que contemplen indicadores como sentido de pertenencia, percepción de eficacia y bienestar emocional vinculado a la participación.

3

Integrar los afectos y la creatividad en las prácticas deliberativas juveniles

El enfoque tradicional de la educación y deliberación democrática ha privilegiado históricamente el uso de la racionalidad argumentativa como base de la participación cívica. Sin embargo, este modelo, puede excluir otras formas expresivas y emocionales de participación, reproduciendo desigualdades epistémicas y limitando el acceso efectivo a los espacios de discusión (Fraser, 1990; Young, 2000).

Sobre todo en contextos de creciente malestar juvenil —marcado por la ecoansiedad, la precariedad, la soledad no deseada y la desafección política— se vuelve urgente repensar cómo nos escuchamos en democracia. En este sentido, resulta fundamental reconocer que lo político también se expresa a través de las emociones y los lenguajes creativos, a veces ignorados por los entornos académicos que privilegian ciertos estilos comunicativos y modos de producción de conocimiento (Haraway, 1991).

Esto es especialmente relevante en el caso de las juventudes, donde muchos y muchas jóvenes sienten que “no saben hablar bien”, “no están preparados” o que “sus emociones no encajan”. Desde esta perspectiva, integrar la dimensión afectiva y creativa en los procesos deliberativos no es solo una estrategia pedagógica, sino un acto político de justicia epistémica y cuidado colectivo. Este reconocimiento no solo enriquece la conversación, sino que la hace más amena, más inclusiva y más honesta.

En este sentido, metodologías como el teatro legislativo o la elaboración de fanzines, que permiten conectar la deliberación con dimensiones emocionales y expresar lo político desde lenguajes diversos (Boal, 1998). Esto, además de cumplir una función pedagógica y facilitar el lenguaje a los participantes en la práctica, puede reforzar la legitimidad deliberativa e, incluso, identificar nuevas áreas de acción previamente no contempladas.

“Es perfectamente racional tener miedo, estar enfadado, sentir (...) De hecho, reconocer esa emoción es un buen punto de partida antes de pasar a la acción y construir resiliencia.” - Arnaud Sapin.

LÍNEAS DE ACCIÓN

1. Incluir contenidos sobre gestión emocional, metodologías creativas y escucha activa en las formaciones dirigidas a educadores/as, dinamizadores juveniles, técnicos de participación y personal de salud comunitaria.
2. Fomentar metodologías basadas en el arte como vehículos para la participación política juvenil, a través de programas municipales de teatro legislativo en barrios y/centros cívicos; colaboración con colectivos artísticos y audiovisuales en la formulación de procesos de consulta; etc.
3. Financiar procesos de participación juvenil que involucren un enfoque creativo. Promover, tanto a nivel local como estatal, convocatorias que valoren procesos basados en el trabajo emocional y el fortalecimiento de vínculos entre jóvenes.

Conclusiones

El malestar emocional y la ecoansiedad que atraviesan las juventudes es el reflejo de la impotencia ante los problemas globales, la percepción de soledad, la desigualdad, la exclusión y la falta de horizontes esperanzadores en el futuro. Las propuestas recogidas en este brief buscan ofrecer respuestas concretas que garanticen condiciones reales para la participación de los jóvenes. **No sólo como una herramienta democrática, sino también una estrategia de cuidado psicosocial que permite:**

- Tejer comunidad, garantizando espacios donde la juventud pueda encontrarse, cooperar y expresar su visión del mundo.
- Romper el aislamiento, mediante formatos accesibles, creativos y emocionalmente seguros.
- Dejar de patologizar el sufrimiento, para entenderlo como una respuesta legítima a un sistema que no cuida.
- Abrir la democracia a lenguajes creativos, digitales, afectivos y populares que conecten con las formas reales de expresión juvenil.

Estas medidas permiten reconstruir la confianza y reactivar la imaginación política. Frente a la desesperanza en un mundo de policrisis, es crucial ofrecer a los jóvenes la posibilidad de sentirse parte de algo, y de construir una alternativa más esperanzadora de futuro.



Referencias

- Arjona, J., & Alonso, L. E. (2022). Juventud y malestar emocional: entre la patologización individual y la precariedad estructural. *Revista de Estudios Sociales*, (80).
- Benhabib, S. (2006). *Another Cosmopolitanism*. Oxford University Press.
- Brugué, Q. (2024). Desbordamiento estructural de la política pública y democracia en tensión. [Documento inédito citado por el usuario].
- SMILES (2020). Fundación Platoniq. Investigación sobre desinformación y ciudadanía digital juvenil.
- Gest, J., & Gray, M. (2015). Silent Citizenship: The Politics of Marginality. *Political Studies Review*, 13(3), 456–468.
- Han, B.-C. (2022). La sociedad paliativa. Taurus.
- Papacharissi, Z. (2015). *Affective Publics: Sentiment, Technology, and Politics*. Oxford University Press.
- Sanahuja, J. A. (2024). Crisis global y políticas migratorias: genealogía del fracaso. *Revista CIDOB d'Afers Internacionals*.
- Strategic Foresight Report (2023). *Shaping the Future: Resilience through Transitions*. European Commission.
- Tooze, A. (2022). El mundo en policrisis. *The New Statesman*.
- Instituto Nacional de Juventud (INJUVE). (2024). Informe Juventud en España 2024. Entre la emergencia y la resiliencia.
- Young, I. M. (2000). *Responsibility for Justice*. Oxford University Press.