

# YIminds

La información juvenil y el cuidado de la salud mental de los jóvenes

INFORME DEL ESTUDIO



Cofinanciado por  
la Unión Europea



**AUTOR:** Ajo Monzó

**REDACTORA JEFA:** Eva Reina

**DISEÑO:** Beatriz Terreros y Aurélien Liot

**COLABORADORES:** Eric Kota, Victoria de la Hoz, Kadri Koort, Elizaveta Cheremisina, Sara de Potter, Ariadne Driezen, Sebastian Kovats, Adamantia Zisimopoulou, Audrey Frith, Karolina Kosowska, Kandice Wood, Eva Reina y Charlotte Simon

**FECHA:** octubre de 2023

La presente publicación es resultado del proyecto «YIMinds», financiado por el Programa Erasmus+ de la Unión Europea.

### Consortio del proyecto y socios:



European youth information  
and counselling agency

**Agencia Europea de  
Información y Asesoramiento  
para los Jóvenes**  
(Luxemburgo)

iasis

**IASIS**  
(Grecia)



Comunidad  
de Madrid

CONSEJERÍA DE FAMILIA,  
JUVENTUD Y ASUNTOS SOCIALES

**CRIDJ Madrid**  
(España)



HARIDUS- JA NOORTEAMET

**Haridus Ja Noorteamet**  
(Estonia)



DE AMBRASSADE  
bureau voor jonge zaken

**De Ambrassade**  
(Bélgica)



**Jugendinfo**  
(Austria)



YOUTH  
BOARD  
OF CYPRUS

**Consejo de la Juventud de Chipre**  
(Chipre)

eurodesk

**Eurodesk**  
(Europa)



**Young Scot**  
(Reino Unido)



Cofinanciado por  
la Unión Europea

El apoyo de la Comisión Europea en la elaboración de la presente publicación no supone la aprobación de su contenido, que refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pudiera hacerse de la información incluida en el mismo.

# Índice



<b>01</b>	<b>Introducción</b> .....	<b>p.5</b>
<b>02</b>	<b>Resumen</b> .....	<b>p.7</b>
<b>03</b>	<b>Contexto y objetivos</b> .....	<b>p.10</b>
<b>04</b>	<b>Método de encuesta</b> .....	<b>p.13</b>
<b>05</b>	<b>Resultados de la encuesta</b> .....	<b>p.15</b>
	5.1 Datos demográficos .....	p.16
	5.2 Recepción de consultas/solicitudes en los centros/servicios de información juvenil .....	p.17
	5.3 Cómo abordan estas necesidades actualmente los informadores juveniles .....	p.18
	5.4 Recursos, conocimientos y habilidades necesarios para mejorar las acciones .....	p.21
<b>06</b>	<b>Conclusiones de los grupos de discusión</b> .....	<b>p.28</b>
<b>07</b>	<b>Conclusiones y recomendaciones</b> .....	<b>p.30</b>
	7.1 Conclusiones .....	p.31
	7.2 Recomendaciones .....	p.32
	7.3 Análisis DAFO .....	<b>p.33</b>
<b>08</b>	<b>Anexos</b> .....	<b>p.34</b>
<b>09</b>	<b>Webgrafía</b> .....	<b>p.40</b>

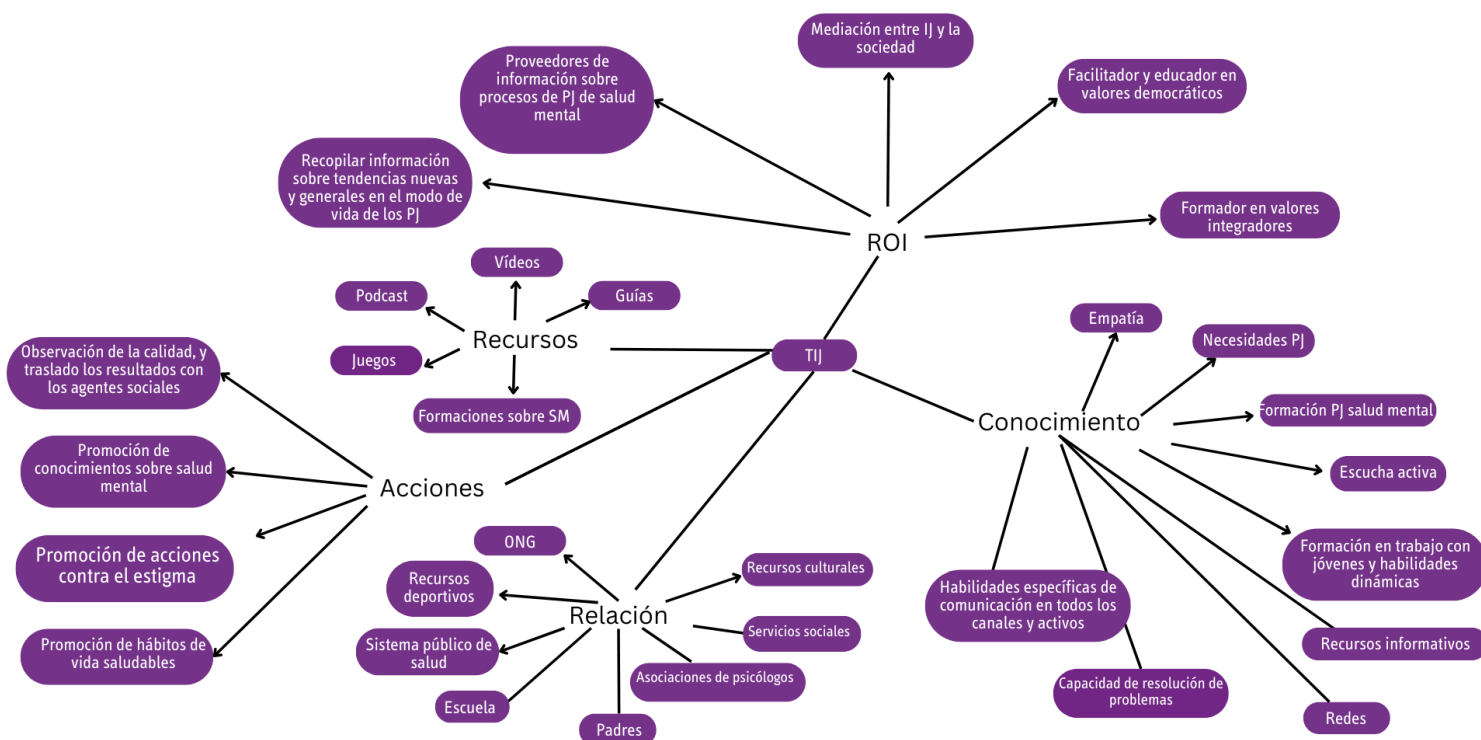
# Introducción

## Introducción

Los estudios realizados por diferentes países de la UE, la OCDE e incluso UNICEF afirman que la pandemia de la **COVID-19** ha tenido un **impacto** particularmente **adverso en jóvenes** y niños, empeorando significativamente su salud mental. De hecho, según el informe de la OCDE y la Unión Europea (2022), Panorama de la salud: Europa 2022, en muchos países se ha duplicado el número de casos de depresión entre niños y jóvenes de toda Europa, y el suicidio es la principal causa de muerte entre ellos.

Por la importancia de esta cuestión, la UE ha decidido promover acciones que mejoren el bienestar de los jóvenes y, a la vez, mejoren la prevención para hacer frente a los trastornos de salud mental, con un planteamiento global en el que participen todas las políticas pertinentes. En este sentido, son fundamentales las políticas en materia de juventud y de

trabajo con jóvenes. Como forma de trabajar con jóvenes, la información juvenil está muy extendida en todo el continente y sirve de **espacio de confianza para los jóvenes**. Los servicios de información juvenil ofrecen recursos informativos, apoyo y orientación. Aunque los servicios de información juvenil suelen ser muy completos, la cuestión de la salud de los jóvenes siempre ha estado presente en los servicios y centros. No obstante, la salud mental es un asunto que se ha abordado tradicionalmente con mucha cautela y, si bien es cierto que son muchos los servicios que cuentan con personal que ofrece apoyo psicológico, en la actualidad, el papel de los informadores juvenil puede ser de gran ayuda. Es fundamental tomar en cuenta sus funciones, competencias y conocimientos y concederles el valor social y el respeto que merecen. (Imag. 1)



Imag.1 YI y MH

\*IJ: Informador juvenil

**resumen**

# Resumen

1. Datos demográficos.
2. Recepción de solicitudes/consultas en el centro/servicio de información juvenil.
3. Cómo abordan actualmente estas peticiones los informadores juveniles.
4. Recursos, conocimientos y habilidades necesarios para mejorar las acciones.

En total, se cumplimentaron **369 encuestas, con un 50% de informadores juveniles** seguidos de profesionales del ámbito de juventud, asociaciones juveniles y otros profesionales relacionados con las políticas de juventud de **25 países europeos**. La franja de edad de los encuestados oscila entre los 20 y los 70 años, siendo el grupo más numeroso el de 40 a 55 años. Esto puede indicar que los informadores juveniles más experimentados y de más edad son quienes tienen mayor interés por este tema.

En lo que respecta a la recepción de consultas y peticiones relacionadas con la salud mental, los encuestados afirman que desde 2020 estas consultas son mucho más numerosas que antes. Según los encuestados, los jóvenes están en general más **tristes, desesperanzados, desmoralizados, ansiosos y deprimidos**. Creen que las razones más probables son las inseguridades ante el futuro, la soledad, el uso excesivo de pantallas, la intensa presión académica en determinados países con los cambios en los sistemas educativos, los problemas familiares y el estrés.

Cuando los jóvenes piden ayuda en el centro o servicio de información, suelen encontrarse con profesionales de la información juvenil que les escuchan con atención y les ofrecen información fundamental para acceder a los servicios adecuados o directamente les derivan. Si bien es cierto que algunos centros y servicios de información han creado protocolos claros que orientan sus actuaciones, la mayoría no lo hace así, pese a que es algo que suele considerarse fundamental. La ausencia de estos protocolos se traduce en una **falta de cooperación efectiva y de retroalimentación** por parte de los profesionales y las instituciones a las que se remiten los casos. Esta situación genera una sensación de incertidumbre que resulta contraproducente a la hora de crear redes y ofrecer un apoyo fructífero. Esto dificulta también las consiguientes acciones, obstaculiza el proceso de aprendizaje, erosiona las relaciones profesionales e impide un seguimiento fluido de los casos.



Muchos informadores juveniles adquieren sus conocimientos de manera informal, mientras que otros asisten a cursos autofinanciados. Las instituciones también contribuyen a la formación de los mismos, y por otro lado, también hay profesionales de la salud mental en algunos centros/servicios de información juvenil (especialmente psicólogos). En lo que respecta a los recursos que necesitarían para mejorar su rendimiento, contestan que sería muy deseable disponer de una **guía con conocimientos básicos** para la asistencia inicial, con definiciones, información sobre las competencias necesarias y los recursos informativos. En lo que respecta a las competencias profesionales que consideran necesarias para abordar este tema, entre las cuestiones prioritarias se incluyen la formación en **escucha activa, una mayor empatía y técnicas** como el *mindfulness*. También se demanda formación, y en este sentido, sería importante contar con: conocimientos básicos sobre salud mental, trastornos comunes, síntomas e incluso legislación; esto sería muy deseable tanto para la guía como para los cursos; los profesionales de la información juvenil prefieren aprender con ejemplos y con las mejores prácticas siempre que sea posible.

Por último, aunque los centros/servicios para jóvenes disponen de recursos muy valiosos para la prevención, como actividades de ocio, deportes e interacciones sociales entre los jóvenes, se necesitan **talleres y debates sobre la salud mental** para abordar abiertamente este tema. Por otra parte, son recursos importantes para llegar a muchos jóvenes a través de las redes sociales las campañas informativas, los vídeos, los podcasts y los juegos.



# contexto y objetivos

# Contexto y objetivos

La pandemia de la COVID-19 ha tenido un impacto relevante en la vida de los jóvenes. También ha afectado al trabajo de los servicios de información juvenil, que han sido testigos de un **aumento** sin precedentes **de los problemas de salud mental y bienestar** entre los jóvenes. Los miembros de ERYICA decidieron en la 31ª Asamblea General de la ERYICA dedicar el EYID 2021 a sensibilizar sobre la importancia de la salud mental y el bienestar. En el marco de esta campaña, la ERYICA lanzó una encuesta que arrojaba datos alarmantes sobre el estado de la salud mental de los jóvenes como consecuencia de la pandemia y las restricciones que conllevó.

La salud mental de los jóvenes, en combinación con las medidas de contención de la COVID-19, ha demostrado ser una cuestión de interés para diversas partes interesadas. Se están publicando numerosos estudios que abordan esta cuestión. Existen pruebas suficientes de que **la salud mental ha pasado a ser una prioridad absoluta** que afecta

a todos los sectores de la población, y particularmente a los jóvenes. Los jóvenes han sufrido las **consecuencias más graves del aislamiento**, la reducción de las oportunidades laborales y de las actividades de ocio. Asimismo, los jóvenes que ya padecían problemas de salud mental han visto agravada su condición por las circunstancias.

Este contexto podría suponer una buena ocasión para **poner en valor la salud mental** y luchar contra el estigma, particularmente entre los jóvenes. Por esta razón, el proyecto YIMinds hace hincapié en el factor del bienestar mental en el ámbito de la información y el asesoramiento juvenil.

Este proyecto pretende aunar distintos puntos de vista: profesionales de la información juvenil, profesionales de la salud mental y el bienestar, y jóvenes. Los jóvenes deben participar en la **identificación de las necesidades y en la creación de puentes** entre las partes interesadas en su atención al bienestar mental.

Más concretamente, [YIMinds](#) tiene como objetivo, establecer:

- Un **diálogo estructurado** entre informadores juveniles, profesionales de la salud mental y jóvenes;
- Un **Marco Común Europeo** de actuación para que los distintos países y regiones puedan aprender unos de otros; y
- **Acciones eficaces para hacer frente al estigma** tradicionalmente asociado a la salud mental y el bienestar, que a menudo hace que los jóvenes no pidan ayuda.

Las actividades y los resultados previstos por el proyecto son los siguientes:

### ENCUESTA DIRIGIDA A LOS INFORMADORES JUVENILES

Los informadores juveniles tendrán la oportunidad de informar al proyecto sobre las medidas que ya están adoptando para atender las demandas en materia de salud mental de los jóvenes y establecer sus necesidades en materia de **alfabetización en el área de la salud mental**.

### GUÍA SOBRE ALFABETIZACIÓN EN MATERIA DE SALUD MENTAL PARA LOS INFORMADORES JUVENILES

La guía capacitará a los informadores juveniles a **detectar trastornos mentales** entre los jóvenes, prestarles apoyo de primera mano y, en caso necesario, remitirlos a los servicios especializados. Los profesionales de la salud mental serán parte integrante del proyecto, puesto que el consorcio va a trabajar para explorar vías de cooperación entre él mismo y los profesionales de la información juvenil. También se tomará en cuenta el punto de vista de los jóvenes a través del consorcio y de la Comisión de Jóvenes Embajadores de la ERYICA.

### SERIE DE PODCASTS

A través de los podcast, los jóvenes tendrán la oportunidad de expresarse sobre la importancia de la salud mental y el bienestar. Asimismo, se mostrarán testimonios de profesionales de la información juvenil que tratan los temas planteados por los jóvenes en un diálogo. El podcast se dirigirá principalmente a los informadores juveniles. La mayoría de los **casos prácticos y las buenas prácticas** que se relatan en el podcast complementan la guía.

### CAMPAÑA DE SENSIBILIZACIÓN REALIZADA POR JÓVENES

Esta campaña tratará de **invertir el estigma de la salud mental**, que a menudo impide a los jóvenes hablar sobre sus problemas. En el marco de la misma, se creará material audiovisual dirigido a los jóvenes.

### SEMINARIO CONJUNTO

El seminario conjunto será la ocasión para organizar una reunión entre los informadores juveniles, los profesionales de la salud mental y los jóvenes para presentar los resultados del proyecto y formular algunas **recomendaciones sobre políticas**. Los Jóvenes Embajadores de la ERYICA para la Información Juvenil participarán directamente en este proyecto. Supondrán una baza importante porque ya están participando en la red ERYICA y en el proceso de toma de decisiones y porque ya están formados en este enfoque entre iguales.

**Esta encuesta tiene como objetivo proporcionar datos clave sobre los niveles de alfabetización en materia de salud mental de los informadores juveniles. Los datos recogidos servirán de base para determinar las aptitudes, actitudes y lagunas de conocimientos de los informadores juveniles. Los datos recogidos a través del cuestionario y los dos grupos de discusión marcarán el desarrollo de todos los resultados del proyecto.**

# método de encuesta

# Método de encuesta

El contenido de la encuesta se divide en cuatro secciones con un total de **17 preguntas**:

1. Datos demográficos.
2. Recepción de solicitudes/consultas en el centro/servicio de información juvenil.
3. Cómo abordan actualmente estas peticiones los informadores juveniles.
4. Es necesario contar con determinados recursos, conocimientos y habilidades para mejorar las acciones.

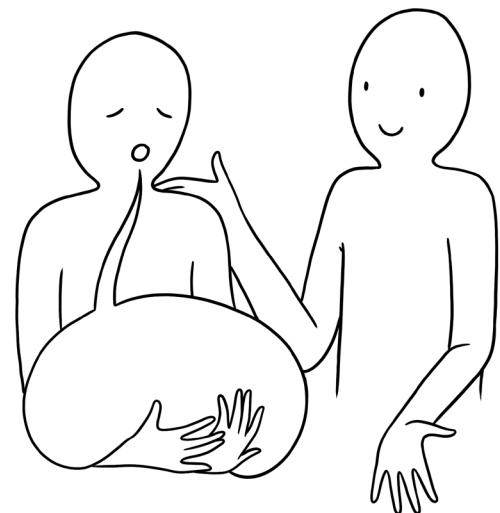
La encuesta tarda aproximadamente 15 minutos en completarse e incluye preguntas con respuestas cerradas, respuestas abiertas y respuestas de opción múltiple.

Se difundió del **6 de abril al 31 de mayo de 2023** entre las redes de los socios del proyecto, ERYICA y Eurodesk, llegando a los trabajadores de juventud, informadores juveniles, asociaciones

juveniles y profesionales de la salud mental de los jóvenes que trabajan en entidades políticas en materia de juventud.

En total, **369 personas de 15 países** han contestado la encuesta, que está disponible en **7 idiomas**.

La encuesta se ha realizado en combinación con **dos grupos de discusión** para enriquecer y contrastar los resultados. Estos grupos debatieron el tema durante una hora. Las reuniones de los grupos de discusión estaban formadas por **18 informadores juveniles de 14 países diferentes** (Croacia, Bélgica, Eslovenia, Grecia, Chipre, Suecia, Austria, Rumanía, Luxemburgo, Macedonia, Estonia y España), con distintos niveles de experiencia, y se celebraron online el 16 de mayo de 2023.



# resultados de encuesta

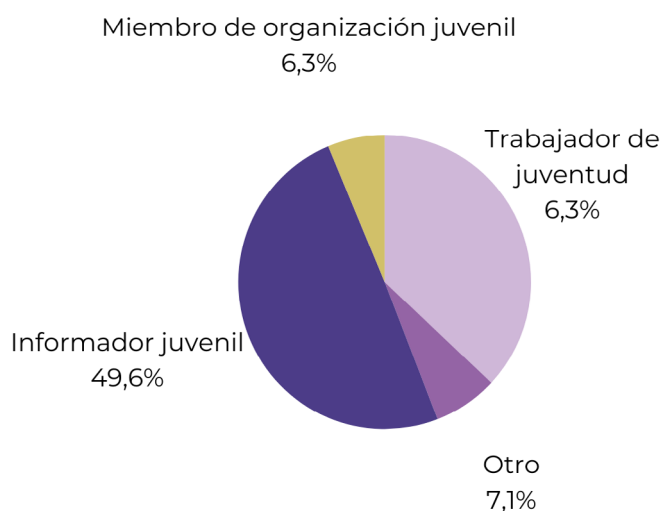
# Resultados de la encuesta

## 5.1 Datos demográficos

Para la sección demográfica, se identifica a los encuestados con tres preguntas:

### 1- «SOY»

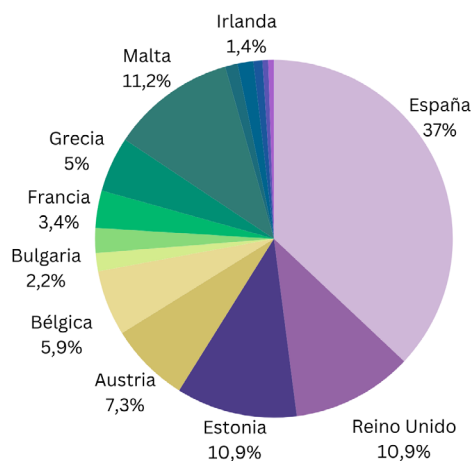
En las respuestas cerradas, vemos que casi **el 50% de los encuestados trabajan como informadores juveniles**, el 37% son profesionales que trabajan con jóvenes, seguidos de representantes de asociaciones juveniles y por último, un grupo formado en su mayoría por profesores, monitores de tiempo libre y psicólogos. Es importante destacar que están representados todos los grupos profesionales relacionados con este tema. Además, esta muestra nos ofrece diferentes ámbitos y funciones dentro del área de la información juvenil (Imag. 2).



Imag.2: Profesionales que trabajan con jóvenes

### 2- «EN QUÉ PAÍS TRABAJAS»

Los encuestados proceden de **25 países europeos**. En lo que respecta a los resultados, cabe destacar la participación de España, seguida del Reino Unido, Estonia, Austria y Bélgica. Cabe destacar que España ha participado con nueve miembros de la ERYICA como participantes en la red ERYICA puesto que este país cuenta con una organización administrativa de gobiernos autonómicos que gestionan a los proveedores de información juvenil local y tienen las competencias en materia de juventud. Por este motivo, y para identificar a los participantes, el cuestionario cuenta con una pregunta adicional en su versión en español: «Indica tu Comunidad Autónoma». A esta pregunta contestaron trabajadores de juventud de seis Comunidades Autónomas.

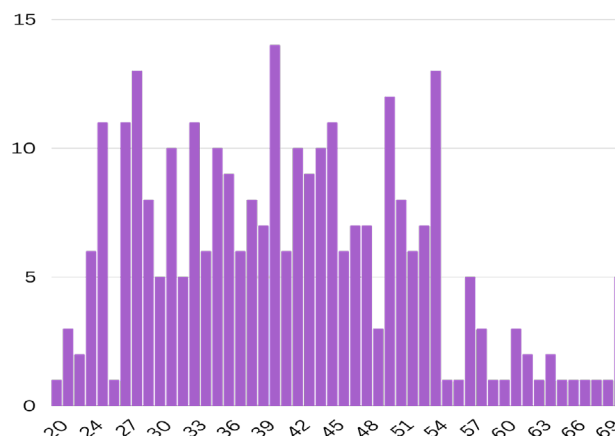


Imag. 3: ¿En qué país trabajas?



### 3- «¿CUÁNTOS AÑOS TIENES?»

Las edades de los encuestados oscilan entre los 20 y los 70 años. Las edades más comunes entre los participantes son los **40 años**, seguidos de los 55 y los 28 años. Estos resultados podrían ser un indicador de la madurez de la información juvenil como profesión y quizás de un mayor interés por la encuesta entre los profesionales que trabajan con jóvenes con más experiencia (Imag. 4).



Imag. 4: ¿Cuántos años tienes?

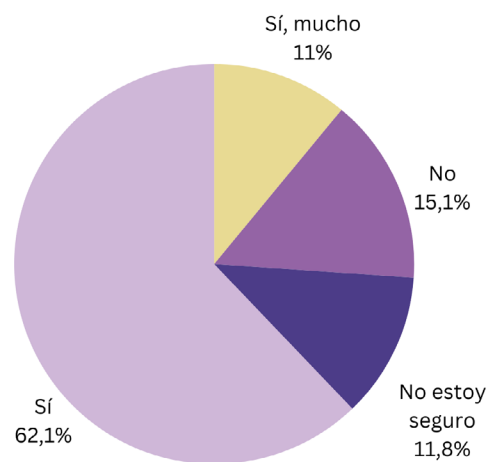
## 5.2 Recepción de consultas/solicitudes en el centro/servicio de información juvenil

La segunda sección está dedicada a las consultas/solicitudes recibidas por los proveedores de información juvenil, y las preguntas son las siguientes:

### 1- ¿RECIBES MÁS CONSULTAS/PETICIONES DE JÓVENES QUE GUARDEN RELACIÓN DIRECTA O INDIRECTA CON EL MALESTAR EMOCIONAL Y LOS PROBLEMAS DE SALUD MENTAL DESDE 2020?

**En el 62,2% de los casos, la respuesta es SÍ**

Otro 11% contesta: «Sí, muchas más» Sin embargo, es importante señalar que la variedad y la tipología de los servicios de información juvenil permiten que un 15% responda de forma negativa, y un 11% no esté seguro, probablemente debido a su rol en la organización.

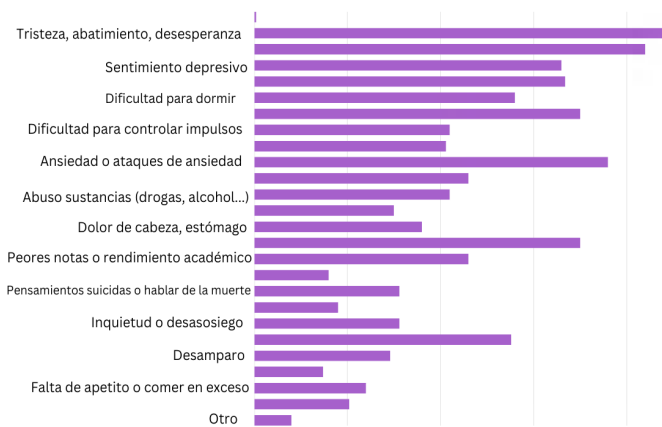


Imag. 5: ¿Recibes más consultas/peticiones de jóvenes que guarden relación directa o indirecta con el malestar emocional y los problemas de salud mental desde 2020?

Debemos tener en cuenta que muchas de las respuestas son más intuitivas que factuales, ya que muchos servicios de información juvenil, asociaciones juveniles o centros de juventud no disponen de un registro de consultas. (Imag. 5).

## 2- ¿CUÁLES SON LAS SEÑALES DE ALARMA MÁS FRECUENTES QUE MUESTRAN LOS JÓVENES QUE UTILIZAN TUS SERVICIOS?

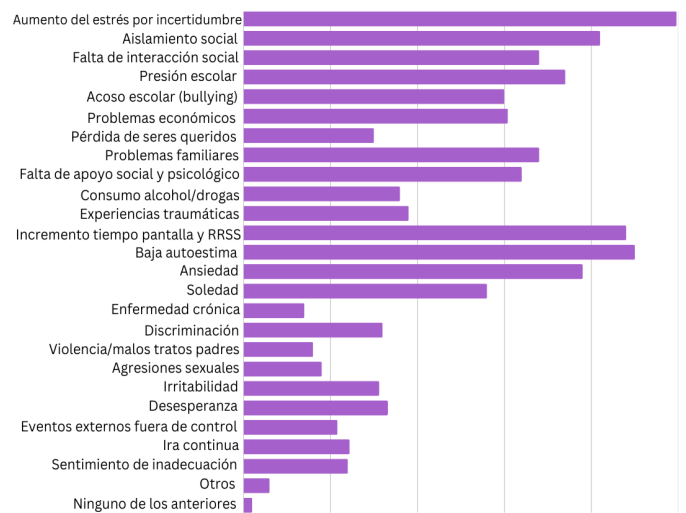
Las respuestas de los encuestados son abrumadoras: **tristeza, depresión, desesperanza, ansiedad, presión académica e impotencia** son los síntomas más citados, seguidos de dificultades para dormir, abuso de sustancias y pensamientos suicidas. (Imag. 6).



Imag. 6: ¿Cuáles son las señales de alarma más frecuentes que muestran los jóvenes que utilizan tus servicios?

## 3- ¿CUÁLES SON LAS CAUSAS MÁS COMUNES DEL DETERIORO DE LA SALUD MENTAL DE LOS JÓVENES SEGÚN TU EXPERIENCIA DIARIA COMO TRABAJADOR DE JUVENTUD?

Las respuestas, en este caso, también son concluyentes: inseguridad ante el futuro, baja autoestima, ansiedad, adicción a las pantallas, aislamiento social, presión académica, soledad y problemas familiares; todos estos factores dibujan un escenario poco saludable para el desarrollo social y personal de los jóvenes (Imag. 7).



Imag. 7: ¿Cuáles son las causas más comunes del deterioro de la salud mental de los jóvenes según tu experiencia diaria como profesional del trabajo con jóvenes?

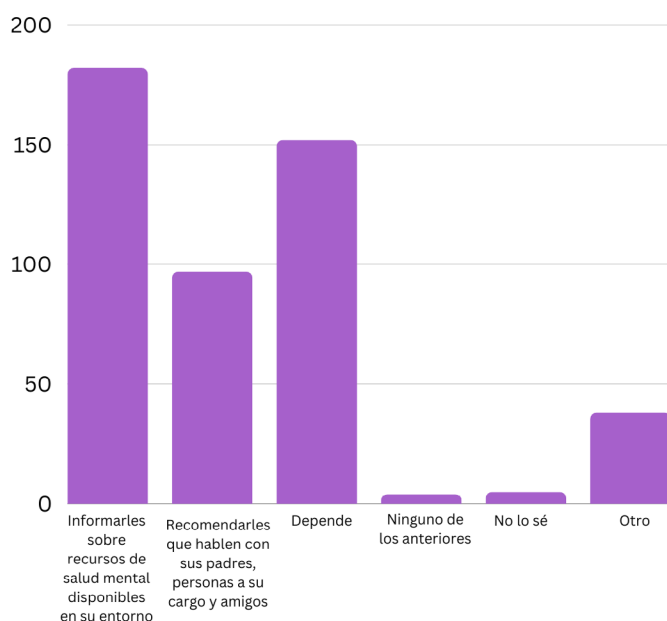
## 5.3 Cómo abordan actualmente estas necesidades los informadores juveniles

La tercera sección de preguntas está dedicada a determinar cómo abordan actualmente estas necesidades los informadores juveniles. ¿Están cumpliendo los informadores juveniles este papel fundamental de recabar y responder a estas necesidades? ¿Por qué lo hacen los informadores juveniles? ¿O por qué no lo hacen?

¿Existen protocolos para abordar adecuadamente estas demandas? Si los informadores juveniles las han abordado, ¿reciben en algún momento feedback del profesional para mejorar sus actuaciones al respecto? ¿Disponen los servicios de información juvenil de un equipo multidisciplinar para debatir los casos, actuar de forma conjunta e intervenir de forma adecuada?

## 1- ¿CÓMO ABORDAS LAS CONSULTAS O DEMANDAS DE LOS JÓVENES RELACIONADAS CON LA SALUD MENTAL?

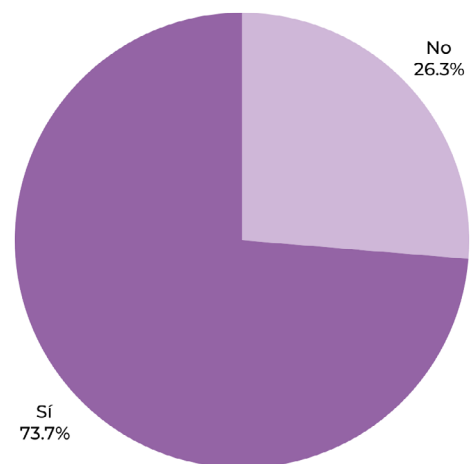
La mayoría respondió que «**con recursos informativos**» o que «depende». A continuación se les recomienda hablar con sus padres, cuidadores y amigos. Esto demuestra que, en general, ya existe una **forma inicial de apoyo**, que consiste en escuchar y ofrecer recursos que pueden ser informativos, de apoyo o de asesoramiento cuando el servicio cuenta con un profesional de la salud mental integrado (normalmente un psicólogo, pero no solo). Los recursos y actividades que ofrece el propio centro o servicio también forman parte de la solución al problema (Imag. 8).



Imag. 8: ¿Cómo abordas las consultas o demandas de los jóvenes relacionadas con la salud mental?

## 2- ¿HAS ATENDIDO/ACOMPAÑADO ALGUNA VEZ A UN JOVEN QUE MUESTRE SIGNOS DE MALESTAR O PROBLEMAS DE SALUD MENTAL?

**El 73,4% respondió de forma afirmativa**, mientras que el 26,3% respondió de forma negativa. Las respuestas afirmativas se resuelven principalmente derivando a la persona a un especialista o a profesionales del mismo servicio con formación específica. Por otro lado, las respuestas negativas están relacionadas con un contacto nulo con este tipo de situaciones, ya sea porque no es la función del profesional encuestado, por una falta de confianza derivada de un conocimiento insuficiente o, en última instancia, por la falta de protocolos (Imag. 9).



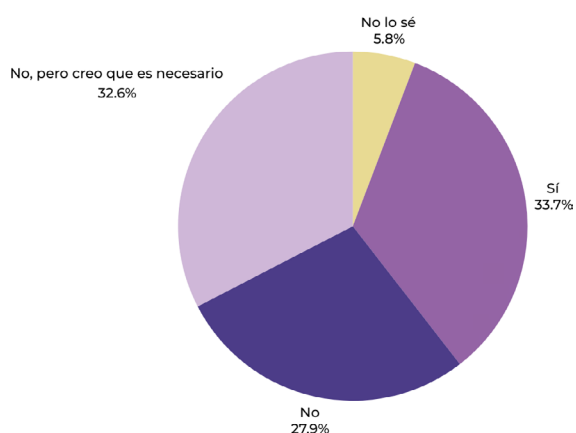
Imag. 9: ¿Has atendido/accompañado alguna vez a un joven que muestre signos de malestar o problemas de salud mental?

### 3- ¿DISPONES DE UN PROTOCOLO PARA CASOS URGENTES EN MATERIA DE SALUD MENTAL?

Dada la importancia de los protocolos en cuestiones relacionadas con la salud en las que intervienen múltiples profesionales, decidimos introducir esta pregunta.

El 33,7% respondió que cuenta con protocolos y, si tenemos en cuenta que el 32,6% que no dispone de ellos, los considera necesarios, parece fácil concluir que todos los servicios deberían contar con protocolos para esta cuestión.

(Imag. 10)

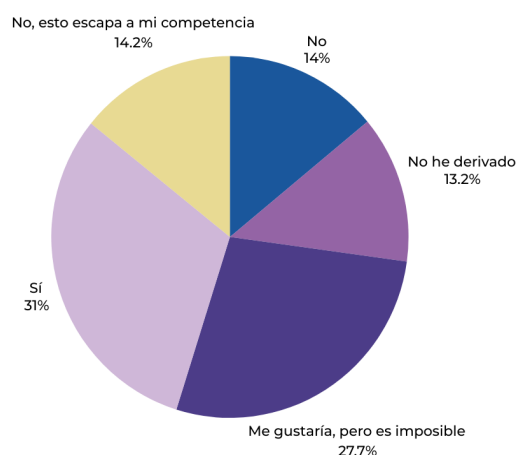


Imag. 10: ¿DISPONES DE UN PROTOCOLO PARA CASOS URGENTES EN MATERIA DE SALUD MENTAL?

### 4- ¿CUANDO DERIVAS UN CASO A OTRO SERVICIO REALIZAS UN SEGUIMIENTO DEL PROCESO?

Una de las acciones más importantes para la evaluación y el aprendizaje dentro de las redes es contar con la opinión del profesional/servicio al que se derivó el caso. Sin este tipo de feedback, saber si nuestras acciones han sido útiles es imposible.

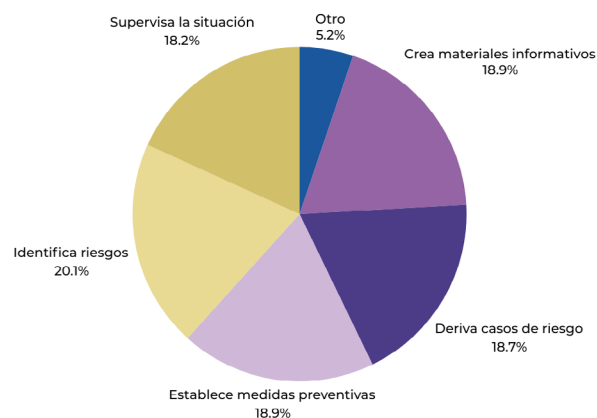
Aunque muchos profesionales de la juventud lo consideran necesario, solo el 31% recibe información sobre su intervención tras derivar a un joven y, por tanto, puede hacer un seguimiento del proceso o mejorar su apoyo. Alrededor del 14% considera que esto escapa a su competencia. (Imag. 11) Es importante destacar que solo el 31% puede deberse a cuestiones de confidencialidad que no permiten a los profesionales recibir feedback una vez que el joven es derivado a otro servicio. Sin embargo, recibir información sobre su actuación en el propio proceso de derivar es fundamental para garantizar un mejor apoyo y una cooperación más eficaz (por ejemplo, ¿es este el servicio adecuado al que derivar a esta persona? ¿Es útil la información facilitada?).



Imag. 11 ¿CUANDO DERIVAS UN CASO A OTRO SERVICIO REALIZAS UN SEGUIMIENTO DEL PROCESO?

## 5- ¿DISPONE TU CENTRO/SERVICIO DE UNA RED MULTIDISCIPLINAR DE EXPERTOS/SOCIOS?

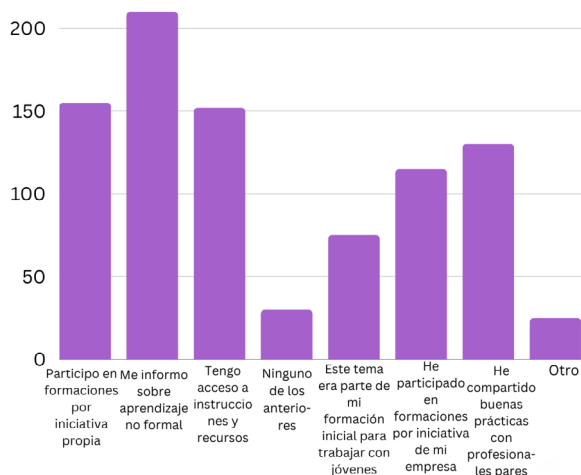
Prácticamente todos los encuestados han respondido a esta pregunta, lo cual es una señal positiva. Además, estos equipos multidisciplinares elaboran material informativo, identifican riesgos, derivan a profesionales, controlan la situación y establecen medidas preventivas (Imag. 12).



Imag. 12: ¿Dispone tu centro/servicio de una red multidisciplinaria de expertos/socios?

## 5.4 Recursos, conocimientos y habilidades necesarios para mejorar las acciones

La cuarta sección está dedicada a los **recursos, conocimientos y habilidades necesarios** para mejorar las acciones de prevención de los problemas de salud mental y promover el bienestar de los jóvenes desde la perspectiva del trabajo de la información juvenil y las políticas de juventud.



Imag. 13 ¿A QUÉ TIPO DE HERRAMIENTAS, FORMACIÓN Y RECURSOS TIENES ACCESO COMO APOYO PARA TU TRABAJO COMO INFORMADOR JUVENIL SOBRE LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR DE LOS JÓVENES?

### 1- ¿A QUÉ TIPO DE HERRAMIENTAS, FORMACIÓN Y RECURSOS TIENES ACCESO COMO APOYO PARA TU TRABAJO COMO INFORMADOR JUVENIL SOBRE LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR DE LOS JÓVENES?

Esta pregunta se refiere al sistema de aprendizaje que permite atender las consultas y peticiones.

La respuesta más común es la **autoformación y el aprendizaje informal**, seguida de la formación impartida por los propios trabajadores, el intercambio de buenas prácticas, la formación que ofrecen las empresas o en el marco de la formación inicial de los encuestados, entre los que abundan los psicólogos y otros profesionales de la salud (Imag.13).

## 2- ¿QUÉ TE PARECERÍA ÚTIL INCLUIR EN UNA GUÍA SOBRE ALFABETIZACIÓN EN SALUD MENTAL PARA INFORMADORES JUVENILES?

Las propuestas de los participantes sobre este asunto han sido numerosas, relevantes e interesantes. Hemos intentado resumirlas y recopilarlas en **dos partes**. En la primera parte se muestran las contribuciones que abordan específicamente el planteamiento de la guía. En la segunda parte, se incluye una tabla que muestra los contenidos, competencias y recursos propuestos directamente por los encuestados.

- La guía debe tener un **enfoque integrador y no estigmatizador** para que los jóvenes puedan sentirse seguros y cómodos buscando información y apoyo sobre su salud mental.
- Esta guía incluye **ejemplos prácticos y diferentes escenarios** y analiza las posibles soluciones para diversas situaciones, reconociendo a la vez que cada caso es único y que puede requerir un tratamiento diferente.
- La guía debe **animar a los informadores juveniles a seguir formándose** y a estar al día de las cuestiones relacionadas con la salud mental y los recursos disponibles para ayudar a los jóvenes con problemas de salud mental. Asimismo, debe hacer hincapié en la importancia de reducir el estigma asociado a las cuestiones relacionadas con la salud mental y en cómo los informadores juveniles pueden ayudar promoviendo conversaciones abiertas y honestas sobre la salud mental.

CONTENIDO	COMPETENCIAS/ HABILIDADES	RECURSOS
<p>Conocimientos (generales) sobre salud mental. Definición de salud mental, ¿qué es un trastorno mental? Diferentes patologías Salud mental y jóvenes</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber identificar los problemas de salud mental de los jóvenes.</li> <li>• Saber identificar un problema de salud mental.</li> <li>• Factores que influyen en la salud mental.</li> </ul>	
<p>Vocabulario</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber empatizar.</li> <li>• Saber ser asertivo/a.</li> <li>• Saber escuchar de forma activa.</li> <li>• Saber cómo hablar con los jóvenes en esta situación.</li> </ul>	
<p>Inteligencia emocional</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conocer los límites a la hora de ayudar.</li> <li>• Saber cómo proceder en el caso de un joven con algún tipo de patología mental en diferentes contextos.</li> <li>• Saber cómo acoger a un joven, cómo escucharle y conocer los diferentes grados de intervención a nuestro nivel.</li> </ul>	<p>Protocolos básicos de primera atención y derivación posterior</p>
<p>Las señales de alarma</p> <p>Evaluación de riesgos: Información sobre la evaluación del riesgo de autolesión o suicidio y cómo responder de forma adecuada.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber cómo hablar sobre autolesiones y pensamientos suicidas.</li> <li>• Saber cómo actuar en caso de emergencia.</li> <li>• Saber cómo tratar o actuar en cualquier situación que pueda surgir.</li> </ul>	<p>Casos prácticos</p> <p>Protocolos para ofrecer respuestas adecuadas.</p> <p>Recursos gratuitos (públicos) que pueden ofrecerse a los jóvenes.</p>

CONTENIDO	COMPETENCIAS/ HABILIDADES	RECURSOS
Estigma y discriminación	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cómo ser un/a aliado/a: Ofrecer información sobre cómo ser un/a buen/a aliado/a de una persona que esté experimentando problemas de salud mental, incluyendo la importancia de escuchar, ser comprensivo/a y pedir ayuda cuando sea necesario.</li> </ul>	<p>Recursos especializados en el área geográfica</p> <p>Buenas prácticas</p>
Confidencialidad y privacidad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mantener la confidencialidad y la privacidad a la hora de trabajar con jóvenes con problemas de salud mental.</li> </ul>	<p>Normativa vigente sobre salud mental en distintos contextos</p>
Diseño de protocolos asistenciales	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacidad para colaborar a distintos niveles y con distintas partes.</li> </ul>	<p>Visión general de las organizaciones de contacto</p>
Estrategias de prevención: Información sobre estrategias de prevención para mantener una buena salud mental, como el autocuidado, la gestión del estrés, la socialización, la actividad física y el fomento de la resiliencia.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saber cómo hablar sobre salud mental.</li> <li>• Saber acercarse a los jóvenes con problemas de salud mental.</li> </ul>	<p>Sitios web, aplicaciones y organizaciones que se centran en la salud mental de los jóvenes y ofrecen información y apoyo. Diferentes prácticas para aplicar en diferentes escenarios. Mindfulness. Material para realizar talleres y otros conocimientos necesarios, técnicas para exponer y debatir sobre diferentes temas, etc.</p>



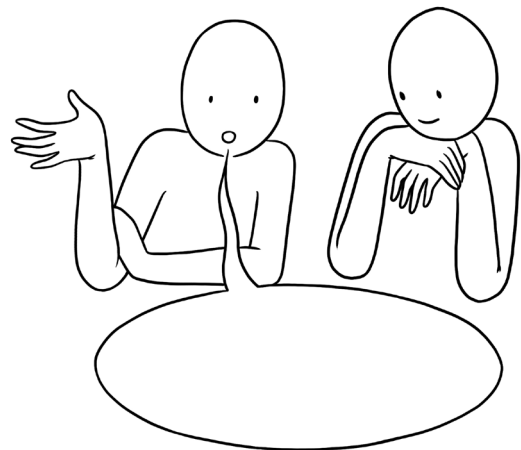
### 3- ESTRATEGIAS UTILIZADAS PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR ENTRE LOS JÓVENES

Las estrategias más utilizadas por los encuestados son los recursos informativos, seguidos de las actividades al aire libre y las conversaciones (Imag. 14).



Imag. 14: 3- Estrategias utilizadas para promover la salud mental y el bienestar entre los jóvenes.

4- HABILIDADES NECESARIAS incluyen la empatía y la escucha activa en primer lugar, seguidas de conocimientos básicos sobre el tema. También se incluyen diferentes comentarios sobre la necesidad de conocer mejor los recursos en materia de salud mental y crear mejores redes sobre este tema, así como sobre la urgente necesidad de formar mejor y con más profundidad a los profesionales de juventud.

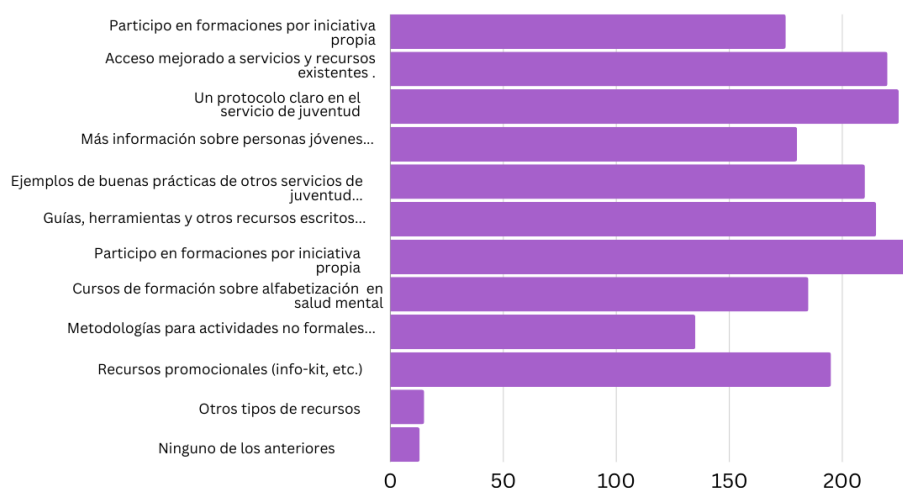


CONTENIDO	COMPETENCIAS/ HABILIDADES	RECURSOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Benevolencia</li> <li>• Escucha activa</li> <li>• Conocimientos sobre el tema</li> <li>• Comprensión del tema</li> <li>• Empatía</li> <li>• Observación</li> <li>• Toma de decisiones</li> <li>• Retórica</li> <li>• Posición profesional adaptada</li> <li>• Identificación de situaciones que apunten a problemas de salud mental y bienestar</li> <li>• Capacidad para detectar el problema</li> <li>• Cómo entrenar a los voluntarios en esto, cómo escuchar, cómo conectan los jóvenes.</li> <li>• Comunicación efectiva</li> <li>• Gestión de las emociones y la frustración</li> <li>• Resolución de problemas</li> <li>• Mejores competencias digitales y en medios sociales</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Experiencia en la red de referencia; recibir señales; atreverse a hablar y poner nombre.</li> <li>• Sería importante disponer de más material informativo y de contactos de los puntos de contacto para remitir a los jóvenes afectados si sus problemas superan sus competencias en materia de salud mental.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Conversaciones entre especialistas en forma de conferencias europeas y nacionales</li> <li>• Métodos para explicar el tema ante un grupo (herramientas de taller)</li> <li>• Talleres básicos sobre salud mental</li> <li>• Conocimiento de los sistemas de apoyo</li> <li>• Acceso a acciones que mejoren la salud mental (cursos, actividades, dinámicas, etc). Así como a profesionales y entidades que llevan a cabo estas actividades.</li> <li>• Más formación en prevención y atención directa</li> <li>• Conversaciones y debates sobre salud mental y bienestar</li> <li>• Actividades de compromiso comunitario, voluntariado y ciudadanía activa</li> </ul>

CONTENIDO	COMPETENCIAS/ HABILIDADES	RECURSOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Creatividad para desarrollar soluciones, un enfoque interdisciplinar para trabajar mejor con otros profesionales.</li> <li>• Gestión de crisis para mantener la calma en situaciones críticas.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Más información sobre los derechos de los jóvenes/edad de consentimiento a la hora de informar a los padres</li> <li>• Servicios de apoyo actualizados en el área local, así como líneas directas y recursos</li> </ul>

## 5- ¿QUÉ CONOCIMIENTOS Y RECURSOS CREES QUE NECESITAS PARA MEJORAR TUS ACTUACIONES EN RELACIÓN CON LA SALUD MENTAL Y EL BIENESTAR DE LOS JÓVENES?

En lo que respecta a los recursos necesarios, las respuestas son muy variadas, desde **cursos de formación, guías, campañas, podcasts, vídeos y juegos**, y se menciona en varias ocasiones el apoyo a los trabajadores en el ámbito de la juventud en general, tanto personal como profesional (Imag. 15).



Imag. 15: ¿Qué conocimientos y recursos crees que necesitas para mejorar tus actuaciones en relación con la salud mental y el bienestar de los jóvenes?

# conclusiones del grupo de discusión

# Grupo de discusión conclusiones

## CONTRAS:

- Falta de espacios privados para una comunicación eficaz sobre el tema.
- Recursos informativos insuficientemente desarrollados, validados y actualizados.
- Falta de recursos institucionales.
- Falta de reconocimiento del papel informadores juveniles (dificultad para crear redes con otros servicios profesionales).

## PROS:

- Los informadores juveniles están muy interesados en el tema y son conscientes de sus posibles funciones y conocimientos (profesionalidad).
- Los informadores juveniles están abiertos al diálogo y escuchan.
- La sociedad es cada vez más abierta a debatir los problemas de salud mental. Este hecho indica posiblemente una disminución del estigma.



# conclusiones y recomendaciones

# Conclusiones y recomendaciones

## 7.1 Conclusiones

- La información juvenil y los trabajadores en el ámbito de la juventud están preocupados por el **deterioro de la salud mental de los jóvenes** en Europa, como demuestran las 369 respuestas que recibimos y los dos grupos de discusión que organizamos.
- Los jóvenes **confían en los servicios de información juvenil** para hacer preguntas y hablar de sus asuntos y problemas de salud mental, puesto que la mayoría de los encuestados afirman haber apoyado a jóvenes en este tipo de situaciones.
- La mayoría de los **servicios/centros de información juvenil trabajan** en este tema apoyando a los jóvenes con problemas o preguntas, proporcionando recursos informativos, derivando a especialistas (siempre que sea posible) y promoviendo hábitos saludables y oportunidades de prevención y recuperación.
- Los informadores juveniles saben que su **formación es insuficiente** para abordar muchas de las cuestiones relacionadas con un tema tan delicado como la salud mental.
- Los informadores juveniles conocen su **papel como mediadores** de los jóvenes en la sociedad y agentes de prevención.
- Muchos centros/servicios de información juvenil trabajan con **equipos multidisciplinares** para mejorar sus actuaciones.
- Un tercio de los encuestados dispone de **protocolos** en su centro/servicio, que facilitan enormemente su funcionamiento.
- Los informadores juveniles suelen estar infravalorados pese a ser figuras fundamentales que mantienen un contacto diario con los jóvenes. Tienen potencial para establecer **colaboraciones clave con diferentes profesionales e instituciones**. Entre sus funciones se incluye la recopilación de información importante, facilitar la derivación a los jóvenes y la promoción activa de hábitos saludables y oportunidades. Sin embargo, su papel potencial en el apoyo al bienestar de los jóvenes se ve obstaculizado por sus dificultades para obtener recursos informativos adecuados, la incertidumbre en torno a los sistemas de derivación y un circuito de información inadecuado sobre los resultados al derivar a los jóvenes a otros profesionales o servicios.
- Es evidente que, si bien es cierto que los profesionales de la información juvenil son testigos de determinadas señales de socorro, no se sienten lo suficientemente **seguros por falta de conocimientos**. Pero también cabe señalar que su actitud es abierta a aprender y colaborar con los profesionales y servicios competentes.

## 7.2 Recomendaciones

- Es importante **mejorar la formación de los profesionales de la información juvenil** en lo que respecta a la alfabetización en materia de salud mental, haciendo hincapié en la detección de problemas y los pasos para ofrecer asistencia inicial.
- La formación de los informadores juveniles debería centrarse en cuestiones generales de salud mental y **potenciar aptitudes** como la empatía y la escucha activa.
- La formación debe ser práctica, basada en **casos reales y en las mejores prácticas**.
- Debe promoverse la creación de **redes con otros profesionales** e instituciones de la salud, la cultura, el deporte, etc., para proporcionar a los jóvenes recursos de prevención y recuperación.
- Los protocolos de actuación dentro del centro/servicio y con los profesionales a los que remiten deben ser una realidad en todos los centros que aborden este tema. Todos los trabajadores implicados deben colaborar en su creación, razón por la que los informadores juveniles proponen esto como una oportunidad de aprendizaje.
- Es fundamental disponer de una **guía básica sobre salud mental y jóvenes**. Esta debe incluir contenidos, promoción del desarrollo de habilidades, recursos informativos, estudios de casos, mejores prácticas y ejemplos de protocolos.
- **Los recursos y las campañas** de prevención también son cruciales. Crear podcasts, vídeos, juegos, etc., también es de gran utilidad.
- Crear y poner en marcha **talleres sobre alfabetización en salud mental**, así como charlas y debates sobre este tema son muy útiles. Así, los informadores juveniles también requieren competencias en la promoción de la salud mental con los jóvenes.



## 7.3 Análisis DAFO

### DEBILIDADES

- Inseguridad y falta de conocimientos IJ (Informadores juveniles)
- Falta de espacios privados en los centros/servicios
- Falta de protocolos de actuación
- Dificultades para desarrollar recursos informativos adecuados
- Formación adaptada al perfil de los IJ
- Falta de recursos para campañas preventivas

### AMENAZAS

- Condiciones de vida adversas para los jóvenes: desempleo, vivienda, adicciones digitales, aislamiento, soledad, racismo, homofobia, etc.
- Persistencia del estigma
- Falta de reconocimiento del papel de la información juvenil
- Recursos públicos insuficientes para abordar los problemas de salud mental de los jóvenes

### FORTALEZAS

- Principales redes europeas de información juvenil (por ejemplo, ERYICA y Eurodesk) dispuestas a coordinar y desarrollar iniciativas para actuar en este ámbito.
- Centros con equipos multidisciplinares, incluidos profesionales de la salud mental
- Buenas prácticas
- Recursos para la prevención disponibles

### OPORTUNIDADES

- La sociedad en general está más abierta a hablar de salud mental
- Concienciación a escala europea y nacional de la creciente necesidad de apoyo a la salud mental.

Imag. 16: ANÁLISIS DAFO

**anexos**

# Anexos

## Anexos: La encuesta

### **Detección de la alfabetización en materia de salud mental en el trabajo de la información juvenil**

Esta encuesta forma parte del proyecto Erasmus+ **Youth Information minding young people's mental health (YIminds)** - coordinado por ERYICA en asociación con De Ambrassade (BE), IASIS (GR), Harno (EE), Comunidad de Madrid (ES), Cyprus Youth Council (CY), Österreichische Jugendinfos (AT), Young Scot (UK) y Eurodesk Brussels Link (BE). Desde YiMinds queremos hacer hincapié en el componente del bienestar de los jóvenes en los servicios de información y asesoramiento juvenil y fomentar el conocimiento sobre salud mental de los proveedores de información juvenil.

Esta encuesta tiene como objetivo proporcionar datos clave sobre los niveles de alfabetización en materia de salud **mental de los informadores juveniles**. Los datos recogidos servirán de base para determinar las aptitudes, actitudes y lagunas de conocimientos de los informadores juveniles. Este resultado marcará el resto de los resultados del proyecto. A partir de estos datos, se

diseñará una guía para colmar las lagunas que pudieran tener los informadores juveniles para identificar de manera eficaz a los jóvenes en apuros y ofrecerles apoyo de primera mano y orientación.

La encuesta se divide en tres partes: Recepción, competencias y recursos y prevención.

### **Soy**

Informador juvenil  
 Profesional de juventud  
 Miembro o representante de una organización juvenil  
 Otros: especifica

### **¿En qué país trabajas? (lista desplegable de países)**

**En el caso de España, indicar la comunidad autónoma  
 (lista desplegable de comunidades autónomas)**

### **¿Qué edad tienes?**

## RECEPCIÓN

La primera sección de esta encuesta tiene como objetivo evaluar el conocimiento, la exposición y la respuesta de los informadores juveniles a los problemas de salud mental de los jóvenes.

### 1. ¿Recibes más consultas/peticiones de jóvenes que guarden relación directa o indirecta con el malestar emocional y los problemas de salud mental desde 2020?

- Sí
- No
- Sí, muchas más
- No estoy seguro/a

### 2. ¿Cuáles son las señales de alarma más frecuentes que muestran los jóvenes que utilizan tus servicios? (Se pueden elegir varias respuestas)

#### INSEGURIDAD / INCERTIDUMBRE

Temor excesivo a riesgos futuros o presentes

#### INESTABILIDAD EMOCIONAL

Cambios de humor  
Alegría o euforia excesivas

#### DESESPERANZA

Sentimientos de tristeza, abatimiento, desesperanza  
Cansancio, falta de energía, apatía  
Tristeza / Depresión

#### DESAMPARO

Impotencia  
Inquietud o desasosiego

#### FALTA DE MOTIVACIÓN

Poco interés por hacer cosas (que antes se disfrutaban)

#### TRASTORNOS DEL SUEÑO

Dificultad para dormir  
Somnolencia continua

#### DIFICULTADES CON LOS ESTUDIOS

Bajada de las calificaciones o del rendimiento escolar  
Problemas de concentración

#### FALTA DE AUTOCONTROL

Dificultad para controlar los impulsos  
Irritación, ataques de ira

#### ANSIEDAD

Sentir ansiedad o ataques de ansiedad

#### TRASTORNOS ALIMENTARIOS

Falta de apetito o comer en exceso

#### COMPORTAMIENTOS AUTOLÍTICOS

Comportamientos autolesivos o hablar de autolesionarse  
Pensamientos suicidas o hablar de la muerte

#### COMPORTAMIENTO DE ABUSO DE SUSTANCIAS

Abuso de sustancias (drogas, alcohol, medicamentos)  
Necesidad de calmarse con alcohol o pastillas

#### AISLAMIENTO SOCIAL

Evitar a familiares y amigos

#### PENSAMIENTOS OBSESIVOS

Ideas o pensamientos repetitivos e incontrolables

#### SÍNTOMAS FÍSICOS SIN EXPLICACIÓN

Dolores de cabeza y de estómago

OTROS: especificar

**3. ¿Cuáles son las causas más frecuentes del deterioro de la salud mental entre los jóvenes según tu experiencia diaria con los jóvenes como informador juvenil? (Se pueden elegir varias respuestas)**

- Aumento del estrés y la ansiedad relacionados con la incertidumbre o la inseguridad
- Contacto social/aislamiento social
- Discriminación
- Falta de interacción social y/o actividades de ocio
- Presión escolar y responsabilidades
- Acoso escolar
- Problemas económicos e ingresos familiares
- Pérdida de seres queridos o cambios drásticos en la familia
- Problemas familiares
- Falta de apoyo social y psicológico
- Abuso de drogas/alcohol
- Experiencias traumáticas
- Figuras paternas violentas/severas
- Agresión sexual
- Aumento del tiempo frente a la pantalla e influencia de las redes sociales
- Acontecimientos externos fuera de control
- Sentimientos de inadecuación
- Baja autoestima
- Ansiedad
- Soledad
- Enfado continuo
- Irritabilidad
- Desesperanza
- Enfermedad crónica
- Otros
- Nada de lo anterior

**4. ¿Cómo resuelves las consultas/solicitudes de los jóvenes relacionadas con la salud mental?**

- Informarles sobre los recursos en materia de salud mental disponibles en su entorno
- Recomendarles que hablen con sus padres/cuidadores y amigos
- Depende
- Nada de lo anterior
- No lo sé
- Otros:

**5. ¿Has asistido/acompañado alguna vez a un joven que muestre signos de malestar o problemas de salud mental? (pregunta con condición)**

- Sí
- No

**5.1 Si la respuesta es afirmativa, ¿cómo lo gestionaste?**

- Me sentí seguro/a para ayudar al joven que mostraba signos de alarma/estrés porque había recibido formación para ello
- Remití al joven al servicio especializado
- Tenía un protocolo que seguir
- Otros

**5.2 Si tu respuesta es negativa, explícanos por qué**

- No disponía de las habilidades/formación necesarias para ayudar/acompañar al joven
- Nunca me he encontrado en esta
- No forma parte de mis funciones
- Otros

**6. ¿Cuentas con un protocolo para actuar en casos de problemas graves de salud mental?**

- Sí
- No
- No, pero creo que es necesario
- No lo sé

**7. ¿Haces seguimiento del proceso al derivar un caso a otro servicio?**

- Sí
- No
- Me gustaría, pero es imposible
- No he derivado
- No, eso escapa a mi competencia

## COMPETENCIAS Y RECURSOS

La segunda sección tiene como objetivo recopilar información sobre las competencias necesarias y los recursos de los informadores juvenil para abordar la salud mental y el bienestar de los jóvenes.

**8. Tu centro/servicio cuenta con una red multidisciplinar de expertos/socios para (marcar la casilla):**

- Controlar la situación (sí/no)
- Identificar los riesgos (sí/no)
- Establecer medidas preventivas (sí/no)
- Remitir a casos de riesgo (sí/no)
- Elaborar productos de información (sí/no)
- Otros

**9. ¿A qué tipo de herramientas, formación y recursos tienes acceso como apoyo para tu trabajo como informador juvenil sobre la salud mental y el bienestar de los jóvenes? (Se pueden elegir varias respuestas)**

- Este tema formó parte de mi formación inicial para ser informador juvenil
- Participé en cursos de formación por iniciativa propia
- Participé en cursos de formación por iniciativa de mi empresa
- Me informé a través del aprendizaje informal (aprendizaje, lectura de guías, etc.)
- Compartí buenas prácticas con otros profesionales (proyectos de la UE, redes locales, etc.)
- Tuve acceso a directrices/recursos
- Nada de lo anterior
- Otros: especifica

**10. ¿Qué te parecería útil incluir en una guía sobre alfabetización en materia de salud mental para los profesionales de la información juvenil? (pregunta abierta)**

## PREVENCIÓN

Esta tercera parte tiene como objetivo recopilar información sobre las actividades de prevención llevadas a cabo por los informadores juveniles para apoyar el bienestar emocional y la salud mental de los jóvenes.

### 11. ¿Qué estrategias utilizas para fomentar la salud mental y el bienestar? (Se pueden elegir varias respuestas)

- Talleres de formación en salud mental y bienestar
- Conversaciones y debates sobre salud mental y bienestar
- Recursos informativos sobre el tema en cuestión
- Promoción del deporte
- Promoción de actividades de meditación
- Promoción de actividades al aire libre/ en contacto con la naturaleza
- Actividades de compromiso comunitario, voluntariado y ciudadanía activa
- Fomento de actividades artísticas de creación y representación
- Campañas
- Actividades entre iguales
- Nada de lo anterior
- Otros

### 12. ¿Qué capacidades y recursos crees que necesitas para mejorar tus actuaciones en relación con la salud mental y el bienestar de los jóvenes? Top 3 (pregunta abierta)

### 13. ¿Qué conocimientos y recursos crees que necesitas para mejorar tus actuaciones en relación con la salud mental y el bienestar de los jóvenes? (Se pueden elegir varias respuestas)

- Contar con un grupo multidisciplinar de expertos
- Mejor acceso a los servicios y recursos existentes en mi comunidad
- Un protocolo claro en el servicio/centro para jóvenes
- Campañas para promover la salud mental y el bienestar y reducir el estigma
- Más información sobre la salud mental de los jóvenes
- Ejemplos de buenas prácticas de otros proveedores de servicios para jóvenes
- Guías, herramientas y otros recursos por escrito sobre alfabetización en materia de salud mental
- Cursos de formación sobre alfabetización en salud mental, metodologías para llevar a cabo actividades/talleres no formales, recursos promocionales (info-kits, etc.)
- Nada de lo anterior
- Otros tipos de recursos: especificar (por ejemplo, podcasts, vídeos, juegos)

### 14. ¿Conoces recursos útiles y/o buenas prácticas en este ámbito? En caso afirmativo, compártelas con nosotros

**webgrafía**



# Webgrafía

- Informe de la situación de la salud mental en España (2023) Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA; Fundación Mutua Madrileña, <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Estudio-situacion-salud-mental-2023.pdf> [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- OCDE/Unión Europea (2022), Health at a Glance: Europe 2022: State of Health in the EU Cycle, Publicación de la OCDE, París, <https://doi.org/10.1787/507433b0-en>. [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- The European Study of the Epidemiology of Mental Disorders (ESEMeD/MHEDEA 2000) project: rationale and methods <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12459795/> [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people. Policy responses in European countries.(2022) Oficina de Publicaciones de la Unión Europea. Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, <https://op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/be9b29b1-4ae1-11ed-92ed-01aa75ed71a1/language-en> [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- UNICEF, EL ESTADO UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia), 2021. The State of the World's Children 2021: On My Mind - Promoting, Protecting and Caring for Children's Mental Health. Nueva York: UNICEF. [Online]. Disponible en: <https://www.unicef.org/media/114636/file/SOWC-2021-full-report-English.pdf>. [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- Organización Mundial de la Salud. Oficina Regional para Europa. (2020). Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada. Informe internacional. Volumen 1. Principales resultados. Organización Mundial de la Salud. Oficina Regional para Europa. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/332091>. [Consultado el 1 de mayo de 2023]
- Youth Partnership - Asociación entre la Comisión Europea y el Consejo de Europa en el ámbito de la juventud, 2021. The effects of COVID-19 on young people's mental health and psychological well-being. Universidad de Utrecht. [Online]. <https://pjpeu.coe.int/documents/42128013/72351197/Effects-COVID-Youth-Mental-Health->

[Psychological-WellBeing.pdf/b2bc0c32-9fd5-0816-bce5-da9289cfca8c](https://pjspeu.coe.int/documents/b2bc0c32-9fd5-0816-bce5-da9289cfca8c). [Consultado el 1 de mayo de 2023]

- Youth Partnership - Asociación entre la Comisión Europea y el Consejo de Europa en el ámbito de la juventud, 2021b. Review of research on the impact of COVID-19 on youth work, youth organisations and the digitalisation of services and activities for young people. [Online].  
Disponible en: <https://pjspeu.coe.int/documents/42128013/72351197/Briefing+4+on+the+Impact+of+Covid-19+on+youth+sector+and+digitalisation.pdf/ec486356-585e-9380-eb7f-c31f6a600b68> w [Consultado el 1 de mayo de 2023].
- Youth Partnership - Asociación entre la Comisión Europea y el Consejo de Europa en el ámbito de la juventud, 2021c. Meta-analysis of research on the impact of Covid-19 on the youth sector. [Online].  
Disponible en: <https://pjspeu.coe.int/documents/42128013/72351197/Meta+analysis+of+research+on+the+Impact+of+Covid-19+on+the+youth+sector%2C+12-2021.pdf/de8544e4-a246-3b14-580b-7bbdb1d27973> [Accessed on 1 May 2023].

---

## Agencia Europea de Información y Asesoramiento juvenil



eryica a.s.b.l.  
secretariat@eryica.org  
www.eryica.org



Cofinanciado por el  
programa Erasmus+  
de la Unión Europea

