

# **Estrategias OPS/OMS para la salud mental de niños, niñas y adolescentes.**

Programa de Acción Mundial para Superar las Brechas en Salud Mental (mhGAP) en la red de atención no especializada.

V<sub>1</sub>, julio 2023

## Conceptos sobre la Salud Mental

La salud mental es un derecho humano fundamental, y un elemento esencial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.



# Salud Mental

Se define como un estado de bienestar en el cual el individuo:

- Puede afrontar las dificultades normales de la vida
- Es consciente de sus propias capacidades
- Puede trabajar de forma productiva
- Es capaz de hacer una contribución a su comunidad

**OPS** Organización Panamericana de la Salud | Organización Mundial de la Salud  
[www.paho.org/nmh](http://www.paho.org/nmh) | #Hablemos

## Conceptos sobre la Salud Mental

La salud mental es más que la mera ausencia de trastornos mentales. Se da en un proceso complejo, que cada persona experimenta de una manera diferente, con diversos grados de dificultad y angustia y resultados sociales y clínicos que pueden ser muy diferentes.

A lo largo de la vida, múltiples determinantes individuales, sociales y estructurales pueden combinarse para proteger o socavar nuestra salud mental y cambiar nuestra situación respecto a la salud mental.

Factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades emocionales, el abuso de sustancias y la genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a las afecciones de salud mental.

La buena noticia es que aunque hay componentes hereditarios que predisponen, el ambiente juega un papel muy importante en prevenir y recuperar la salud mental, incluso en los primeros mil días de vida.

## Trastornos de salud mental en niños, niñas y adolescentes - Algunos datos

Se calcula que aproximadamente el 20 % de los niños y adolescentes del mundo tienen trastornos o problemas mentales.

Cerca de la mitad de los trastornos mentales se manifiestan antes de los 14 años.

En todas las culturas se observan tipos de trastornos similares. Los trastornos neuropsiquiátricos figuran entre las principales causas de discapacidad entre los jóvenes.

Las regiones del mundo con los porcentajes más altos de población menor de 19 años son las que disponen de menos recursos de salud mental.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://facultad.pucp.edu.pe/psicologia/nota-de-prensa/10-datos-la-salud-mental/>

Los trastornos mentales y los trastornos ligados al consumo de sustancias son la principal causa de discapacidad en el mundo.

## Trastornos de salud mental en niños, niñas y adolescentes- Algunos datos

Los trastornos mentales y los trastornos ligados al consumo de sustancias son la causa de cerca del 23% de los años perdidos por discapacidad.

El alcohol es un factor de riesgo para más de 200 trastornos de salud. La mayoría de las muertes relacionadas con el consumo de alcohol se deben al cáncer, las enfermedades cardiovasculares, las hepatopatías y los traumatismos.

El consumo de alcohol en las Américas es de aproximadamente un 40% mayor que el promedio mundial.

FIGURA 21. Puntuaciones de AVP por país, en la Región de las Américas (2010).



Fuente: World Health Organization, Observatory Data Repository (Region of the Americas, Global Information System on Alcohol and Health, Alcohol-attributable YLL score, Available from: <http://apps.who.int/gho/data/node.main-amro.A1109?lang=en&showonly=GISAH> [consultado el 18 de diciembre del 2014].

<https://www.paho.org/es/temas/alcohol>

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://facultad.pucp.edu.pe/psicologia/nota-de-prensa/10-datos-la-salud-mental/>

\* Principales trastornos clínicos que afectan a niños y adolescentes:

## Trastornos de alimentación

Cada año más adolescentes desarrollan trastornos de alimentación, como la bulimia y la anorexia, debido a problemas con su peso o su imagen corporal. Según el Ministerio de Salud, más del 90% de pacientes son mujeres adolescentes que ponen en riesgo su vida.

## Depresión

Es el trastorno clínico más frecuente entre los adolescentes. Se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas. Las mujeres adolescentes tienen dos veces más riesgo de presentarla.

## Trastornos adictivos

Aquí se engloban los problemas de consumo perjudicial o dependencia, ya sea de alcohol, tabaco u otras sustancias adictivas legales e ilegales. También se incluyen problemas con juegos digitales o videojuegos que afectan la conducta de los niños y adolescentes.

## Ansiedad

Es un trastorno que se caracteriza por producir sensaciones de preocupación o miedo tan fuertes que interfieren con las actividades diarias de quien las padece. Situaciones como el inicio del colegio, mudanzas o la pérdida de algún familiar pueden ser un desencadenante.

## Indicadores suicidas

Esta situación ha aumentado notoriamente en la última década entre los adolescentes. Según la OMS, es la sexta causa de muerte en niños y adolescentes entre 5 y 14 años. Se da con fuertes sentimientos de estrés, confusión, dudas sobre sí mismos, presión y otros miedos.

## Salud mental infantil y adolescente

**20%** de niños y adolescentes tienen algún trastorno de salud mental en el país. Es decir, cerca de dos millones de personas.

FUENTE: Ministerio de Salud / Instituto Nacional de Salud M



Gobierno Bolivariano de Venezuela

Ministerio del Poder Popular para la Salud



Organización Panamericana de la Salud



Organización Mundial de la Salud  
OFICINA REGIONAL PARA LAS Américas

## Trastornos de salud mental en niños, niñas y adolescentes

Las medidas para prevenir la propagación de la COVID-19 como la cuarentena o el aislamiento pueden generar mayores riesgos de violencia de género y la violencia contra los niños o niñas.

*La violencia no es tolerable y no debe ser aceptada en ninguna situación*

OPS

Organización Panamericana de la Salud

ONU MUJERES

UNFPA

unicef

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://peru21.pe/peru/cifras-salud-mental-peru-menores-ocupan-70-atenciones-infografia-394376-noticia/>

<https://www.unicef.org/lac/historias/la-interrelacion-entre-violencia-contra-las-mujeres-y-violencia-contra-los-ninos>

**En el 2019, 97.339 personas murieron por suicidio en la región de las Américas y se estima que 20 veces ese número puede haber realizado intentos de suicidio**

- Por cada suicida hay 20 intentos
- El suicidio es la tercera causa de muerte entre los jóvenes de 20 a 24 años en las Américas.
- Es la segunda causa de muerte violenta en el mundo en persona de 15 a 29 años, en su mayoría varones

# Determinantes de la salud y salud mental

## Factores de riesgo

- Crianza severa
- Castigos físicos perjudican la salud infantil
- Consumo temprano de alcohol y tabaco.
- Acoso escolar (bullying)
- Acoso y abuso sexual

## Factores de protección

- Habilidades y atributos sociales y emocionales individuales
- Interacciones sociales positivas
- Educación de calidad
- Familia y comunidades seguras
- Alimentación balanceada
- Acceso a salud integral

## Curso de vida y la salud mental

El enfoque del curso de vida es la relación dinámica de las exposiciones previas a lo largo de la vida con los resultados de salud posteriores y los mecanismos por los cuales las influencias positivas o negativas dan forma a la trayectoria humana y al desarrollo social, lo que tiene un impacto en los resultados de salud de la persona y la población.



El enfoque del curso de vida nos permite comprender mejor cómo se perpetúan y transmiten las inequidades sociales en salud, y cómo se pueden mitigar o aliviar a través de las generaciones.

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

<https://www.paho.org/es/temas/curso-vida-saludable>

# Determinantes de la salud y salud mental

Los factores de riesgos y los factores protectores pueden manifestarse en todas las etapas de la vida.

los que ocurren durante los períodos sensibles del desarrollo, especialmente en la primera infancia, son particularmente importantes.



<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>





EL  
**POTENCIAL GENÉTICO**  
SE PUEDE  
**INFLUENCIAR**  
PARA  
**MAI**  
**BIEN**

ESTIMULACIÓN



EDUCACIÓN



AFECTO





# ¿Cuáles son las estrategias de OMS/OPS para promover salud mental en los niños, niñas y adolescentes?



VERSIÓN DE PRUEBA  
SOBRE EL TERRENO

## Herramientas del mhGAP para usar en la comunidad

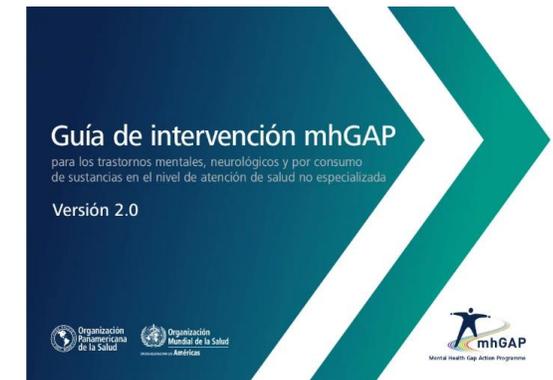
Programa Mundial para Superar las Brechas en Salud Mental (mhGAP)



#NoEsBromaEsViolencia

#ViveLaVida

#HablemosDeFrente




**COMISIÓN DE ALTO NIVEL EN SALUD MENTAL Y COVID-19**


**OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE**



Producido en colaboración con TROLLBÄCK+COMPANY | TheGlobalGoals@trollback.com | +1 212 529 1010  
 Para cualquier duda sobre la utilización, por favor comuníquese con: djpcampagnon@un.org



[#NoEsBromaEsViolencia](#)    [#ViveLaVida](#)    [#HablemosDeFrente](#)

**Cuadro 1. Resumen de la gama de actividades e intervenciones que pueden llevarse a cabo en la plataforma comunitaria**

Hablar de la salud mental	Promoción de la salud mental y prevención conexas	Apoyo a las personas con trastornos de salud mental	Recuperación y rehabilitación
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Educación de las comunidades sobre la salud mental</li> <li>• Reducción del estigma, la discriminación y la exclusión social</li> <li>• Participación de las personas con trastornos de salud mental y sus familias.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Modos de vida saludables</li> <li>• Competencias para la vida</li> <li>• Fortalecimiento de las competencias de prestación de cuidados</li> <li>• Prevención del suicidio</li> <li>• Prevención del consumo de sustancias psicoactivas</li> <li>• Autocuidado para los prestadores de servicios de la comunidad</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promoción de los derechos humanos</li> <li>• Detección de los trastornos de salud mental</li> <li>• Implicación y creación de relaciones</li> <li>• Realización de intervenciones psicológicas</li> <li>• Remisión a otros servicios y asistencia</li> <li>• Apoyo a cuidadores y familias</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seguimiento en la comunidad</li> <li>• Apoyo vocacional, educativo y de vivienda</li> <li>• Recuperación y conexión sociales</li> <li>• Autocuidado y apoyo de pares</li> </ul>



VERSIÓN DE PRUEBA  
SOBRE EL TERRENO

**Herramientas del mhGAP para usar en la comunidad**

Programa Mundial para Superar las Brechas en Salud Mental (mhGAP)

# Algunas adaptaciones para Venezuela de las estrategias en pandemia

Gobierno Bolivariano de Venezuela | Ministerio del Poder Popular para la Educación Universitaria | Ministerio del Poder Popular para la Salud | Universidad de las Ciencias de la Salud "Hugo Chávez Priet" | UCS

## Recomendaciones para cuidadores de niños



En momentos de estrés y crisis, resulta común que los niños busquen más apego y sean más exigentes con los padres. Converse con sus hijos sobre el COVID-19 con honestidad e información apropiada de acuerdo a la edad. Si a sus hijos les preocupa, abordarlos juntos puede facilitar el manejo de su ansiedad. Los niños observarán los comportamientos y emociones de los adultos en busca de pistas para sobre cómo manejar sus propias emociones en tiempos difíciles.

Ayude a los niños a encontrar formas positivas de expresar sentimientos perturbadores como el miedo y la tristeza. Cada niño tiene su propia forma de expresar emociones. A veces participar en una actividad creativa, como jugar y dibujar puede facilitar este proceso. Los niños se sienten aliviados si pueden expresar y comunicar sus sentimientos perturbadores en un ambiente seguro y de apoyo.



**01**

**02**

**03**

**04**

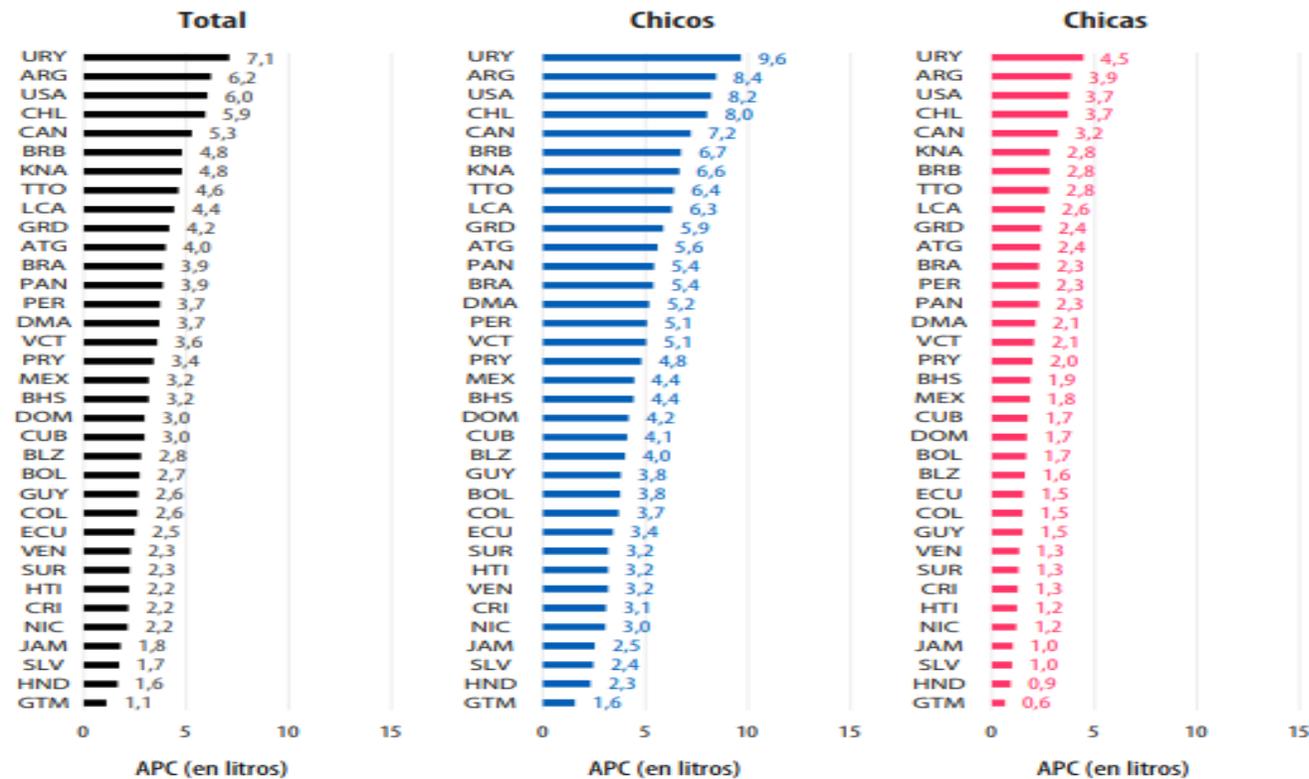
Mantenga rutinas familiares en la vida diaria, tanto como sea posible, especialmente si los niños están confinados a la casa. Proporcionar actividades atractivas apropiadas para la edad de los niños y en la medida de lo posible, anime a los niños a seguir jugando y socializando con otros, incluso dentro de su propio entorno familiar, durante el tiempo que dure la cuarentena social.

Mantenga a los niños cerca de sus padres y familiares, si se considera seguro para el niño, y evite separar a los niños y sus cuidadores tanto como sea posible. Si un niño necesita ser separado de su cuidador principal, asegúrese de que la atención alternativa resulte adecuada y que un trabajador haga seguimiento regular al niño. Además, asegúrese de que durante periodos de separación, se mantenga un contacto regular con los padres y cuidadores, como llamadas telefónicas o de video programadas dos veces al día u otra comunicación apropiada para su edad (p. ej., redes sociales según la edad del niño).



# ....No olvidemos a los adolescentes y conductas de riesgo como consumo de alcohol

**Figura 4. Consumo total de alcohol per cápita (APC) en jóvenes (15-19 años; en litros de alcohol puro) de la Región de las Américas, por país y por género, 2016**



Fuente: Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud, Departamento de Evidencia e Inteligencia para la Acción en Salud/Unidad de Análisis en Salud, Métricas y Evidencia. Base de Datos PLISA. Indicadores básicos 2019: Tendencias de la salud en las Américas. Washington, D.C., Estados Unidos, 2019.



[https://www.youtube.com/watch?v=Ux95R8oq6Bg&ab\\_channel=PAHOTV](https://www.youtube.com/watch?v=Ux95R8oq6Bg&ab_channel=PAHOTV)



Este material es una adaptación de la *Guía de Intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias en el nivel de atención de salud no especializada (versión 2.0)*, OMS/OPS (2017), el curso *Herramientas del mhGAP para usar en la comunidad del Campus Virtual OPS/OMS* y demás referencias señaladas en la presentación.

Equipo Técnico para la adaptación a la República Bolivariana de Venezuela 2023:

Equipo técnico:

Ojeda-Cásares Héctor

Astorga Clara

Tovar Nectali

De Tejada Miren

Vallenilla Carmen

Aponte Petra

Barroso Judith

Rodríguez Luz

Equipo de referencia:

HaroldTovar

Instituciones:

Ministerio del Poder Popular Para la Salud (MPPS)

Organización Panamericana de la Salud / Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS)

Federación de Psicólogos de Venezuela (FPV)

Sociedad Venezolana de Psiquiatría (SVP)