



Los problemas de salud mental entre los jóvenes empeoran desde 2017

Realizado por Fad Juventud con la colaboración de Oxfam Intermón y el Consejo de la Juventud de España, se acaba de publicar el estudio [“Salud mental y desigualdad de Jóvenes en España”](#), que tiene como principal conclusión que el bienestar emocional de la juventud es ya una preocupación prioritaria. Como afirma el estudio, ante el aumento de demandas de apoyo por parte de la juventud a sus problemas emocionales, hoy más que nunca hay que activar la prevención, que -como se afirma- empezaría por la presencia de psicólogos en los centros educativos.

El estudio ofrece una panorámica sobre la evolución de la salud mental de la juventud española, teniendo en cuenta el impacto de la pandemia, las condiciones socioeconómicas y los perfiles sociodemográficos de los y las jóvenes.

En 2023, con datos de este estudio, casi seis de cada diez jóvenes afirman padecer malestar psicológico en algún momento del año, y el número de quienes lo han sufrido con frecuencia (17,4%) se ha triplicado desde 2017 (6,2%).

Los síntomas y malestares vinculados con la salud mental más experimentados son el cansancio (46,2%), los problemas de concentración (44,9%), tristeza (44,2%), miedo al futuro (42,7%), desinterés por hacer cosas (40,7%) y problemas para dormir (39,2%). A su vez, un 27,8% destaca haber necesitado calmarse con alcohol o pastillas, frente a únicamente el 12,1% de jóvenes sin carencias materiales.

En cuanto al género, solo 3 de cada 10 chicas declaran que nunca han experimentado problemas de salud mental frente a 4 de cada 10 chicos.

Estos datos se complementan con los de otro estudio,

este de la Universidad Complutense, en el que constata que un 27% de estudiantes de la Complutense declara sufrir ansiedad grave y un 31% depresión. Los datos de esta encuesta hablan también de que algo más del 50% sufre estrés y el 31,30%, depresión. Las mujeres han sufrido ansiedad leve, moderada o grave en el 74 % de los casos. Los hombres en el 55,65%.

Para Beatriz Martín Padura, directora general de Fad Juventud, “es fundamental reducir las barreras económicas para que ningún joven se quede sin atención ante problemas de malestar emocional. La precariedad y la desigualdad están afectando directamente al bienestar emocional de la juventud española. No se trata de abordarlo como un problema individual, sino como un desafío social que requiere de un compromiso colectivo”. De las personas que declaran haber sufrido problemas psicológicos, psiquiátricos o de salud mental en los últimos doce meses, un 62,3% recurrió a ayuda profesional para tratarlo, frente a un 37,5% que no buscó ayuda.

A pesar de ello, y atendiendo a datos del Barómetro Sanitario 2023 del Centro de Investigaciones Sociológicas, solo el 17,4% de jóvenes son atendidos por especialistas en menos de un mes, mientras que el 34,5% espera más de tres meses para recibir la atención que necesita. “Estos tiempos de espera prolongados, junto con la saturación de los servicios, dificultan el acceso oportuno y adecuado a la atención que muchos jóvenes requieren”.

Aproximadamente la mitad (45,7%) de las personas jóvenes señalan haber sido diagnosticadas con algún trastorno psicológico, psiquiátrico o de salud mental por un profesional (médico de cabecera, psicólogo/a, psiquiatra, etc.) a lo largo de su vida, un porcentaje casi 10 veces superior al que encontrábamos en 2021 (36,2%).