

Informe sobre bienestar emocional en la infancia



Informe sobre bienestar emocional en la infancia

Índice

1. Salud mental y derechos del niño	3
2. Opinión de progenitores sobre la salud mental de sus hijos e hijas	3
3. Suicidio y acoso escolar	5
4. Promoción del bienestar emocional en la escuela	6

Edita:

Consejería de Salud
Dirección General de Salud Pública y Adicciones
Servicio de Promoción y Educación para la Salud
Unidad de Prevención de Adicciones

Autoras:

Consuelo Puerta Ortuño
Ana B. Villar Lorenzo
Olga Monteagudo Piqueras

Cita recomendada:

Puerta Ortuño, C., Villar Lorenzo A.B., Monteagudo Piqueras, O. Informe sobre bienestar emocional en la infancia, Unidad de Prevención de Adicciones, Servicio de Promoción y Educación para la Salud, Dirección General de Salud Pública y Adicciones, Consejería de Salud de la Comunidad Autónoma de la Región de Murcia, España, 2022.

Informe sobre bienestar emocional en la infancia

1. Salud mental y derechos del niño

UNICEF considera que la salud mental es parte del derecho a la salud, reconocido por la Convención sobre los Derechos del Niño. El ámbito educativo tiene un importante papel en la salud mental de niños, niñas y adolescentes (Cuaderno de formación. *Derechos, salud mental y educación. Un enfoque para promover la salud mental y psicosocial desde los centros educativos*. Septiembre 2021)

https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/7605_d_EducacionSaludMental.pdf

UNICEF, siguiendo a la OMS, propone que la buena salud mental es más que la ausencia de un trastorno; por ello, su prevención es fundamental “Al igual que se insiste en la adquisición de hábitos saludables y de higiene para fomentar una adecuada salud física, se puede fomentar el aprendizaje y práctica de medidas de prevención para el desarrollo de una buena salud mental a lo largo de la infancia y la adolescencia”.

2. Opinión de progenitores sobre la salud mental de sus hijos e hijas

La Encuesta Nacional de Salud (ENS 2017-2021), que pregunta a los progenitores sobre la salud física y mental de sus hijos e hijas de 0 a 14 años, e incluye los trastornos mentales como la depresión o ansiedad y reacciones excesivas de irritabilidad, frustración o enojo, y los trastornos del comportamiento, como el trastorno por déficit de atención e hiperactividad y los trastornos de la conducta que presentan síntomas como los comportamientos destructivos o desafiantes, muestra los siguientes datos:

ENS España 2017	Encuesta Save the Children (preguntas de ENS) 2021
TRASTORNOS MENTALES (Depresión o ansiedad y reacciones excesivas de irritabilidad, frustración o enojo)	
• Un 1% de niños, niñas y adolescentes de entre 4 y 14 años padecían trastornos mentales. • Los trastornos mentales eran mayores en hogares con progenitores en paro, un 1,7%, que en los que tenían trabajo, 1%. • Los menores en familias con rentas bajas triplicaban en trastornos mentales, un 2%, a los que tenían rentas altas, un 0,6%, y con rentas medias los padecían un 1,6%.	• Un 4% de niños, niñas y adolescentes de entre 4 y 14 años padecían trastornos mentales. • Los trastornos mentales eran mayores en hogares con progenitores que estaban en paro, un 10,4%, que en los que tenían trabajo, 2,9%. • Los menores en familias con rentas bajas tenían un 13% de trastornos mentales, frente a un 3% en los que tenían con rentas altas.
TRASTORNOS DEL COMPORTAMIENTO (Trastorno por déficit de atención e hiperactividad y trastornos de la conducta que presentan síntomas como los comportamientos destructivos o desafiantes)	
• Un 2,5% tenían trastornos de conducta. • Por género el TEA afecta más a niños, un 0,8%, que a niñas, un 0,1%.	• Un 7% tenían trastornos de conducta. • Por género el TEA afecta más a niños, un 0,8%, que a niñas, un 0,2%.

Opinión de padres y madres sobre la salud mental de sus hijos e hijas menores	
2017	2021
• Un 19,5% de padres y madres entiende que sus hijos e hijas tienen muchas preocupaciones y, a menudo, parece inquieto/a, preocupado/a. • Un 35,6% opina que es nervioso/a o dependiente ante nuevas situaciones, fácilmente pierde la confianza en sí mismo/a. • Un 34,2% cree que sus hijos e hijas tienen muchos miedos, se asusta fácilmente. • Un 18,7% dice que es más bien solitario/a y tiende a jugar solo/a. • Un 8,4% se siente a menudo infeliz, desanimado/a o lloroso/a.	• Un 30,2% de padres y madres entiende que sus hijos e hijas tienen muchas preocupaciones y, a menudo, parece inquieto/a, preocupado/a. • Un 41,9% opina que es nervioso/a o dependiente ante nuevas situaciones, fácilmente pierde la confianza en sí mismo/a. • Un 40,6% cree que tienen muchos miedos, se asusta fácilmente. • 26,6% dice que es más bien solitario/a y tiende a jugar solo/a. • Un 18,1% se siente a menudo infeliz, desanimado/a o lloroso/a.

Fuente: Elaboración propia. Tabla adaptación de *Un análisis sobre la salud mental y el suicidio en la infancia y la adolescencia*, Save the Children, diciembre 2021, https://www.savethechildren.es/sites/default/files/2021-12/Informe_Crecer_saludablemente_DIC_2021.pdf

3. Suicidio y acoso escolar

Según datos de la OMS, se estima que cada año se suicidan en torno a 700.000 personas en el mundo, sin contar las tentativas en las que no se llega a consumir el suicidio. Estaríamos hablando de 1 suicidio cada 4 segundos. El desenlace más trágico del sufrimiento emocional de niños, niñas y adolescentes (y de cualquier persona) es el suicidio. Estos casos son solo la punta del iceberg de los problemas de salud mental que los y las menores pueden padecer, sobre todo en momentos de crisis (pandemias, guerras, etc.).

En España, en 2020, según el Instituto Nacional de Estadística (INE), el suicidio fue la primera causa de muerte externa (3.941 fallecimientos), suponiendo un 7,4% más que en 2019. La cifra alarma más cuando 300 de estos, han sido jóvenes de entre 15 y 29 años. En el rango de edad de menores de 15 años se han producido 14 suicidios en España en 2020. Sumando niños, niñas y adolescentes, en España murieron 61 menores por suicidio en ese año.

Algunos estudios muestran la relación entre acoso, ciberacoso y suicidio. Parece darse un efecto acumulativo del bullying (acoso escolar) y del ciberbullying; así, cuando se presentan juntos, aumenta el riesgo de autolesiones y conductas suicidas, con una elevada comorbilidad de ambos tipos de victimización.

Noemí Pereda señala que el hecho de estar involucrado en situaciones de violencia, ya sea de pareja o familiar, acoso escolar o ciberbullying, como víctima o agresor, se ha descrito como un importante factor de riesgo para la conducta suicida. Señala que los menores que son víctimas de bullying tienen 2,23 veces más riesgo de padecer ideaciones suicidas y 2,55 veces más riesgo de realizar intentos de suicidio que aquellos que no lo han sufrido. En el caso del ciberbullying, el impacto es todavía mayor, porque no sólo la víctima sino aquellos niños, niñas y adolescentes que actúan como agresores empleando ciberbullying, presentan mayor riesgo de ideación y comportamiento suicida que los que no lo ejecutan, aunque en menor medida que las cibervíctimas (*La victimización de menores a través de las redes sociales en España. Informe final de la investigación con jóvenes españoles*, GReVIA-UB, 2019).

Por tanto, ante el suicidio de menores, las redes sociales son un factor de riesgo emergente a tener muy presente, ya que son espacios sin control adulto en los que la información, los juegos, los retos y las formas de ejecutar las acciones, están al alcance de ellos, en edades en las que son muy influenciables y, a veces, en situaciones de vulnerabilidad (como pueden ser conflictos familiares y separaciones conflictivas de progenitores, malos tratos, la vivencia de soledad, acoso escolar, desengaños amorosos, muertes de seres queridos, separaciones y pérdidas de amistades, cambios de residencia y de entorno, fracaso escolar y sobre-exigencia hacia logros escolares, discriminación y no aceptación sexual, etc.).

4. Promoción del bienestar emocional en la escuela

Hablar de prevención en la escuela (UNICEF, 2021) supone poder transmitir los conocimientos, actitudes y habilidades que permitirán a cada niño y niña desarrollar un autoconcepto sólido, entender sus emociones, fortalecer su espíritu crítico, gestionar su propio aprendizaje y cultivar sus relaciones y aficiones.

Para que el entorno educativo sea protector, UNICEF propone que:

- Toda la comunidad educativa conozca las políticas y protocolos de actuación del centro frente al acoso, el abuso y el maltrato.
- Se realicen actividades educativas relacionadas con hábitos de vida saludable, prevención de adicciones, uso de las TRIC (tecnologías de la relación, información y comunicación), prevención de la discriminación y el odio, la no-violencia, etc.
- Se fomente la adquisición en cada etapa de los conocimientos, actitudes y competencias relacionadas con la salud mental.
- Haya un enfoque educativo preventivo, centrado en el desarrollo de “habilidades para la vida”.