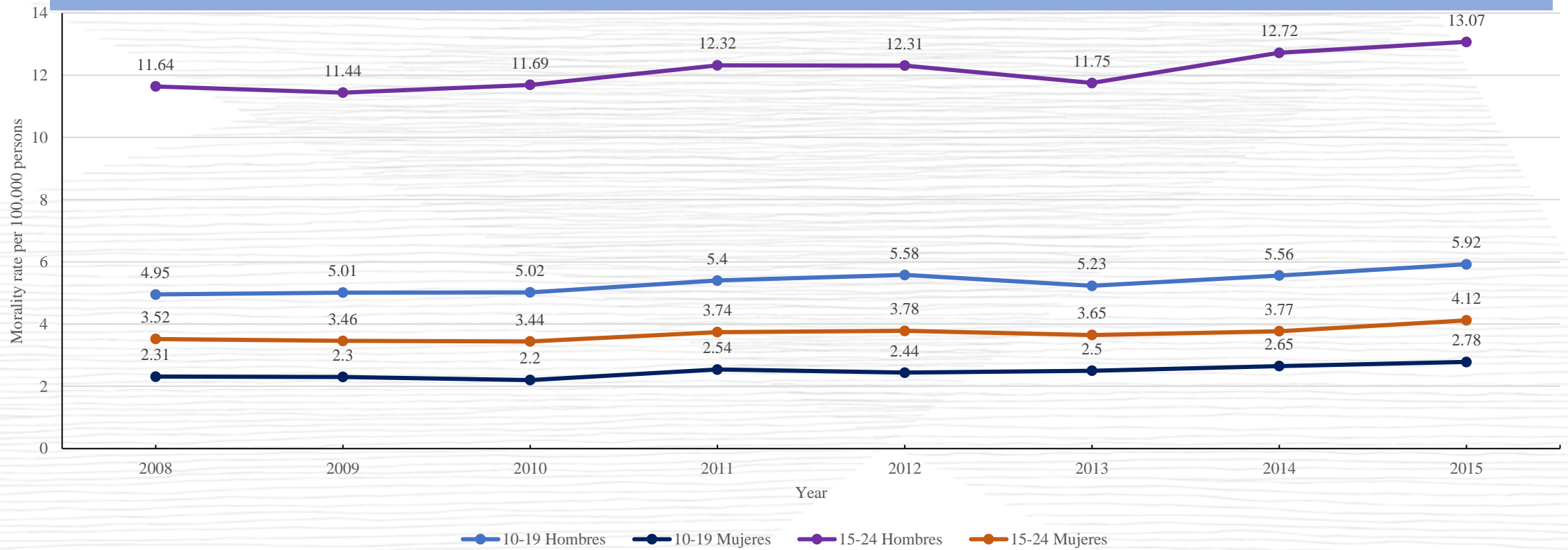


Salud mental y apoyo psicosocial para adolescentes en los tiempos de COVID-19”.

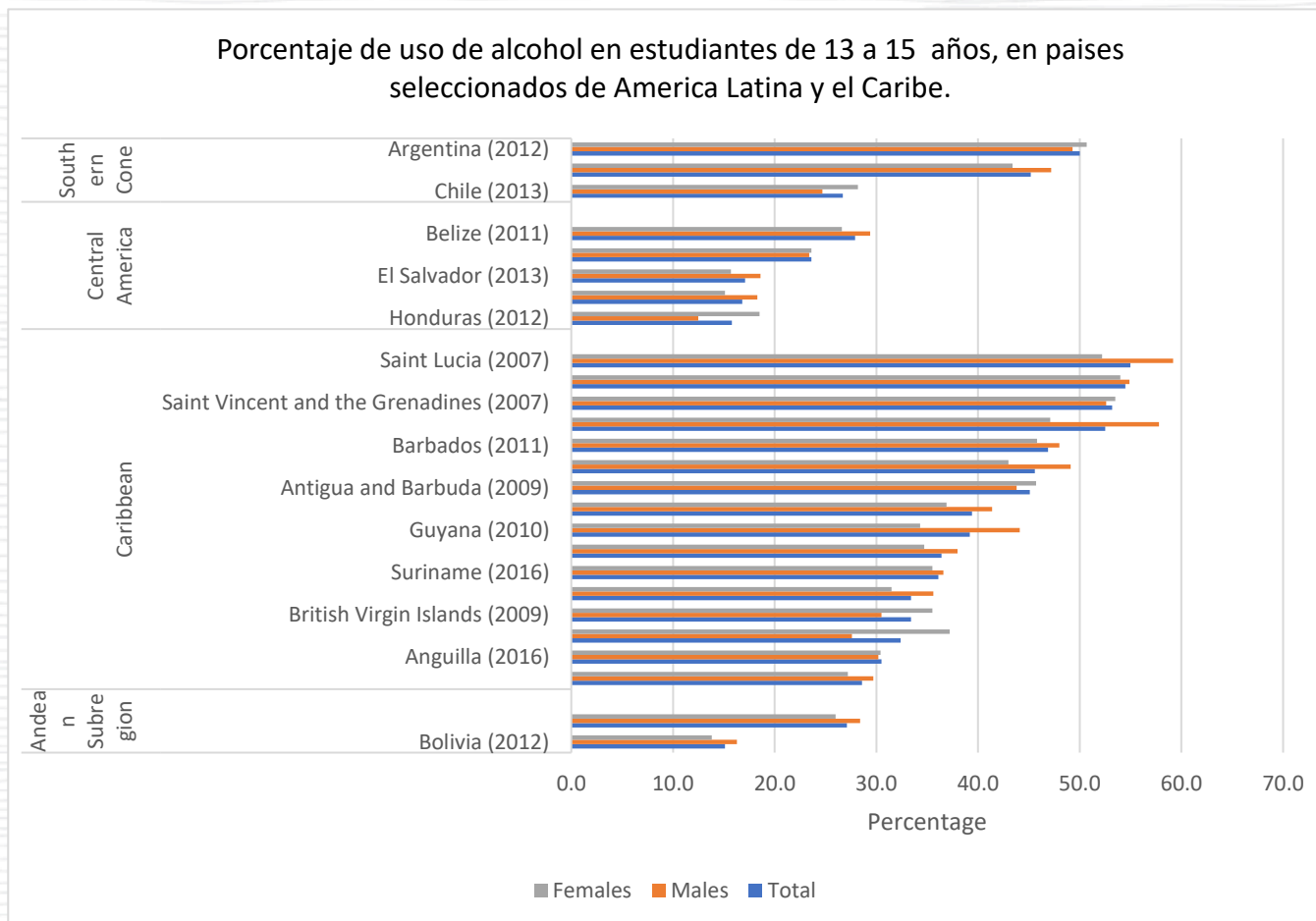
- Dra. Sonja Caffè
- Dra. Claudina Cayetano

SALUD MENTAL DE ADOLESCENTES Y JOVENES EN LAC

TASA AJUSTADA DE SUICIDIO EN ADOLESCENTES Y JOVENES (10-24 ANOS) EN LAS AMERICAS , 2008-2015



Uso de alcohol en adolescentes



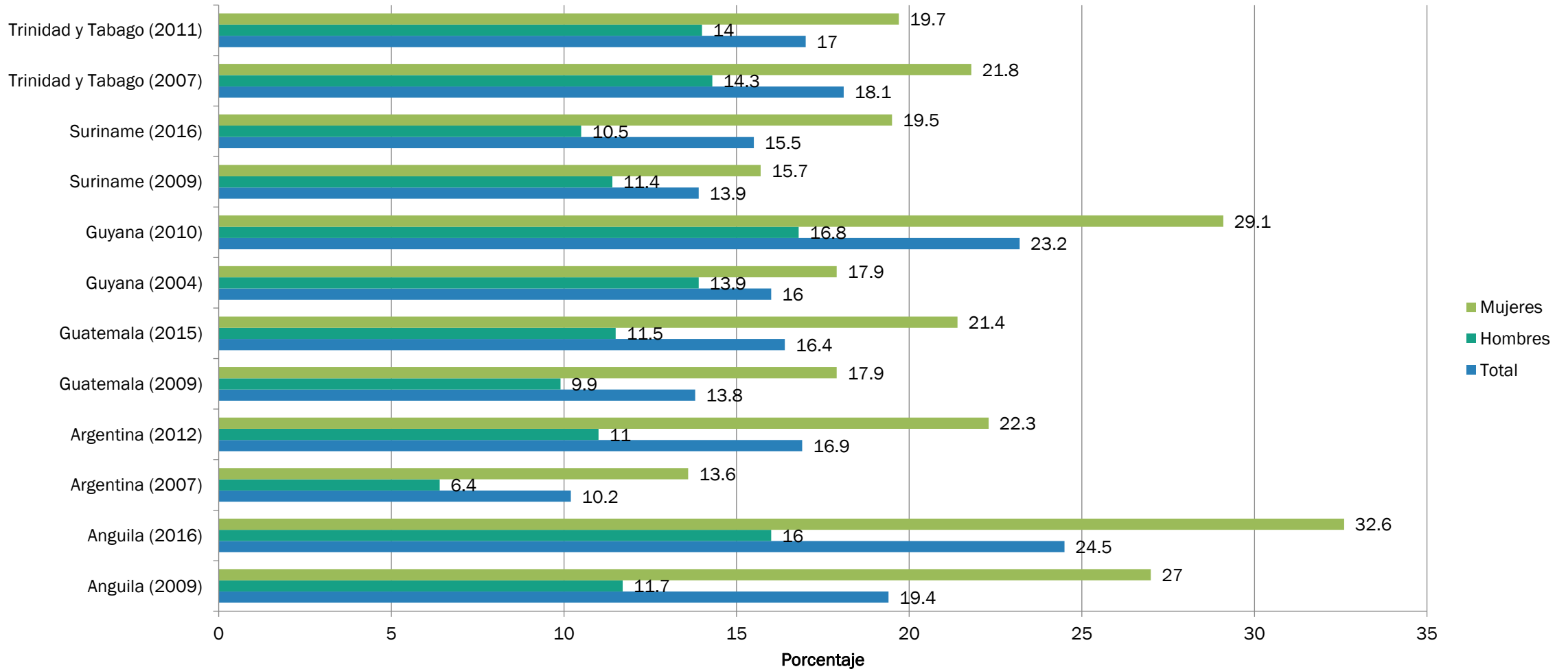
Source: Global school-based student health surveys

PRINCIPALES CAUSAS DE AÑOS DE VIDA AJUSTADOS EN FUNCIÓN DE LA DISCAPACIDAD (AVAD) PERDIDOS EN LAC, 2015

| Orden | 10-14 años | | | 15-19 años | | |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------|--|-------------------------------------|--|
| | Hombre | Mujer | Ambos sexos | Hombre | Mujer | Ambos sexos |
| 1 | Anemia ferropénica (1 354) | Anemia ferropénica (1 046) | Anemia ferropénica (1 203) | Violencia interpersonal (3 626) | Enfermedades cutáneas (967) | Violencia interpersonal (2 055) |
| 2 | Enfermedades cutáneas (772) | Enfermedades cutáneas (922) | Enfermedades cutáneas (846) | Accidentes de tránsito (1 724) | Trastornos depresivos (965) | Accidentes de tránsito (1 114) |
| 3 | Asma (661) | Asma (603) | Asma (633) | Enfermedades cutáneas (830) | Trastornos de ansiedad (792) | Enfermedades cutáneas (897) |
| 4 | Accidentes de tránsito (571) | Trastornos de ansiedad (568) | Trastorno disocial (471) | Depresión (645) | Migraña (713) | Trastornos depresivos (802) |
| 5 | Trastorno disocial (562) | Migraña (567) | Accidentes de tránsito (443) | Autoagresión (628) | Lumbalgia y dolor cervical (575) | Trastornos de ansiedad (597) |

Fuente: Institute for Health Metrics

PORCENTAJE DE ESTUDIANTES DE 13 A 15 AÑOS QUE CONSIDERARON SERIAMENTE LA TENTATIVA DE SUICIDIO EN LOS ÚLTIMOS 12 MESES EN PAÍSES SELECCIONADOS DE AMÉRICA LATINA Y DEL CARIBE, 2007-2016.



JOVENES Y COVID-19

**NÚMERO DE CASOS, HOSPITALIZACIONES Y MUERTES DE COVID-19
REPORTADOS EN EL GRUPO DE EDAD DE 10 A 24 AÑOS EN LAS AMÉRICAS
AL 2 DE JUNIO DE 2020**

| | |
|-------------------|---------|
| Casos | 200,326 |
| Hospitalizaciones | 10,776 |
| Muertes | 190 |

COVID -19 AND ADOLESCENT MENTAL HEALTH



Contexto:

- Transmisión
- Distancia física
- Cuarentena/ aislamiento
- Pérdidas
- Impacto económico y de sustento



Consecuencias en Salud Mental:

- Reacciones comunes: (temor, angustia, incertidumbre, etc.)
- Estigma y exclusión social
- Problemas mentales



Retos:

- Sobrecarga de información, rumores, noticias falsas
- Duelos
- Relaciones
- Renuncias
- Modalidades de apoyo

DESAFÍOS



- **Barreras legales, sociales y de sistemas de salud**
- **Calidad de los servicios**
- **Niveles más bajos de alfabetización en salud**

La Salud Mental y Apoyo Psicosocial son un componente integral y transversal en la respuesta al COVID-19



Conócelo. Prepárate. Actúa.

www.paho.org/coronavirus

Policy Brief: COVID-19 and the Need for Action on Mental Health

13 MAY 2020

- Promover, proteger y cuidar la salud mental
- Disponibilidad generalizada de salud mental de emergencia y apoyo psicosocial
- La respuesta a COVID-19 debe incluir la construcción de servicios de salud mental para el futuro



OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

#SaludJoven⁹

Recursos para adolescentes

COVID-19 #COVID19 #YO Prospero

LOS JÓVENES NO SOLO PUEDEN TRANSMITIR LA COVID-19, TAMBIÉN ESTÁN EN RIESGO.*

10 CONSEJOS PARA PROTEGERTE Y PROTEGER A OTROS NO ARRIESGUES TU VIDA

- El distanciamiento físico puede ayudarte a protegerte de la COVID-19. Quédate en casa si te lo solicitan; reúnete virtualmente con amigos u otros miembros de la familia.
- Lávate bien las manos con agua y jabón o con un gel a base de alcohol.
- Desinfecta las superficies que tocas a menudo, como teléfonos celulares, computadoras, manijas de las puertas.
- La situación de la COVID-19 puede ser estresante para todos, incluidos los jóvenes. Chatea o lláma por video a amigos y familiares para mantenerte conectado.
- Limita la cantidad de medios sociales y noticias que consumes. Evita rumores y desinformación. Infórmate mediante noticias de fuentes confiables.
- Haz ejercicio o medita en casa.
- Mantén una rutina familiar, mientras sigues practicando el distanciamiento físico, para ayudarte a sentirte más tranquilo y más en control.
- Comunícate con un adulto o un profesional de confianza si necesitas ayuda o te sientes triste o estresado.
- No salgas de tu casa si estás enfermo. Sigue las instrucciones de las autoridades de salud sobre cómo comunicarte con los servicios de salud si necesitas atención médica.
- Escucha a las autoridades locales para obtener otros consejos e instrucciones sobre cómo mantenerse saludable.

*Los jóvenes también corren el riesgo de enfermedad grave, hospitalización y muerte por la COVID-19 y pueden transmitir la enfermedad a personas que tienen un mayor riesgo de enfermedad grave y muerte.

OPS Organización Panamericana de la Salud | Organización Mundial de la Salud | unicef

Conócelo. Prepárate. Actúa. www.paho.org/coronavirus

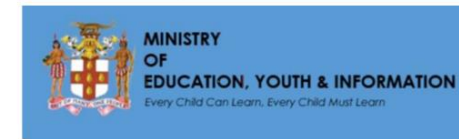
COVID-19 Conversación Semanal Con Jóvenes

¿Cómo llevas la vida en aislamiento?
 ¿Te estás acostumbrando a ella?
 ¿Estás aburrido o te sientes solo?
 No estás solo ni sola.

Únete a nuestra reunión semanal para una conversación con otros jóvenes.
 Cada miércoles de 2 a 3 PM (EST)
 para entrar: <http://tiny.cc/espacioabiertoCOVID>

#YoProsero #COVID19

OPS Organización Panamericana de la Salud | Organización Mundial de la Salud | unicef



Mental Health Literacy in Schools
 Training of Trainers Course
 for Health and Education Officials in Jamaica

June 2020



<https://www.paho.org/es/temas/coronavirus/enfermedad-por-coronavirus-covid-19/tarjetas-para-redes-sociales-adolescentes>

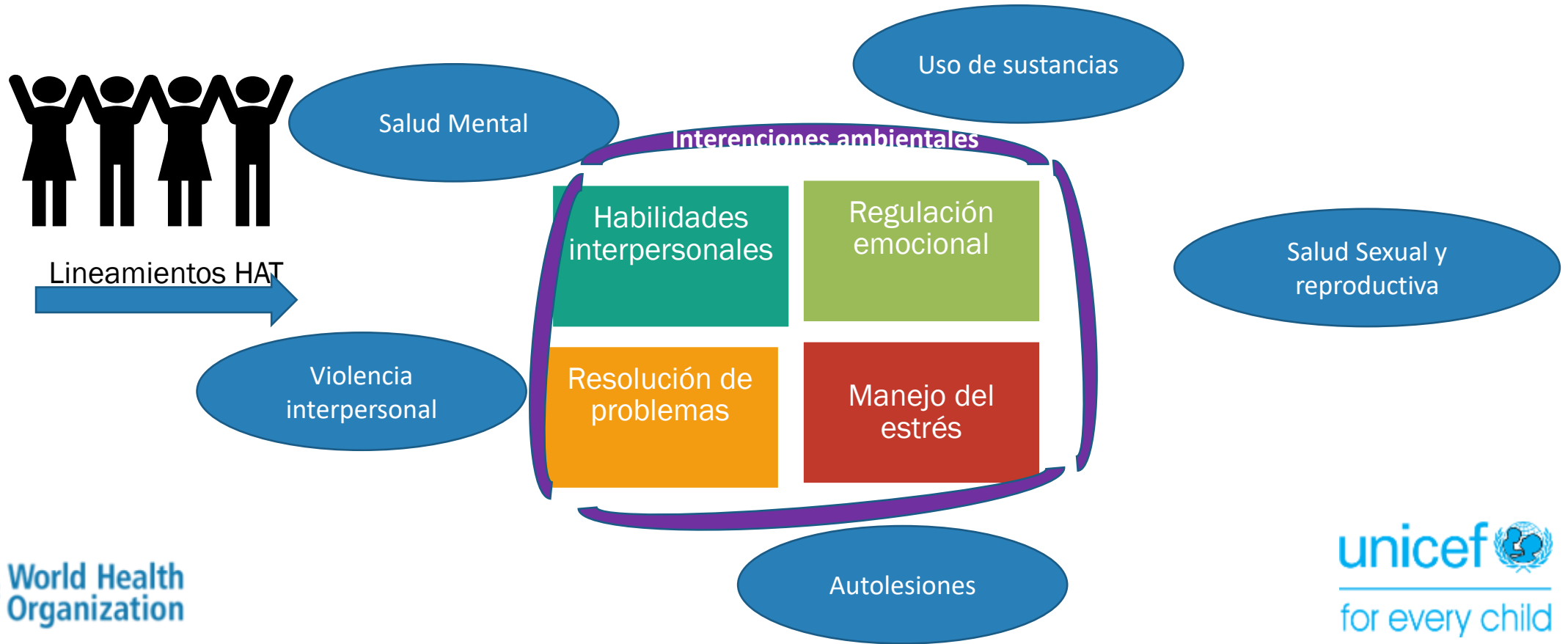


Helping Adolescents Thrive (HAT)

Ayudando a los y las adolescentes a prosperar

Un abordaje integral

Promoción de la salud mental, prevención de trastornos mentales, reducción de comportamientos de riesgo y autolesiones



Gracias

