

Fecha: 16-07-2025

Fuente: Msn Chile

Título: "Muchos jóvenes sienten que el mundo se va a acabar": 63% de los escolares vive con ansiedad

Visitas: 277.614

VPE: 3.134.119

Favorabilidad:  No DefinidaLink: <https://www.msn.com/es-cl/noticias/other/muchos-j%C3%B3venes-sienten-que-el-mundo-se-va-a-acabar-63-de-los-escolares-vive-con-ansiedad/ar-AA1IGDIS>

Chile enfrenta una crisis en la salud mental de los jóvenes.

Según un nuevo estudio publicado en *Frontiers in Education*, un 63,3 % de los escolares <p>entre 10 y 18 años presenta síntomas de ansiedad, el 60,2 % muestra signos de depresión y más del 50% vive con altos niveles de estrés. Las cifras superan con creces los promedios mundiales informados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), lo que confirma una crisis emocional en la población joven del país. El impacto de las redes sociales y un clima de incertidumbre global han creado un cóctel difícil de manejar para los adolescentes. Así lo advierte Viviana Tartakowsky, directora de la Escuela de Psicología de la **Universidad Bernardo OHiggins (UBO)**. "La ansiedad se ha transformado en el gran síntoma de nuestra época. Vivimos en una cultura exitista, con vínculos débiles, respuestas inmediatas y una sobrecarga informativa constante. Esto genera un estado de agitación permanente, especialmente en las generaciones más jóvenes", declara Tartakowsky. La ansiedad anticipatoria y el temor al mañana El estudio revela que para muchos jóvenes, el futuro ya no representa una promesa, sino una amenaza. Este fenómeno, conocido como ansiedad anticipatoria, se manifiesta como un miedo constante a escenarios catastróficos, que afecta su bienestar emocional, su desempeño académico y sus relaciones personales. "La esperanza se ha vuelto escasa. Muchos jóvenes sienten que el mundo se va a acabar", afirmó la psicóloga.

Otro factor determinante en esta crisis es el uso intensivo de redes sociales. Niños y niñas están expuestos desde edades tempranas a contenidos que distorsionan la realidad, generan comparaciones constantes y refuerzan modelos de éxito inalcanzables. Frente a esta situación, la contención afectiva y la construcción de vínculos significativos aparecen como herramientas fundamentales. La espiritualidad o la fe, entendida como una creencia que da sentido y refugio, es una de las pocas fuentes de protección emocional que reportan los adolescentes. Crédito: El Mostrador.

Señales de alerta y el rol de adultos significativos Algunas señales de que un niño o adolescente puede estar atravesando un cuadro de ansiedad incluyen: dificultad para dormir, aislamiento social, desinterés por actividades habituales y una preocupación constante por el estado del mundo. Según la experta, estos síntomas no deben ser minimizados. "Si un joven ya no quiere salir, duerme mal o vive con miedo, es momento de intervenir. En Chile, el promedio de horas de sueño está muy por debajo de lo recomendado, y eso agrava cualquier cuadro emocional", subraya la especialista. La ansiedad compromete múltiples aspectos de la vida; baja la tolerancia a la frustración, afecta la capacidad de empatizar y reflexionar y dificulta el aprendizaje. La especialista sostiene que no basta con promover campañas de salud mental. "Los adolescentes necesitan certezas. No pueden controlar el mundo, pero sí deben sentir que cuentan con adultos disponibles, con redes afectivas sólidas. Padres, madres y docentes deben actuar como comunidad, como tribu, generar espacios seguros, sin invalidar lo que sienten", concluye. </p>

## "Muchos jóvenes sienten que el mundo se va a acabar": 63% de los escolares vive con ansiedad

miércoles, 16 de julio de 2025, Fuente: Msn Chile

Chile enfrenta una crisis en la salud mental de los jóvenes. Según un nuevo estudio publicado en *Frontiers in Education*, un 63,3 % de los escolares

entre 10 y 18 años presenta síntomas de ansiedad, el 60,2% muestra signos de depresión y más del 50% vive con altos niveles de estrés. Las cifras superan con creces los promedios mundiales informados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), lo que confirma una crisis emocional en la población joven del país. El impacto de las redes sociales y un clima de incertidumbre global han creado un cóctel difícil de manejar para los adolescentes. Así lo advierte Viviana Tartakowsky, directora de la Escuela de Psicología de la Universidad Bernardo OHiggins (UBO). "La ansiedad se ha transformado en el gran síntoma de nuestra época. Vivimos en una cultura exitista, con vínculos débiles, respuestas inmediatas y una sobrecarga informativa constante. Esto genera un estado de agitación permanente, especialmente en las generaciones más jóvenes", declara Tartakowsky. La ansiedad anticipatoria y el temor al mañana El estudio revela que para muchos jóvenes, el futuro ya no representa una promesa, sino una amenaza. Este fenómeno, conocido como ansiedad anticipatoria, se manifiesta como un miedo constante a escenarios catastróficos, que afecta su bienestar emocional, su desempeño académico y sus relaciones personales. "La esperanza se ha vuelto escasa. Muchos jóvenes sienten que el mundo se va a acabar", afirmó la psicóloga. Otro factor determinante en esta crisis es el uso intensivo de redes sociales. Niños y niñas están expuestos desde edades tempranas a contenidos que distorsionan la realidad, generan comparaciones constantes y refuerzan modelos de éxito inalcanzables. Frente a esta situación, la contención afectiva y la construcción de vínculos significativos aparecen como herramientas fundamentales. La espiritualidad o la fe, entendida como una creencia que da sentido y refugio, es una de las pocas fuentes de protección emocional que reportan los adolescentes. Crédito: El Mostrador.