

Link: <https://www.elmostrador.cl/agenda-pais/ninez/2025/08/22/1-de-cada-7-ninos-en-el-mundo-enfrenta-trastornos-de-salud-mental/>

Por: Agenda País La ansiedad, la depresión y otros problemas emocionales afectan cada vez más a la infancia y adolescencia, según el informe 2024 de la OMS y UNICEF. <p>Una experta chilena analiza las causas del fenómeno y entrega consejos para detectar y enfrentar a tiempo las señales de alerta. </p> <p>Lejos de la imagen de una niñez despreocupada, hoy millones de menores enfrentan síntomas como ansiedad persistente, alteraciones del sueño, autolesiones o estados depresivos que han dejado de ser excepcionales. </p> <p>De acuerdo con el informe 2024 de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF, los trastornos mentales afectan a 1 de cada 7 niños y adolescentes en el mundo.

En América Latina, la situación se agudizó tras la pandemia: los cuadros de ansiedad y depresión aumentaron hasta un 30%, generando también cambios conductuales difíciles de identificar y abordar. <p> Viviana Tartakowsky, directora de la Escuela de Psicología de la **Universidad Bernardo OHiggins (UBO)**, advierte que “los cuidadores principales no logran generar tiempo de calidad. Hay un uso intensivo de tecnología, pero sin un marco que enseñe a niños y adultos a navegar ese entorno.

No hay alfabetización digital universal para docentes ni para padres, lo que profundiza esta desconexión”. <p> Según la especialista, las señales pueden manifestarse como terrores nocturnos, regresión en hábitos, desconexión emocional o la necesidad constante de estar frente a una pantalla. <p> En adolescentes, agrega, los síntomas suelen traducirse en aislamiento, irritabilidad o pérdida de interés en actividades antes disfrutadas.

“ Cuando un niño deja de jugar, de hablar, de dormir, o dice abiertamente que no quiere vivir, estamos ante un grito de auxilio que no se puede ignorar”, advierte la psicóloga. <p> Factores que agravan el problema <p> El informe y la especialista coinciden en que las condiciones estructurales empeoran el panorama: falta de áreas verdes seguras, escasa conciliación entre vida laboral y crianza, largos tiempos de traslado en las ciudades, agotamiento docente y vínculos familiares debilitados. <p> A esto se suma un uso intensivo de la tecnología sin acompañamiento. <p> Frente a este escenario, la experta propone una herramienta fundamental y a menudo subestimada: el juego. “Esta actividad no es un lujo, es una necesidad. Al jugar, el niño desarrolla tolerancia a la frustración, empatía, creatividad y, sobre todo, se siente visto y valorado.

No hay sustituto tecnológico para eso”, señala. <p> Asimismo, recalca la importancia de dejar atrás la crianza en soledad y fomentar redes de apoyo, como la familia extendida, vecinos, colegios y comunidades que permitan construir entornos estables y emocionalmente seguros. <p> “Los niños no necesitan cosas, necesitan experiencias”, enfatiza la directora de Psicología de la **UBO** <p> Aunque el diagnóstico es preocupante, los especialistas insisten en que observar, dialogar y pedir ayuda a tiempo puede marcar una diferencia crucial. </p>

1 de cada 7 niños en el mundo enfrenta trastornos de salud mental

Viernes, 22 de agosto de 2025, Fuente: El Mostrador



Por: Agenda País La ansiedad, la depresión y otros problemas emocionales afectan cada vez más a la infancia y adolescencia, según el informe 2024 de la OMS y UNICEF.

Una experta chilena analiza las causas del fenómeno y entrega consejos para detectar y enfrentar a tiempo las señales de alerta. Lejos de la imagen de una niñez despreocupada, hoy millones de menores enfrentan síntomas como ansiedad persistente, alteraciones del sueño, autolesiones o estados depresivos que han dejado de ser excepcionales.

De acuerdo con el informe 2024 de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y UNICEF, los trastornos mentales afectan a 1 de cada 7 niños y adolescentes en el mundo. En América Latina, la situación se agudizó tras la pandemia: los cuadros de ansiedad y depresión aumentaron hasta un 30%, generando también cambios conductuales difíciles de identificar y abordar.

Viviana Tartakowsky, directora de la Escuela de Psicología de la Universidad Bernardo OHiggins (UBO), advierte que “los cuidadores principales no logran generar tiempo de calidad. Hay un uso intensivo de tecnología, pero sin un marco que enseñe a niños y adultos a navegar ese entorno. No hay alfabetización digital universal para docentes ni para padres, lo que profundiza esta desconexión”.

Según la especialista, los síntomas suelen traducirse en aislamiento, irritabilidad o pérdida de interés en actividades antes disfrutadas. En adolescentes, agrega, los síntomas suelen traducirse en aislamiento, irritabilidad o pérdida de interés en actividades antes disfrutadas. “ Cuando un niño deja de jugar, de hablar, de dormir, o dice abiertamente que no quiere vivir, estamos ante un grito de auxilio que no se puede ignorar”, advierte la psicóloga.

Factores que agravan el problema

El informe y la especialista coinciden en que las condiciones estructurales empeoran el panorama: falta de áreas verdes seguras, escasa conciliación entre vida laboral y crianza, largos tiempos de traslado en las ciudades, agotamiento docente y vínculos familiares debilitados.

A esto se suma un uso intensivo de la tecnología sin acompañamiento.

Frente a este escenario, la experta propone una herramienta fundamental y a menudo subestimada: el juego. “Esta actividad no es un lujo, es una necesidad. Al jugar, el niño desarrolla tolerancia a la frustración, empatía, creatividad y, sobre todo, se siente visto y valorado. No hay sustituto tecnológico para eso”, señala.

Asimismo, recalca la importancia de dejar atrás la crianza en soledad y fomentar redes de apoyo, como la familia extendida, vecinos, colegios y comunidades que permitan construir entornos estables y emocionalmente seguros.

“Los niños no necesitan cosas, necesitan experiencias”, enfatiza la directora de Psicología de la UBO

Aunque el diagnóstico es preocupante, los especialistas insisten en que observar, dialogar y pedir ayuda a tiempo puede marcar una diferencia crucial.