



Organización
Mundial de la Salud

unicef 
for every child

Conjunto de instrumentos para ayudar a los adolescentes a prosperar

Estrategias para promover y proteger la salud mental de los
adolescentes y reducir conductas autolesivas
y comportamientos de riesgo



Resumen de orientación

Conjunto de instrumentos para ayudar a los adolescentes a prosperar

**Estrategias para promover y proteger la salud mental de los
adolescentes y reducir conductas autolesivas
y comportamientos de riesgo**

Conjunto de instrumentos para ayudar a los adolescentes a prosperar: estrategias para promover y proteger la salud mental de los adolescentes y reducir conductas autolesivas y comportamientos de riesgo. Resumen de orientación [Helping adolescents thrive toolkit: strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours. Executive summary]

ISBN (OMS) 978-92-4-002697-1 (versión electrónica)

ISBN (OMS) 978-92-4-002698-8 (versión impresa)

ISBN (UNICEF) 978-92-806-5229-1

© Organización Mundial de la Salud y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), 2021

Este informe conjunto refleja las actividades de la Organización Mundial de la Salud (OMS) y del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)

Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia 3.0 OIG Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual de Creative Commons (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/deed.es>).

Con arreglo a las condiciones de la licencia, se permite copiar, redistribuir y adaptar la obra para fines no comerciales, siempre que se cite correctamente, como se indica a continuación. En ningún uso que se haga de esta obra debe darse a entender que la OMS o el UNICEF refrendan una organización, productos o servicios específicos. Los nombres y logotipos de la OMS y el UNICEF no se pueden utilizar sin autorización. En caso de adaptación, debe concederse a la obra resultante la misma licencia o una licencia equivalente de Creative Commons. Si la obra se traduce, debe añadirse la siguiente nota de descargo junto con la forma de cita propuesta: «La presente traducción no es obra de la Organización Mundial de la Salud (OMS) ni del Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). La OMS y el UNICEF no se hacen responsables del contenido ni de la exactitud de la traducción. La edición original en inglés será el texto auténtico y vinculante».

Toda mediación relativa a las controversias que se deriven con respecto a la licencia se llevará a cabo de conformidad con el Reglamento de Mediación de la Organización Mundial de la Propiedad Intelectual (<https://www.wipo.int/amc/es/mediation/rules/>).

Forma de cita propuesta. Conjunto de instrumentos para ayudar a los adolescentes a prosperar: estrategias para promover y proteger la salud mental de los adolescentes y reducir conductas autolesivas y comportamientos de riesgo. Resumen de orientación [Helping adolescents thrive toolkit: strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours. Executive summary]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud y Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF); 2021. Licencia: [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/).

Catalogación (CIP). Puede consultarse en <http://apps.who.int/iris>.

Ventas, derechos y licencias. Para comprar publicaciones de la OMS, véase <http://apps.who.int/bookorders>. Para presentar solicitudes de uso comercial y consultas sobre derechos y licencias, véase <http://www.who.int/about/licensing>.

Materiales de terceros. Si se desea reutilizar material contenido en esta obra que sea propiedad de terceros, por ejemplo cuadros, figuras o imágenes, corresponde al usuario determinar si se necesita autorización para tal reutilización y obtener la autorización del titular del derecho de autor. Recae exclusivamente sobre el usuario el riesgo de que se deriven reclamaciones de la infracción de los derechos de uso de un elemento que sea propiedad de terceros.

Fotografías del UNICEF y la OMS. Las fotografías del UNICEF y la OMS están protegidas por derechos de autor y no deben reproducirse en ningún medio sin una autorización escrita previa. Pueden concederse permisos para un único uso en un contexto que refleje con exactitud la situación real y la identidad de todas las personas representadas. Las fotografías del UNICEF y la OMS no deben utilizarse en ningún contexto comercial; el contenido no puede ser alterado digitalmente para cambiar el significado o el contexto; y los materiales no pueden ser archivados por ninguna entidad ajena a la OMS y el UNICEF. Las solicitudes de autorización para reproducir las fotografías del UNICEF deben dirigirse a UNICEF, Division of Communication, 3 United Nations Plaza, New York 10017, Estados Unidos de América (dirección electrónica: nyhqdoc.permit@unicef.org). Las solicitudes de autorización para reproducir las fotografías de la OMS deben dirigirse a: http://www.who.int/about/licensing/copyright_form/en/.

Notas de descargo generales. Las denominaciones empleadas en esta publicación y la forma en que aparecen presentados los datos que contiene no implican, por parte de la OMS o el UNICEF, juicio alguno sobre la condición jurídica de países, territorios, ciudades o zonas, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites. Las líneas discontinuas en los mapas representan de manera aproximada fronteras respecto de las cuales puede que no haya pleno acuerdo.

La mención de determinadas sociedades mercantiles o de nombres comerciales de ciertos productos no implica que la OMS o el UNICEF los aprueben o recomienden con preferencia a otros análogos. Salvo error u omisión, las denominaciones de productos patentados llevan letra inicial mayúscula.

Las cifras que figuran en el presente informe son estimaciones establecidas por el Programa Conjunto OMS/UNICEF de Monitoreo del Abastecimiento del Agua, el Saneamiento y la Higiene (www.washdata.org) para garantizar su compatibilidad; por tanto, no son necesariamente las estadísticas oficiales del país, zona o territorio de que se trate, los cuales pueden utilizar métodos alternativos.

La OMS y el UNICEF han adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información que figura en la presente publicación, no obstante lo cual, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la OMS o el UNICEF podrán ser considerados responsables de daño alguno causado por su utilización.



Resumen de orientación

La adolescencia es un período de rápido desarrollo en el que se experimentan profundos cambios físicos, sociales y psicológicos y durante el cual el cerebro en maduración es altamente sensible ante influencias ambientales (1). Así, este periodo de la vida ofrece una importante oportunidad para la promoción de la salud y las intervenciones preventivas con miras a influir en los resultados de salud y desarrollo (2), e influir positivamente en la vida de los jóvenes a corto y largo plazo, y de la próxima generación (3).

Hay que prestar de manera urgente una atención especial a la generación de entornos de apoyo que permitan a los adolescentes disfrutar de salud mental. Aplicando de manera eficaz un conjunto integral de estrategias para apoyar la salud mental de los adolescentes, los jóvenes disfrutarán de un mayor bienestar y podrán desarrollar su potencial y participar significativamente en sus comunidades (4).

Resumen:

Ayudar a los adolescentes a prosperar

Ayudar a los Adolescentes a Prosperar es una iniciativa conjunta OMS-UNICEF para fortalecer la programación y las respuestas políticas para los adolescentes con miras a promover su salud mental, prevenir trastornos en ese ámbito y evitar conductas autolesivas y comportamientos de riesgo. La visión de HAT es un mundo en el que todos los adolescentes, sus cuidadores, la sociedad civil y las comunidades se unan con los gobiernos para proteger y promover la salud mental de los adolescentes. Eso significa tomar medidas sistemáticas con las que aplicar y supervisar estrategias basadas en pruebas y respetuosas con los derechos humanos, para mejorar la salud mental y prevenir y reducir los trastornos en ese ámbito y los producidos por el consumo de sustancias adictivas entre los adolescentes con el fin de mejorar su bienestar de por vida (5). Todo ello tiene por objeto apoyar el logro de la meta 3.4 de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), a saber: «reducir en un tercio la mortalidad

prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar» y, dentro de esa meta, reducir la mortalidad por suicidio (indicador 3.4.2), de aquí a 2030. Eso también entra en consonancia con el plan de acción integral sobre salud mental 2013-2020 (6) y la *Aceleración mundial de las medidas para promover la salud de los adolescentes (Guía AA-HA!): Orientación para la aplicación en los países* (7).

Solución:

El conjunto de instrumentos HAT

El documento de orientación sobre el conjunto de instrumentos HAT se ha elaborado para mejorar la programación destinada a la promoción y prevención de la salud mental de los adolescentes y para apoyar la aplicación de las directrices HAT de la OMS sobre intervenciones preventivas y de promoción en ese ámbito. En el conjunto de instrumentos se describen soluciones basadas en pruebas para promover la salud mental, prevenir los trastornos de esta y reducir conductas autolesivas y comportamientos de riesgo.

El conjunto de instrumentos HAT se basa en el modelo socioecológico en el que se destaca la importancia de trabajar en factores de riesgo a nivel individual, familiar, comunitario y social para promover y proteger la salud mental de los adolescentes, con la debida atención a los contextos socioculturales y sistemas de atención. En el conjunto de instrumentos se definen principios fundamentales con los que guiar las tareas de programación, entre otras cosas con el objetivo de que las respuestas sean equitativas e inclusivas, tengan en cuenta las cuestiones de género para responder a ellas, sean apropiadas para el desarrollo y se basen en las capacidades en evolución de los adolescentes, y de fomentar la participación de los adolescentes y los padres/cuidadores en la planificación, diseño, aplicación y evaluación de la programación de forma diligente y no solo en calidad de beneficiarios. Para poder llevar a la práctica las estrategias HAT, es fundamental planificar su aplicación a gran escala desde la fase de planificación.

Acciones:

Las estrategias HAT y las actividades transversales

En el conjunto de instrumentos HAT se describen cuatro estrategias interrelacionadas y dos soluciones de aplicación. Se trata de instrumentos de aplicación para apoyar la labor de los directores del programa. También se proporcionan ejemplos de casos de aplicación de países.

Las cuatro estrategias son:

Estrategias

Soluciones de aplicación

Estrategia 1

Aplicación y control de la aplicación de políticas y leyes

Estrategia 2

Entornos para promover y proteger la salud mental de los adolescentes

Estrategia 3

Apoyo al cuidador

Estrategia 4

Intervenciones psicosociales para adolescentes

Actividad 1
Colaboración multisectorial

Actividad 2
Seguimiento y evaluación

Estrategia 1

Aplicación y control de la aplicación de políticas y leyes.

En ella se proporcionan orientación y ejemplos de leyes y disposiciones normativas para mejorar los resultados de salud mental de los adolescentes, adoptando una solución en la que participan todas las instancias gubernamentales y de la sociedad.



Estrategia 2

Entornos para promover y proteger la salud mental de los adolescentes.

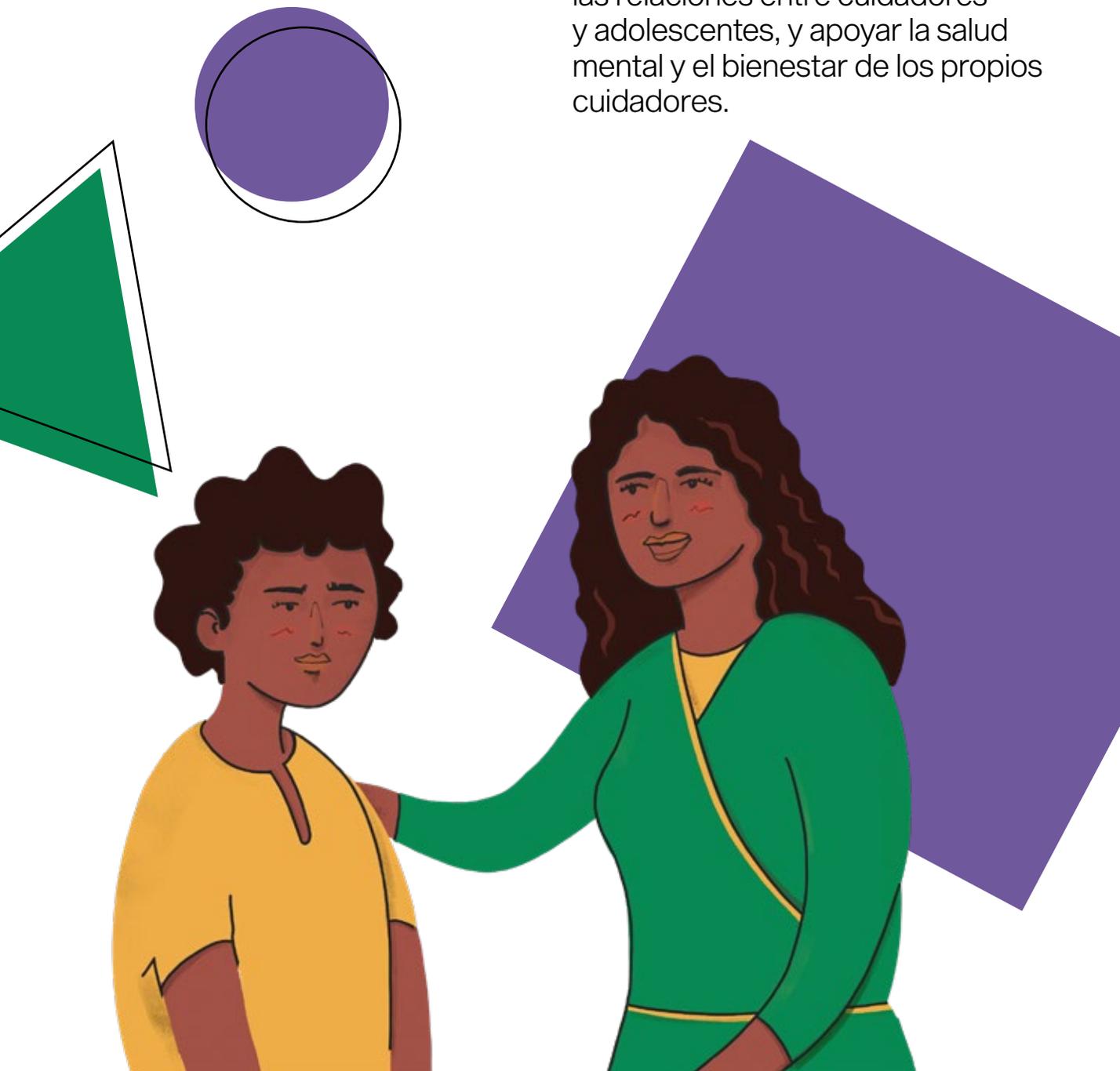
Se centra en medidas para mejorar la calidad de los entornos en escuelas, comunidades y espacios digitales. Mediante esta estrategia se busca mejorar el entorno físico y social de los adolescentes, cuando corresponda, mediante una serie de actividades basadas en pruebas, como intervenciones sobre el entorno escolar, espacios seguros para adolescentes en comunidades y formación de docentes.



Estrategia 3

Apoyo al cuidador.

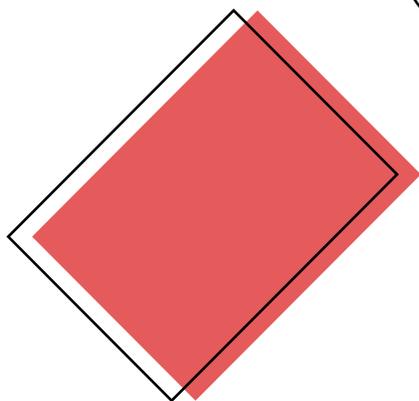
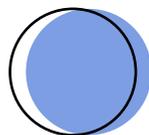
Se refiere a las intervenciones para: fomentar los conocimientos y habilidades de los cuidadores con miras a promover la salud mental de los adolescentes; fortalecer las relaciones entre cuidadores y adolescentes, y apoyar la salud mental y el bienestar de los propios cuidadores.



Estrategia 4

Intervenciones psicosociales para adolescentes.

La atención se centra en este caso en intervenciones psicosociales basadas en pruebas para la prevención universal, focalizada y específica de la salud mental.



Para cada una de estas estrategias se proporciona una justificación seguida de una descripción de diversas soluciones basadas en pruebas, consideraciones para su aplicación y recursos pertinentes.

Las dos soluciones de aplicación son:

Actividad 1: Colaboración multisectorial

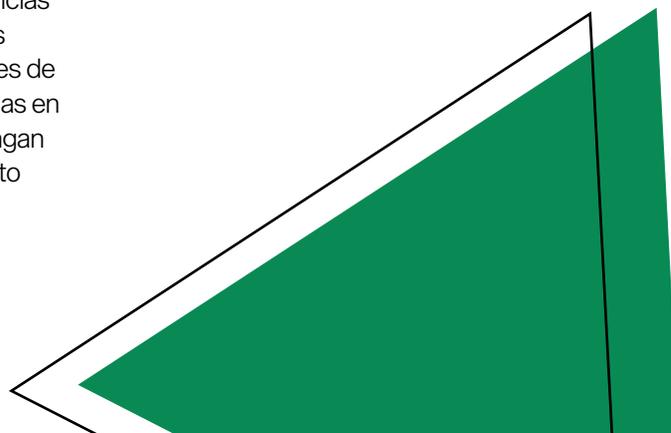
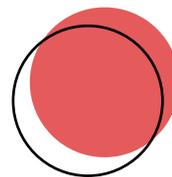
Describe cómo llevar a cabo la colaboración entre múltiples sectores y partes interesadas –sociedad civil, sector público y sector privado– a nivel nacional y local para apoyar el desarrollo y la aplicación de la programación de medidas de promoción de la salud mental para adolescentes y de prevención de problemas en ese ámbito.

Para ambas actividades se proporciona una sección de visión general, seguida de consideraciones concretas para la programación en materia de salud mental para adolescentes, un proceso gradual para su aplicación y enlaces a recursos relevantes.

Por último, el conjunto de instrumentos HAT proporciona una guía de recursos esencial para apoyar una aplicación en la que participen todas las instancias de la sociedad y lograr el objetivo de que todos los adolescentes, incluidos los que viven en situaciones de vulnerabilidad, se beneficien de estrategias basadas en pruebas que promuevan su salud mental y prevengan el suicidio, el desarrollo de trastornos en ese ámbito y la adopción de conductas de riesgo, como las conductas autolesivas, el consumo de sustancias adictivas y otros comportamientos agresivos, perturbadores y conflictivos.

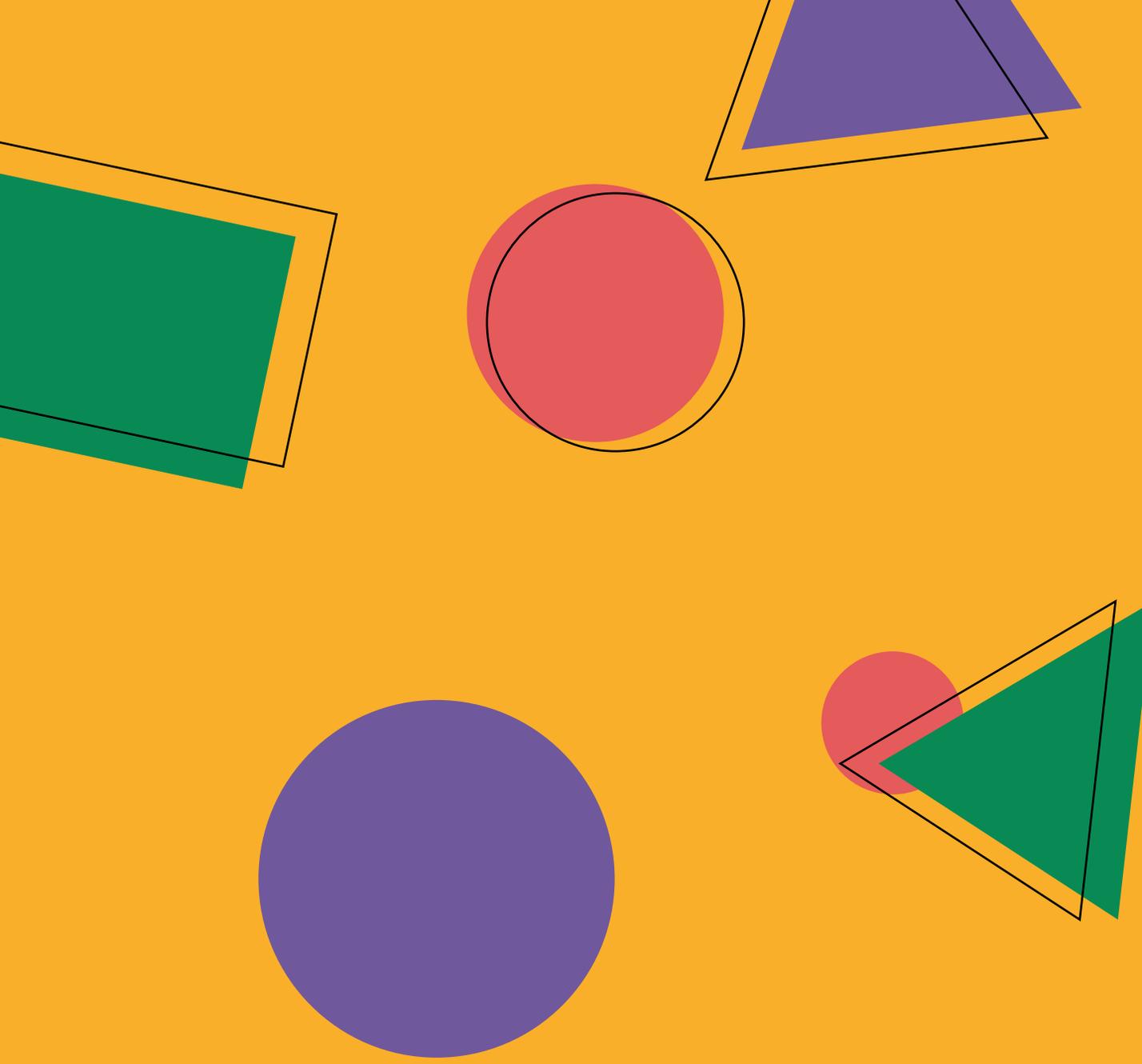
Actividad 2: Seguimiento y evaluación

En ella se proporcionan los pasos para desarrollar un sistema de supervisión y evaluación con el que las instancias normativas y gestores de programas estén equipados con información crítica para saber si los programas y las políticas se están aplicando según lo previsto y están teniendo el efecto planificado.



Referencias

1. *The adolescent brain: a second window of opportunity*. Florencia: Oficina de Investigación del UNICEF; 2017 (<https://www.unicef-irc.org/publications/933-the-adolescent-brain-a-second-window-of-opportunity-a-compendium.html>, consultado el 3 de marzo de 2021).
2. Bailey D, Duncan GJ, Odgers CL, Yu W. *Persistence and fadeout in the impacts of child and adolescent interventions*. *J Res Educ Eff*. 2017;10(1):739.
3. Patton GC, Sawyer SM, Santelli JS, Ross DA, Afifi R, Allen NB et al. *Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing*. *Lancet*. 2016;387(10036):2423–78.
4. Jané-Llopis E, Barry M, Hosman C, Patel V. *Mental health promotion works: a review*. *Promotion & Education*. 2005;12(2_suppl):9–25.
5. *Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: helping adolescents thrive*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2020 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/336864>, consultado el 3 de marzo de 2021).
6. *Plan de acción integral sobre salud mental 2013-2020*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2013.
7. *Aceleración mundial de las medidas para promover la salud de los adolescentes (Guía AA-HA!): Orientación para la aplicación en los países*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2017.



Contacto

Organización Mundial de la Salud
Salud Mental y Consumo de Sustancias
20 Avenue Appia
CH-1211 Ginebra 27, Suiza

mailto:brainhealth@who.int
<https://www.who.int/health-topics/brain-health>

