

## Salud mental en la niñez

Señora Directora:

En el Día de la Niñez, es necesario hablar de la salud mental de los niños, niñas y adolescentes en nuestro país desde una perspectiva de derechos. En 1990, Chile ratificó la Convención sobre los Derechos del Niño, y bajo este tratado se debe garantizar el más alto nivel posible en la salud física y mental de este grupo, realidad que es un tanto compleja e implica una serie de desafíos que son necesarios abordar de manera urgente y sostenida en el tiempo.

Según el “Diagnóstico sobre la situación de derechos de la niñez y adolescencia 2024” de la Defensoría de la Niñez, la pandemia exacerbó problemas preexistentes, impactando de manera adversa su salud mental, con un aumento significativo en síntomas de ansiedad, depresión y conductas de riesgo, especialmente en adolescentes. El entorno social y familiar es también un punto de preocupación, la violencia intrafamiliar, negligencia, así como también las dificultades económicas pueden generar un entorno de estrés constante. La atención en los servicios de salud sigue siendo limitada y costosa, con una escasez de recursos para cubrir la demanda en salud mental que tenemos.

La detección temprana y la interven-

ción son claves para abordar los problemas de salud mental en la niñez y adolescencia. Todos los adultos deben estar atentos a los signos de alerta, como cambios en el comportamiento, dificultades para dormir, falta de interés en actividades que antes disfrutaban y rendimiento académico inusual, en general cambios en la rutina ya establecida, los que impactan fuertemente en su equilibrio ocupacional y la participación en sus roles significativos.

Es necesario que existan políticas públicas que den respuesta a las necesidades actuales de este grupo, que los programas no solo aborden los síntomas de los problemas de salud mental, sino también sus causas subyacentes. La vulneración de derechos, como la violencia, discriminación, bullying, falta de redes de apoyo en el contexto escolar y familiar son factores que contribuyen directamente en estos problemas, y que, si no son atendidos a tiempo, afectarán de manera negativa en la vida adulta. En el Día de la Niñez celebremos y valorémoslos, pero también recordemos nuestras responsabilidades hacia ellos. Es crucial establecer que la salud mental es un derecho y una prioridad que no puede esperar, para garantizarles el crecer en un entorno que promueva su bienestar integral.

*María Ignacia Díaz-UDLA*