UNICEF

Topic: **“Promoviendo la salud mental y el bienestar en niños y adolescentes ”.**

Written by: Maria Regina Rivas

Writer’s note:

Bienvenidos delegados a LIMUN 2027, es un honor tenerlos a ustedes en el comité de UNICEF. Como esta podría ser la primera simulación de varios se les dará explicaciones más detalladas en el día del evento. Nos emociona ver lo que van a lograr. ¡Buena suerte delegados y nuevamente bienvenidos!

I. ANTECEDENTES DEL COMITÉ

UNICEF es la agencia de las Naciones Unidas encargada de promover y proteger los derechos de los niños, niñas y adolescentes en todo el mundo, especialmente de aquellos que viven en condiciones de mayor vulnerabilidad. Fue creada el 11 de diciembre de 1946 por la Asamblea General de las Naciones Unidas con el objetivo de brindar ayuda de emergencia, como alimentos y atención médica, a los niños afectados por la Segunda Guerra Mundial. Con el paso del tiempo se fueron extendiendo a más países para ayudar a los niños más necesitados. Ahora ayudan en más de 190 países y territorios.

La misión de UNICEF es garantizar que todos los niños, niñas y adolescentes puedan satisfacer sus necesidades básicas y desarrollar plenamente su potencial. Guiada por la Convención sobre los Derechos del Niño, la organización trabaja junto con gobiernos y otros aliados para proteger a la infancia, promoviendo la igualdad, la no discriminación y el desarrollo sostenible.

En materia de salud mental, UNICEF impulsa programas orientados a fortalecer el bienestar emocional de niños y adolescentes, mejorar el acceso a servicios de apoyo psicológico y capacitar a familias, docentes y comunidades. Un ejemplo es el proyecto "Atención en Salud Mental a niños, niñas y adolescentes migrantes y sus familias en Cúcuta", desarrollado en Colombia durante 2022-2023, el cual brindó atención psicológica a miles de personas y fortalece las habilidades de salud mental de niños, docentes y cuidadores. Además, UNICEF desarrolla iniciativas globales en colaboración con la Organización Mundial de la Salud (OMS) y otros socios para integrar la salud mental en los sistemas de salud, educación y protección infantil.

II. Historia del tema

a. Introducción al tema

La salud mental es un estado de bienestar emocional, psicológico y social que permite a las personas afrontar los desafíos de la vida, desarrollar sus capacidades, establecer relaciones saludables y participar activamente en su comunidad. En la infancia y la adolescencia, es esencial para un desarrollo integral. Se estima que el 20% de los niños y niñas padecen algún trastorno mental, y que el 50% de estos trastornos comienzan antes de los 14 años. La salud mental no significa estar siempre bien o feliz; también implica poder experimentar emociones como la tristeza o el enojo cuando la situación lo amerita, así como aprender a reconocerlas y gestionarlas de manera saludable, en lugar de reprimirlas. Además, la salud mental está influenciada por diversos factores, como el estrés, los problemas familiares, la presión social, los traumas, la autoestima, entre muchos otros.

b. Evolución del tema

La salud mental de los niños y adolescentes no siempre fue considerada una prioridad. Durante gran parte del siglo XX, la atención se centraba principalmente en la salud física y la supervivencia infantil, mientras que los problemas relacionados con el bienestar psicológico o emocional eran poco atendidos. Con el avance de las investigaciones científicas, se empezó a reconocer que la salud mental es muy esencial para el desarrollo de un niño o adolescente ya que influye directamente en el aprendizaje, las relaciones sociales y la calidad de vida.

Un punto fuerte ocurrió en 1989 con la adopción de la convención sobre los derechos del niño por parte de las Naciones Unidas, la cual estableció que todos los niños tienen derecho al más alto nivel posible de salud, incluyendo bienestar físico y mental. A partir de entonces, organizaciones internacionales como UNICEF y la organización mundial de la salud OMS empezaron a promover programas dirigidos a prevenir trastornos mentales, promover entornos seguros y garantizar el acceso a servicios y apoyo psicológico.

Más adelante en 2020 Sucedió la pandemia de COVID-19 y representó otro momento decisivo para la evolución del tema. El cierre de escuelas y el aislamiento social afectaron mucho a los niños y adolescentes en esos momentos. Incrementaron significativamente los niveles de ansiedad, depresión y estrés entre niños y adolescentes en todo el mundo. Esta situación impopular a los estados y las organizaciones internacionales a reconocer la salud mental como una ̲prioridad urgente dentro de las agendas de salud pública y desarrollo sostenible.En la actualidad, la comunidad internacional considera que promover la salud mental y el bienestar de niños y adolescentes requiere una respuesta integral que combine políticas de prevención, acceso a servicios de calidad, educación sobre salud mental, reducción del estigma y cooperación internacional. UNICEF, la OMS y otros organismos continúan impulsando estrategias para garantizar que todos los niños y adolescentes puedan desarrollarse en entornos seguros, inclusivos y favorables para su bienestar emocional y psicológico.

c. Eventos relevantes

COVID-19 Pandemia (2020–2022)

La pandemia de COVID-19 representó uno de los mayores desafíos para la salud mental de niños y adolescentes. El cierre de escuelas, el aislamiento social, la pérdida de familiares y la incertidumbre provocaron un aumento significativo en los niveles de ansiedad, depresión y estrés entre los jóvenes. Como respuesta, organizaciones como UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS) impulsaron campañas de concientización, programas de apoyo psicosocial y estrategias para integrar la salud mental en los sistemas educativos y de salud. La pandemia también llevó a muchos gobiernos a reconocer la salud mental infantil como una prioridad en sus políticas públicas.

WHO Comprehensive Mental Health Action Plan (2013–2020)

En 2013, la Organización Mundial de la Salud (OMS) adoptó el *Comprehensive Mental Health Action Plan 2013–2020*, el primer plan mundial que incluyó la promoción de la salud mental como una prioridad internacional. El plan alentó a los países a fortalecer la prevención, mejorar el acceso a servicios de salud mental e implementar programas dirigidos a niños y adolescentes dentro de las escuelas y comunidades.

WHO–UNICEF Joint Programme on Mental Health and Psychosocial Well-being (2022–Present)

En 2022, la OMS y UNICEF iniciaron un programa conjunto para ayudar a los países a integrar la salud mental en los sistemas de salud, educación y protección infantil. El programa busca ampliar el acceso a servicios de calidad, reducir el estigma y garantizar que niños y adolescentes reciban apoyo psicológico oportuno, especialmente en comunidades vulnerables.

III. PROBLEMAS RECURRENTES

a. Panorama

La salud mental de niños y adolescentes se ha convertido en una de las principales preocupaciones de salud pública a nivel mundial. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), aproximadamente uno de cada siete adolescentes vive con un trastorno mental, siendo la ansiedad y la depresión algunas de las condiciones más comunes. Además, muchos niños y jóvenes no reciben atención psicológica debido a la falta de recursos o la escasez de profesionales especializados.

Actualmente, la comunidad internacional enfrenta el reto de garantizar que todos los niños y adolescentes tengan acceso a servicios de salud mental de calidad, promover la prevención desde edades tempranas y crear entornos seguros en las familias, escuelas y comunidades. Por ello, UNICEF, la OMS y otros organismos continúan impulsando estrategias para proteger el bienestar emocional de las nuevas generaciones.

b. Puntos de vista

Noruega

Noruega promueve la salud mental en niños y jóvenes mediante un enfoque preventivo integrado en las escuelas, la atención primaria y la reducción del estigma. Implementan proyectos como el programa nacional sobre Salud mental en el ámbito escolar, que mejora la cooperación entre planteles educativos y servicios sanitarios locales. Al igual utilizan herramientas como MEST para fomentar la alfabetización en salud mental positiva y bienestar en adolescentes.

Dinamarca

Dinamarca promueve la salud mental en niños y jóvenes mediante la educación emocional obligatoria, la prevención temprana y planes de salud pública a largo plazo. Implementaron leyes pioneras para prohibir el acceso a redes sociales sin supervisión parental en menores de 15 años con el fin de frenar la depresión. Este sistema educativo ayuda a que los estudiantes reporten tasas muy bajas de acoso escolar en comparación con otros países europeos.

Alemania

Alemania promueve la salud mental en niños y jóvenes a través de un sistema de atención médica descentralizado y enfocado en la comunidad, aunque enfrenta retos importantes de saturación y listas de espera. Se desarrollan iniciativas locales y debates en centros educativos sobre el manejo del estrés y la identificación de adultos de confianza, delimitando el rol de apoyo entre compañeros.

Australia

Australia promueve la salud mental en niños y jóvenes mediante leyes pioneras de restricción digital, programas escolares de resiliencia y centros especializados de intervención temprana. Australia implementó una ley histórica que prohíbe el uso de plataformas como TikTok, Instagram, Facebook y YouTube a menores de 16 años para frenar la adicción a las pantallas y el ciberacoso. Aplica iniciativas como el programa evaluado por la Universidad de Monash, que reduce la ansiedad y la depresión durante la educación secundaria.

España

España promueve la salud mental en la infancia y la juventud mediante planes estatales, alianzas sociales e intervención directa en los centros educativos. La Estrategia Estatal de derechos de la infancia y de la adolescencia defiende el derecho a recibir servicios públicos y gratuitos de apoyo psicológico. Se han anunciado proyectos específicos como el Plan Nacional para cuidar la salud mental de niñas, niños y jóvenes para reforzar la atención temprana.

IV. ONU Y ACCIONES EXTERNAS

a. ONU

La ONU promueve la salud mental de los niños a través de estrategias globales, informes especializados e iniciativas coordinadas por agencias como UNICEF y la Organización Mundial de la Salud (OMS). Impulsa programas como Helping Adolescents Thrive para prevenir conductas de riesgo y fomentar el bienestar emocional. Proporciona apoyo emocional y psicológico a niños afectados por desastres naturales, conflictos y situaciones de crisis humanitaria. Promueve que las escuelas ofrezcan un ambiente seguro, reduzcan el estigma y brinden apoyo psicosocial de primer nivel.

b. Acciones externas

A nivel mundial, organizaciones internacionales, gobiernos y comunidades implementan estrategias integrales para promover y proteger la salud mental infantil, enfocándose en la prevención, el apoyo escolar y el fortalecimiento familiar. Se entrena a maestros, pediatras y trabajadores comunitarios para detectar de manera temprana señales de ansiedad, depresión o problemas de conducta. Diversas campañas fomentan la supervisión del tiempo frente a las pantallas y promueven espacios de juego, descanso y convivencia familiar sin dispositivos.

V. CONCLUSIÓN

En resumen,la buena salud mental de los niños y adolescentes juega un papel extremadamente importante para que ellos se sientan bien, sean fuertes y sanos.De hecho muchos niños enfrentan dificultades como la depresión o la ansiedad o incluso un mal desempeño escolar y eso afecta significativamente su vida.Por eso organizaciones como UNICEF y el gobierno intentan garantizar que todos los niños puedan obtener ayuda y apoyo siempre que lo necesiten.Es vital que prestemos atención no solo a nuestra salud física sino también a la salud mental y en las escuelas,en las familias y en las comunidades es crucial que aprendamos a ayudarnos unos a otros.Con los esfuerzos conjuntos podemos dar más niños la oportunidad de ser felices y de sentirse menos asustados o deprimidos.

VI. PREGUNTAS PARA CONSIDERAR

1. ¿Qué tanto ha crecido la población de niños con problemas de salud mental y cuánto se estima que va a crecer?
2. ¿Que debe de pasar en caso de que un padre/tutor se niegue darle el tratamiento necesario a un niño?
3. ¿Cuáles pueden ser soluciones para poder reducir la cantidad de niños con depresión?
4. ¿Cuáles pueden ser las consecuencias adecuadas para el ciberacoso?
5. ¿Cual es una buena manera para identificar si un niño tiene problemas de salud mental y cómo tratar el caso?

6. ¿Cómo puede afectar la depresión u otros en la vida diaria de un niño o adolecente?
7. ¿Qué reglas se deben implementar en las escuelas para mejorar la salud mental de los niños y adolescentes?
8. ¿Qué va a pasar si la población de niños con problemas de salud mental sigue creciendo?
9. ¿Cómo pueden ayudar países como áfrica y otros que tienen baja economía y no pueden pagar el tratamiento ?
10. ¿Cómo se puede hacer más accesible la ayuda para jóvenes con depresión, ADHD, entre otros?
11.

VII. REFERENCIAS

Quiénes somos. (s. f.). UNICEF. https://www.unicef.org/es/quienes-somos

UNICEF. (1989). *Convención sobre los Derechos del Niño*. https://www.unicef.org/es/convencion-derechos-nino/texto-convencion

UNICEF. (s. f.). *Child and Adolescent Health and Well-being*. https://www.unicef.org/health/child-and-adolescent-health-and-well-being

UNICEF Innocenti. (2022). *Child and Adolescent Mental Health and Psychosocial Wellbeing Across the Life Course*. https://www.unicef.org/innocenti/reports/child-and-adolescent-mental-health-and-psychosocial-wellbeing-across-life-course

UNICEF. (s. f.). *Adolescent Mental Health Hub*. https://www.unicef.org/adolescentmentalhealthhub/

De Ciencia Innovación y Universidades, M. (s. f.). El Gobierno de España sitúa la Salud Mental en jóvenes y adolescentes como una prioridad compartida. Ministerio de Ciencias, Innovación y Universidades. https://www.ciencia.gob.es/Noticias/2022/Octubre/gobierno-Espana-situa-salud-mental-jovenes-prioridad.html

Atención médica para todos. (s. f.). La Actualidad de Alemania. https://www.tatsachen-ueber-deutschland.de/es/vivir-en-alemania/atencion-medica-para-todo

Infocop. (2025, 24 septiembre). *Una reforma polémica en Dinamarca: nuevas prácticas restrictivas en salud mental reavivan el debate internacional - Infocop*. Infocop. https://www.infocop.es/una-reforma-polemica-en-dinamarca-nuevas-practicas-restrictivas-en-salud-mental-reavivan-el-debate-internacional/

Craw, J. (2025, 5 diciembre). *Denmark*. NCEE. https://ncee.org/denmark/

Bjørnsen, H. N., Ringdal, R., Espnes, G. A., Eilertsen, M. B., & Moksnes, U. K. (2018). Exploring MEST: a new universal teaching strategy for school health services to promote positive mental health literacy and mental wellbeing among Norwegian adolescents. *BMC Health Services Research*, *18*(1), 1001. https://doi.org/10.1186/s12913-018-3829-8

Cifuentes, P. (n.d.). Salud mental escolar en Noruega - Legislación y políticas. BCN. Recuperado en Septiembre 2, 2026, from https://obtienearchivo.bcn.cl/obtienearchivo?id=repositorio

Por qué los jóvenes alemanes buscan o evitan la atención psiquiátrica. (2023, Marzo 24). Univadis. Retrieved Septiembre 2, 2026, from https://www.univadis.es/viewarticle/por-qu%C3%A9-los-j%C3%B3venes-alemanes-buscan-o-evitan-la-2023a10005k1

United Nations. (s. f.-c). *Salud mental y bienestar | Naciones Unidas*. https://www.un.org/es/global-issues/mental-health