

Recomendaciones del 4to. Foro Panamericano de niños, niñas y adolescentes sobre el eje de salud mental

Las siguientes recomendaciones fueron realizadas por cincuenta y cuatro (54) niños, niñas y adolescentes participantes del 4to. Foro Panamericano, quienes representan a delegaciones de los Estados y de la sociedad civil: Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Costa Rica, Ecuador, El Salvador, Guatemala, Honduras, Jamaica, Perú, Trinidad y Tobago, y Uruguay.

- Sugerimos que el ente rector de infancia trabaje con otras instituciones para llegar a los centros educativos, con el fin de que niños, niñas y adolescentes puedan participar y tener incidencia en las acciones que promuevan la salud mental. Por ejemplo, que el ente rector y demás instituciones que se quieran sumar, asistan a los espacios -colegios, albergues, clubes deportivos, entre otros- en los que esten los niños, niñas y adolescentes y compartan materiales amigables sobre los espacios de participación, como son los consejos consultivos o participativos, grupos y redes de niños, niñas y adolescentes, pues es donde podemos realizar acciones para promover la salud mental a nuestros pares.
- Recomendamos que el Estado garantice, para la atención de la salud mental, que las y los psicólogos realicen prácticas dentro de hospitales y en los centros educativos. De esta manera se asegura que personas especializadas sean las que atiendan a las niñas, niños y adolescentes y que exista una mayor cobertura en el bienestar integral de niños, niñas y adolescentes.
- Se propone que se considere por ley, que en los centros de salud el área de psicología sea un servicio comunitario, además que no solo se trate trastornos complejos de salud mental, sino también problemas cotidianos, como por ejemplo el estrés, con el fin de prevenir un problema más grave.
- Promovemos una atención comunitaria que no solo atienda a la persona afectada, sino que sea una atención 360, es decir integral, donde se involucre a la niña, niño o adolescente, familia, maestros y demás referentes.
- Sugerimos que a todo el personal que atiende a niñas, niños y adolescentes, se les practique una valoración psicológica y mucho más, para saber si están en condiciones para trabajar con niñez y adolescencia.
- Que se capacite a las y los docentes para que puedan identificar situaciones de



riesgo, como, por ejemplo, violencia en el entorno familiar o bullying. Además, sugerimos que generen una contención para todas y todos los estudiantes y se conviertan en red de apoyo.

- Recomendamos que asistentes sociales junto a los y las psicólogas de los centros educativos den seguimiento a los casos de salud mental de niños, niñas, y adolescentes dentro del horario educativo, donde haya talleres psicológicos y de empoderamiento para estos. Además, proponemos que el tratamiento psicológico sea guiado dentro de las escuelas, agilizando así el proceso de tratamiento.
- Proponemos que se implemente en todos los Estados una línea especial de atención para denuncias en caso de peligro para niñas, niños y adolescentes, que sea atendida por psicólogos y psicólogas u otro tipo de profesionales especializados, y si es de gravedad, dicha línea pueda ser enlace de la policía u otros medios de protección, si fuese el caso. Además, se debe hacer una difusión a nivel nacional, para que cada niña, niño o adolescentes conozca a donde llamar a denunciar o simplemente si necesita hablar con un profesional de manera libre.
- Sugerimos habilitar más espacios de participación para las niñas, niños y adolescentes, donde se tengan en cuenta nuestras opiniones y consultas, rompiendo la barrera del adultocentrismo. Es decir, que los niños, niñas y adolescentes sean incluidos en la decisión de políticas públicas sobre niñez y adolescencia(consultados), para mantener la participación y la escucha activa.
- Proponemos concientizar sobre no compartir información privada o sensible en redes sociales.
- Recomendamos que se promuevan campañas y publicaciones en redes sociales de nuestro interés, porque solamente lo ponen por Facebook y tal vez nosotros vemos mucho TikTok e Instagram y a veces algunos Twitter
- Esperamos que la difusión de este tema logre llegar a todas las comunidades, además, que las páginas Web y las redes sociales que difundan información dirigida para niñas, niños y adolescentes no lo hagan con un lenguaje muy técnico, sino que sea sencillo que lo pueda comprender una niña o niño desde la primera infancia o como adolescentes.
- Tengamos mejores laboratorios de informática, pues desde la pandemia hemos



estado haciendo todo en línea, y hay que pensar en las mejoras en las computadoras, así como que todos tengan computadora en las zonas rurales y que puedan tener todos acceso y cuando mejorem las habilidades informáticas vamos a hacer mejores profesionales y saber si queremos ser abogados necesitamos saber de informática.

- Proponemos la creación de una App para que las y los adolescentes puedan relacionarse entre ellos de manera positiva, amena y participativa.
- Proponemos concientizar sobre el uso excesivo de dispositivos electrónicos en niños, niñas y adolescentes, ya que es un fenómeno muy frecuente y puede ser perjudicial para su bienestar mental. Entendemos que el uso excesivo de estos dispositivos afecta los niveles de cortisol, especialmente en quienes no tienen la madurez necesaria para regular su uso.

