

Uno de cada siete adolescentes en el mundo padece un trastorno de salud mental

Especialistas del Hospital Civil de Guadalajara sugieren escuchar y derribar estigmas de con la salud mental con el fin de prevenir y atender a los jóvenes

Desde 1992, y tras ser establecido por la Federación Mundial para la Salud Mental (WFMH), con el apoyo de la Organización Mundial de la Salud (OMS), se **celebra cada 10 de octubre el Día Mundial de la Salud Mental**, fecha que busca crear conciencia sobre los problemas de salud mental, reducir el estigma y movilizar los esfuerzos globales para mejorar el acceso a los servicios de salud mental.

Durante este año, el Día Mundial de la Salud Mental enfoca sus esfuerzos **en fortalecer la salud mental infantil y juvenil en América**, bajo el lema **“Empoderar, conectar y cuidar”**, destacando un problema urgente y respondiendo a las crecientes preocupaciones y necesidades insatisfechas de esta población.

El doctor **Sergio Armando Covarrubias Castillo**, jefe del servicio de **Psiquiatría del [Antiguo Hospital Civil de Guadalajara \(HCG\) “Fray Antonio Alcalde”](#)** [1], destacó la importancia de **disminuir los estigmas sociales y culturales** que han permeado alrededor de las enfermedades o trastornos de salud mental, evitando que los pacientes acudan a consulta y sean diagnosticados.

“En México sólo un **20 por ciento de la población busca ayuda profesional** al momento de enfrentar algún tipo de problema relacionado con la salud mental. Estadísticas mundiales señalan que **uno de cada siete adolescentes, de entre 10 y 19 años** (el 14,3 %), padece algún trastorno mental, pese a que muchas de estas afecciones no reciben el reconocimiento y el tratamiento que requieren. Esto es debido a estigmas sociales y culturales, permeados en la familia y en la comunidad, los cuales dañan al paciente, ya que lo alejan de obtener un tratamiento adecuado”, mencionó.

Para dimensionar la problemática de salud pública que compete al área de salud mental, se estima que **el suicidio es la tercera causa de defunción entre los adolescentes mayores y los jóvenes** (entre 15 y 29 años), se calcula que el 4.1 por ciento de los adolescentes de 10 a 14 años y el 5.3 por ciento de los de 15 a 19 años **sufre trastorno ansioso**, y que el 1.3 por ciento de los adolescentes de 10 a 14 años y el **3.4 por ciento de los de 15 a 19 años padecen depresión**.

El doctor **Miguel Ángel Flores Tinajero**, jefe del servicio de [Paidopsiquiatría del Antiguo HCG](#) [1], enfatizó que **los primeros tres años de la infancia son los más importantes para que el menor tenga un buen desarrollo psicológico y psicosocial.**

“Es importante que **los padres de familia construyan espacios seguros**, de cuidado y acompañamiento para los menores de edad. Criar con respeto, estableciendo límites desde el amor y **enseñarles sobre el autocuidado desde pequeños es una forma de prevención.** La infancia es la semilla, y cuidarla y cultivarla puede ayudar a prevenir afecciones de salud mental en la adolescencia y la adultez”, comentó.

Continuando con el tema de la prevención, la licenciada Minia Montserrat Aguilera Hernández, encargada del servicio de **Psicología del Nuevo HCG “Dr. Juan I. Menchaca”** [1], lanzó las siguientes recomendaciones para cuidar a niños y adolescentes: “Necesitamos reforzar la red de apoyo de los menores, crear un entorno libre de violencia, integrar a los jóvenes a realizar actividades sociales y físicas, como algún deporte, evitar a toda costa el consumo de drogas, incluso las más comunes como el tabaco y el alcohol. Estar al pendiente de sus necesidades, **mostrando empatía por sus sentimientos**, escuchándolos y generando un ambiente de respeto”, comentó.

Sin embargo, la casa y el núcleo familiar no son los únicos espacios donde los jóvenes enfrentan problemáticas; **la escuela, las redes sociales, el trabajo y otros espacios comunitarios pueden influir en el comportamiento y las conductas nocivas** que afectan la salud mental de adolescentes y jóvenes.

“Estamos viviendo una época muy dura. Identificamos que los menores de edad tienen un sufrimiento emocional muy intenso. Como personal médico y de atención a la salud mental estamos atentos y dispuestos a ayudarles, sin embargo, **los factores de riesgo están presentes y corresponde a toda la sociedad**, desde profesores, padres de familia y comunidad, el ofrecer una escucha para prevenir los suicidios adolescentes”, agregó la psicóloga Luz Alejandra Fernández Villanueva, adscrita al Servicio de Psicología y Paidopsiquiatría del Antiguo HCG.

En el tema de las redes sociales, que en este momento son el principal medio de comunicación utilizado por menores de edad y jóvenes adultos, la licenciada Andrea Michelle Guzmán Ruiz, psicóloga adscrita al Hospital Civil de Oriente, hizo un llamado a **los padres de familia para monitorear lo explorado por sus hijos en internet para evitar el autodiagnóstico** de trastornos relacionados con la salud mental.

“Es importante generar un entorno seguro, eliminar los estigmas y dar herramientas para que los jóvenes aprendan a gestionar y vincular sus emociones de manera sana. **No debemos invalidar, sino**

escucharlos y buscar entenderlos. En casos donde se presentan mayores síntomas, es importante acudir a los servicios de salud mental”, aclaró.

El Servicio de Psiquiatría Antiguo HCG “Fray Antonio Alcalde” ha atendido en lo que va del año a más de **24 mil pacientes**, mientras que el Servicio de Paidopsiquiatría del mismo hospital ha recibido a más de **dos mil 800 pacientes**.

“Estamos rebasados en insumos y en personal de salud, sin embargo, **estamos para atender a quien más lo necesite**. La salud mental es un problema de salud pública y debe ser tratado como tal”, enfatizó el doctor Covarrubias Castillo.

Atentamente

“Piensa y Trabaja”

“1925-2025. Un Siglo de Pensar y Trabajar”

Guadalajara, Jalisco, 10 de octubre de 2025

Texto: Anashely Fernanda Elizondo Corres

Fotografía: Marco Moisés Gómez Alcaraz

Etiquetas:

[Sergio Armando Covarrubias Castillo](#) [2]

[Miguel Ángel Flores Tinajero](#) [3]

[Minia Montserrat Aguilera Hernández](#) [4]

[Luz Alejandra Fernández Villanueva](#) [5]

[Andrea Michelle Guzmán Ruiz](#) [6]

URL Fuente:

<https://www.comsoc.udg.mx/noticia/uno-de-cada-siete-adolescentes-en-el-mundo-padece-un-trastorno-de-salud-mental>

Links

[1] <https://hcg.gob.mx/hcg/>

[2] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/sergio-armando-covarrubias-castillo>

[3] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/miguel-angel-flores-tinajero>

[4] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/minia-montserrat-aguilera-hernandez>

[5] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/luz-alejandra-fernandez-villanueva>

[6] <https://www.comsoc.udg.mx/etiquetas/andrea-michelle-guzman-ruiz>