

NOTA DE PRENSA

Según el Barómetro Juvenil 2023 realizado por la Fundación Mutua Madrileña y Fad Juventud

Sigue creciendo el número de jóvenes que ha tenido problemas de salud mental en el último año

Un 59,3% de jóvenes manifiesta haber tenido algún problema en el último año mientras que, en 2017, cuando se hizo el primer barómetro, el porcentaje era del 28,4%.

Hay más hombres que mujeres entre los que afirman que nunca han sufrido este tipo de problemas: 42,4% de ellos y 30,9% de ellas.

La carencia material, entendida como aquellas necesidades que quedan por cubrir en la unidad familiar, es una de las variables más determinantes en la declaración de un peor estado de salud mental.

Cada vez se pide más ayuda profesional: dos de cada tres jóvenes de los que dicen tener problemas lo ha hecho (62,5%), frente al 51% de 2021.

Uno de cada tres jóvenes manifiesta haber tomado psicofármacos y la mitad de ellos lo ha hecho sin prescripción.

Por primera vez hay más jóvenes que han pensado en suicidarse al menos alguna vez (48,9%) que los que no lo han pensado nunca (47%).

El “Barómetro Juvenil 2023. Salud y Bienestar” de la Fundación Mutua Madrileña y Fad Juventud se realizó entrevistando a más de 1.500 jóvenes españoles de entre 15 y 29 años.

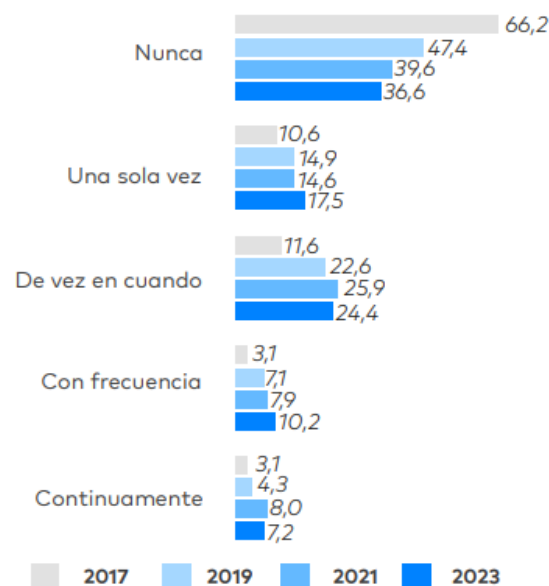
Madrid, 09/10/23. Los datos no son positivos en cuanto a salud mental de la juventud: en los últimos dos años ha seguido aumentando el número de jóvenes que manifiesta haber tenido problemas de salud mental. Así, si en 2021 un 56,4% de los y las jóvenes lo reconocía, en 2023 el porcentaje alcanza el 59,3%. Porcentajes que quedan lejos del 28,4%, que se registraba en 2017 cuando se llevó a cabo el primer Barómetro sobre jóvenes y salud realizado por la Fundación Mutua Madrileña y Fad Juventud.

Con motivo del Día Mundial de la Salud Mental, que se celebra mañana 10 de octubre, ambas entidades han dado a conocer las cifras de su Barómetro 2023 en lo referido a salud mental. Solamente el 36,6% de los y las jóvenes afirma no

haber experimentado ningún **problema de salud mental en el último año** frente a un 17,4% de jóvenes que experimentan problemas de salud mental con una frecuencia significativa (continuamente o con frecuencia).

El **IV Barómetro Juvenil 2023. Salud y Bienestar**, publicado por la **Fundación Mutua Madrileña y Fad Juventud** se ha realizado con las opiniones de más de 1.500 jóvenes españoles de entre 15 y 29 años y se adentra, entre otras temáticas, en los problemas de salud mental de los y las jóvenes y en su manera de afrontarlos cuando los tienen.

Frecuencia de problemas psicológicos, psiquiátricos o de salud mental (últimos 12 meses). Evolución 2017-2023 (%)



La brecha de género también existe en salud mental. Hay más hombres que mujeres que nunca han experimentado trastornos (42,4%, frente al 30,9% de ellas).

Los datos no son positivos de por sí, pero son aún peores cuando los cruzamos con variables socioeconómicas y corroboramos que **la vulnerabilidad frente a enfermedades y trastornos mentales está relacionada con las carencias materiales** que se tienen, y también las posibilidades de reducir esa vulnerabilidad.

Entre quienes afirman sufrir una carencia material severa hay un 27,1% que declara sufrir trastornos con mucha frecuencia o continuamente, bajando al 13,1% de quienes no padecen carencia material.

Alrededor de 4 de cada 10 jóvenes afirman haber experimentado de forma muy frecuente **síntomas asociados a la falta de salud mental**, siendo las más frecuentes cansancio o falta de energía (46,2%), sensación de estar triste o

decaído/a (44,2%), problemas para concentrarse (44,9%), miedo ante el futuro (42,7%), poco interés por hacer las cosas (40,7%), problemas para dormir (39,2%) o ataques de ansiedad (37,8%).

Para **Beatriz Martín Padura**, directora general de Fad Juventud: “Este 10 de octubre, Día Mundial de la Salud Mental, se nos anima a reconocerla como un derecho universal, por eso es tan importante poner de relieve las mayores vulnerabilidades y conocer la naturaleza de estos problemas”.

“La percepción que tienen los jóvenes de su salud mental no es buena, tal y como venimos constatando, y debemos actuar para ayudarles a que esto cambie. El hecho de que busquen cada vez más ayuda profesional es un síntoma de que esta situación puede revertirse”, señala **Lorenzo Cooklin**, **director general de la Fundación Mutua Madrileña**.

Búsqueda de apoyos a nivel profesional

Del total de chicos y chicas que declaran haber sufrido problemas psicológicos, psiquiátricos o de salud mental en los últimos doce meses (un 59,3% del total de la población joven), 2 de cada 3 (62,5%) han pedido **ayuda profesional**, frente al 51% de 2021.

Motivos para no buscar ayuda profesional ante problemas psicológicos, psiquiátricos o de salud mental (últimos 12 meses). Evolución 2021-2023 (%)



En 2023, al igual que en el corte anterior del Barómetro (2021), el motivo principal por el que las personas jóvenes dicen no acudir a la ayuda profesional para paliar sus problemas de salud mental es **la cuestión económica** (37,8%).

Las mujeres destacan comparativamente en la **argumentación vinculada al coste del servicio** (43,7% ellas frente al 29% ellos), acompañadas por quienes se encuentran en una situación de mayor vulnerabilidad económica: un 51,9%

de quienes sufren carencia material severa frente al 28,5% de quienes no tienen carencias materiales.

Trastornos diagnosticados por profesionales e ideación suicida

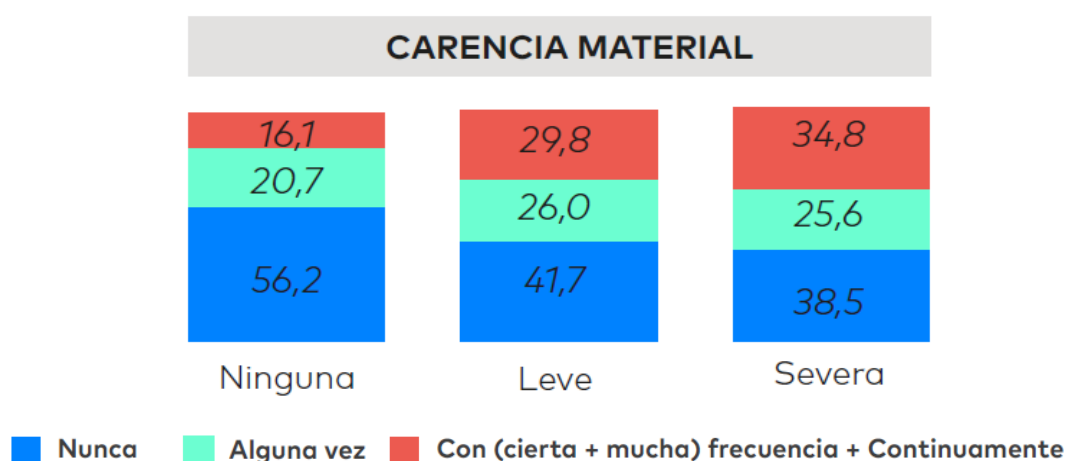
Aproximadamente la mitad de los y las jóvenes mencionan al menos un tipo de **trastorno diagnosticado**. Los más extendidos son la depresión (17,7%) y la ansiedad (15,9%). Otros trastornos menos mencionados, pero con proporciones preocupantes, son los TDAH (7,6%), los trastornos alimenticios (6,1%), los TOC (4,8%), los debidos a estrés postraumático (4,6%), los trastornos de personalidad (un 4%), los debidos a las adicciones sin sustancias (4%) y los derivados de las adicciones a sustancias (2,5%).

Los porcentajes de **mujeres jóvenes** diagnosticadas de depresión o ansiedad son mucho mayores al de los hombres jóvenes (22,6% de ellas en el caso de depresión y 21,8% en ansiedad, mientras que entre ellos es 13,1% por depresión y 9,6% por ansiedad). También predominan quienes tienen una **carencia material severa** (22,9% en los casos de depresión y 20,4% en los de ansiedad).

En 2023, casi uno de cada tres jóvenes (31,7%) ha tomado psicofármacos y, de ellos, más de la mitad lo ha hecho sin prescripción (17,8% frente al 13,9% que lo ha hecho con prescripción).

Los datos de este Barómetro en 2023 también evidencian el incremento en la **ideación suicida**. 1 de cada 4 jóvenes ha experimentado alguna vez ideas suicidas (23,8%), un 11,3% piensa en el suicidio con cierta frecuencia y el 13,8% experimenta ideas de suicidio con mucha frecuencia o continuamente.

Experimentación de ideas de suicidio alguna vez en la vida. Por carencia material. 2023 (%)



Existe un perfil que manifiesta más frecuentemente (con mucha frecuencia o continuamente) que el resto estas ideas suicidas. Se trata de las y los jóvenes con carencias materiales leves y severas, con proporciones del 29,8% y el 34,8%, respectivamente, frente al 16,1% de quienes no tienen ninguna.

Sobre la Fundación Fad Juventud

La Fad (www.fad.es), antes Fundación de Ayuda contra la Drogadicción, es ahora Fundación Fad Juventud, una fundación privada e independiente cuyo propósito es mejorar el bienestar y la calidad de vida de la juventud, como protagonista del presente y artífice del futuro.

Para conseguirlo, la Fad **ANALIZA, ACTÚA E INFLUYE** en todo lo que afecta al desarrollo de la juventud:

- ANALIZA el universo de la juventud, lo monitoriza, detecta riesgos y oportunidades, y anticipa tendencias.
- ACTÚA en España y Latinoamérica a través de proyectos educativos y programas de formación; de campañas de sensibilización; y de servicios de información y orientación.
- INFLUYE directamente en la juventud o indirectamente a través de sus familias, su entorno escolar y su comunidad; de la opinión pública y las políticas públicas.

Generamos impacto social y oportunidades para la juventud por medio de alianzas y proyectos con empresas, organizaciones no gubernamentales y el sector público.

Sobre la Fundación Mutua Madrileña

La Fundación Mutua Madrileña cumple este año sus primeros 20 años de vida y tiene como razón de ser la mejora social, a la que contribuye con una intensa labor que ya ha beneficiado a cerca de 2,3 millones de personas. Trabaja en cuatro líneas de actuación que son el apoyo a la investigación médica, la difusión cultural, la seguridad vial y la acción social.

En este último campo de la acción social, además de apoyar económicamente proyectos del Tercer Sector a través de su Convocatoria Anual de Ayudas a Proyectos Sociales, está firmemente comprometida con la lucha contra la violencia de género y **mantiene un enfoque claro de ayuda a los jóvenes, sean cuales sean sus circunstancias sociales**. Este compromiso se plasma, por ejemplo, en una línea de trabajo contra el acoso escolar, la concesión de becas anuales a jóvenes con brillantes expedientes académicos para ampliar sus estudios en el extranjero o a la formación en el empleo de jóvenes en dificultades socioeconómicas o con discapacidad.

El Barómetro Juvenil 2023. Salud y Bienestar puede descargarse en:
<https://www.fundacionmutua.es/actualidad/estudios/>

Más información

Fundación Mutua Madrileña

María Poveda / Luis Miguel Rodríguez
mpoveda@mutua.es / lmrodriguez@mutua.es
Telf: 682 377 202

FAD Juventud

Beatriz Pestaña / María Sánchez / Cristina López
Bpestaña@fad.es / mjsanchez@fad.es / clopez@fad.es

Telf.: 913838000 / 639 67 04 68