



**Conclusiones del Consejo y de los Representantes de los Gobiernos de los Estados miembros sobre un enfoque global de la salud mental de los jóvenes en la Unión Europea**

(C/2023/1337)

EL CONSEJO DE LA UNIÓN EUROPEA Y LOS REPRESENTANTES DE LOS GOBIERNOS DE LOS ESTADOS MIEMBROS, REUNIDOS EN EL SENO DEL CONSEJO,

RECORDANDO QUE:

1. El derecho a la salud mental está vinculado al derecho a la dignidad humana, consagrado en el artículo 1 de la Carta de los Derechos Fundamentales de la Unión Europea, así como al derecho a la integridad de la persona —incluida la integridad mental—, previsto en el artículo 3, y al derecho a la atención sanitaria, en el artículo 35 de la Carta. Los Tratados de la UE confieren explícitamente a las instituciones de la UE competencias de apoyo para abordar cuestiones de salud mental; concretamente en el artículo 168 del Tratado de Funcionamiento de la Unión Europea (TFUE) y en el artículo 3, apartado 1, del Tratado de la Unión Europea. Además, el artículo 153, apartado 1, del TFUE confiere competencias implícitas a las instituciones de la UE en el ámbito de la salud de los trabajadores.

2. La Organización Mundial de la Salud (OMS) define así la salud mental: «un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad»<sup>(1)</sup>. El seguimiento de la salud mental forma parte de los esfuerzos para alcanzar la meta 3.4 del Objetivo de Desarrollo Sostenible 3<sup>(2)</sup>.

3. La Meta de la Juventud Europea n.º 5<sup>(3)</sup> —lograr un mayor bienestar mental y acabar con la estigmatización de los problemas de salud mental, promoviendo así la inclusión social de todos los jóvenes—, hace especial hincapié en las medidas de prevención, el desarrollo de un planteamiento interseccional inclusivo y la lucha contra el estigma. Además, la Meta de la Juventud Europea n.º 3 promueve la inclusión de todas las personas jóvenes en la sociedad, mientras que la n.º 9 pretende fortalecer la participación democrática y la autonomía de las personas jóvenes.

RECONOCIENDO QUE:

4. Nuestras sociedades se han visto sacudidas por la pandemia de COVID-19, la guerra de agresión de Rusia contra Ucrania y la crisis alimentaria y energética que esta ha provocado, la crisis de inflación y la emergencia climática: todo ello ha hecho aumentar el estrés social de los jóvenes, que se sigue acumulando, y ha hecho aún más evidentes las desigualdades que ya existían. Estas crisis sucesivas han repercutido en grados diversos sobre distintos grupos de jóvenes y han afectado de manera desproporcionada a los grupos en situación de vulnerabilidad. También se ha puesto de manifiesto que los jóvenes con menos oportunidades no tienen igualdad de acceso a derechos humanos como la educación, el empleo, la vivienda<sup>(4)</sup> y la atención sanitaria. Factores como la salud mental y física; las condiciones de vida, de trabajo y de vivienda; el acceso al aprendizaje formal, no formal e informal; las oportunidades de empleo; las actividades de ocio, incluidas las actividades físicas y deportivas, y las relaciones sociales son cruciales para la resiliencia de los jóvenes. Los últimos años han pasado factura a la salud mental de los jóvenes de la UE, lo que ha mermado su bienestar general<sup>(5)</sup>.

<sup>(1)</sup> Organización Mundial de la Salud, Notas descriptivas, «Salud mental: fortalecer nuestra respuesta», 2022.

<sup>(2)</sup> Naciones Unidas, Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), ODS 3, meta 3.4: «Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar».

<sup>(3)</sup> Resolución del Consejo de la Unión Europea y los Representantes de los Gobiernos de los Estados miembros, reunidos en el Consejo, sobre un marco para la cooperación europea en el ámbito de la juventud: la Estrategia de la Unión Europea para la Juventud 2019-2027, DO C 456 de 18.12.2018, p. 1.

<sup>(4)</sup> Como indica Eurostat en cifras de 2020, en todos los Estados miembros de la UE el porcentaje de privación grave en la vivienda es más elevado entre los jóvenes que entre la población en su conjunto.

<sup>(5)</sup> Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones sobre un enfoque global de la salud mental, COM(2023) 298 final.

5. Según las estimaciones publicadas por el Institute for Health Metrics and Evaluation (Instituto para la Medición y Evaluación de la Salud; IHME por sus siglas en inglés) <sup>(6)</sup>, más de uno de cada seis jóvenes de la UE —más de 14 millones de personas— sufrió un trastorno de salud mental en 2019 (el 17,4 % de las personas de entre 15 y 29 años). La proporción de jóvenes que manifestaron síntomas de depresión se duplicó con creces en varios países de la UE durante la pandemia de COVID-19. Las mujeres y los jóvenes procedentes de entornos socioeconómicos desfavorecidos se vieron especialmente afectados.

6. La edición de 2022 de *Health at a glance: Europe* <sup>(7)</sup> [Panorama de la salud: Europa, disponible en inglés] afirma que casi uno de cada dos jóvenes europeos (49 %) notificó necesidades no satisfechas de atención en salud mental en 2022 (53 % en 2021), en comparación con el 23 % de la población adulta. El informe destaca que, durante la pandemia de COVID-19, las desigualdades en materia de salud mental entre los jóvenes —también por género— han persistido y, en algunos casos, se han incrementado. Además, el suicidio es actualmente la segunda causa principal de muerte entre los jóvenes de Europa.

7. Los datos del estudio de Eurofound «Vida, trabajo y COVID-19» <sup>(8)</sup> revelaron que los jóvenes de entre 18 y 29 años que percibieron dificultades financieras en su hogar fueron mucho más susceptibles de estar en riesgo de depresión a lo largo de la pandemia. Por término medio, en toda la UE, dos tercios de los jóvenes que declararon tener dificultades financieras podrían haber estado en riesgo de depresión durante la pandemia (67 %), en comparación con algo menos de la mitad (45 %) de quienes no notificaron dichas dificultades.

8. Según la encuesta de la UE sobre la soledad no deseada realizada en 2022 <sup>(9)</sup>, los jóvenes viven más situaciones de soledad no deseada que las generaciones de más edad. Aunque la soledad no deseada entre los jóvenes ha aumentado como consecuencia de la pandemia de COVID-19, el trabajo anterior del Centro Común de Investigación ya indicaba que las situaciones de soledad no deseada vividas por los jóvenes de entre 18 y 25 años se habían duplicado con creces entre 2016 y la primavera de 2020.

#### CONSIDERANDO QUE:

9. La Comisión Europea ha adoptado una Comunicación sobre un enfoque global de la salud mental <sup>(10)</sup>. La Comunicación pide a los Estados miembros que fomenten un enfoque global y orientado a la prevención que incorpore la salud mental en todas las políticas de la UE como una cuestión de salud pública, que se comprometa a mejorar la calidad de vida, aborde los determinantes y las cuestiones transversales para satisfacer las necesidades específicas de los diferentes grupos en situaciones vulnerables y trate específicamente la prevalencia de los problemas de salud mental entre estos grupos, especialmente los jóvenes. Varias iniciativas emblemáticas se centran en la salud infantil y juvenil, y abordan tanto la salud mental como la física de forma integral. Según esta Comunicación, todos los ciudadanos de la UE deben tener acceso a una prevención adecuada y eficaz. El trabajo en el ámbito de la juventud, en particular, desempeña un papel importante en la promoción del bienestar de los jóvenes y en la prevención de los problemas de salud mental.

10. Los determinantes de la salud mental interactúan con las desigualdades existentes en la sociedad, lo que expone a algunas personas a un mayor riesgo de deterioro de la salud mental que a otras. Además, la violencia, el odio y la discriminación pueden ser causa de una salud mental deficiente, lo que hace de la promoción de la igualdad en nuestras sociedades una medida preventiva crucial para hacer frente a estos retos.

11. El Eurobarómetro sobre la juventud y la democracia en el Año Europeo de la Juventud 2022 <sup>(11)</sup> reflejó que los jóvenes consideran la mejora de la salud mental y física y el bienestar como el tema prioritario más importante para el Año Europeo de la Juventud, junto con el cambio climático (el 34 % de los encuestados escogió ambos asuntos como la máxima prioridad). Además, los datos del Eurobarómetro muestran que la segunda expectativa más importante de los jóvenes respecto a la UE es, después del mantenimiento de la paz, el aumento de las oportunidades de empleo.

<sup>(6)</sup> The Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME), Global Health Data Exchange (GHDx) [Intercambio de datos mundiales sobre salud, disponible en inglés], 2020.

<sup>(7)</sup> OCDE y Unión Europea, «Health at a Glance: Europe 2022: State of Health in the EU Cycle» (Panorama de la Salud: Europa 2022 - ciclo «Estado de la salud en la UE»), Publicaciones de la OCDE, París, 2022.

<sup>(8)</sup> Eurofound: *Vida, trabajo y COVID-19*, abril de 2021

<sup>(9)</sup> Casabianca, E.J., Nurminen, M., *Interventions to reduce loneliness among youth* [Intervenciones para reducir la soledad no deseada entre los jóvenes, disponible en inglés], Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, Luxemburgo, 2022, doi: 10.2760/793941, JRC129905.

<sup>(10)</sup> Véase la nota a pie de página n.º 5.

<sup>(11)</sup> Flash Eurobarómetro [2282/FL502], Juventud y democracia en el Año Europeo de la Juventud, mayo de 2022.

12. Entre otras cuestiones, el Año Europeo de la Juventud se centró en restablecer una perspectiva positiva para los jóvenes e incluyó actividades de apoyo a su salud mental y bienestar. Durante su conferencia de clausura, bajo el tema «Reivindicar el futuro», los jóvenes participantes, los responsables políticos y las partes interesadas pidieron hacer un mayor énfasis en la atención sanitaria preventiva y en la lucha contra los problemas de salud mental y la soledad no deseada.

13. El ejercicio físico y las actividades deportivas regulares, así como la participación en actividades culturales, pueden impulsar la salud y el bienestar generales de los jóvenes, y tienen importantes beneficios a corto y largo plazo para la salud mental. Como demuestran los datos <sup>(12)</sup>, la inactividad física tiende a aumentar con la edad, por lo que es cada vez más vital que los jóvenes posean los conocimientos y comportamientos básicos que les permitan mantener de manera autónoma un estilo de vida activo y saludable a lo largo de su vida.

14. Las principales preocupaciones expresadas por los jóvenes en relación con la inestabilidad económica, la inseguridad laboral o la creciente ecoansiedad están generando problemas de salud mental que no pueden atribuirse exclusivamente a procesos patológicos. Al 75 % de los niños y jóvenes le da «miedo» pensar en el futuro <sup>(13)</sup>. La pandemia de COVID-19 ha puesto la salud pública en el primer plano de la agenda política. Una lección que debe extraerse de la crisis socioeconómica y sanitaria de los últimos años es que los problemas sociales multidimensionales solo pueden gestionarse adoptando un enfoque transversal.

15. Organizaciones internacionales, como la Organización de Cooperación y Desarrollo Económicos (OCDE), destacan la importancia de aplicar un enfoque multisectorial a la atención a la salud mental de los jóvenes y su protección, afirmando que muchos de los factores protectores de la buena salud mental rebasan el ámbito de los sistemas o programas de salud mental diseñados específicamente para reforzar o proteger la salud mental. Los factores sociales, económicos y culturales, como la situación laboral, los ingresos, la salud física, las experiencias durante la infancia y la adolescencia: todo ello tiene un impacto significativo en la salud mental a lo largo de toda la vida <sup>(14)</sup>. Además, el citado informe de Eurofound <sup>(15)</sup> de 2021 indicaba que el mayor declive del bienestar mental (que había alcanzado su nivel más bajo en todos los grupos de edad desde el inicio de la pandemia) se observaba entre las personas que habían perdido su empleo.

16. La inseguridad laboral, las condiciones de trabajo precarias y el desempleo son determinantes socioeconómicos importantes de la salud mental. Apoyar a los jóvenes en su transición a la edad adulta para encontrar trabajo y permanecer en el empleo debe ser una prioridad de las políticas económicas, sociales y de salud pública. Los empleadores desempeñan un papel importante en la gestión de los riesgos psicosociales en el trabajo para evitar el posible impacto negativo en la salud mental de sus empleados, en particular los trabajadores jóvenes.

17. La Comisión Europea adoptó la Comunicación «Una Visión a largo plazo para las zonas rurales de la UE: hacia unas zonas rurales más fuertes, conectadas, resilientes y prósperas antes de 2040» <sup>(16)</sup>, según la cual debe prestarse especial atención a los jóvenes de las zonas rurales y remotas, cuyas afecciones y necesidades de atención de salud mental pueden diferir de las de los jóvenes de las zonas urbanas. Debido a las condiciones de vida específicas de los jóvenes en las zonas rurales, remotas, periféricas, menos desarrolladas y en las regiones ultraperiféricas (debido, por ejemplo, a la precariedad y las deficiencias de los servicios públicos, al aislamiento, a las escasas oportunidades de empleo y a las duras condiciones de trabajo <sup>(17)</sup> que pueden tener un impacto negativo en su salud mental), los jóvenes que viven en estas zonas necesitan medidas específicas basadas en un análisis basado en los datos. Según Eurostat <sup>(18)</sup>, la proporción de jóvenes de entre 18 y 24 años que viven en zonas rurales de la UE que ni estudiaba, ni trabajaba, ni recibía formación (ninis) es superior a la registrada en el caso de los jóvenes de las zonas urbanas. A este grado de precarización —que, en sí, ya es causa de problemas de salud mental— se añade el hecho de que los jóvenes de las zonas rurales tienen menos probabilidades de buscar atención médica debido a las largas distancias que tendrían que recorrer para recibirla <sup>(19)</sup>.

<sup>(12)</sup> Eurobarómetro especial 525, sobre el deporte y la actividad física, de septiembre de 2022.

<sup>(13)</sup> Caroline Hickman, Elizabeth Marks, Panu Pihkala, Susan Clayton, R Eric Lewandowski, Elouise E Mayall, Britt Wray, Catriona Mellor, Lise van Susteren, *Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey* [Ansiedad climática en niños y jóvenes y sus creencias sobre las respuestas de los gobiernos al cambio climático: una encuesta mundial, disponible en inglés], *The Lancet Planetary Health*, volumen 5, número 12, diciembre de 2021, páginas e863-e873.

<sup>(14)</sup> OCDE, *A New Benchmark for Mental Health Systems: Tackling the Social and Economic Costs of Mental Ill-Health* [Una nueva referencia para los sistemas de salud mental: afrontar los costes sociales y económicos de la enfermedad mental, disponible en inglés], Publicaciones de la OCDE, París, p. 162, 2021.

<sup>(15)</sup> Eurofound, *Vida, trabajo y COVID-19*, 2021

<sup>(16)</sup> Comunicación de la Comisión Europea «Una visión a largo plazo para las zonas rurales de la UE: hacia unas zonas rurales más fuertes, conectadas, resilientes y prósperas antes de 2040», COM(2021) 345 final.

<sup>(17)</sup> Véase la nota a pie de página n.º 15.

<sup>(18)</sup> Véase Eurostat (2023). Estadísticas de los jóvenes que ni estudian, ni trabajan, ni reciben formación por sexo, edad y grado de urbanización (tasas de ninis), mayo de 2023.

<sup>(19)</sup> *Eurostat Regional Yearbook 2017* [Anuario regional de Eurostat 2020, disponible en inglés].

18. Aunque la cuestión de la salud mental afecta a todos los jóvenes de la UE de forma general, cuanto mayores sean las desventajas a las que se enfrentan estos, mayor será su vulnerabilidad. Además de los otros muchos y complejos retos que deben superar, los jóvenes en riesgo de exclusión social o en situaciones vulnerables (como, por ejemplo, las minorías étnicas, las personas LGBTI, las personas con discapacidad, en centros de atención a la juventud, sin cuidados parentales o en riesgo de perderlos, o las que se encuentran en situaciones socioeconómicas desfavorecidas) corren un mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental. La exposición a la discriminación y la desigualdad es perjudicial para su salud mental, especialmente cuando los jóvenes se ven afectados por múltiples discriminaciones o desventajas. También es motivo de preocupación el hecho de que, a veces, estos grupos de jóvenes no reciben atención específica para su desarrollo social en las escuelas y otros entornos educativos, lo que puede dar lugar al acoso escolar. Es de gran importancia mejorar la salud mental y el bienestar, desarrollar las capacidades socioemocionales tanto de los jóvenes como de sus educadores y de los trabajadores en el ámbito de la juventud, y luchar contra el acoso, incluido el ciberacoso, el acoso sexual y los abusos sexuales.

19. Para inculcar un sentimiento de comunidad en la ciudadanía de un Estado —un requisito previo para su estabilidad—, es fundamental aplicar medidas preventivas con que mitigar los problemas de soledad no deseada, miedo, ansiedad, indefensión y precariedad, a los que los jóvenes son especialmente vulnerables, así como para promover la resiliencia y los factores protectores del bienestar, contribuyendo así a la creación de sociedades justas que ofrezcan igualdad de oportunidades para todos. También resulta esencial implicar a los jóvenes en la toma de decisiones de las políticas que puedan repercutir en su salud mental y tener en cuenta su perspectiva.

20. Según el informe *The impact of the COVID 19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries* <sup>(20)</sup> [El impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los jóvenes: respuestas políticas en los países europeos, disponible en inglés], al ofrecer oportunidades para socializar, compartir experiencias y desarrollar un sentimiento de pertenencia, el trabajo en el ámbito de la juventud desempeña un papel clave en la protección de la salud mental de los jóvenes.

SE INVITA A LOS ESTADOS MIEMBROS, EN SUS RESPECTIVOS ÁMBITOS DE COMPETENCIA Y EN LOS NIVELES ADECUADOS, A:

21. Mejorar las condiciones de vida y de trabajo de los jóvenes de sus respectivos países, promoviendo un enfoque intersectorial destinado a prevenir los problemas de salud mental, eliminando los obstáculos estructurales a su desarrollo personal y profesional y creando entornos que apoyen su bienestar socioeconómico y psicológico.

22. Fomentar la mejora de un acceso equitativo y asequible para los jóvenes —especialmente los que se encuentran en situaciones vulnerables— a los servicios de salud mental que ofrezcan prevención, tratamiento y atención, trabajando cada vez más de forma interdisciplinar y tendiendo hacia soluciones centradas en las personas y basadas en la comunidad.

DE CONFORMIDAD CON EL PRINCIPIO DE SUBSIDIARIEDAD, SE INVITA A LA COMISIÓN A:

23. Mantener un enfoque proactivo con respecto a la salud mental, que la aborde desde una perspectiva multisectorial preventiva e intervencionista al mismo tiempo, preste especial atención a las especificidades de los jóvenes de la UE, especialmente de quienes se encuentren en situaciones más vulnerables, y tenga como objetivo su reintegración e inclusión social.

24. Promover acciones destinadas a mejorar la salud mental de los jóvenes en el marco de la Estrategia de la UE para la Juventud, teniendo en cuenta que los problemas de salud mental son consecuencia de una combinación de factores materiales y psicosociales, que incluyen las experiencias adversas en la infancia, la precariedad, la inseguridad, la falta de cohesión social, las relaciones familiares y sociales, el acceso desigual a los derechos y a los servicios sociales básicos, la vulnerabilidad en los entornos educativos, el papel de las redes sociales, el acceso a la vivienda, las necesidades específicas de la juventud rural y, en general, cualquier circunstancia adversa que impida a los jóvenes disfrutar plenamente de sus derechos.

25. Fomentar estudios sobre la repercusión de los problemas de salud mental en los jóvenes de la UE. Además de la edad, estos estudios podrían considerar el uso de datos desglosados en función de otros elementos clave que afectan a la vida de los jóvenes. Estos estudios contribuirán a orientar mejor las medidas y la inversión de recursos. Fomentar la difusión de estos estudios como parte de los esfuerzos en materia de sensibilización para luchar contra el estigma actual asociado a los problemas de salud mental y apoyar la transferencia de mejores prácticas basadas en datos contrastados en materia de salud mental entre los Estados miembros.

<sup>(20)</sup> Comisión Europea, Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura, *The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries* [El impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los jóvenes: respuestas políticas en los países europeos, disponible en inglés], Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, 2022.

DENTRO DE SUS RESPECTIVOS ÁMBITOS DE COMPETENCIA Y EN LOS NIVELES QUE CORRESPONDAN, DE CONFORMIDAD CON EL PRINCIPIO DE SUBSIDIARIEDAD, SE INVITA A LOS ESTADOS MIEMBROS Y A LA COMISIÓN A:

26. Coordinar los esfuerzos para reducir las tasas de incidencia y prevalencia de los problemas de salud mental entre los jóvenes, prestando atención a sus necesidades y dificultades específicas, así como a las soluciones que estos proponen, y sacando adelante las medidas.

27. Tener en cuenta la prevalencia de los problemas de salud mental en los jóvenes de la UE a la hora de elaborar políticas acordes con la magnitud del problema, haciendo especial hincapié en las medidas preventivas. Garantizar que las medidas propuestas sean exhaustivas y se basen en datos contrastados y que el desarrollo de políticas vaya de la mano de las últimas pruebas, recomendaciones y estudios científicos sobre la salud mental realizados en la UE y en cada Estado miembro.

28. Fomentar acciones para desestigmatizar los problemas de salud mental y sensibilizar mediante la promoción de mensajes que inviten a los jóvenes a adoptar comportamientos que mejoren su bienestar mental y a buscar la ayuda de los profesionales en las estructuras de prevención de riesgos psicológicos para aliviar su sufrimiento y prevenir suicidios.

29. Fomentar la erradicación de los mensajes de odio, violencia y abuso en los medios de comunicación —en particular las redes sociales—, dirigidos a grupos de jóvenes en las situaciones más vulnerables, defendiendo sus derechos humanos y libertades fundamentales y contribuyendo así a su bienestar psicológico y emocional.

30. Apoyar la aplicación de las veinte iniciativas emblemáticas y otras acciones de la Comunicación sobre un enfoque global de la salud mental <sup>(21)</sup>, desde una amplia gama de ámbitos esenciales para abordar los retos en materia de salud mental en toda la UE y a escala nacional, incluida la formulación de directrices y la transferencia de mejores prácticas y enfoques innovadores para abordar la cuestión de la salud mental de la juventud.

31. Crear vías (y hacer un buen uso de las herramientas ya disponibles, como el Diálogo de la UE con la Juventud, el Portal Europeo de la Juventud y la plataforma Youth Voices <sup>(22)</sup>), para que los jóvenes den a conocer los problemas de salud mental que quieran destacar y expresen sus puntos de vista y preocupaciones en relación con su salud mental y los enfoques para abordar sus problemas de salud mental. Asegurarse de que los jóvenes sean conscientes de la importancia de su participación a la hora de garantizar la eficacia y pertinencia de las medidas que se adopten, utilizando, por ejemplo, una comunicación accesible y adaptada a ellos.

32. Garantizar que los jóvenes en situación de vulnerabilidad estén representados en el desarrollo de los programas de política pública en materia de salud mental, a fin de que no solo se tengan en cuenta los intereses de los jóvenes con un acceso más fácil a los canales de participación institucional, sino que también se tomen en consideración los intereses de quienes tienen mayores dificultades para hacerse oír. Apoyar la promoción de canales para que los jóvenes en situación de vulnerabilidad expresen sus preocupaciones.

33. Seguir apoyando el trabajo en el ámbito de la juventud para que pueda desempeñar plenamente su papel en la protección de la salud mental de los jóvenes, permitiéndoles participar en actividades basadas en gran medida en las relaciones y la confianza entre estos y los trabajadores en el ámbito de la juventud y desarrollando su capacidad para buscar ayuda cuando se enfrentan a dificultades emocionales y psicológicas.

34. Apoyar el trabajo en el ámbito de la juventud y las organizaciones juveniles, así como a otros expertos y partes interesadas pertinentes, en su papel de proveedores de información a los jóvenes y permitirles difundir información de calidad sobre el refuerzo de la salud mental y el bienestar de los jóvenes y la manera de abordar los problemas de salud mental en caso necesario.

<sup>(21)</sup> Véase la nota a pie de página n.º 5.

<sup>(22)</sup> Youth Voices es una plataforma de grabación de voz de la Comisión Europea creada durante el Año Europeo de la Juventud 2022 que permite a los jóvenes expresar sus puntos de vista, preocupaciones y propuestas.

35. Promover un espacio digital más seguro y saludable para los jóvenes, en consonancia con la Declaración Europea sobre los Derechos y Principios Digitales <sup>(23)</sup>. Esto incluye fomentar la sensibilización y la formación en alfabetización mediática y en materia de información, así como en el uso responsable de las redes sociales con salvaguardias contra riesgos como el ciberacoso, el discurso de odio, la captación de menores y el excesivo tiempo frente a las pantallas, además de proporcionar protección e información sobre la comercialización agresiva en línea de productos como alimentos y bebidas poco saludables, bebidas alcohólicas, tabaco y productos similares.

---

---

<sup>(23)</sup> Parlamento Europeo, Consejo y Comisión, Declaración Europea sobre los Derechos y Principios Digitales para la Década Digital, 2023/C 23/01.

## ANEXO

## Referencias:

Comunicación de la Comisión al Parlamento Europeo, al Consejo, al Comité Económico y Social Europeo y al Comité de las Regiones sobre un enfoque global de la salud mental, COM(2023) 298 final.

Comisión Europea, Agencia Ejecutiva Europea de Educación y Cultura, *The impact of the COVID-19 pandemic on the mental health of young people: Policy responses in European countries* [El impacto de la pandemia de COVID-19 en la salud mental de los jóvenes: respuestas políticas en los países europeos, disponible en inglés], Luxemburgo: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, 2022.

Comunicación de la Comisión Europea «Una visión a largo plazo para las zonas rurales de la UE: hacia unas zonas rurales más fuertes, conectadas, resilientes y prósperas antes de 2040», COM(2021) 345 final.

Comité Económico y Social Europeo, *The long-lasting legacy of the European Year of Youth: youth mainstreaming and empowerment* [El legado duradero del Año Europeo de la Juventud: el empoderamiento y la integración de la juventud en las políticas, disponible en inglés], 2022

Organización Mundial de la Salud, Notas descriptivas, «Salud mental: fortalecer nuestra respuesta», 2022.

OCDE y Unión Europea, «Health at a Glance: Europe 2022: State of Health in the EU Cycle» (Panorama de la Salud: Europa 2022 - ciclo «Estado de la salud en la UE»), Publicaciones de la OCDE, París, 2022.

Casabianca, E.J., Nurminen, M., *Interventions to reduce loneliness among youth* [Intervenciones para reducir la soledad no deseada entre los jóvenes, disponible en inglés], Oficina de Publicaciones de la Unión Europea, Luxemburgo, 2022, doi: 10.2760/793941, JRC129905.

Caroline Hickman, Elizabeth Marks, Panu Pihkala, Susan Clayton, R Eric Lewandowski, Elouise E Mayall, Britt Wray, Catriona Mellor, Lise van Susteren, *Climate anxiety in children and young people and their beliefs about government responses to climate change: a global survey* [Ansiedad climática en niños y jóvenes y sus creencias sobre las respuestas de los gobiernos al cambio climático: una encuesta mundial, disponible en inglés], *The Lancet Planetary Health*, volumen 5, número 12, diciembre de 2021, páginas e863-e873.