

SALUD MENTAL

Y JÓVENES EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD

Claves para la intervención desde el acompañamiento socioeducativo

SALUD MENTAL:

- **Perspectiva integral:** La salud mental implica el **bienestar y desarrollo de cada persona** en interacción con su **entorno social, cultural y económico**.
- **Con raíces estructurales:** Determinantes sociales y estructurales (precariedad laboral, acceso a derechos, presiones socioeconómicas..) son la **base del malestar psíquico** que atraviesa una parte de nuestra sociedad.

JÓVENES EN SITUACIÓN DE VULNERABILIDAD:

- Las personas jóvenes que salen del sistema de protección por mayoría de edad, y/o jóvenes migrantes, sin red familiar ni apoyos estables, **transitan de forma abrupta y temprana a la vida adulta**.
- Los objetivos de la emancipación no se ajustan a su edad, necesidades y ritmos. Asumen el **reto de la autonomía** sin poder compensar los efectos de la adversidad temprana y/o de la institucionalización.
- Los **18 años se convierten en un precipicio**, agravado por situaciones de pobreza o sinhogarismo, con importantes **consecuencias para su salud mental**.

¿CÓMO MANIFIESTAN SU MALESTAR? aislamiento social, somatizaciones, conductas de riesgo, dificultades para expresar lo que sienten, estados de ansiedad o agotamiento, resiliencia silenciosa, consumos problemáticos, etc., son algunas de sus expresiones.

La **prevención y promoción de la salud** junto a la **detección temprana**, son estrategias esenciales para compensar el impacto de las dificultades.

Conocer los **factores de riesgo y protección** que condicionan su salud mental y las **actuaciones de éxito** implementadas son elementos clave.





En el **proyecto Acompaña** de Cruz Roja apoyamos a las personas **jóvenes** en situación de dificultad social en su proceso de **emancipación**

ACOMPañAR COMO FORMA DE CUIDADO EMOCIONAL

El cuidado de la salud mental desde el Proyecto Acompaña:

- Centrado en la persona
- Vínculo, confianza y espacio seguro
- Respeto a los ritmos personales
- Trabajo comunitario y en red
- Participación del joven en su proceso
- Promoción del bienestar y prevención



JÓVENES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL

Fases del acompañamiento:

- 1 Detección temprana
- 2 Acompañamiento emocional para hacer emerger la demanda
- 3 Derivación y coordinación
- 4 Apoyo al proceso terapéutico
- 5 Cierre y transición a redes comunitarias.

HACIA UN CUIDADO INTEGRAL DE LA SALUD MENTAL:

Ejes estratégicos:

- ➡ Modelos informados en el apego y trauma
- ➡ Programas de transición 15-25 años
- ➡ Coordinación sociosanitaria efectiva
- ➡ Terapias flexibles, comunitarias y transculturales
- ➡ Mentoría y apoyo entre iguales

Cuidar la salud mental de jóvenes en situación de vulnerabilidad no es sólo una tarea sanitaria. Es un compromiso colectivo basado en la comunidad como espacio de cuidado y transformación.

Financiado por:



Proyecto ACOMPAÑA