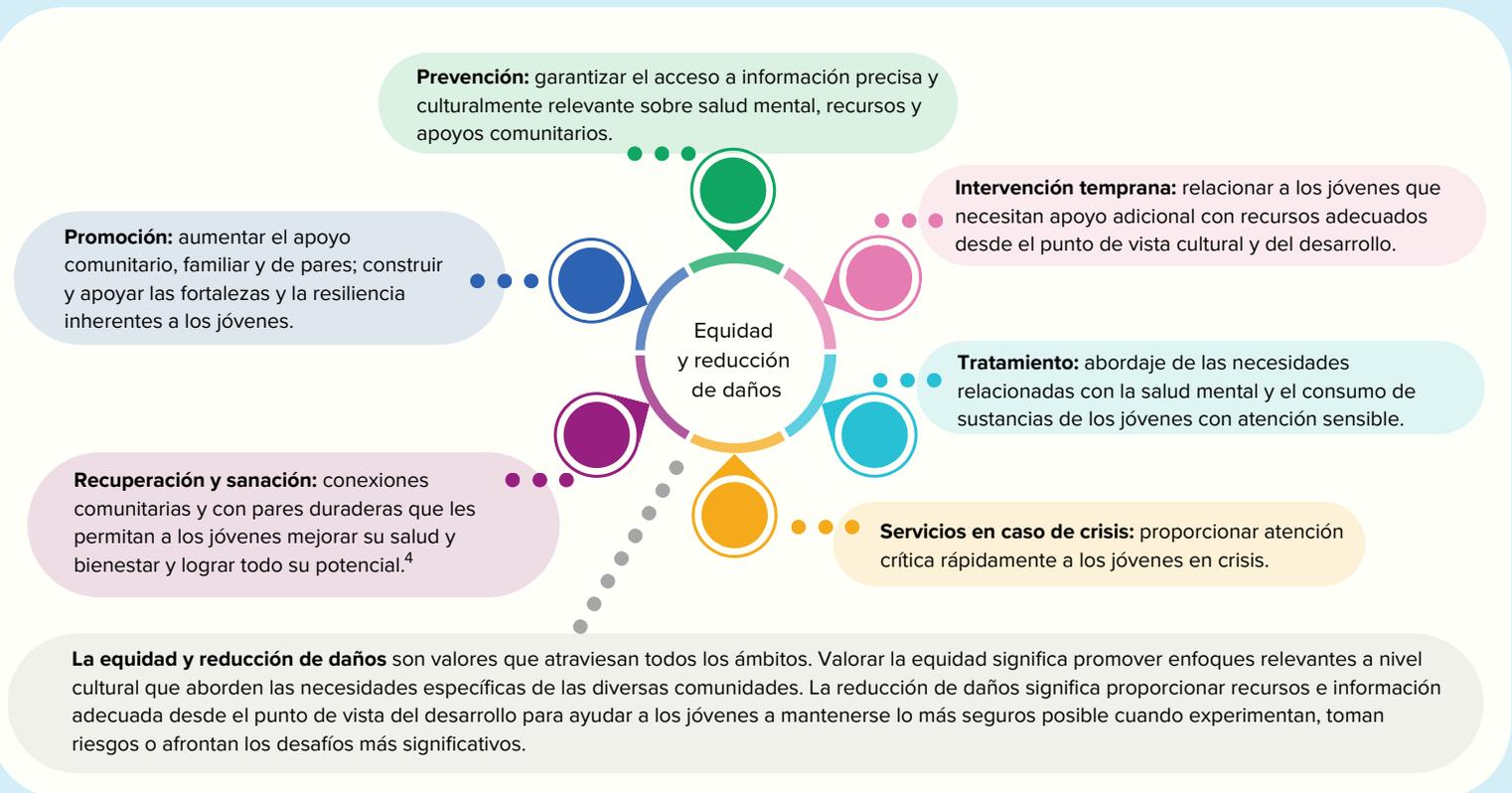


# Salud mental juvenil y consumo de sustancias en el condado de King: Necesidades durante el proceso

Conforme crecen, los jóvenes necesitan oportunidades para desarrollar sus fortalezas e identidades, construir relaciones saludables con los adultos y sus pares y acceder a distintos apoyos adecuados desde el punto de vista cultural y del desarrollo cuando experimentan desafíos. Las personas jóvenes negras, indígenas y de color (black, indigenous and people of color, BIPOC) y lesbianas, gays, bisexuales, transgénero, queer o en duda, o personas de dos espíritus (LGBTQ2S+) enfrentan desafíos únicos de salud mental y bienestar relacionados con el racismo, la homofobia u otras formas de opresión.<sup>1,2</sup> También enfrentan otros obstáculos para acceder a la atención y el apoyo adecuados desde el punto de vista cultural.

Los jóvenes pueden tener diferentes necesidades de información, atención y apoyo en distintos momentos de su desarrollo, por eso, en lugar de enfocarse en una sola área de apoyo, nuestras comunidades necesitan inversiones en todos los campos del proceso que se ilustra a continuación.<sup>3</sup>



El proceso anterior abarca diferentes necesidades: desde la creación de espacios positivos para que los jóvenes desarrollen sus fortalezas y respondan ante una crisis hasta garantizar que los jóvenes tengan espacios escolares, familiares y comunitarios seguros y de apoyo. Los datos locales, incluidas las voces de los jóvenes, pueden ayudarnos a entender las relaciones actuales de los jóvenes con este proceso y poner énfasis en las áreas donde necesitan más apoyos.

*Este resumen se creó en asociación con Seattle Children's, cuyo personal proporcionó su experiencia en la materia y los datos relacionados con sus servicios.*

1 Castro-Ramirez, F., Al-Suwaidi, M., Garcia, P., Rankin, O., Ricard, J. R., & Nock, M. K. (2021). Racism and Poverty are Barriers to the Treatment of Youth Mental Health Concerns. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 50(4), 534–546. <https://doi.org/10.1080/15374416.2021.1941058>

2 Green, A.E., Price-Feeney, M. & Dorison, S. (2020). Breaking Barriers to Quality Mental Health Care for LGBTQ Youth. New York, New York: The Trevor Project. <https://www.thetrevorproject.org/research-briefs/breaking-barriers-to-quality-mental-health-care-for-lgbtq-youth/>

3 The Institute of Medicine's Continuum of Care. Strategic Prevention Technical Assistance Center, Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://www.samhsa.gov/sites/default/files/resourcefiles/sptac-continuum-of-care.pdf>

4 SAMHSA's Working Definition of Recovery. Substance Abuse and Mental Health Services Administration. <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/hsp12-recdef.pdf>



# Promoción

## Apoyar las fortalezas inherentes a los jóvenes en entornos positivos y comunidades donde puedan prosperar

La promoción de la salud mental apoya la fortaleza y resiliencia inherentes a los jóvenes al aumentar el acceso a factores de protección como la salud familiar y las relaciones con sus pares, entornos comunitarios compasivos y apoyo para el desarrollo positivo de la identidad.<sup>1</sup> Podemos promover la salud mental y el bienestar de los jóvenes al proporcionar oportunidades para que construyan relaciones fuertes y saludables con sus pares y los adultos, exploren su identidad y desarrollen un sentido positivo de autoestima, cultiven relaciones comunitarias y desarrollen habilidades de afrontamiento saludables cuando surjan desafíos.<sup>2</sup>

Cuando las familias están rodeadas por comunidades que brindan apoyo, los niños pueden prosperar. En la actualidad, aproximadamente solo **uno de cada tres niños de 5.º grado y más jóvenes viven en familias donde sus cuidadores afirman que cuentan con apoyo de la familia, sus amigos y vecinos**. Las familias de color tienen incluso menos acceso a redes de apoyo social.<sup>3</sup> Entre los adolescentes, contar con una relación positiva con una persona adulta de apoyo, como un entrenador, maestro, mentor o un miembro de la familia extendida es un factor de protección importante. 7 de cada 10 adolescentes en el condado de King tienen a un adulto así en su vida, y de manera similar, los jóvenes de color tienen menos acceso al apoyo de las personas adultas.<sup>4</sup>



**“...los jóvenes son el futuro, sin importar cómo crecieron o qué hacen ahora. Con los mentores y las personas adecuadas que los ayuden a continuar, son capaces de desafiar el sistema, aprender liderazgo y encontrar algo que les apasione”.**

- Ganador del Proyecto Youth Healing<sup>5</sup>

**“[Un club de alianza gay-heterosexual es] importante porque le brinda a las personas un descanso, donde no es necesario actuar; al menos derriba un par de barreras. Es mucho más fácil hablar con personas similares a mí o queer; es bueno contar con esta clase de lugares”.**

- Participante de la sesión de escucha a los jóvenes en la escuela secundaria<sup>6</sup>

**“Luchar contra el racismo en la escuela. No se lo debe promover y los maestros deberían combatir el racismo”.**

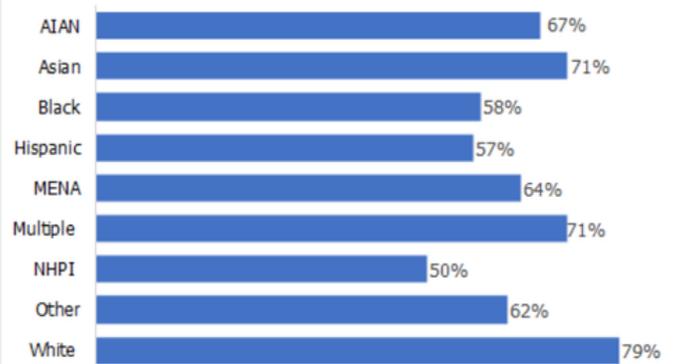
- Participante de la sesión de escucha a los jóvenes en la escuela secundaria<sup>6</sup>



7 de cada 10 adolescentes en el condado de King cuentan con adultos de apoyo<sup>4</sup>



Adolescentes que cuentan con adultos de apoyo según la raza o grupo étnico<sup>4</sup>



1 Risk and Protective Factors for Youth. Youth.gov. <https://youth.gov/youth-topics/youth-mental-health/risk-and-protective-factors-youth>

2 Office of the Surgeon General. Protecting Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General's Advisory. 2021. <https://www.hhs.gov/sites/default/files/surgeon-general-youth-mental-health-advisory.pdf>

3 Best Starts for Kids Health Survey, 2021 & 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dchs/human-social-services/community-funded-initiatives/best-starts-for-kids/dashboard-data-reports/combined?shortname=Protective%20factors%5c%3a%20social%20supports>

4 Healthy Youth Survey, 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/about-king-county/about-public-health/data-reports/population-health-data/community-health-indicators/healthy-youth-survey?shortname=Adult%20connection>

5 Best Starts for Kids. Announcing the 21 Youth Healing Project Awardees! <https://beststartsblog.com/2024/03/19/announcing-the-21-youth-healing-project-awardees/>

6 King County Middle School Youth Share Their Experiences and Perspectives on Emotional Safety and Well-being at School. Public Health – Seattle & King County. <https://cdn.kingcounty.gov/-/media/king-county/depts/dph/documents/about-public-health/data-reports/middle-school-emotional-safety-well-being.pdf>



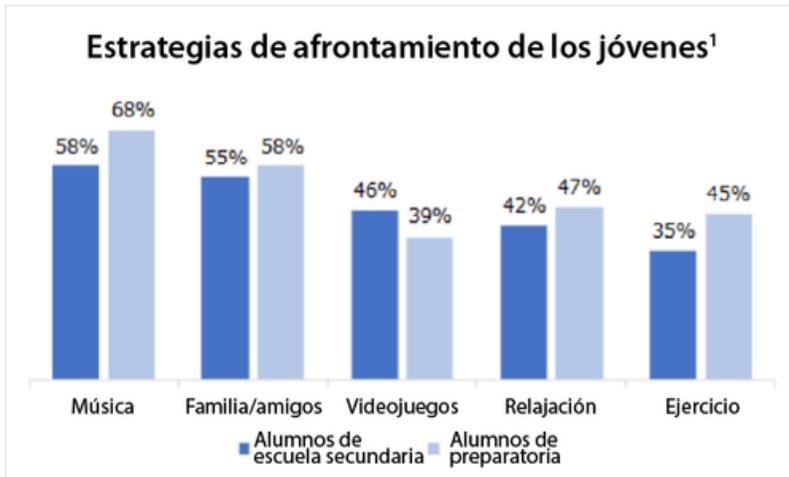
King County

# Prevención

## Garantizar el acceso a información sobre salud mental, recursos y apoyos comunitarios

Los jóvenes necesitan tener acceso a la información sobre salud mental, consumo de sustancias y reducción de daños, lo que incluye saber a dónde acudir cuando ellos o sus pares necesitan ayuda. Reducir el estigma y mantener conversaciones sobre salud mental y consumo de sustancias con los jóvenes ayuda a asegurar que tengan acceso a la información que necesitan para tomar decisiones informadas sobre su salud y bienestar.

Contar con habilidades de afrontamiento puede ayudar a los jóvenes a manejar los desafíos que se les presentan y, afortunadamente, la mayoría de los jóvenes en el condado de King afirman tener al menos una habilidad de afrontamiento, entre las más populares se encuentran escuchar o hacer música, seguidas por pasar tiempo con la familia o amigos.<sup>1</sup> La mayoría de los jóvenes del condado de King también se abstienen de consumir sustancias; **el 86% de los adolescentes manifiesta no haber consumido alcohol, cannabis u otras drogas el mes pasado.**<sup>2</sup> Construir sobre estas fortalezas es una manera importante de evitar que los jóvenes experimenten desafíos más complicados con su salud mental.



“El proceso de obtener recursos de salud mental puede ser intimidante. **Cuando atravesé un momento difícil en mi vida no fue fácil pasar de afrontar todo en soledad a compartir todos mis problemas... Contar con recursos más informales, mecanismos más saludables para afrontar problemas. Algo con lo que la gente puede trabajar sola, porque no todos afrontan las situaciones de la misma manera**”.

Participante del café sobre salud mental juvenil <sup>3</sup>

**Más de 14,000 estudiantes** participaron en el Programa de evaluación escolar, intervención breve y derivación a servicios o tratamiento (School-Based Screening, Brief Intervention, and Referral to Treatment/Services, SB-SBIRT) en el año escolar 2023-2024.

El **98%** de los alumnos de preparatoria y el **96%** de los alumnos de secundaria que participaron tienen **al menos una estrategia de afrontamiento** que usan para superar situaciones difíciles, como hacer ejercicio o pasar tiempo con su familia o amigos.

<sup>1</sup> School-based Screening, Brief Intervention, and Referral to Treatment (SB-SBIRT) Year 6 (2023-2024) Data Summary. Seattle Children's Research Institute. 2024.

<sup>2</sup> Healthy Youth Survey, 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/about-king-county/about-public-health/data-reports/population-health-data/community-health-indicators/healthy-youth-survey?shortname=illicit%20drugs>

<sup>3</sup> Salud Pública y Café Colaborativo Comunitario: Seattle y Condado de King.



# Intervención temprana

## Identificar a jóvenes que necesitan apoyo y conectarlos con los recursos

Las intervenciones tempranas pueden proporcionar a los jóvenes el apoyo que necesitan para evitar desafíos, síntomas o crisis más graves. En ocasiones, la intervención temprana es todo lo que se necesita: puntos de contacto breves con un adulto comprensivo o una conexión con otro tipo de apoyo oportuno para tener un desarrollo positivo de la identidad y construir relaciones puede ayudar a los jóvenes a lograr estrategias de afrontamiento saludables y bienestar.

Los centros de salud escolares son un recurso que brinda estos servicios a los estudiantes en la escuela, donde pasan la mayor parte del tiempo. En el condado de King, **1,985 estudiantes recibieron servicios de salud mental en 37 centros de salud escolares** en el año escolar 2023-2024.<sup>1</sup>

Muchas escuelas también participaron en el Programa de evaluación escolar, intervención breve y derivación a servicios o tratamiento (SB-SBIRT). De los 2,931 alumnos de preparatoria que participaron durante el año escolar 2023-2024, el 56% se reunió con el personal escolar y participó en una breve intervención para hablar sobre los apoyos adicionales que podrían necesitar para seguir prosperando. De esos estudiantes, el 60% recibió una referencia para acceder a más recursos, como asesoramiento sobre salud mental, tutoría académica u otros apoyos sociales en la comunidad, donde recibieron atención temprana en lugar de esperar a experimentar una crisis.<sup>2</sup>



**“Queremos contar con recursos más accesibles y menos intensivos, para que parezca menos aterrador o menos intenso”.**

- Participante del café sobre salud mental juvenil <sup>3</sup>

**“Hemos implementado grupos de estudiantes que incluyen habilidades de estudio y terapia de duelo. El programa también le ha permitido a nuestro personal de orientación del centro tener un enfoque más específico para trabajar con los alumnos”.**

- Ganador del SBIRT escolar



### SB-SBIRT

**2,931**

alumnos de preparatoria participaron en la evaluación.

**56%**

de los estudiantes evaluados tuvieron una intervención breve.

**60%**

de los que tuvieron una intervención breve recibieron una referencia para acceder a más recursos.

<sup>1</sup> Salud Pública: Seattle y condado de King, Salud escolar del condado de King.

<sup>2</sup> School-based Screening, Brief Intervention, and Referral to Treatment (SB-SBIRT) Year 6 (2023-2024) High School Data Summary. Seattle Children's Research Institute, 2024.

<sup>3</sup> Salud Pública y Café Colaborativo Comunitario: Seattle y Condado de King.



# Tratamiento

## Abordar las necesidades de salud del comportamiento de los jóvenes con una intervención y atención receptiva

El acceso equitativo y oportuno a los servicios de salud mental y por consumo de sustancias garantiza que los jóvenes reciban un tratamiento basado en evidencias, culturalmente relevante y orientado a la recuperación, alineado con sus metas y sus valores. Existe una gran variedad de tipos de tratamiento para niños, jóvenes y familias a través de los servicios y programas escolares, comunitarios y hospitalarios.<sup>1</sup> Muchas condiciones de salud del comportamiento se desarrollan entre los 14 y los 24 años, y el tratamiento puede ser eficaz para ayudar a los jóvenes a que prosperen y lleven una vida saludable para prevenir las crisis y los efectos a largo plazo en la salud.<sup>2</sup>

Muchos jóvenes pueden beneficiarse con algún tipo de tratamiento. En el condado de King, el 25% de los adolescentes experimentan síntomas graves de depresión. Entre adolescentes lesbianas, gays, bisexuales, queer o en duda (LGB+) este porcentaje es mayor y llega al 47%; y en los adolescentes transgénero llega al 53%.<sup>3</sup> Más de 12,000 jóvenes (de 0 a 25 años) del condado de King están inscritos para recibir beneficios de los servicios de salud del comportamiento de Medicaid cada año.<sup>4</sup> Sin embargo, entre todos los jóvenes de 0 a 25 años del condado de King que reciben beneficios de Medicaid, **el 38% con alguna necesidad de tratamiento de salud mental no recibió ningún servicio de salud mental**, incluidos los servicios brindados por los proveedores de atención primaria o los de salud del comportamiento.<sup>5</sup>

Los jóvenes tienen más riesgo de experimentar resultados adversos que implican daño a sí mismos o a otros si no reciben un tratamiento adecuado y eficaz. En 2023, los servicios médicos de emergencia del condado de King atendieron **868 casos de sobredosis no fatales por uso de opioides** en jóvenes de 11 a 24 años, con un 15% de casos de sobredosis en menores de 18 años.<sup>6</sup> En 2023, se produjeron 53 muertes por casos de sobredosis fatales en jóvenes de 11 a 24 años, en su mayoría a causa del fentanilo. En un periodo de cinco años, de 2018 a 2022, un promedio de 46 personas menores de 25 años murieron por suicidio cada año.<sup>7</sup> Esta cifra demuestra la necesidad de tener un mejor acceso a una variedad de estrategias para la salud mental y el tratamiento para el trastorno por consumo de sustancias.



1 de cada 4 jóvenes en el condado de King experimentó depresión.<sup>3</sup>



2 de cada 4 jóvenes LGBTQ+ en el condado de King experimentaron depresión.



*“El tratamiento me permitió no solo entender y lidiar con mis problemas de salud mental, sino que también me empoderó para aprender a hablar de ello y pedir lo que necesito. Si bien me llevó un tiempo, pude abrirme al tratamiento y a la idea de que valía la pena luchar por mí, ¡y esa es la razón por la que hoy estoy aquí!”*

- Joven adulto que recibió tratamiento en la adolescencia



1 Substance Abuse and Mental Health Services Administration. Screening and Treatment of Substance Use Disorders among Adolescents. 2021. <https://store.samhsa.gov/sites/default/files/pep20-06-04-008.pdf>

2 National Institute on Drug Abuse. The Adolescent Brain and Substance Use. <https://nida.nih.gov/research-topics/adolescent-brain-substance-use>

3 Healthy Youth Survey, 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/about-king-county/about-public-health/data-reports/population-health-data/community-health-indicators/healthy-youth-survey?shortname=Depression>

4 Departamento de Comunidad y Servicios Humanos (Department of Community and Human Services) del condado de King, División de Recuperación y Salud del Comportamiento. 2024.

5 Datos de reclamos de Medicaid, Autoridad de Atención Médica del Estado de Washington. Preparados por Salud Pública de Seattle y condado de King.

6 Servicios Médicos de Emergencia, Salud Pública: Seattle y condado de King.

7 Overdose Data Dashboards. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/health-safety/safety-injury-prevention/overdose-prevention-response/data-dashboards>

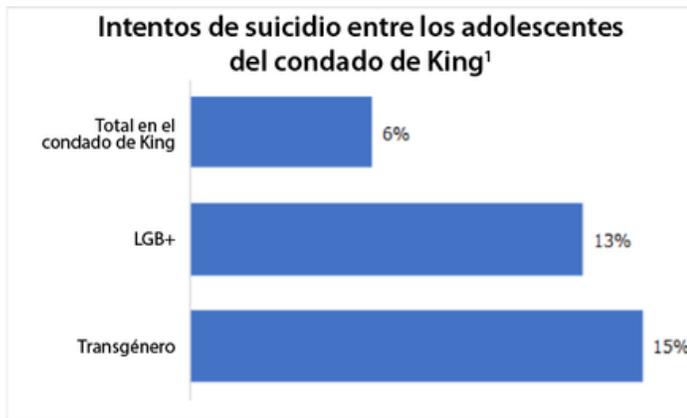


King County

# Servicios en caso de crisis

## Proporcionar atención crítica rápidamente para los jóvenes en crisis

Los jóvenes y cuidadores necesitan acceso a recursos que puedan ayudar a que un joven en crisis obtenga atención inmediata para evitar y mitigar el daño, al tiempo que brinden oportunidades para que el joven en crisis tenga acceso a tratamiento y apoyos para su recuperación. El acceso a servicios en caso de crisis puede evitar resultados peores, incluso el suicidio, la sobredosis y otros problemas graves de salud.



En 2025, se ampliarán los servicios en caso de crisis para seguir respondiendo a la creciente necesidad de todos los jóvenes en nuestra región, sin importar su seguro médico. El 6% de los adolescentes afirma haber intentado suicidarse el año pasado. Las personas adolescentes lesbianas, gays, bisexuales, transgénero y queer (LGBTQ+) tienen el doble de probabilidades, en comparación con el resto de los adolescentes del condado de King, de haber tenido un intento de suicidio. El 13% de los adolescentes LGB+ y el 15% de los adolescentes transgénero intentaron suicidarse el año pasado.<sup>1</sup>

En 2023, el Sistema de Gestión de Respuesta en Caso de Crisis Infantil (respuesta móvil para casos de crisis) recibió casi 1,000 referencias y **trabajó con más de 840 jóvenes en crisis.**<sup>2</sup> Como resultado, el 84% de las familias atendidas se sintió más preparada para enfrentar futuros desafíos. Ese año, el Departamento de Emergencia Pediátrica de Seattle (Seattle Children's Emergency Department) recibió más de 2,700 consultas relacionadas con jóvenes (de 18 años y menos) que experimentaban una crisis de salud mental. Más de 1,770 de esas consultas las realizaron residentes del condado de King.<sup>3</sup>



*“Desearía que pudiéramos llegar a todos antes de que experimenten una crisis grave, pero la realidad es que no podemos. Pero esa es la razón por la que es tan importante tener servicios y recursos adecuadamente capacitados y respaldados en caso de crisis, en particular con jóvenes que quizá no entiendan por qué se sienten como se sienten. Si los servicios en caso de crisis les ayudan a entender que el tratamiento puede ayudarles, entonces hay esperanza, y creo que si les ayudamos a superar la crisis, podemos salvar muchas vidas”.*

- Joven adulto que recibió tratamiento en la adolescencia



<sup>1</sup> Healthy Youth Survey, 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/about-king-county/about-public-health/data-reports/population-health-data/community-health-indicators/healthy-youth-survey?shortname=Suicide%20attempts>

<sup>2</sup> Departamento de Comunidad y Servicios Humanos (Department of Community and Human Services) del condado de King, División de Recuperación y Salud del Comportamiento. 2024.

<sup>3</sup> Seattle Children's Hospital. 2024.



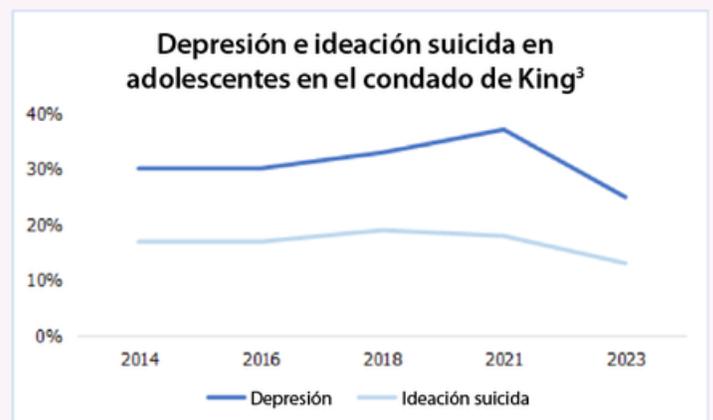
# Recuperación y sanación

## Apoys a largo plazo que promueven una recuperación, crecimiento y desarrollo sostenibles

Los jóvenes del condado de King han enfrentado numerosos desafíos y han demostrado resiliencia. Tras la pandemia, la agitación y la revuelta social, y los crecientes índices relacionados con la depresión y el trastorno por consumo de sustancias en el condado de King, los jóvenes se esfuerzan por cuidarse unos a otros y prestar atención a su propio bienestar. En lo que a recuperación se trata, el condado de King intenta llegar a donde están los jóvenes para llevarles los recursos que consideren más útiles.

Ya sea que se recuperen de un trastorno de salud mental o por consumo de sustancias, los jóvenes se benefician cuando tienen acceso a relaciones con pares, a un lugar seguro donde crecer y a apoyos sostenibles comprometidos. Las [preparatorias de recuperación](#), grupos alternativos de pares y otros apoyos comunitarios para la salud mental y la recuperación del consumo de sustancias son elementos esenciales para el proceso de sanación de los jóvenes y sus familias. Estos recursos son particularmente importantes porque solo 1 de cada 4 jóvenes en el estado de Washington que participaron en el tratamiento por consumo de sustancias con financiamiento público se graduó de la preparatoria y, en el caso de jóvenes con trastornos de salud mental coexistentes, la cantidad es aún menor.<sup>1</sup> Pero entre los estudiantes del Plantel de Recuperación Interinstitucional de Escuelas Públicas de Seattle, **el 63% logró graduarse o estaban camino a lograrlo** y el 18% fue transferido para continuar su educación en otro lugar.<sup>2</sup>

Entre los adolescentes, los índices de depresión e ideación suicida han empezado a descender después de haber alcanzado sus niveles máximos, pero siguen siendo muy altos y los jóvenes siguen enfrentando entornos desafiantes.<sup>3</sup>



**“Creemos que el proceso de sanación no es posible si la persona está aislada. La sanación sucede en comunidad, con relaciones, alegría, arte, comida y música...”**

- Participante del Proyecto de Sanación Juvenil<sup>4</sup>

**“Me alegra que nada realmente malo haya sucedido, y poder estar aquí hoy. Sé que suena como un cliché, pero las cosas realmente mejoran. Lo que hago, las personas a las que ayudo con su vida, en verdad he ayudado a la gente y he estado allí para ellas. Después de que eso [intento de suicidio] ocurriera, sentí la motivación de ayudar a otras personas”**

- Participante del café sobre salud mental juvenil<sup>5</sup>

**“El Plantel de recuperación me dio un lugar donde acomodarme y sentirme a gusto, con un estilo de vida sobrio que no muchas personas de mi edad tenían. Me dio un entorno en el que mis ideas se valoraban y mis problemas tenían solución, en lugar de ser ignorados”.**

- Estudiante de Recuperación Interinstitucional de Escuelas Públicas de Seattle

Si usted o alguien que conoce está afrontando una crisis, puede obtener ayuda en [www.crisisconnections.org](http://www.crisisconnections.org) y 866-427-4747.



1 Kohlenberg L, Lucenko B, Mancuso D et al. Behavioral Health Needs and School Success: Youth with Mental Health and Substance Abuse Problems are at Risk for Poor High School Performance. Washington State Department of Social and Health Services, Research and Data Analysis Division. 2013. <https://www.dshs.wa.gov/sites/default/files/rda/reports/research/11-194.pdf>

2 King County Department of Community and Human Services. Interagency Recovery Campus in the spotlight following visit from the National Association of Counties. <https://dchsblog.com/2024/11/14/interagency-recovery-campus-in-the-spotlight-following-visit-from-the-national-association-of-counties/>

3 Healthy Youth Survey, 2023. Public Health – Seattle & King County. <https://kingcounty.gov/en/dept/dph/about-king-county/about-public-health/data-reports/population-health-data/community-health-indicators/healthy-youth-survey>

4 Best Starts for Kids. Announcing the 21 Youth Healing Project Awardees! <https://beststartsblog.com/2024/03/19/announcing-the-21-youth-healing-project-awardees/>

5 Salud Pública y Café Colaborativo Comunitario: Seattle y Condado de King.



King County