

# e-YOUTH!

## PR05: RECOMENDACIONES DIRIGIDAS AL DISEÑO DE POLÍTICAS DEL PROYECTO E-YOUTH

### FORMACIÓN

EMPODERAR A LOS/AS JÓVENES EN RIESGO  
DE EXCLUSIÓN SOCIAL PARA FOMENTAR EL  
EJERCICIO DE SU CIUDADANÍA



Un proyecto de

support GIRONA

## ÍNDICE

---

<b>01</b>	<b>ANTECEDENTES</b>	<b>04</b>
<b>02</b>	<b>RECOMENDACIONES</b>	<b>06</b>
	PROFESIONALES	06
	Apoyo holístico	06
	Competencias y recursos	07
	JÓVENES	08
	Apoyo holístico	08
	Aumentar los conocimientos sobre salud (mental) y combatir la estigmatización	09
	Financiación	09
	Promover la inclusión socialCompetencias y recursos	09
	FAMILIAS (Y COMUNIDADES EN GENERAL)	10
	Apoyo a los agentes y servicios comunitarios	10
	Apoyo a las familias	10
	Co-creación	10

---

# Antecedentes

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental es un estado de bienestar psicosocial que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida cotidiana, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad<sup>1</sup>. El bienestar mental es parte integrante de la salud y un derecho humano básico. Un apropiado grado de bienestar mental también es crucial para el desarrollo personal, comunitario y socioeconómico.

A raíz del brote de COVID-19 y de la polycrisis sobrevenida, por ejemplo, a causa del encarecimiento de la vida, ha aumentado la importancia que se le da a la salud mental. Como resultado, las personas, las comunidades a las que pertenecen y los gobiernos que las representan son más conscientes del valor y de la influencia que la salud mental ejerce sobre su bienestar. Estas situaciones sin precedentes también han puesto de manifiesto la fragilidad de nuestros sistemas sanitarios y de protección social en toda la Unión Europea. Asimismo, ha aumentado el número de personas que se encuentran en situación de vulnerabilidad. De hecho, los colectivos que ya se encontraban en situaciones vulnerables han corrido un mayor riesgo de ser objeto de prácticas no respetuosas con los derechos humanos. Posiblemente, esto se deba a la falta de apoyos, dirigidos a la inclusión social y a promover la autonomía y bienestar de quienes necesitan desarrollar su potencial y habilidades, y de servicios adaptados a las nuevas necesidades y circunstancias. En particular, esto se refiere a la falta de apoyo adaptado a personas con discapacidad y/o Necesidades Complejas; carencia delimitada por la necesidad de diseñar nuevos servicios y recursos comunitarios y de motivar a los profesionales de primera línea a adquirir y desarrollar nuevas competencias. Es muy necesario garantizar que las normas se ajusten y respeten los Derechos de las Personas con Discapacidad (CDPD) y también debe procurarse que todos los agentes pertinentes promuevan su aplicación.

Los/as niños/as, adolescentes y los/as jóvenes se encuentran entre los colectivos más expuestos al riesgo de marginación y más afectados por los determinantes socioeconómicos de la salud y del bienestar general<sup>2</sup>. Los desarrollos relacionados con políticas europeas han garantizado la adopción de medidas concretas en materia de salud mental y reconocen la necesidad de, mediante medidas e instrumentos adicionales, promover el bienestar psicosocial de las personas en situación de vulnerabilidad, incluidos los/as jóvenes. La Comunicación de la Comisión Europea sobre un enfoque global de la salud mental,<sup>3</sup> el informe del INI del Parlamento Europeo en materia de salud mental,<sup>4</sup> el avance de la Presidencia española y belga y el Dictamen del CESE sobre medidas para promover el bienestar psicosocial<sup>5</sup> muestran el compromiso interinstitucional dirigido a equiparar, en términos de relevancia, la salud mental a la salud física y a no dejar a nadie atrás.

Antes del 2020, alrededor de un tercio de los jóvenes de entre 16 y 29 años se encontraban en riesgo de pobreza y exclusión social. Al mismo tiempo, acceder a una vivienda adecuada les ha resultado cada vez más difícil, propiciando que muchos se queden sin hogar. Esta situación ha empeorado en los últimos años, reduciéndose las oportunidades que estos tienen de encontrar y conservar un empleo digno y de continuar sus estudios. Los jóvenes en riesgo de exclusión social tienen menos probabilidades de prosperar en la escuela y de desarrollar todo su potencial. Todo esto los deja ante un camino plagado de obstáculos y barreras, exponiéndolos a un mayor riesgo de sufrir problemas de salud mental a lo largo de su vida.

<sup>1</sup> OMS, "Salud mental", disponible en: [https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab_1)

<sup>2</sup> Mental Health Europe, Young People & Mental Health, disponible en: <https://www.mhe-sme.org/wp-content/uploads/2019/08/Young-People-and-Mental-Health-Infographic.pdf>

<sup>3</sup> Comisión Europea, "Un enfoque global de la salud mental", disponible en: [https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/promoting-our-european-way-life/european-health-union/comprehensive-approach-mental-health\\_es](https://commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/promoting-our-european-way-life/european-health-union/comprehensive-approach-mental-health_es)

<sup>4</sup> Parlamento Europeo, "Informe sobre salud mental", disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2023-0367\\_EN.html](https://www.europarl.europa.eu/doceo/document/A-9-2023-0367_EN.html)

<sup>5</sup> CESE, "Medidas para mejorar la salud mental" disponible en, <https://www.eesc.europa.eu/es/our-work/opinions-information-reports/opinions/measure-improve-mental-health>

Durante la pandemia de COVID-19, la incidencia de los problemas de salud mental entre los jóvenes de 15 a 24 años se ha duplicado en la mayoría de países europeos.<sup>6</sup> Estos han tenido entre un 30% y un 80% más de probabilidades de sufrir depresión, ansiedad y soledad que los adultos.<sup>7</sup> Además, la pandemia ha tenido un enorme impacto en la salud mental de aquellos colectivos en riesgo de exclusión social, aumentando aún más el grado de discriminación y estigmatización sufrido y restringiendo su acceso a la atención sanitaria.

Las necesidades insatisfechas de las personas que requieren apoyo psicosocial también pueden ejercer presión sobre sus familias y, en general, sobre sus comunidades. Esto puede reducir los factores de protección de la salud mental y, por el contrario, aumentar los factores de riesgo. Además, cuando los profesionales de primera línea no cuentan con las herramientas y/o destrezas apropiadas, les resulta más difícil proporcionar un apoyo adecuado y adaptado. Circunstancia que afecta negativamente a la motivación y al bienestar de dichos profesionales, de los jóvenes, de sus familias y, en conjunto, de la comunidad de la que forman parte. El aumento de las responsabilidades, cuando no se cuenta con mecanismos adicionales de apoyo, pueden ocasionar que los profesionales se sientan maltratados por el sistema, en un entorno de trabajo difícil, soportando elevados niveles de estrés y una pesada carga emocional y que, en consecuencia, los futuros profesionales se sientan disuadidos de escoger tal profesión. En una sociedad en constante cambio, es más necesario que nunca promover la inclusión social de los jóvenes con discapacidad, con necesidades complejas y/o que disponen de menos oportunidades que el resto para ejercer sus derechos.

Por lo tanto, ha llegado la hora de, reconociendo el valor del bienestar mental de los/as jóvenes, acompañar a esta voluntad social del compromiso, implicación e inversión que merece, por parte de todos los actores públicos, procedentes de los más diversos sectores. Las principales prioridades de actuación del proyecto E-YOUTH son las siguientes:

-  **Identificar y abordar las necesidades psicosociales** de las personas con discapacidad y/o Necesidades Complejas en múltiples aspectos de su vida, así como aumentar su autonomía, empleabilidad e inclusión social.
-  **Brindar** a los jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas el **apoyo** que requieren para construir su propia identidad y ejercer su ciudadanía.
-  Mejorar la calidad de vida y **fomentar la inclusión social de los jóvenes con discapacidad** y/o con necesidades complejas para garantizar el respeto de sus derechos humanos.

<sup>6</sup> Parlamento Europeo "Salud mental en la UE - Parlamento Europeo", disponible en: [https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2023/751416/EPRS\\_BRI\(2023\)751416\\_EN.pdf](https://www.europarl.europa.eu/RegData/etudes/BRIE/2023/751416/EPRS_BRI(2023)751416_EN.pdf)

<sup>7</sup> OMS, "Mental health, social inclusion and young people aged 18-29 in the WHO European Region", disponible en: [https://www.who.int/docs/librariesprovider2/default-document-library/rapid-evidence-synthesis-draft-for-consultation\\_final.pdf](https://www.who.int/docs/librariesprovider2/default-document-library/rapid-evidence-synthesis-draft-for-consultation_final.pdf)

# Recomendaciones

Cambiar el sistema dirigido a brindar apoyo a las personas con discapacidad y/o Necesidades Complejas requiere una acción conjunta que garantice una **prevención adecuada** de la exclusión social y de los resultados negativos asociados, como los problemas de salud mental. También requiere ofrecer la **formación y herramientas apropiadas** y la **participación activa** de los profesionales, los jóvenes y sus comunidades durante el proceso de toma de aquellas decisiones que les afectan, garantizando un apoyo adaptado en cada etapa de la vida.

No obstante, hay que tener en cuenta las grandes diferencias existentes entre países desde el punto de vista cultural, social y político. Éstas permiten entender sus preocupaciones, problemas y soluciones específicas, presentadas por los miembros del consorcio, procedentes de: España, Bélgica, Dinamarca, Francia y Eslovenia.

## Profesionales

### Apoyo holístico

- Coordinar mejor los diferentes servicios comunitarios mediante un enfoque integrado (servicios de salud mental, servicios sociales, servicios sanitarios, sistemas educativos, etc.) para ofrecer un apoyo adaptado a las necesidades de los/as niños/as, adolescentes y jóvenes en cada etapa vital. Debe prestarse especial atención a los periodos de transición, como el paso de la adolescencia a la edad adulta.
- Aplicar un enfoque integral de apoyo e intervención para promover la salud mental en el entorno escolar, elevando los niveles de bienestar psicosocial.
- Invertir en la formación y capacitación de los profesionales del ámbito educativo, que cuentan con experiencia en los campos pertinentes como, por ejemplo, la salud mental y la educación especial. Lo que permitirá brindar apoyo al personal de tales centros formativos y garantizar que los/as jóvenes reciban la atención psicosocial y la orientación educativa apropiadas tanto en la escuela como fuera de ella, contemplándose la derivación a otros servicios cuando esto sea necesario.
- Contemplar la salud mental como un eje transversal en todas las políticas y tener en cuenta las necesidades de los profesionales de primera línea, de los/as jóvenes, y de sus familias y comunidades a la hora de elaborarlas. Un enfoque holístico de la salud mental, articulado como base de todas las políticas, puede promover el bienestar psicosocial, prevenir problemáticas de salud en sus diferentes vertientes y, en última instancia, reducir la estigmatización y la discriminación, creando comunidades resilientes.
- Promover foros políticos locales y/o nacionales, involucrando a un extenso abanico de partes interesadas, para estudiar y desarrollar iniciativas y políticas que ayuden a afrontar los retos locales o nacionales que afectan a colectivos en situación de vulnerabilidad. Dependiendo de la acción específica que se vaya a desarrollar de forma conjunta, estos foros podrían reunir a personas con discapacidad y/o Necesidades Complejas con expertos y representantes de los gobiernos locales, con profesionales de la asistencia social y sanitaria, de la educación, de los medios de comunicación y con proveedores de servicios.
- Desarrollar programas políticos y sociales, dirigidos a vincular diferentes iniciativas que tengan por objeto brindar apoyo a jóvenes que se encuentren en riesgo de exclusión social, para fomentar la colaboración entre sectores y la integración e intercambio de experiencias.

## Competencias y recursos

- Fomentar el desarrollo de habilidades comunicativas y sociales por parte de los profesionales, con el objetivo de establecer un enfoque individualizado, centrado en la persona. Esto implica mejorar las habilidades interpersonales, digitales, comunicativas y de pensamiento crítico, esenciales para el proceso de comunicación entre los profesionales y los jóvenes.
- Reconocer a los menores y a los/as jóvenes como agentes de cambio y garantizar que intervengan en la co-creación de nuevas medidas, que promuevan su integración comunitaria. Promover una participación activa de las organizaciones formadas por la sociedad civil y por los colectivos en riesgo de exclusión social.
- Garantizar que los futuros profesionales de primera línea reciban formación en derechos humanos, de modo que cuenten con los conocimientos, competencias y habilidades apropiadas.<sup>8</sup> Y de esta forma puedan: prevenir problemas y conflictos, llevar a cabo una intervención temprana, promover hábitos saludables y proporcionar un apoyo centrado en la persona, derivándolos a otros servicios cuando sea necesario.
- Reconocer la importancia de una formación profesional práctica frente a los modelos tradicionales centrados únicamente en contenidos teóricos. Dar forma a los planes de estudio para que transmitan conocimientos e información que permitan una interacción más cualitativa, fomentando, así, las relaciones entre los profesionales, los/as niños/as, los/as jóvenes y sus familias.
- Invertir recursos en desarrollar y promover formaciones sobre cómo brindar un apoyo significativo a los/as jóvenes, contemplando la co-creación como modelo de intervención, que garantice el respeto de los derechos humanos y fomente la autodeterminación y la agencia personal.
- Promover una cultura de trabajo que fomente el diálogo y las oportunidades para que los profesionales mejoren la calidad de la atención y el apoyo ofrecidos. Deben crearse espacios que les permitan reflexionar sobre las posibles áreas de mejora (a nivel individual y estructural). Por ejemplo, proporcionando plataformas para intercambiar aprendizajes y buenas prácticas.
- Reconocer a los menores y a los/as jóvenes como agentes de cambio y garantizar que intervengan en la co-creación de nuevas medidas, que promuevan su integración comunitaria. Promover una participación activa de las organizaciones formadas por la sociedad civil y por los colectivos en riesgo de exclusión social.
- Realización de campañas de sensibilización, especialmente dirigidas a profesionales que trabajan con menores y jóvenes, que cuestionen los estereotipos y prejuicios, conscientes e inconscientes, así como los valores negativos existentes.
- Subsanan las carencias de recursos humanos y materiales, especialmente en los centros educativos y sanitarios, que tienen un efecto colateral en los servicios prestados. Debido a una capacidad limitada, los profesionales de primera línea y los profesores no pueden proporcionar una atención adecuada a los/as alumnos/as con Necesidades Complejas, lo que afecta negativamente a la motivación y al bienestar tanto de alumnos como de profesores.
- Tener en cuenta la salud mental y el bienestar de los profesionales de primera línea, que a menudo están sobrecargados debido a las exigencias propias del día a día. Garantizar la aplicación de medidas dirigidas a abordar los problemas, especialmente los que requieren cambios estructurales.
- Garantizar que los recursos y herramientas a disposición de los profesionales de primera línea se distribuyan equitativamente para evitar la fragmentación de los servicios y que las zonas rurales queden desprotegidas.
- Promover e implementar sistemas de financiación flexibles, que ayuden a lograr la puesta en práctica del enfoque multisectorial y holístico sobre salud mental al que se ha hecho referencia.

<sup>8</sup> Al decir "profesionales de primera línea" se hace referencia a aquellos profesionales que trabajan con jóvenes, desempeñando diversas funciones e interactuando directamente y brindando apoyo a menores, adolescentes y adultos jóvenes. Estos suelen prestar servicios esenciales en los ámbitos de la educación, la atención sanitaria, los servicios sociales, la salud mental y la aplicación de la ley. Su trabajo es crucial para fomentar el desarrollo, el bienestar y la seguridad de los jóvenes.

# Jóvenes

## Apoyo holístico

(aplicar un enfoque holístico relativo a cómo entendemos la salud mental)

- Aplicar enfoques comunitarios, que contemplen la pluralidad de sectores, con intención de abordar las vulnerabilidades y dar respuesta a las necesidades no satisfechas de las personas con discapacidad y/o Necesidades Complejas.
- Fomentar que los colectivos mencionados accedan a los servicios de atención y apoyo, teniendo en cuenta las barreras y obstáculos que les dificultan acceder y recibir la atención que necesitan. Por ejemplo, la puesta en marcha -o la mejora- de servicios móviles/de proximidad podría ayudarles a sortear e, incluso, superar las barreras geográficas, especialmente si los jóvenes en cuestión residen en zonas rurales.
- Proporcionar apoyos diseñados de acuerdo a la discapacidad y/o a las Necesidades Complejas de los jóvenes, atendiendo a las características de su ciclo vital y, especialmente, a los periodos de transición. En igual medida, estos apoyos deberían basarse en el enfoque del universalismo. Sea como fuere, algunos colectivos están expuestos a un mayor riesgo de no alcanzar el grado deseado de bienestar psicosocial, debido a la discriminación que sufren y a un conjunto de circunstancias socioeconómicas que incrementan su vulnerabilidad. Asimismo, deben tenerse en cuenta los vínculos existentes entre tales condiciones y/o rasgos de identidad y la salud mental de estos jóvenes para desarrollar medidas preventivas y el apoyo apropiado.
- Invertir en modelos donde se contemple el apoyo entre iguales en aras de transformar los sistemas sanitarios existentes, dar respuesta a necesidades específicas y prestar una atención centrada en la persona. Facilitar la participación de los iguales en la intervención con jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas es vital para transformar los sistemas mencionados, ya que quienes han afrontado dificultades semejantes en el pasado aportan una comprensión mayor de la problemática a abordar, propician la resiliencia y generan confianza en los servicios en los que participan. El apoyo entre iguales puede ayudar a las personas a alcanzar cierto grado de bienestar y a sostenerlo a lo largo del tiempo, así como a desenvolverse con mayor eficacia en el sistema de salud mental. Dependiendo del contexto, la participación de los iguales puede adoptar muchas formas, desde consistir en el asesoramiento de especialistas sobre dicha modalidad de apoyo hasta basarse en servicios independientes gestionados por los propios jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas.

## Aumentar los conocimientos sobre salud (mental) y combatir la estigmatización

- Desarrollar o apoyar campañas integrales de sensibilización sobre los derechos humanos. Esto permitirá hacer frente al estigma y a la discriminación asociados a la salud mental. Estas campañas pretenden prevenir y/o reducir las percepciones negativas que la sociedad tiene sobre los/as jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas; percepciones que afectan al desarrollo de su autoconcepto y limitan sus oportunidades de crecimiento.
- Proporcionar ayuda y apoyos comunitarios en los entornos frecuentados por los jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas como, por ejemplo, institutos y parques.
- Integrar modelos y enfoques organizativos, definidos por su carácter innovador, en los ecosistemas educativos que contemplen, como uno de sus ejes centrales la promoción de la salud mental. Dichos modelos y enfoques deberían articularse a través de los planes y programas de estudio de los centros educativos, incluyendo los dirigidos a la formación profesional.
- Garantizar que los servicios de salud mental y aquellos propios del sector social se comprometan a colaborar de forma práctica y significativa, para proporcionar atención y apoyo integrados de carácter comunitario.

## Financiación

- Propiciar que el apoyo dirigido a promover la salud mental sea asequible y accesible para todos los jóvenes, incluidos los más vulnerables.
- Reconocer y apoyar el papel esencial que juegan las organizaciones juveniles en la atención y prestación de servicios dirigidos a los jóvenes en relación a su salud mental y bienestar.
- Garantizar que los presupuestos destinados a organizaciones juveniles o comunitarias tengan en cuenta la naturaleza específica de las iniciativas y las realidades operativas de las organizaciones dirigidas por jóvenes. Asimismo, cerciorarse de que la financiación sea flexible, accesible y sostenible.

## Promover la inclusión social

- Garantizar el acceso a un transporte público asequible y a actividades culturales.  
  
Reducir el aislamiento social y la soledad mejorando las infraestructuras como, por ejemplo, promoviendo un transporte adaptado o desplegando un entorno digital más inclusivo. Por otro lado, también deben financiarse enfoques innovadores que ayuden a construir culturas de pertenencia, basadas en el fortalecimiento de vínculos sociales sanos. Asimismo, las leyes y políticas tienen una especial relevancia al abordar la discriminación por edad, la desigualdad y la brecha digital, etc.
- Las iniciativas de inclusión social deben contemplar a personas de todas las edades, ampliando su alcance, e invertir en promover el establecimiento de relaciones intergeneracionales.

- Proporcionar programas de protección social para aquellos hogares que se encuentren en riesgo de exclusión comunitaria, dados ciertos determinantes socioeconómicos. Asimismo, promover un plan de recuperación de deuda y apoyarlos a afrontar sus dificultades financieras, sin que éstas tengan un efecto determinante sobre su desarrollo y bienestar psicosocial. Con la misma importancia, garantizar el acceso a una vivienda segura, asequible, que cumpla con los requisitos de calidad apropiados, constituye un importante factor de protección de la salud mental.
- Propiciar el uso de métodos de intervención, basados en evidencia, para minimizar las consecuencias derivadas de acontecimientos estresantes y traumáticos, especialmente aquellas que pueden sufrir los más jóvenes o las familias en su conjunto.
- Reforzar los mecanismos de prevención y respuesta dirigidos al apoyo de las familias que afrontan una situación de vulnerabilidad, como aquellas causadas por la violencia doméstica y los malos tratos.

## Familias (y comunidades en general)

Las comunidades desempeñan un papel fundamental en la salud mental de las personas. Pueden proporcionarles un sentimiento de pertenencia, actuar como una poderosa fuente de apoyo, ofrecer un sentimiento de propósito y posibilitar los cambios sociales necesarios para lograr un apropiado grado de bienestar psicosocial.

Una forma de promover eficazmente la salud mental es mediante la implicación de redes familiares y comunitarias, a las que pertenece un individuo. Como bien ha demostrado la ciencia y la experiencia, esto constituye una medida esencial para prevenir los problemas asociados a dicha salud mental y diseñar soluciones adaptadas a cada problemática y a cada caso particular. De este modo, la persona puede aprovechar las estructuras de apoyo, las relaciones familiares y los vínculos con la comunidad existentes y crear otros nuevos, en lugar de depender del apoyo institucional. Esto puede llevar a la persona a sentir que tiene control sobre las situaciones difíciles, con el apoyo adecuado. Además, las comunidades tienen un papel central en la prevención y la lucha contra el estigma asociado a la salud mental.

Hoy en día, los servicios comunitarios son considerados la columna vertebral de los modelos de apoyo, basados en derechos humanos, y de enfoques de intervención holísticos. Estos deben promover la recuperación, el derecho a ejercer la capacidad jurídica y la inclusión comunitaria de los/as jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas. A muchos de estos servicios comunitarios se les reconoce por hacer posible la implementación y el ejercicio de los derechos humanos, y por resultar accesibles, asequibles y de elevada calidad en comparación con otros enfoques. Intrínsecamente, la atención comunitaria puede conseguir que los/as jóvenes atendidos/as conserven sus relaciones familiares, amistades y el empleo, evidentemente en función de sus preferencias, mientras reciben la atención psicosocial requerida.

### Apoyo a los agentes y servicios comunitarios

- Dar prioridad a la desinstitucionalización. Es decir, pasar de atender a los/as jóvenes en instituciones a proporcionarles apoyo en su propia comunidad. A fin de garantizar una atención personalizada que fomente una mejor integración y resultados, conduciendo a una mejora en la salud mental y en el bienestar.
- Establecer entornos propicios para los proveedores de servicios comunitarios. Por ejemplo, los gobiernos deben destinar recursos (es decir, fondos y espacios de reunión) a las iniciativas comunitarias que puedan activar y reforzar el apoyo que la comunidad proporciona a los/as jóvenes con problemas de salud mental.

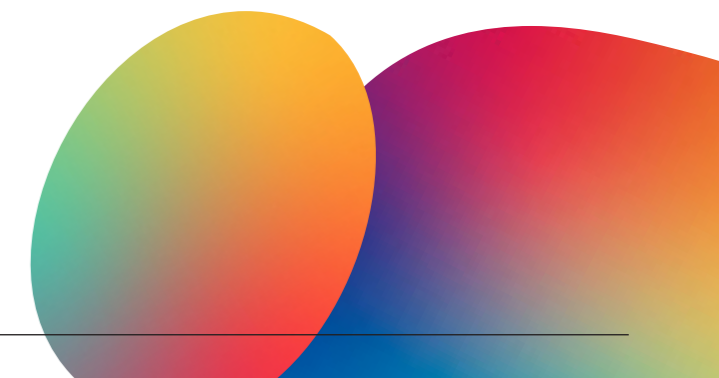
- Brindar a los agentes comunitarios los conocimientos y competencias sobre salud mental, así como sobre sus factores determinantes. Por ejemplo, puede proporcionarse formación sobre las temáticas referidas a los responsables de la toma de decisiones y a los profesionales de la asistencia social y sanitaria.
- Invertir recursos en la alfabetización digital de la población, especialmente de las personas en riesgo de exclusión social (por ejemplo, niños/as y jóvenes). Incluir la concienciación sobre el uso apropiado de las herramientas TIC y los riesgos inherentes de navegar por espacios y plataformas digitales.
- Los fondos deben destinarse exclusivamente a servicios comunitarios o a la transición e implementación de estos. Tengamos en cuenta que mencionados servicios deben orientarse a la recuperación de aquellos/as jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas.

### Apoyo a las familias

- Dar prioridad y garantizar un apoyo específico a los/as niños/as, adolescentes y jóvenes procedentes de familias en riesgo de exclusión social.
- Desarrollar e implementar políticas de conciliación entre la vida familiar y las obligaciones laborales. Éstas pueden proporcionar a las personas que ejercen el papel de cuidador/a de jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas el tiempo y los recursos que necesitan para desempeñar su función. Esto promovería el bienestar psicosocial de los/as jóvenes atendidos/as. Por ejemplo, un permiso parental suficientemente prolongado y flexible, adaptado a sus circunstancias, puede ayudar a prevenir y mitigar problemas de salud mental. Lo que tendría un efecto significativamente positivo sobre el bienestar de los/as hijos/as a su cargo.
- Garantizar que los/as cuidadores/as reciban el apoyo que necesitan a largo plazo, brindándoles la formación y los conocimientos requeridos. De esta forma, facilitamos que desarrollen las habilidades acordes al rol que desempeñan. Esto permitirá promover su bienestar psicosocial.
- Impartir formaciones sobre nociones básicas en materia de salud mental. Garantizar que los recursos formativos estén disponibles en las lenguas propias de los miembros de la comunidad, teniendo en cuenta la pluralidad de culturas y etnias que la conforman.
- Promover la implicación de las organizaciones comunitarias; en especial, de aquellas integradas y lideradas por jóvenes con discapacidad y/o Necesidades Complejas, en el abordaje de brechas sociales. Esto significa que debe promoverse su actuación, en calidad de mediadores y de apoyos informales, para la gestión de problemas y conflictos de carácter sociocultural.
- Destinar recursos a la generación de espacios de trabajo y diálogo intergeneracional, ayudando a derribar prejuicios y a deconstruir el estigma que existe alrededor de los colectivos en riesgo de exclusión social. Esto aumentará la cohesión familiar y comunitaria.

### Co-creación

- Garantizar la colaboración entre los profesionales de primera línea, las instituciones, las redes sociales de apoyo (familiares, sanitarias, etc) y los agentes comunitarios. De esta forma, se establecerían vías de derivación más fluidas, generando los mejores resultados posibles.





Cofinanciado por  
la Unión Europea



CC BY-SA 4.0 LEGAL CODE  
Attribution-ShareAlike 4.0  
International

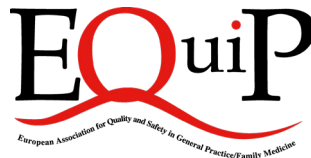
Un proyecto de

support  
GIRONA

Con la colaboración



COCEMFE  
Sevilla



Mental  
Health  
Europe



UNIS POUR LES FAMILLES



ozara

---

**"Empowering Youth Individuals with fewer opportunities towards citizenship"**

Numero de identificacion del proyecto: **2021-1-ES02-KA220-YOU-000028882**

El apoyo de la Comisión Europea para la producción de esta publicación no constituye una aprobación del contenido, el cual refleja únicamente las opiniones de los autores, y la Comisión no se hace responsable del uso que pueda hacerse de la información contenida en la misma.

