Salut mental juvenil en el Dia Internacional de la Joventut

written by Alba Crespo | 17 d'August de 2025



El 12 d'agost ha sigut designat per les Nacions Unides com a Dia Internacional de la Joventut, una jornada per a celebrar les contribucions dels joves (de 15 a 24 anys) en tots els àmbits del desenvolupament global. El tema de 2025, "Acció local de la joventut per als Objectius de Desenvolupament Sostenible i més enllà", destaca com **la joventut actua com a agent de canvi en les seues comunitats i contribueix al progrés social**.

Els i les joves qüestionen i transformen realitats que consideren injustes. En prendre posició i participar en espais de diàleg, han posat de manifest problemes socials i han contribuït a solucions que han generat millores concretes en els seus entorns.

En els últims anys ha crescut l'atenció cap a la salut mental juvenil, reconeixent-la com a pilar essencial per al seu benestar i la seua capacitat d'aportar a la societat. Açò ha deixat clar que és necessari oferir espais segurs on se senten respectats, escoltats i recolzats per atendre les seues necessitats de salut mental. No obstant això, algunes iniciatives presentades com a suport a la salut mental juvenil acaben involucrant els joves només de manera

superficial o sotmetent-los a investigacions dirigides per adults que exclouen la seua veu i produeixen escasses o nul·les millores reals en el seu benestar.

Les accions que han demostrat millorar la salut mental dels joves comparteixen dos elements clau, que també són **requisits de la investigació científica actual en qualsevol àmbit**:

- **Impacte social** – Demostrar que les **intervencions dirigides a millorar la salut mental juvenil** produeixen resultats positius comprovats. Els i les joves tenen dret a accedir al coneixement científic sobre quines accions realment beneficien la seua salut mental i a gaudir d'eixos beneficis. No són subjectes de prova d'idees no contrastades.
- **Cocreació** – Implica un diàleg continu amb els i les joves en tots els processos que els afecten. Són ells i elles qui han de determinar si una acció genera un canvi positiu en les seues vides. Aquesta avaluació ha d'estar present en totes les fases, inclosa la interpretació i valoració, i no limitar-se únicament a respondre entrevistes o qüestionaris en benefici de les persones investigadores.

Els models d'investigació i intervenció en salut mental que no compleixen aquests requisits **corren el risc no sols de no millorar la situació, sinó d'empitjorar la salut mental dels joves**.

Este article va ser publicat per primera vegada en Daily 27 el 12 d'agost de 2025

Imatge: foto de Jordan Elliott en Unsplash