



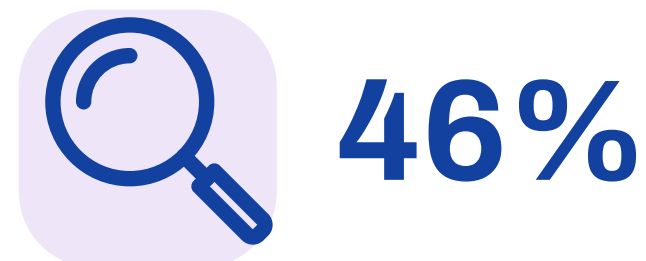
Datos de la Encuesta 2023-2024 para Jóvenes

www.fairfaxcounty.gov/youthsurvey

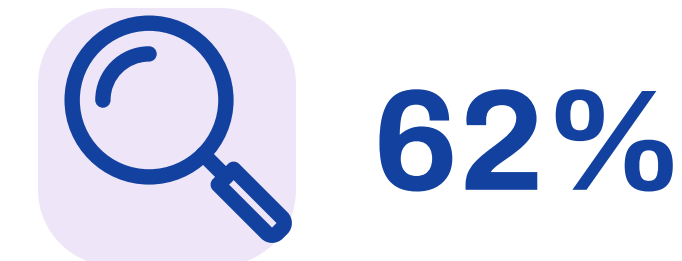
1 Perspectivas

Todos los indicadores de problemas de salud mental siguieron mejorando con respecto a 2021.

Este fue el caso en todos los grados, géneros y grupos raciales/étnicos.



de los estudiantes **que consumieron alguna sustancia** el último mes **reportaron sentirse tristes** o desesperanzados (síntomas depresivos) durante dos o más semanas seguidas (vs. el **22%** que no consumió ninguna sustancia).



de los estudiantes **que denunciaron maltrato físico por parte de uno de sus padres o tutor presentaron síntomas depresivos** (vs. el **23%** que no sufrió maltrato).



de los estudiantes **que no tuvieron suficiente comida en casa dijeron haber pensado en el suicidio** (vs. el **8%** que tuvo suficiente comida en casa).

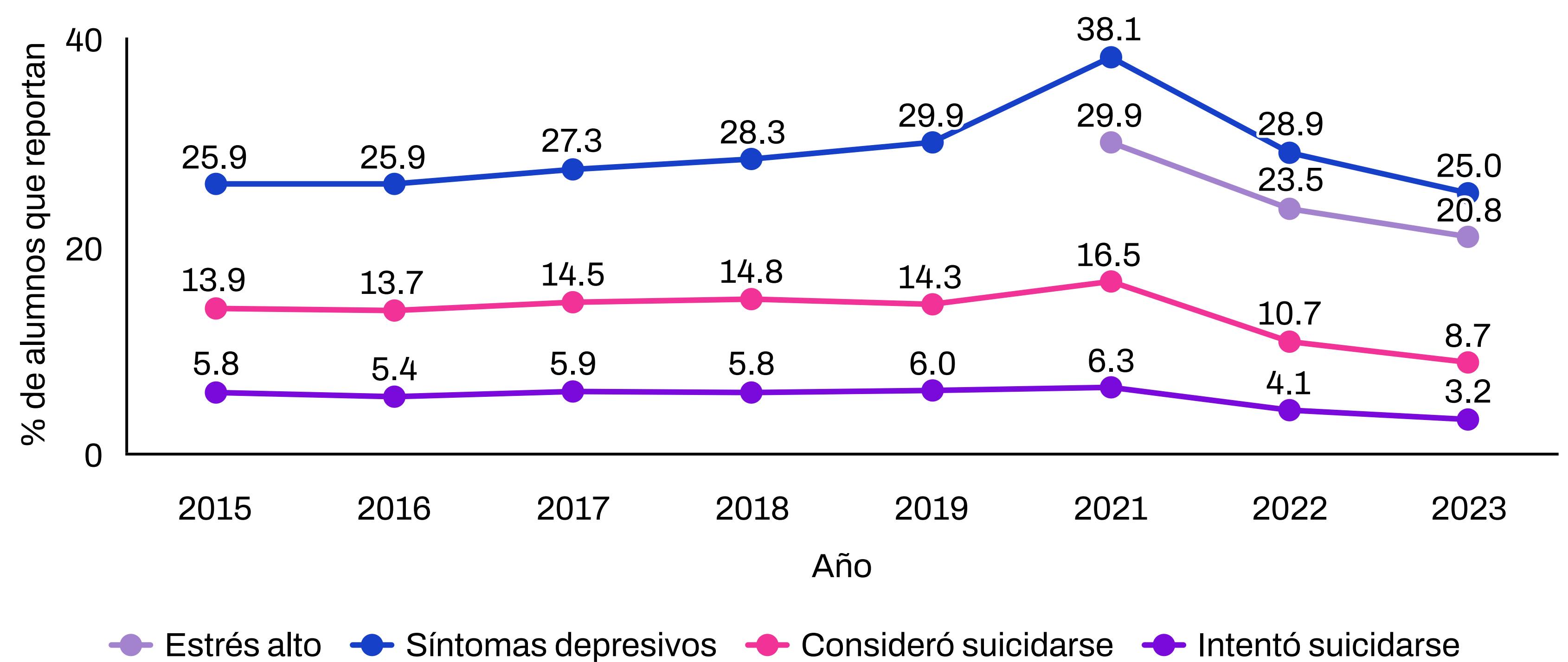


de aquellos **que fueron acosados en la escuela dijeron que consideraron el suicidio** (vs. el **7%** que no fue acosado).

2 Tendencias

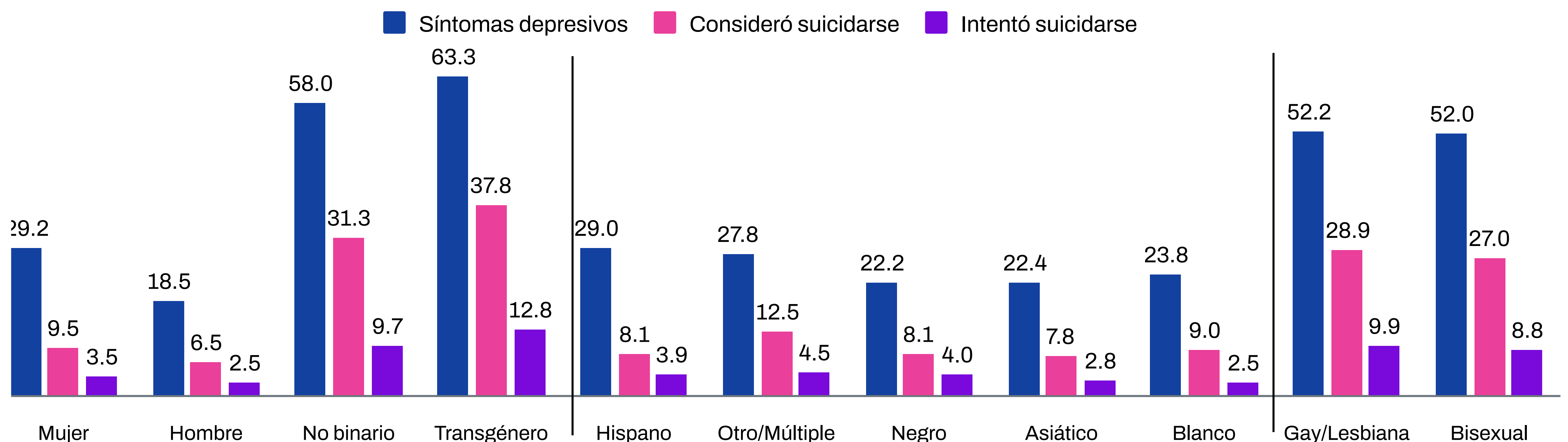
Desde 2015, el porcentaje de estudiantes que reportó síntomas de depresión había estado aumentando constantemente, alcanzó su punto máximo en 2021 y luego bajó en 2022 y 2023.

Los síntomas depresivos entre los alumnos de 6.º grado se mantuvieron constantes respecto a la cifra del año pasado, en un 29%.



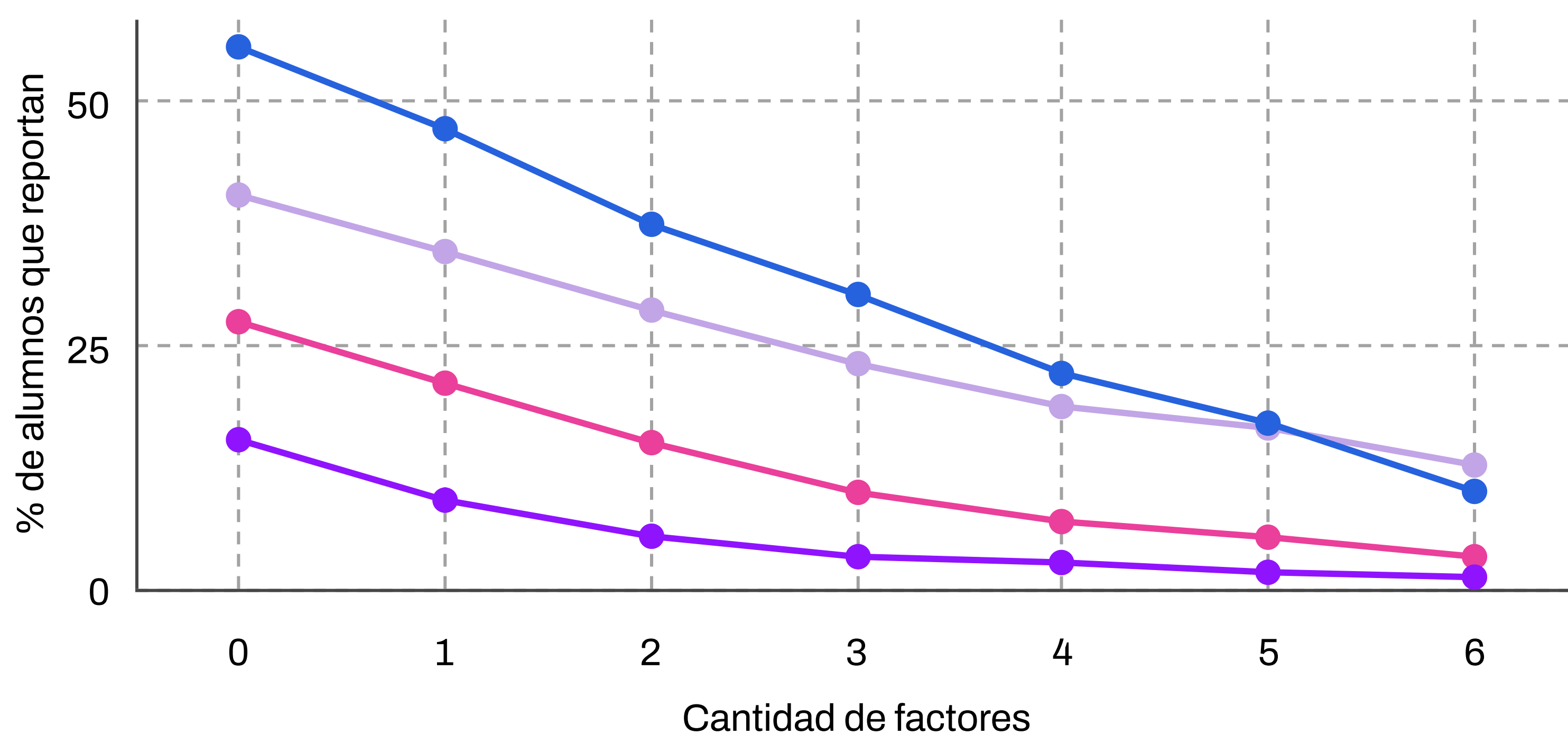
3 Diferencias por factores demográficos

Estudiantes LGBT, mujeres, hispanos y de otras razas o múltiples razas tuvieron más probabilidades de experimentar síntomas depresivos y suicidas que sus compañeros, lo que pone de relieve la necesidad de comprender los factores subyacentes y de orientar las estrategias de prevención e intervención. (A título comparativo con el cuadro siguiente, Heterosexual: síntomas depresivos – 20.3%. consideró suicidarse – 5.7%, intentó suicidarse – 2.2%; No transgénero: síntomas depresivos - 23.5%, consideró suicidarse - 7.6%, intentó suicidarse - 2.8%.)



Acerca de los datos de la Encuesta para Jóvenes: Todos los datos se han recogido de la Encuesta para Jóvenes 2023-2024 para estudiantes de 8.º, 10.º y 12.º grado, a menos que se indique lo contrario. La encuesta no se realizó en 2020 debido a la pandemia de COVID-19. En la encuesta de 2021, se cambió la pregunta sobre experimentar estrés, por lo tanto, no se recomienda una comparación directa con los datos anteriores a 2021.

4 Tres para triunfar



● Estrés alto ● Síntomas depresivos ● Consideró suicidarse ● Intentó suicidarse

Los datos muestran que tener al menos tres factores o recursos de protección reduce la probabilidad de incurrir en comportamientos de riesgo y refuerza la resiliencia entre los jóvenes:

- Asumir responsabilidad por las propias acciones
- Tener profesores que reconozcan el buen trabajo
- Participar en actividades extracurriculares
- Realizar servicio comunitario
- Tener adultos en la comunidad con quién hablar
- Contar con padres que puedan ayudar

Sea una influencia positiva en la vida de un joven y ayude a construir una comunidad más fuerte y optimista para todos.

5 Lo que podemos hacer



Reconocer las señales

Reconocer las señales de depresión y pensamientos suicidas, como hablar de morir, autolesionarse, sentirse sin esperanza, aislarse o cambiar de comportamiento.



Escuchar y reflexionar

Escuchar atentamente de manera comprensiva, sin juzgar ni confrontar. Sea auténtico; recuérdelos que ellos no están solos y que pueden encontrar ayuda.



Hacer preguntas

Preguntar si han pensado en hacerse daño o en suicidarse. Preguntar no hará que la idea pase por su cabeza.



Fomentar las relaciones

Alentar a los jóvenes a identificar y participar en actividades que fomenten relaciones saludables y el sentido de comunidad.



Conectarse con ayuda

Póngalos en contacto con un terapeuta cualificado. Las escuelas pueden ayudar: póngase en contacto con un trabajador social, psicólogo u orientador escolar.

6 Para obtener ayuda y más información

Junta de Servicios Comunitarios de Fairfax-Falls Church (CSB)

www.bit.ly/FairfaxCSB
Admisión y Derivación: 703-383-8500
Servicios de emergencia 24/7: 703-573-5679

Bienestar, Promoción de la Salud y Prevención - CSB

www.fairfaxcounty.gov/community-services-board/prevention

Salud Conductual HopeLink

www.hopelinkbh.org
Servicios de crisis (atención las 24 horas):
Llame o envíe mensaje de texto al 988

Oficina de Seguridad y Bienestar Estudiantil de las Escuelas Públicas del Condado de Fairfax

www.bit.ly/FCPSsafetywellness
571-423-4270

Comunidad Regional de Respuesta a la Crisis

www.cr2crisis.com/en-espanol
Atención de emergencias las 24 horas:
844-N-Crisis o 571-364-7390

- **Our Minds Matter:** www.ourmindsmatter.org
- **Mentes Sanas de Fairfax:** www.fairfaxcounty.gov/healthymindsfairfax/
- **Suicide Prevention Alliance of Northern Virginia:** www.suicidepreventionnva.org
- **American Foundation for Suicide Prevention:** www.afsp.org
- **Alianza Nacional sobre Enfermedades Mentales:** www.bit.ly/NatAllianceMI

- **La Fundación Steve:** www.stevelfund.org
- **La Fundación Jed:** www.jedfoundation.org
- **El Proyecto AAKOMA:** www.aakomaproject.org/
- **Child Mind Institute:** www.childmind.org/es/
- **Elementos Fundamentales del Desarrollo | Search Institute:** www.searchinstitute.org/resources-hub/developmental-assets-framework

