



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



## ***ECO-ANSIEDAD LA NUEVA ENFERMEDAD EN NIÑOS Y JÓVENES***

**La crisis climática está afectando cada vez más a la salud mental de niños y jóvenes.**

23 Noviembre 2021



Inundación del río Duero a su paso por la localidad vallisoletana de Pollos. Mila Rujas

Los expertos advierten que los niveles de eco-ansiedad, es decir, el miedo crónico al desastre ambiental, están creciendo, especialmente entre los niños y los jóvenes, y es probable que sean significativos y potencialmente dañinos para los individuos y la sociedad.

La “Eco-ansiedad” fusiona dos realidades que han estado muy presentes en los últimos meses. Por un lado, la preocupación por la crisis climática y, por otro, la salud mental, uno de los temas que más presencia y visibilidad han ganado últimamente.

Cada vez hay más niños afectados por esta “enfermedad”, la eco-ansiedad. No se trata de una patología específica pero sí de un conjunto de emociones y manifestaciones. Se trata de una preocupación excesiva por el cambio climático, un temor crónico de un cataclismo ambiental. Los problemas ambientales generan incertidumbre, impotencia, angustia y frustración.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



Ante esta situación los expertos en educación piden que se enseñe más sobre el cambio climático y el medio ambiente en las escuelas. Muchos profesores afirman que se enseña poco, algunos creen que se debería enseñar en todos los grupos de edad.

“Teach the Future”, una campaña dirigida por jóvenes que impulsa la educación climática amplia en el Reino Unido, descubrió que solo el cuatro por ciento de los escolares sentían que sabían lo suficiente sobre la crisis climática.

“Earth Rangers” organización canadiense para la conservación del medio ambiente, ha tomado medidas para abordar el problema de la ansiedad ecológica. "La eco-ansiedad no es un trastorno diagnosticable oficial. Sin embargo, afecta a los niños de manera muy real. Esto incluye sentimientos de desesperanza, miedo, y desesperación". Añadió: "Es importante investigar y comprender las formas en que podemos ayudar a los niños a encontrar estrategias efectivas para hacer frente a estos sentimientos. Las escuelas deberían crear actividades de conservación y ayudar a los niños a enseñar a sus padres cómo proteger la naturaleza. Los niños están en la primera línea del cambio climático”.

La educación climática actual es inadecuada. No se está preparando a los estudiantes para enfrentar los efectos del cambio climático ni se les está enseñando a comprender las soluciones. La sostenibilidad y el cambio climático deben enseñarse a lo largo del plan de estudios, equipando a los estudiantes con las habilidades y el conocimiento necesarios para los trabajos verdes del futuro.

Hay que ayudar a jóvenes y adolescentes a vivir mejor la ansiedad climática.

La Alianza para la Psicología Climática desde la plataforma Avaaz y la APA (American Psychological Association) recomiendan a las familias validar y escuchar las emociones de la juventud para canalizar sus sentimientos, encontrar ayuda adicional de grupos especializados de terapeutas, promover el optimismo y la educación en valores ecológicos.

Aunque la “impotencia” por el limitado alcance que puede tener el comportamiento individual ante el cambio climático puede ser uno de los síntomas de la eco-ansiedad, el activismo puede ser la respuesta al bloqueo que puede surgir de esta confusión.

FeCEAV

Círculo de Cultura Popular Delicias



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union

