**Salud mental de los jóvenes**

Se calcula que las enfermedades mentales afectan al 14% de los adolescentes de todo el mundo\*. Entre estas enfermedades, los trastornos de la alimentación están entre las más mortales. Este mes, infórmese sobre cómo saber si un niño a su cargo puede estar luchando contra un trastorno de la alimentación y cómo ayudarlo.

|  |
| --- |
| **En las herramientas de compromiso de este mes, usted encontrará:**  **Cuestionario de trastornos de la alimentación** para ayudarlo a identificar los signos de un trastorno de la alimentación y saber si es recomendable una evaluación médica  **Capacitación** sobre cómo ser padres en un mundo en constante cambio y cómo ayudar a los niños a prosperar  **Artículos** sobre trastornos de la alimentación y consejos para padres sobre cómo hablar de salud mental con sus hijos |

[Consulte las herramientas](https://optumeap.com/newthismonth/es-MX)

**Qué esperar cada mes:**

|  |  |
| --- | --- |
|  | **Temas recientes**: acceda a contenido actualizado que se enfoca en un nuevo tema cada mes. |
|  | **Más recursos**: obtenga acceso a recursos adicionales y herramientas de autoayuda. |
|  | **Biblioteca de contenidos**: acceso continuo a su contenido favorito |
|  | **Asistencia para todos**: comparta herramientas con las personas a las que les puede ser útil esta información. |

\* WHO, “Adolescent Mental Health.” <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health> Accessed Nov. 3, 2022