

DIEZ ENLACES DE INTERNET SOBRE SALUD MENTAL Y BIENESTAR EMOCIONAL EN PERSPECTIVA PREVENTIVA y EDUCATIVA

En este documento se ofrecen algunos enlaces donde encontrar información acerca de la salud mental y el bienestar emocional, sobre todo, de los adolescentes. Pueden servir de apoyo a la formación de docentes y educadores en estos aspectos tan importantes para el desarrollo de su labor educativa, tanto en el contexto de los centros escolares como en el trabajo en el aula.

1. OMS. *La salud mental de los adolescentes.*
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
2. Manuel Casinello. *Salud mental: qué es y cómo reconocer si hay un problema.*
<https://manuelcassinello.com/blog/salud-mental-que-es/>
3. Laurie A. Manwell y otros. *¿Qué es la salud mental?*
<https://bmjopen.bmj.com/content/5/6/e007079>
4. UNICEF. *Cuatro consejos para apoyar el bienestar emocional y la salud mental adolescente.*
<https://www.unicef.org/uruguay/crianza/adolescencia/4-consejos-para-apoyar-el-bienestar-emocional-y-la-salud-mental-adolescente>
5. SOM. Salud Mental 360 *Las claves del bienestar en la adolescencia.*
<https://www.som360.org/es/monografico/bienestar-adolescente>
6. SOM. *Guía rápida de bienestar emocional y resiliencia.*
<https://www.som360.org/es/monografico/bienestar-adolescente/blog/guia-rapida-bienestar-emocional-resiliencia>
7. Revista de Estudios de Juventud 121. *Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes.*
<https://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-121-promocion-de-la-salud-y-bienestar-emocional-en-los-adolescentes>
8. Comunidad de Madrid. *Bienestar emocional en el ámbito educativo.*
<https://dgbilinguismoymcalidad.educa.madrid.org/bienestaremocional/>
9. Salut Mental Catalunya. *Bienestar emocional y salud mental en adolescentes y jóvenes. Guía de apoyo.*
https://www.salutmental.org/wp-content/uploads/2024/12/ESP_Guia_Bienestar-emocional-y-salud-mental-AJ.pdf
10. Comunidad de Madrid. *Guía para familiares y educadores. Prevención del suicidio en adolescentes.*
<https://www.redaipis.org/sites/default/files/2024-03/PREVENC%C3%93N%20SUICIDIO%20ADOLESCENTES.pdf>