



Examinando la salud mental y su influencia en el bienestar de los niños panameños

Examining Mental Health and Its Influence on the Well-Being of Panamanian Children

Herma Guerra

Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Coclé, Panamá
herma.guerra@up.ac.pa <https://orcid.org/0009-0003-4901-9706>

Yesenia Llorente Vinda

Universidad de Panamá, Centro Regional Universitario de Coclé, Panamá
yesenia.llorente@up.ac.pa <https://orcid.org/0009-0003-4890-1086>

***Autor de correspondencia:** (herma.guerra@up.ac.pa)

Fecha de recepción: 12/12/2025

Fecha de aceptación: 17/03/2026

DOI <https://doi.org/10.48204/synergia.v5n1.9880>

Resumen

La salud mental forma parte de la salud integral de las personas y su influencia en el bienestar de los niños de la sociedad es fundamental porque impacta en el desarrollo de un país. Los niños que tienen una salud mental efectiva son una generación sana en la sociedad futura. El objetivo de esta investigación fue examinar la salud mental y su influencia en el bienestar de los niños en la sociedad panameña actual. La metodología que se utilizó fue documental, con un alcance exploratorio-descriptivo, se analizaron diversos documentos relacionados con la salud mental de la infancia a nivel mundial, regional y nacional. Se recopiló información bibliográfica de los años 2019 y 2025, de bases de datos de investigación confiables, tales como; Google académico, Dialnet, Scielo y ScienceDirect, donde se buscaron descriptores en inglés y español, usando el gestor de referencias documentales Mendelay. Los resultados, evidencian la importancia que tiene la salud mental en los niños y adolescentes en el desarrollo integral del individuo como adulto y su influencia social y económica de un país. La carencia de políticas y programas a nivel de la región y a nivel nacional es notable, de igual forma no se cuentan con suficientes estudios para recopilar información que facilite estudiar y desarrollar este tema. En Panamá, existen aspectos no favorables para la salud mental de los niños en la sociedad, por lo que es necesario incentivar las investigaciones.

Palabras clave: bienestar, trastornos mentales, psicología infantil, estrés mental y desarrollo emocional.





Abstract

Mental health is part of the integral health of individuals, and its influence on the well-being of children in society is fundamental because it impacts the development of a country. Children who enjoy effective mental health represent a healthy generation for the future society. The objective of this research was to examine mental health and its influence on the well-being of children in contemporary Panamanian society. The methodology used was documentary, with an exploratory-descriptive scope. Various documents related to childhood mental health at the global, regional, and national levels were analyzed. Bibliographic information was collected from the years 2019 to 2025, using reliable research databases such as Google Scholar, Dialnet, Scielo, and ScienceDirect, where descriptors in both English and Spanish were searched, employing the reference manager Mendeley. The results highlight the importance of mental health in children and adolescents for the integral development of the individual as an adult, as well as its social and economic influence on a country. The lack of policies and programs at both the regional and national levels is notable; likewise, there are not enough studies to gather information that would facilitate the study and development of this topic. In Panama, there are unfavorable aspects regarding children's mental health in society, which makes it necessary to encourage further research.

Keywords: wellness, mental health conditions, pediatric psychology, emotional stress and affective development.

Introducción

La salud mental es un campo que ha tomado importancia en las últimas décadas, debido a los cambios que se han dado en la sociedad actual. Un reporte realizado por la UNICEF (2019), señalaban como los problemas de malnutrición afectaban, no solo la salud física, sino también la salud emocional de los niños y jóvenes, situación que se ha venido agravando a nivel mundial. En el último siglo la medicina ha avanzado de forma abismal, entre los éxitos obtenidos se pueden mencionar; la reducción en la mortalidad infantil, el aumento en el promedio de vida, los avances en el estudio del genoma humano, las mejoras en la atención en los centros primarios, entre otros (Anglin, et al., 2020; Méndez, 2024).





La salud se ha definido de diversas formas, la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018) sostiene que “La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (p.2),

Saforcada (2022) sostiene que, si se cambia el término bienestar por su significado, según la Real Academia Española [RAE] (2024), “Conjunto de las cosas necesarias para vivir bien” (p.1), el concepto profundiza su significado, donde la salud se caracteriza por poseer las condiciones necesarias para vivir plenamente y con bienestar físico, mental y social, y no únicamente en la ausencia de enfermedades.

Los tiempos han cambiado, cada día aumenta la cantidad de familias que han abandonado el campo y se han movilizado a las ciudades en busca de mejores condiciones de vida y por lo que se conoce este éxodo seguirá aumentando. Las mujeres han dejado el hogar para dedicarse a trabajar fuera, debido a las necesidades económicas existentes en las familias, por lo que han tenido que ajustar sus funciones de cuidadoras y sus obligaciones laborales. Aunado a lo expuesto, las condiciones de vida han cambiado desde la perspectiva social, ambiental, científico y educativo, entre otros, contexto que solo ha incrementado los niveles ansiedad e incertidumbre en los niños, comparado con los tiempos pasados, los niños pasan menos tiempo con sus padres, deben lidiar con problemas fuera de su alcance, pasan mucho tiempo solos y están expuestos a situaciones no acordes con su edad, lo cual no ayuda con su normal desarrollo psicológico (UNICEF, 2019;OMS 2018).

A nivel mundial, la salud mental infantil se considera un problema de salud pública, debido a; prevalencias crecientes, aumentos en las brechas en acceso a atención y potentes elementos sociales que tienden a agravar el problema. El Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades [CDC] (2025) recomienda estrategias, tales como; la prevención temprana, el fortalecimiento de cuidadores, el uso de las escuelas como plataformas de intervención y sistemas comunitarios accesibles es imprescindible para cambiar la tendencia. Se reporta que los niños en las últimas décadas presentan síntomas de ansiedad, depresión y problemas de conducta, pero el acceso a servicios de salud especializados y la detección temprana siguen siendo ineficientes en la mayoría de los países (UNICEF, 2019). No obstante, algunos





especialistas en el tema sostienen que la raíz del problema es la ausencia de los padres en la vida de sus hijos, ya que muchos niños son expuestos a la vida educativa desde los seis meses de edad (Velasco, 2023).

A raíz de la pandemia, la salud mental en todos los niveles ha incrementado, ya que los casos de trastornos psicológicos y mentales se presentan no solo en los adultos, sino también en los niños, por lo que es necesario identificar a las personas vulnerables e implementar estrategias, para garantizar su resguardo y la optimización de su salud mental (Shrivastava y Shrivastava, 2021).

Latinoamérica, no está exenta de la realidad descrita, ya que desde el punto de vista psiquiátrico ha habido un aumento significativo y complejo, debido al incremento en las prevalencias de trastornos, tales como; la ansiedad, la depresión y los trastornos de estrés postraumáticos, generados por el estrés crónico, la cuarentena de la población y la tensión asociada con la salud provocada por la pandemia. A lo expuesto, debe sumarse la deficiente respuesta que tiene el sistema de salud de la región, relacionados con las enfermedades de salud mental (Hernández, et. al., 2024; Palacios, 2021).

Por otro lado, la falta de protección de datos digitales afecta de forma directa los derechos de la salud mental de los niños, niñas y adolescentes en Ecuador donde se ha evidenciado que elementos psicosociales y tecnológicos han incrementado la vulnerabilidad de este segmento de la población, quienes han presentado cuadros de ansiedad, depresión, baja autoestima, estrés familiar, violencia digital, entre otros. Es indispensable el fortalecer y elaborar estudios sobre la salud mental de la niñez, ya que hacen falta investigaciones cualitativas y cuantitativas que ayuden a recopilar información que permita visibilizar la realidad de la salud mental en la niñez en la región (Espinosa, 2025).

La salud mental, es un tema indispensable en la niñez porque estudios realizados manifiestan que es un elemento indispensable para garantizar el desarrollo humano, en aspectos como; su bienestar mental, el aprendizaje, las relaciones y la adaptación sociales. Un niño con buena salud mental será un adulto con una vida efectiva que tiene la capacidad y habilidad de funcionar e impactar su hogar, la escuela y su comunidad de forma positiva (CDC, 2025).





Lo mencionado, muestra la necesidad que se tiene de la elaboración de estudios para explorar y describir la situación actual de la salud mental de los niños, en Latinoamérica y Panamá, contexto que concibe la siguiente pregunta de investigación: ¿Cuál es el estado de la salud mental de la niñez en Panamá?

Los estudios sobre este tópico son escasos y en la Región, tampoco existen investigaciones complejas sobre el tema, situación que incentiva la urgencia de elaborar investigaciones que exploren, describan e informen sobre la salud infantil.

Lasso, et. al., (2024) en su artículo titulado percepción del adolescente ante la atención psicológica, realizado en Panamá, por objetivo conocer e identificar algún tipo de resistencia de los jóvenes sobre la salud mental. Ellos implementaron una metodología de tipo cuantitativo, con un diseño descriptivo y con un alcance exploratorio, usando como instrumento para recopilar los datos la encuesta. Los resultados demostraron que la mayor parte de los jóvenes participantes tienen conocimiento sobre las consultas psicológicas, no obstante, la opinión pública influye en su decisión de buscar ayuda psicológica. En síntesis, los adolescentes no presentan un alto nivel de resistencia hacia este tema, la investigación muestra la necesidad de desarrollar temas sobre la salud mental, motivo por lo que los servicios de atención sobre este contexto deben implementarse para reducir los paradigmas erróneos que se han diseminado en la sociedad.

La situación descrita, demuestra la realidad que se vive en el país por lo que se hace fundamental el desarrollo de investigaciones sobre la salud mental en los niños panameños, debido a que elaborar este tipo de estudios puede optimizar la calidad de vida de los futuros adultos en el país, hecho que puede facilitar el desarrollo integral de la sociedad.

Los países desarrollados, ya han valorado e implementado programas y planes para mejorar la salud mental de sus ciudadanos, sobre todo durante y después de la pandemia, donde los niños son parte de los planes desarrollados (CDC, 2025). El objetivo de este estudio es examinar la situación actual de la salud mental de los niños panameños en la sociedad actual, basados en las investigaciones realizadas en los últimos años en el país.





Jiménez y Roberts (2025), en sus tesis Doctoral sobre Red de oportunidades en la salud y bienestar de los beneficiarios vulnerables en el corregimiento de Ancón, comunidad de Kuna Nega, realizaron la investigación con el propósito de evaluar la eficiencia del Programa Red de Oportunidades. La metodología usada tuvo un enfoque cualitativo, con un diseño fenomenológico y un alcance exploratorio-descriptivo, entre las técnicas usadas la entrevista semiestructurada fue la aplicada, ya que facilitaba la obtención específica y amplia de la información de cada uno de los entrevistados.

Los resultados obtenidos en este estudio muestran el desconocimiento que tienen los participantes sobre los recursos en apoyo psicológico y salud mental que tiene el programa, además se identificaron los retos y desafíos que deben realizarse en aspectos socioeconómicos de los participantes. Al mismo tiempo, se evidencia la satisfacción que tienen las beneficiarias con respecto a los ingresos económicos percibidos por el programa, debido a que en el lugar prevalece el desempleo.

Es indispensable mejorar la creación y mantenimiento de redes sociales, debido a que representan una barrera para el empoderamiento del capital humano. Además, en la tesis se presenta una propuesta de intervención social para optimizar la eficiencia de la red de oportunidades en la promoción de la salud mental y el bienestar emocional de las beneficiarias vulnerables del programa, todo con el objetivo de mejorar su nivel académico para que puedan influir en otras personas con seguridad e independencia personal (Jiménez y Roberts, 2025). La información presentada muestra la importancia que tienen la salud mental en el desarrollo de las personas, sobre todo su influencia en la niñez, lo cual impacta el bienestar mental de una sociedad.

Materiales y Métodos

La investigación que se aplicó fue documental, con un enfoque exploratorio-descriptivo en el cual se realizó un análisis de referencias bibliográficas, aplicando un razonamiento teórico, con diseño no experimental, orientada a demostrar la importancia de la salud mental en la niñez y





su influencia en la formación de adultos con un bienestar mental, incluye temas como; los beneficios, los factores y desafíos que influyen en la salud mental actualmente y mejoras al sistema actual.

Se realizó una búsqueda estratégica de referencias bibliográficas, usando palabras claves para identificar estudios, informes y documentos relacionados con el tema, contexto que permitió una mayor comprensión del fenómeno estudiado.

Las fuentes secundarias, generadas de estudios anteriores, constituyeron la base de las investigaciones, las cuales se obtuvieron de plataformas electrónicas especializadas como Scopus, Google Scholar, Redalyc, Dialnet y ScienceDirect, junto con informes de organismos internacionales, sitios educativos y consultores relacionados con la salud mental. En la selección de los documentos prevaleció la pertinencia temática, la actualidad (publicaciones entre 2019-2025) y rigores metodológicos, basados en artículos revisados por pares e informes técnicos. Los estudios que se recopilaron provinieron de bases de datos académicas reconocidas, tales como Scopus, Google Scholar, Redalyc, Dialnet, ScienceDirect.

No se incluyeron; las publicaciones anteriores a 2019, a menos que fueran fuentes primarias o semifinales. Tampoco se tomaron en cuenta aquellas fuentes con baja pertinencia temática (por ejemplo; la salud mental en adultos, sin relación con la infancia). Los blogs, páginas web sin rigor científico o sin autoría identificada.

La investigación se realizó, primero, buscando palabras claves principales, tales como; “salud mental” y “niños, donde se excluyeron términos de salud mental en el trabajo. Segundo, se aplicaron filtros como; el año de publicación, el idioma (inglés o español) y el tipo de documento (artículos científicos, informes técnicos, entre otros). Tercero, se usó un gestor de documentos conocido como Mendeley, el cual ayudó con la selección de documentos para analizar, eliminar duplicados y clasificar por pertinencia. Por último, se analizó la información recopilada para la elaboración del artículo. Es importante subrayar que las fuentes fueron sometidas a un análisis, revisando ordenadamente cada uno de ellos de forma individual para identificar sus elementos, indispensables para comprender la naturaleza del objeto de estudio.





Resultados y Discusión

Concepto de Salud Mental en la Niñez

La OMS percibe la salud mental como un estado integral de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y contribuir a su comunidad (Cuellar, 2019). Este concepto se caracteriza por su paradigma generalista y práctico a todas las fases de la vida, sin especificar indicadores concretos para la infancia. Por otro lado, UNICEF brinda una definición más operativa y centrada en la niñez y juventud ya que señala que la salud mental comprende tres aspectos: el bienestar personal (optimismo, autoestima y confianza), el bienestar interpersonal (relaciones, pertenencia y cuidado responsable) y el conocimiento (aprendizaje, toma de decisiones y respuestas a desafíos) (UNICEF, 2020). Este enfoque ofrece dimensiones específicas que facilitan la definición en programas.

Estas facetas tienen un rol importante en el buen desarrollo del bienestar personal de los niños y jóvenes, la salud mental comienza dentro de cada individuo donde el cultivar pensamientos negativos, son indispensables para una adecuada salud mental, después de cultivar los pensamientos la persona puede desarrollar relaciones con las personas alrededor de una forma positiva y esas experiencias generan las capacidades y conocimientos que adquieren los niños y jóvenes (Unicef, 2020).

Al comparar ambas perspectivas, se observa una convergencia conceptual en torno a la idea de la salud mental como un proceso dinámico de adaptación y bienestar. No obstante, también existen divergencias, ya que la OMS aporta una perspectiva macro e integral, mientras que UNICEF presenta un marco más detallado y aplicable a la infancia, este contraste evidencia un vacío teórico en la literatura: la falta de consenso sobre indicadores específicos que permitan operacionalizar estas definiciones en estudios empíricos. Aunado a esto, estudios como los de Reyes et al., (2020) y Soler et. al., (2025) registran el impacto inmediato de la pandemia, donde los escasos de investigaciones longitudinales en la región son una limitante para comprender los efectos sostenidos de la salud mental de la niñez en la etapa adulta.



Figura 1.

Las facetas del bienestar mental de los niños y adolescentes, según la UNICEF (2020).



Nota: Adaptado de UNICEF (2020), por Llorente (2025)

En la sociedad actual, los niños están saturados con una gran cantidad de publicidad, siendo expuestos a música, videos y todo tipo de información que no está acorde con su edad, sobre todo son presionados mentalmente, como nunca ha pasado en la historia, ya que desde chicos se les expone a tener una vida educativa, caracterizada por la exigencia, donde no hay espacio para reconocer errores y que se carece de tiempo para convivir, explorar emociones y comunicarse, aspectos que no son desarrollados en el hogar, debido a la ausencia de los padres, situaciones que pueden influir en el aumento de la violencia en el ámbito educativo (Velasco, 2023).

Los aspectos sociales, familiares, educativos y de la comunidad influyen en el bienestar de los niños y jóvenes de la sociedad actual, pero la presencia o el apoyo de una persona adulta en esta etapa es clave para sobrellevar positivamente los desafíos que puedan afrontar los niños (Galiano, et. al., 2020).



El efecto de la pandemia COVID-19 y la Importancia de la salud mental en la niñez

Los estudios realizados sobre la niñez han demostrado que esta etapa de la vida de los seres humanos se sientan las bases de su salud emocional, contexto que se observará en la etapa adulta de las personas, por ese motivo, la niñez, es considerada como el segmento de la población más vulnerable en todo lo que se refiere al bienestar mental de las personas. Incluso, Agatha Christy, escribe que una infancia feliz genera adultos felices, situación que produce una sociedad con menos problemas sociales, con valores morales y con un mejor desarrollo integral (CDC, 2025; Galiano, et. al., 2020; UNICEF, 2020).

En el contexto de la pandemia, diversos autores aportan evidencia empírica. Reyes et al. (2020) documentan que el aislamiento infantil puede derivar en cuadros de depresión y ansiedad, mientras que Soler et al. (2025) reportan un incremento significativo en las urgencias pediátricas durante el confinamiento, pasando de 279 a 748 casos. Estos hallazgos refuerzan la idea de que la niñez es un segmento altamente vulnerable, pero también revelan un vacío: la escasez de estudios longitudinales que midan los efectos sostenidos en la adultez.

Otros autores como Ribot et al. (2020) y Galiano et al. (2020) enfatizan factores de riesgo asociados al contexto social y familiar, tales como el estrés económico, la violencia doméstica y la desinformación. Sin embargo, Jandres et al. (2025) aportan una visión más propositiva, al destacar la necesidad de políticas preventivas y de detección temprana de trastornos, subrayando que la salud mental infantil es clave para el desarrollo social y educativo de las futuras generaciones.

La pandemia COVID-19, tuvo un impacto en la salud mental de los niños y jóvenes mundialmente, situación que podría generar una crisis de salud mundial en los futuros adultos, quienes fueron aislados durante su infancia por la situación sanitaria vivida. Es importante mencionar que los factores individuales pueden ser una respuesta a las dificultades afrontadas por el niño, por lo que los antecedentes de adversidad, el afrontamiento y la resiliencia, juntos, pueden ayudar al individuo a optimizar la respuesta a la amenaza experimentada por el individuo (Galiano, et. al., 2020; Ribot, et. al., 2020).





La literatura revisada converge en reconocer la pandemia como un detonante de crisis en la salud mental infantil, pero diverge en el nivel de análisis: algunos estudios se centran en los efectos inmediatos, mientras otros abogan por políticas estructurales de prevención. Lamentablemente, se evidencia el vacío teórico en la falta de investigaciones longitudinales en América Latina que permitan comprender cómo los efectos de la pandemia se proyectarán en la adultez. Una postura analítica propia sugiere que, para avanzar en el campo, es necesario integrar las definiciones globales (OMS, UNICEF) con evidencia contextualizada en la región, y promover estudios que combinen factores de riesgo con estrategias de resiliencia.

Situación de la salud mental en la región

En la Región, tristemente, sigue siendo un tabú el hablar sobre la salud mental en la población. Demera, et al., (2024) y Hernández, et al., (2024) señalan que el estrés es uno de los términos más asociados a los trastornos mentales en la región, a pesar de que difieren en enfoque, ya que Demera, et al., (2024) resaltan los factores sociales y económicos como detonantes, mientras que Hernández, et al., (2024) hacen énfasis al impacto de la pandemia del COVID-19 en el aumento de casos de ansiedad y depresión. Esta comparación evidencia que, aunque existe consenso en la alta prevalencia de problemas de salud mental, las investigaciones tienden a centrarse en factores coyunturales más que en soluciones estructurales.

De igual forma, Parra (2025) aporta un enfoque distinto al recalcar la importancia del entorno familiar en el bienestar psicológico. Su estudio muestra que un ambiente sano, con apoyo emocional y comunicación efectiva, se vincula directamente con la disminución de trastornos mentales, mientras que la disfuncionalidad familiar incrementa la prevalencia de la ansiedad, la depresión y la violencia juvenil, contexto que complementa los estudios de Demera y Hernández, al introducir un factor micro-social que muchas veces queda relegado frente a los análisis macroeconómicos.

Por otro lado, Jandres et al., (2025) propone la necesidad de considerar la salud mental como un derecho en Centroamérica, lo que implica la creación y modernización de leyes y políticas públicas, lo cual es relevante porque trasciende el diagnóstico de la situación y propone un





marco normativo que posibilita la consolidación de la atención en salud mental. Lamentablemente, en la literatura se carece de estudios comparativos que midan la efectividad de las políticas implementadas en países con mayor avance vs aquellos países rezagados.

La revisión documental, señala convergencias en torno a la alta prevalencia de estrés y trastornos mentales en la región, a la vez, se muestran divergencias en los factores explicativos: unos autores resaltan lo social y económico, otros lo familiar y otros lo político. El mayor vacío es la falta de estudios longitudinales y comparativos que faciliten evaluar el impacto real de las políticas públicas en la salud mental. Una postura analítica propia sugiere que el campo debe avanzar hacia la integración de enfoque macro y micro, vinculando factores sociales, familiares y normativos para diseñar estrategias preventivas más efectivas.

Reseña de la salud mental en la niñez panameña

Las investigaciones sobre la salud mental en el país son escasas, lo que limita la comprensión integral de este fenómeno. Demera, et al., (2024) señalan que en el país presenta un 49% de niveles de estrés en la población, clasificándose como el tercer país con mayor prevalencia de la región. Este resultado evidencia la vulnerabilidad de la niñez frente a un contexto social y económico adverso, lo cual también revela la falta de investigaciones específicas que midan cómo este estrés impacta directamente en el desarrollo infantil.

Concepción (2025) aporta un enfoque distinto al destacar el incremento del maltrato infantil, apuntando a que la mitad de las agresiones se producen por negligencia, lo cual es complementado por el diagnóstico de Demera, et al., al introducir un factor micros-social que influye la salud mental de los niños y que puede tener repercusiones a largo plazo en el desarrollo económico y social del país. Por otro lado, Carrizo, et al., (2025) mostraron resultados positivos al aplicar estrategias psicoeducativas en niños institucionales, alcanzando mejoras en la comunicación y el manejo de la ira. Aunque el estudio no es estadísticamente significativo, aporta evidencia sobre la efectividad de intervenciones preventivas y psicoeducativas. A diferencia de los hallazgos de Concepción sugiere que, además de





diagnosticar problemas, es necesario ampliar la investigación hacia programas de intervenciones sostenibles.

Lasso, et al., (2024) y Martínez, et al., (2025) incluyen factores contemporáneos como la percepción social hacia la atención psicológica y el impacto del uso excesivo de pantallas. Mientras Lasso, et al., demuestran la necesidad de educar a la población para disminuir estigmas, Martínez, et al., documentan cómo el desequilibrio tecnológico produce depresión, ansiedad y baja autoestima en los jóvenes. Los hallazgos muestran que la salud mental infantil en Panamá no solo depende de factores tradicionales como el maltrato o la violencia, sino también de fenómenos emergentes vinculados a la digitalización.

La revisión realizada converge en mostrar que la niñez panameña enfrenta múltiples riesgos (el estrés social, el maltrato, la institucionalización y el uso excesivo de pantallas), pero diverge en el nivel de análisis, ya que algunos estudios se centran en factores estructurales, otros en dinámicas familiares y otros en fenómenos tecnológicos. Se debe enfatizar en la falta de investigaciones longitudinales y comparativas que faciliten medir el impacto de estas condiciones en la adultez.

Líneas de investigación futuras, modelos explicativos y propuestas de intervención aplicables al contexto panameño

En base a la información analizada en la investigación se hace una síntesis sobre las líneas de investigación futuras, los modelos explicativos y propuestas de intervención sobre la salud mental, adecuadas al contexto panameño.

Líneas de investigación futuras

Se evidenció, en primer lugar, la necesidad de realizar estudios longitudinales para analizar el impacto del estrés, el maltrato infantil y el uso de pantallas en la salud mental de los niños panameños, con seguimiento hasta la adultez. En segundo lugar, es conveniente elaborar investigaciones sobre la efectividad de programas psicoeducativos aplicados en instituciones





educativas y albergues, tal como los propuestos por Carrizo, et al., (2025) para evaluar su sostenibilidad y replicabilidad. Por último, se recomienda explorar la vinculación entre factores culturales y la percepción social de la atención psicológica, siguiendo la línea planteada por Lasso et al., (2024), con el propósito de diseñar campañas de sensibilización más ajustadas al contexto nacional.

Modelos explicativos

La revisión documental realizada a los distintos autores consultados sugiere la necesidad de diseñar un modelo integrador de la salud mental infantil en Panamá, donde se acople tres dimensiones: *Macrosocial*: Los factores estructurales como la pobreza, el desempleo y la violencia social (Demera, et al., 2024).

Micro-social: Las dinámicas familiares y escolares, lo que incluye el maltrato y la comunicación deficiente (Concepción, 2025); Parra, 2025).

Tecnológica y cultural: Los efectos del uso de las pantallas, las redes sociales y los estigmas hacia la atención psicológica (Lasso, et al., 2024; Martínez, et al., 2025).

El modelo expuesto, facultaría explicar cómo interaccionan los diversos factores de riesgos y protección, a la vez, serviría como base para la implementación de políticas públicas más integrales.

Propuestas de intervención aplicables al contexto panameño

Los hallazgos obtenidos plantean las siguientes intervenciones específicas:

- Programas de prevención del maltrato infantil, enfatizando en la detección temprana y capacitación de padres y docentes.
- Campañas de sensibilización sobre la salud mental, encaminadas a minimizar los estigmas y a promover la atención psicológica en jóvenes.
- Regulación del uso de las pantallas y las redes sociales, a través de las guías educativas y el acompañamiento adulto responsable, como lo sugieren Martínez, et al., (2025).





- El fortalecimiento del sistema sanitario nacional, asegurando la atención psicológica accesible y personalizada, especialmente para poblaciones vulnerables como los niños institucionalizados.

Conclusiones

La niñez panameña actualmente, presenta factores sociales y económicos que afectan su salud mental, pero no se cuenta con estudios cualitativos, cuantitativos o mixtos que brinden más información al respecto. A pesar de haber vivido una etapa caótica durante la pandemia COVID-19, las políticas y programas relacionados con la salud mental en el país no satisfacen las demandas de las personas afectadas, por lo que se hace indispensable la implementación de políticas efectivas que mejoren la satisfacción de la población.

El brindar una salud mental positiva a los niños contribuye con la formación de adultos fortalecidos para hacer frente a problemas de comunicación o índole social en la sociedad, motivo por el cual es indispensable desarrollar este tema en el país, ya que la información recopilada en este estudio, demuestra la carencia que se tiene en estudios sobre la salud mental de la niñez panameña. Por lo expuesto, se hace un llamado a desarrollar investigaciones (cualitativas, cuantitativas y mixtas) del tema, ya que tiene un rol esencial para el desarrollo integral del país.

Referencias Bibliográficas

- Anglin, D. M., Naylor, K. T., & Alpert, A. (2020). Addressing the mental health needs of children in low-resource settings: Task-sharing, community engagement, and scalable interventions. *Global Mental Health*, 7, (19). <https://doi.org/10.1017/gmh.2020.19>
- Carrizo, M., Domínguez, F., y Torres, V. (2025). Estrategias psicoeducativas a través de las artes plásticas para el desarrollo emocional en niños institucionales en la Ciudad de Panamá. *Revista latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(2), 35. [Estrategias psicoeducativas a través de las artes plásticas para el desarrollo emocional en niños institucionales en la Ciudad de Panamá - Dialnet](#)





- Center for Disease Control and prevention [CDC]. (30 de junio, 2025). Salud mental de los niños. Salud mental de los niños | Salud Mental de los Niños | CDC
- Concepción, J. (2025). Maltrato infantil según género y grupo etario hospital del niño, panamá 2020-2023. *Las enfermeras de hoy*, 4,(2). MALTRATO INFANTIL SEGÚN GÉNERO Y GRUPO ETARIO HOSPITAL DEL NIÑO, PANAMÁ 2020-2023. | Las Enfermeras de hoy
- Cuellar, X. (2019). La Salud Mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista Colombiana Salud Libre*, 13(1).
<https://doi.org/10.18041/1900-7841/rcslibre.2018v13n1.4985>
- Demera Chica, A. D., Alcívar González, N. D., y Cañarte Murillo, J. R. (2024). El estrés y su relación con trastornos mentales en América Latina. *Revista Multidisciplinaria de Investigación Científica*, 8(1), 706-724.
El estrés y su relación con trastornos mentales en América Latina | MQRInvestigar
- Espinosa Mogrovejo, V. D. (2025). *La protección de datos personales en el entorno digital y su impacto en el derecho a la salud mental de niños, niñas y adolescentes en Ecuador, período 2020-2024* [Tesis de maestría, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador]. T4584-MDH-Espinosa-La protección.pdf
- Galiano Ramírez, M. D. L. C., Prado Rodríguez, R. F., y Mustelier Bécquer, R. G. (2020). Salud mental en la infancia y adolescencia durante la pandemia de COVID-19. *Revista Cubana de Pediatría*, 92. Salud mental en la infancia y adolescencia durante la pandemia de COVID-19
- Hernández Navas, J. Ochoa Castellanos V, Dulcey Sarmiento, L. (2024). Impacto del COVID-19 en la salud mental en Latinoamérica. *Revista del Hospital Psiquiátrico de la Habana*
<https://revhph.sld.cu/index.php/hph/article/view/548>
- Jandres, M., Zelaya, S., Castellanos, E., y Domínguez, R. (2025). Análisis crítico de las políticas, leyes y desafíos en la salud mental en Centroamérica. *Alerta, Revista científica Del Instituto Nacional De Salud*, 8(4), 406–417. <https://doi.org/10.5377/alerta.v8i4.21164>
- Jiménez, G. E., y Roberts, D. A. (2025). *Red de oportunidades en la salud y bienestar de los beneficiarios* [Tesis Doctoral, Universidad Autónoma de Chiriquí]. Tesis Guillermina Jimenez - Deborah Roberts.pdf
- Lasso, N. R., Mendoza, L. R., Rodríguez, S., y Santo, A. S. (2024). Percepción del adolescente ante la atención psicológica. *Revista Semilla Científica*, (6), 136-154. Percepción del adolescente ante la atención psicológica | Revista Semilla Científica
- Martínez, L., Coba, E., Avilés, M., y Betancourt, C. (2025). El impacto del uso excesivo de las pantallas en el bienestar emocional de los adolescentes en Panamá. *Revista Semilla*





Científica, (7), 57-72. El impacto del uso excesivo de las pantallas en el bienestar emocional de los adolescentes en Panamá | Revista Semilla Científica

Méndez Ríos, J. D. (2024). Una revolución genómica: Avances en salud y conocimiento en América Latina. *Genet Genom Clinic*, 1-2. Una revolución genómica: Avanzando en salud y conocimiento en América Latina | Genética y Genómica Clínica

Organización Mundial de la Salud (2018). Hacia un plan de acción mundial a favor de una vida sana y bienestar para todos. Unidos para acelerar los progresos hacia los ODS relacionados con la salud. Hacia un Plan de acción mundial a favor de una vida sana y bienestar para todos

Palacio, C. A. (2021). Salud mental y COVID en Latinoamérica Mental Health and COVID in Latin America. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 50(3), 1-1. 0034-7450-rcp-50-03-1.pdf

Parra Chavez, Y. C. (2025). *Factores familiares relacionados con la salud mental de niños y adolescentes*. Revisión sistemática. [Tesis de pregrado, Universidad Cooperativa de Colombia]. 2025 Trabajo Grado.pdf

Real Academia Española. (2024). *Diccionario de la lengua española* (23.^a ed.). Madrid: RAE. <https://dle.rae.es>

Reyes, V. D. L. C. R., Paredes, N. C., y Castillo, A. L. G. (2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(S1), 1-11. Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población

Ribot, C. Chang, N. y González, L. (2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*. 1-11. hcms201h.pdf

Saforcada, E. T. (2022). La delincuencia sistemática de los tres principales hitos de la salud pública en el siglo XX. *Horizonte sanitario*, 21(1), 7-16.

Shrivastava S.R., & Shrivastava P.S. (2021). COVID-19 and impairment of mental health: public health perspective. *Afr Health Sci* <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35283979>

Soler Simón, J. A., Storch de Gracia, P., Fernández Borja, B., Garrido Rodríguez, M., Gato Moro, B., Rodríguez Jiménez, A., y Gutiérrez Priego, S. (2024). Atención en la unidad de observación del servicio de urgencias pediátricas a pacientes con patología de salud mental antes y durante la pandemia por SARS-CoV-2. *Revista Pediátrica de Panamá*, 118-126. Atención en la unidad de observación del servicio de urgencias pediátricas a pacientes con patología de salud mental antes y durante la pandemia por SARS-CoV-2 | Revista Pediátrica de Panamá





United Nations Children's Fund [UNICEF]. (2019). The state of the world's children: Children, food and nutrition. UNICEF. <https://www.unicef.org/reports/state-of-worlds-children-2019>

Organización de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF]. (2020). Salud mental e infancia en el escenario de la COVID-19. *UNICEF España*. [Salud-Mental-infancia-adolescencia-covid-19.pdf](#)

Velasco Ghisleri, M. (2023). *Criar con salud mental: Lo que tus hijos necesitan y solo tú les puedes dar*. Ediciones Paidós.



QS

