



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



Niños sufren de eco-ansiedad

“Angustia climática”:

hay indicios que parecen preocupantes sobre todo en niños y jóvenes

Niños y adolescentes están preocupados por el cambio climático, no solamente preocupados, también se están movilizándolo y piden que se tomen medidas para evitar el deterioro del planeta. Las consecuencias para la salud son conocidas pero los efectos psicológicos están empezando a ser investigados.

Los efectos psicológicos es lo que se denomina eco-ansiedad o “angustia climática”. Se desconoce la prevalencia en el mundo por la falta de investigación. Hay indicios que parecen preocupantes sobre todo en niños y jóvenes.

No es una patología específica, pero sí es un conjunto de emociones y manifestaciones como miedo, enfado e incluso sentimientos de indefensión incontrolable.

Según la psicóloga ambiental Silvia Collado Salas en su libro *“Conciencia ecológica y Bienestar en la Infancia”*, cada vez más los niños y niñas muestran más preocupación por los problemas ambientales. Se centran en el cambio climático y cómo esto afecta a su entorno, como tormentas e inundaciones, cada día más fuertes. Pero sobretodo como afectan también a elementos naturales, como los animales que ellos quieren.

La parte positiva de todo esto, es que los mensajes de los programas de educación y conciencia ambiental, están calando en la población más joven. La educación ambiental es importante no solo en la escuela sino también en el hogar y en las acciones cotidianas.

Según la psicóloga una de las claves para prevenir la eco-ansiedad y además fomentar las acciones a favor del medio ambiente, es enseñar a los niños y niñas que existe una relación importante entre sus acciones y el beneficio planeta. Esto les da a los niños cierta sensación de control, que por un lado disminuye la ansiedad y por otro les anima a actuar.

La educación ambiental es muy importante desde la primera infancia, dándoles herramientas y unas acciones claras sobre cómo deben actuar para ayudar a mejorar la situación actual y futura del planeta.

Deli Soto