

El Hospital Schestakow organiza un taller sobre burnout y ansiedad en adolescentes

09/03/2026



En los últimos años los profesionales de la salud mental vienen advirtiendo sobre un fenómeno cada vez más presente entre los jóvenes: el aumento de los cuadros de ansiedad, estrés y agotamiento emocional en la adolescencia.

La presión académica, las exigencias sociales, el impacto de las redes sociales y los cambios propios de la etapa generan en muchos chicos sensaciones de saturación que, en algunos casos, derivan en lo que se conoce como burnout o síndrome de agotamiento.

Frente a este escenario, el Hospital Schestakow, a través de su área de Salud Mental, organizará un taller sobre Burnout y Ansiedad en Adolescentes, con el objetivo de brindar herramientas para comprender estas problemáticas y aprender a detectarlas a tiempo.

La actividad comenzará el jueves 12 de marzo, a las 16 horas, en el Auditorio Central del hospital, ubicado en Emilio Civit 150, y se desarrollará a lo largo de cuatro encuentros. La actividad estará a cargo de la Licenciada Laura Hidalgo del Servicio de Salud Mental.

Durante las jornadas, se abordarán diferentes aspectos vinculados al bienestar emocional de los adolescentes: cómo identificar señales de ansiedad, qué es el burnout en edades tempranas, cuáles son los factores que lo desencadenan y qué estrategias pueden ayudar a prevenirlo o acompañarlo.

Desde el área organizadora explicaron que la propuesta apunta a generar espacios de escucha, reflexión y aprendizaje, en un contexto donde la salud mental de los jóvenes se ha convertido en una temática central para familias, docentes y profesionales.

El taller busca, además, promover herramientas que permitan fortalecer los vínculos, mejorar la gestión de las emociones y acompañar de manera más saludable el crecimiento de los adolescentes.