Nuestro Vivir



Salud mental y escuela Por: María José Sarmiento

La salud mental de los niños y los adolescentes representa uno de los grandes retos que deben enfrentar las instituciones educativas hoy en día. A la vez que deben proveer un ambiente seguro y confiable para el desarrollo de las habilidades cognitivas, emocionales y sociales necesarias para sentar las bases de la salud mental, deben dar respuesta a un número creciente de problemas psicosociales y comportamentales que afectan profundamente el aprendizaje, la convivencia y el rendimiento escolar.

ado que es en el entorno escolar donde transcurre gran parte de la vida de los niños y los adolescentes, la comunidad educativa, principalmente los docentes, adquieren un rol importante a la hora de promover el bienestar y minimizar los problemas de salud mental. Los escenarios educativos promueven la salud mental en la medida que le brindan a sus estudiantes la capacidad de relacionarse con los otros y de adquirir un sentido de identidad, autoestima, seguridad, pertenencia, dominio, apoyo y participación social, de tal



manera que puedan orientar y significar su vida. Una adecuada salud mental se asocia con mejores resultados educativos, emocionales y comportamentales, que impactan significativamente múltiples aspectos de la vida a largo plazo.

La salud mental en la infancia y la adolescencia es crucial para el éxito en la escuela y en la vida.

Cuando los niños y los adolescentes presentan problemas emocionales, comportamentales y de aprendizaje suelen tener bajos rendimientos académicos que pueden ocasionar fracaso o deserción escolar, con los consecuentes desenlaces negativos en términos de salud mental, educación, trabajo y oportunidades en la vida. Por tanto, la intervención que se realice desde la escuela en estos casos puede ser determinante para el futuro de los niños y los adolescentes.

Es indispensable entonces que los docentes conozcan, identifiquen y adquieran estrategias para abordar este tipo de problemas, de tal manera que se pueda intervenir oportuna y adecuadamente previniendo los problemas de salud mental de los estudiantes.

Muchas de estas dificultades se derivan de distintas problemáticas a nivel del contexto familiar y sociocultural en que el viven, por lo que pueden ser contrarrestadas con estrategias que promuevan el desarrollo social y emocional, y con intervenciones preventivas a nivel psicosocial. Aquellos estudiantes que sean identificados en riesgo de padecer un trastorno mental, o quienes tengan una deficiencia cognitiva, requerirán de abordajes interdisciplinarios dentro y fuera de la institución.

Por tanto, la salud mental en la infancia y la adolescencia es crucial para el éxito en la escuela y en la vida. Existe evidencia sólida acerca de la relación costo – beneficio a favor de realizar intervenciones de salud mental en las instituciones educativas dados los desenlaces positivos de las mismas.

En este sentido la incorporación de la salud mental en las políticas educativas contribuirá a desarrollar, mantener y proteger ese recurso tan valioso de nuestra sociedad que son los niños y adolescentes, de tal manera que puedan llevar una vida saludable y creativa, que les permita desempeñarse adecuadamente en la familia, la escuela y la comunidad.

Referencias

Organización Mundial de la Salud. Plan de Acción sobre Salud Mental 2013-2020. Ginebra, Suiza: OMS, 2013

Adelman, H. S., & Taylor, L. Mental health in schools and public health. *Public Health Reports*, 294-298. 2006

¡Recursos, medios y materiales al alcance de todos!

Encuéntrelos en nuestro sitio web: http://www.javeriana.edu.co/mentalpuntodeapoyo Participe y síganos en nuestras redes sociales | facebook: aceptandomentesdementes twitter: @pongamoscuidado