

**SALUD MENTAL EN LA ESCUELA PRIMARIA
ESTUDIO DE CASO ESCUELA PÚBLICA “Julián Carrillo”,
PROBLEMA MUNDIAL.**

VERÓNICA LETICIA OJEDA VEGA.

ANTECEDENTES

El mundo que queremos, quizás resulta ser una paradoja en el universo de hoy multifacético. Quizás es un reclamo que viene haciendo eco y cobrando acción cada día más en nuestro planeta. Un elemento clave dentro de este eslabón se establece desde 1945, en la Carta de las Naciones Unidas: “Realizar la cooperación internacional en la solución de problemas internacionales de carácter económico, social, cultural o humanitario, y en el desarrollo y estímulo del respeto a los derechos humanos y a las libertades fundamentales de todos, ... (Organización de las Naciones Unidas, 2020, Art2)

Soy docente de educación pública, se tiene dos ciclos escolares tratando generar soluciones en comunidad a un problema particular que sea ha afrontado con grupos distintos de primero y sexto grado de primaria. El bajo rendimiento académico de los alumnos, aunado quizás con efecto en problemas de salud mental en los niños en especial en el tema de la depresión.

Lo anterior tiene relación con el eco producido por un millón de voces dentro de la encuesta MY World México, donde se reclama una educación de calidad y salud como problemas prioritarios a nivel mundial. Pero quizás en este momento preciso que se vive intercepta sus fracturas en un hoyo más profundo como lo es la salud mental de los niños y sus efectos en la educación, principalmente por el periodo de pandemia que sufrimos. Este caso se generó antes de la pandemia, por lo cual este tema sea mucho más común ahora.

“Desplegando esfuerzos amplios y sostenidos para crear un futuro común, basado en nuestra común humanidad en toda su diversidad, se podrá lograr que la mundialización sea plenamente incluyente y equitativa. (Organización de las Naciones Unidas, 2000, pág. 2) En ciclo escolar 2018-2019 por las redes conectivas educativas, se me presenta la oportunidad de unir a mi grupo de primer grado en un proyecto mundial “Innovate your dreams”. Donde unimos esfuerzos y se aplicó con más de 60 países del mundo una reflexión colectiva, con alumnos desde nivel preescolar hasta universitario del problema mundial de la salud mental de los niños y adolescentes. Un proyecto cuyo fin era involucrar a todos dentro de la agenda de los objetivos de desarrollo sostenible del 2030; por medio de una dificultad en el cual todos viviéramos, pero con soluciones compartidas a cada contexto. Se decide enfocar en los siguientes objetivos de desarrollo sostenible:

3.4 Promover la salud mental y el bienestar

4.1 Asegurar que todas las niñas y todos los niños terminen la enseñanza primaria y secundaria, que ha de ser gratuita, equitativa y de calidad y producir resultados de aprendizaje pertinentes y efectivos.

1. INTRODUCCIÓN

El caso de salud mental en la escuela pública es un tema que se analiza ya que antes de la pandemia según datos de la Organización Mundial de la Salud (2020), uno de cada cinco niños tiene un trastorno mental, estos datos como se presentan durante este estudio son parecidos a la realidad que se vive en México. Además, que ha coincidido con casos estadísticos en grupos con los cuales se ha compartido.

Por lo cual se plantea un problema mundial, ¿Qué pasa con la salud mental de los niños y cuál es el papel de la escuela? La escuela debe ser analizada como un factor de riesgo o protección en la salud de los niños, que se ve de la mano de los enfoques mundiales en este tema.

Se presenta una propuesta en base a la experiencia de la escuela “Julián Carrillo” y las exploraciones al respecto que consiste en la formación de comunidades de aprendizaje por medio de la investigación en la indagación con temas relacionados de las emociones con un enfoque REDES STEAM y bajo un postulado de la psicología positiva. Se comparten los resultados obtenidos con estos proyectos por medio de “Abrazo”, “Innova tus sueños “¿Qué palabras?”, los cuales fueron factores para incrementar el nivel de logro aprendizaje en los alumnos, pero principalmente como medio de encuentro entre los involucrados como una comunidad de investigación positiva.

Se concluye con la importancia que juega la escuela como formadora de aprendizajes sociales y emocionales, en la construcción de competencias como: conciencia en sí mismo, autogestión, conciencia social, relaciones y decisiones responsables. Como lo anterior debe potenciarse como prevención del cuidado de la salud mental, así como la conformación de un ecosistema de apoyo a salud mental en la escuela y la implementación de un plan de acción nacional de salud mental.

1.2. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

Para el docente el problema central radica en el rendimiento académico, pero como se ha mencionado en este caso, un factor que puede influir en él es la salud mental. Sin embargo, este panorama por sí solo deja muchas interrogantes por delante, según la UNESCO (2019) el 56% de niños en primaria y el 61% de adolescentes en edad de asistir a la primaria y secundaria, no tienen el nivel mínimo de competencia en lectura.

Por otra parte, es importante analizar el papel que juega la escuela como elemento de la conformación socioemocional de los alumnos, así como los puntos de riesgo de salud mental que pueden generarse en los entornos escolares como: fracaso académico, desmoralización estudiantil, comunicación anormal, agresión, violencia, soledad, discapacidad de lectura, incompetencia social, mucha tensión. Considerar la importancia de la alternativa preventiva de la enseñanza de las habilidades sociales en la misma.

Un problema de peso es la violencia dentro de las escuelas, las disparidades económicas y sociales, desigualdad en el reparto de poder, la socialización de género. La UNESCO (2020) informa que un 1/3 de adolescentes de 11 a 15 años han sido objeto de acoso escolar.

México tiene cifras similares a las planteadas en este problema a las de nivel mundial, sin olvidar que somos unos de los primeros lugares en el mundo de violencia en las escuelas. De manera particular cabe señalar un caso que se presenta en la escuela primaria "Julián Carrillo", respecto a una alumna de tercer grado de primaria; esta niña no era capaz ni de identificar las vocales y contaba con problemas de lenguaje. La mamá no había notado algo extraño en su hija, se le pidió que la canalizara en cuestión en el ámbito de salud, el sistema público tardó casi un año en diagnosticar el problema. Durante ese tiempo la niña tuvo un intento de suicidio con pastillas, debido que no era capaz de distinguir la realidad de la fantasía, su problema era un retraso mental.

Ante este panorama cabe cuestionarse ¿Qué puede hacer la escuela para ayudar al bienestar de la salud mental de los alumnos?

1.1. JUSTIFICACIÓN:

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (2020), uno de los recursos más desaprovechados y menos invertido para garantizar el progreso de los ODS 2030 es la **salud mental**. Según encuesta mundial, el 93% de los países han informado interrupciones en sus servicios de apoyo mental, neurológico debido al COVID-19. Además, que la pandemia incrementará los problemas de salud mental en el mundo debido a factores como: duelo, aislamiento, pérdida de ingresos y el miedo agravan la situación. Por lo cual es crucial implementar fuertes políticas de salud mental.

Lo anterior afecta también a las metas de la agenda 2030, en cuanto a: pérdida de productividad por resultado de la depresión y la ansiedad, que tiene un costo a la economía antes de la pandemia de un billón de dólares cada año. Por cada dólar invertido en depresión y ansiedad, se obtiene un retorno de 5 dólares. Afecta también la criminalidad y el gasto de justicia penal. Dichas personas son estigmatizadas, discriminadas y se atenta contra sus derechos humanos frecuentemente. En cuanto a los niños, las enfermedades mentales afectan en un 16% a nivel mundial antes de la pandemia en edades de 10 y 19 años. Es la segunda causa de muerte entre jóvenes de 15 a 29 años, el suicidio.

En base a datos del programa de salud mental de México del 2013,2018. El 24.7% de adolescentes mexicanos se encuentran afectados por uno o más problemas de salud mental. Por otra parte, el programa “Salud en tu escuela” (2017) establece un incremento de depresión del 2014 al 2015 en 21.5%, y una prevalencia de ansiedad en escolares mexicanos alta con respecto al promedio de otros países, a su vez un índice de ansiedad por tareas escolares mayor al promedio en el mundo. Cabe mencionar que actualmente nuestro país no cuenta con un programa de salud mental solamente contamos con un plan sectorial de salud en el cual solamente señala 10 acciones con un enfoque integral.

La OMS (2020) señala que es fundamental un entorno favorable en la escuela para la salud mental de los niños, la violencia presenta un riesgo a la misma.

Dichos trastornos pueden afectar profundamente el rendimiento académico y la asistencia escolar.

1.3. HIPÓTESIS

La investigación en indagación STEAM en redes de temas de emociones realizada por los alumnos, ayuda al bienestar de la salud mental.

1.4. OBJETIVOS

Implementar en los alumnos investigación en indagación STEAM en redes de temas de emociones para ayudar a la salud mental.

2. MARCO TEÓRICO

En base a los postulados de la Organización Mundial de la Salud (2004), El rendimiento en el aprendizaje se ve afectado por el factor salud mental y lo psicosocial. Un mal desempeño en la escuela, una mala conducta y el fracaso escolar pueden influir en temas de salud mental. Dicha salud es un predictor del éxito académico, la ausencia de medidas preventivas y de promoción en este tema afecta la vida de los estudiantes, lo anterior tiene consenso internacional. Establece que promoción de salud mental consiste en condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el desarrollo psicológico y psicofisiológico. Prevención es reducir la incidencia, prevalencia y recurrencia de trastornos mentales. La salud mental positiva se fortalece por redes comunitarias como la escuela, la cual debe cambiar su estructura de admón. escolar y prácticas de enseñanza y ayudar a los niños a no ser víctimas.

También establece que se deben reducir las conductas de riesgo en la escuela, ya que es uno de los entornos más importantes para promoción y prevención de la salud mental, además de que existe abundante evidencia que los programas realizados de salud mental positiva ayuda, por medio de un aprendizaje socioemocional. Obteniendo como resultados mejor rendimiento académico, aumento de habilidades para resolver problemas y capacidad social. Lo anterior

por medio de la reestructuración del ambiente en el salón de clase o de la escuela, programas de vinculación de familias y maestros.

Bravo et al., 2015. En cuanto Latinoamérica existen pocos estudios de salud mental en los niños y la escuela. La escuela es un elemento de riesgo en dicho tema, ya que, al no desarrollar habilidades sociales, fallas en regulación de emociones y el logro aprendizaje puede generar efectos adversos. Existen muchos estudios del impacto de una salud emocional positiva, demostrando que lo anterior ayuda al razonamiento, resolución de problemas, atención, alerta, memoria y procesamiento de información y mejora en los logros aprendizaje, al anterior bajo un enfoque integral.

Monárrez et al, Nos muestra un estudio realizado al estado de Chihuahua en México, en el cual se establece que los problemas de salud mental se relacionan con el desempeño escolar en los niños de primaria. Establecen que se requieren medidas multisectoriales y además de demostrar que cuando un niño le gusta la escuela su desempeño es propicio al aprendizaje.

Croiser y Donkova, 2018. Determinan que la salud mental en educación se ve impactada por el clima escolar el cual puede ser vulnerables. Por lo cual un objetivo de la educación debe ser la resiliencia en la escuela. Por lo cual la escuela puede ser un factor importante para encontrar soluciones en este tema.

Respecto a México existe una incertidumbre de la aplicación de los programas de "Salud en tu escuela" ya que eran del sexenio pasado. En el del 2017 se establecía como una colaboración intersecretarial y el sector privado, establecía un ámbito de habilidades socioemocionales como proyecto de vida y prevención de riesgo. Establecía como fundamental el papel de las emociones en el aprendizaje. Sin embargo, este programa en muchas escuelas operó sin sentido al no conocerlo, en muchos casos solo limitándose a la toma de medidas de peso y talla de alumnos sin seguimiento de aplicación real.

3. PROCESO METODOLÓGICO DEL DESARROLLO DEL PROYECTO

Este estudio de caso se analiza la aplicación de tres proyectos que se implementaron en diferentes ciclos escolares. Se explica el método que tuvieron en común: Se trató de implementar una forma de transversalizar el conocimiento del contenido programático de una forma activa y con soluciones a los problemas que se vivían en cada caso; por lo que se opta por aplicar una investigación en la indagación. La cual tiene el sello que se genera en comunidades de aprendizaje en base a la construcción metacognitiva que se cimienta en dialogar saberes entre todos y contrastarlos con el conocimiento hasta el momento; posteriormente aplicarlos y formular juicios en estos pasos vividos. Los pilares en esta propuesta es lograr un conocimiento STEAM y con conciencia de los problemas que se viven en el mundo por medio del análisis y propuestas ante los objetivos de desarrollo sostenible de la agenda 2030. Lo anterior con fines de estudio de temas socioemocionales y su impacto en nuestras vidas, con un enfoque de respuesta y acción en base a los postulados de la psicología positiva. Sin olvidar que en todo momento se compaginan con los aprendizajes esperados de cada grado, además de un uso especial de la matemática para obtener y procesar datos, así como resultados. Integrar el elemento redes, ya que además de generar comunidad grupal se logró compartir con comunidades de investigadores y de otras partes del mundo con los cuales se compartía trabajo y principalmente metacognición.

Se inició con el proyecto abrazo a un grupo de sexto grado, este grupo tenía muchos problemas de violencia extrema, hasta el grado de llegar hasta golpes entre los padres de familia (SOLE México, existe vídeos donde narran estos sucesos, docentes, padres de familia y alumnos). El límite llega al momento donde un niño sujetó a otro por el cuello y no existía forma de separarlos. Inmediatamente se cita a los padres de familia, el niño agredido su madre comprende la situación y reconoce la existencia de un problema; por otro lado, la madre del agresor justifica a su hijo por los años de agresión recibida por el grupo hacia él. En base a lo anterior se dialoga el problema al grupo, se escucharon

todas las voces y puntos de vista, se analizaron enfoques. A la par me toca vivir este proceso con docentes de USA, Argentina, Chile, Colombia (se encuentran videos de los conversatorios de reflexión del tema) y coincide que ambos docentes afrontamos fuertes problemas de violencia en nuestros grupos que afectaban su rendimiento académico. Se decide implementar de manera paralela con accesibilidad a las características de cada comunidad una investigación, la cual en base a las ideas mancomunadas despegó con la pregunta ¿Qué efecto produce un abrazo? ¿Qué efecto produce un abrazo en el aprendizaje? Lo anterior siempre se compartió entre todos por medio de la tecnología y sin olvidar el proceso STEAM, así que el arte fue elemento muy importante para sensibilizar de la mano de la ciencia. Fueron muchas las actividades que se llevaron a cabo, existen materiales en las redes de dicho proceso. En esta investigación los niños llegaron al tema de la psicología positiva y su uso en las enfermedades principalmente terminales en universidades de Estados Unidos, descubrieron que un abrazo genera una sustancia química en el cuerpo que se llama oxitocina que genera bienestar, lo anterior mi grupo lo pudo debatir con un médico pediatra de San Luis Potosí; él cual les confirmó la importancia del bienestar en el aprendizaje en el cual influye la oxitocina. Los niños descubrieron en base a una encuesta a 600 niños que 75% les gustaban los abrazos, mientras el 25% restante no. Además, este 25% de niños se encontraban en los grupos más violentos de la escuela, los niños hicieron campañas del tema en la escuela, con padres de familia y se compartían resultados con los niños de los otros países, también descubrieron respuestas en los niños que un abrazo les producía sensaciones de miedo, vacío, nada entre otras.

Proyecto “Innova tus sueños”, este proyecto se aplicó con niños de primer grado de primaria. Cabe señalar que estos niños contaban con situaciones de un fuerte sello de no poder hacer las cosas, en especial un niño que sabía leer y escribir perfectamente desde inicio de año escolar pero no podía controlar sus emociones. Este proyecto se compartió con el despegue del análisis de los objetivos de desarrollo sostenible de la agenda 2030, pero de manera mancomunada con 60 países del mundo con los cuales se participó, así como con niveles educativos

desde preescolar hasta licenciatura, en el cual podíamos compartir alumnos y docentes. El tema en común es tomar conciencia del problema mundial en los alumnos y adolescentes de la depresión y ansiedad en ellos, este proyecto era liderado por Pakistán. Los niños dialogaron y precisaron que su principal problema dentro del salón de clase era “La falta de respeto entre ellos”, lo anterior lo analizaron despegando desde el arte con las obras de Picasso y reflexionando de la mano de la Teoría del todo de Stephen W. Hawking, donde las reflexiones de los niños eran tremendas. Los niños presentaron sus conclusiones de la mano de unas estudiantes de psicología, y las compartieron con pláticas a niños de sexto grado, con padres de familia; tuvieron la oportunidad de acudir un grupo de ellos a colaborar al radio local. Además de participar trabajo en particular con niños de España y República Dominicana. Lo anterior se compaginó como se ha mencionado con el curriculum y con la reciente implementación del programa socioemocional. Se practicaba con ellos todos los días ejercicios de respiración y el diálogo para que ellos expresaran lo que vivían.

En el proyecto ¿Qué palabras? Se aplicó a un grupo de sexto grado, en esta investigación giró hacia los efectos que tienen las palabras positivas en nuestra vida y en algunos seres o elementos físicos. Se trató de observar los cambios en elementos pares en igualdad de condiciones como plantas, agua, arroz, gatos lo ¿Qué pasaba? Al someter a los objetos a palabras positivas y a otros con palabras negativas, cabe señalar que se descubrieron efectos muy interesantes por parte de los niños como observar diferencias en unas gotas de agua. Dentro de la investigación se aplicó casi a mitad del proceso una prueba de Rosenberg, con respuestas como las siguientes: Soy una persona de aprecio 52% sí 32% no lo sabe y el 16% no, Tengo cualidades positivas 52% sí, 40% no lo sabe 8% no, Me inclino a pensar que soy un fracasado 12% sí 20% no lo sabe y 68%no. En este proyecto se compartió con un taller de transfórmate por lo cual se pudieron visitar diversos museos, se intercambiaron cartas con mensaje positivos con niños hospitalizados por medio de un mediador de lectura, además con personas de la tercera edad de una sala de lecturas. Se tuvo mucha conciencia tanto del lado

científico como aplicado del impacto de los mensajes positivos en las personas y sus vidas.

Resultados

En los procesos narrados existen evidencias de dichos trabajos en la red, en uno de ellos se pudo medir el impacto con una prueba antes y después como investigación su impacto en el rendimiento académico acorde a los aprendizajes esperados en México, con un aumento del 38% en español y matemáticas. Además, que los ambientes de grupo se transformaron por completo, los grupos completos participaron en proyectos diversos con resultados muy favorecedores en áreas de ciencia, matemática y otros.

Estos grupos se convirtieron en comunidades de aprendizaje, aprendieron la importancia del trabajo en grupo y todos aprendimos a escuchar las voces de todos. En uno de ellos existe un diario donde se narra día a día lo vivido, también se cuenta con vídeos y audios, donde los alumnos expresan sus cambios. Inclusive existen dos vídeos particulares, uno de ellos donde los niños de la violencia del primer proyecto expresan lo que cambió en ellos, otro donde un niño se anima hablar en clases por primera vez y expresa lo que vivió. En cuanto al último proyecto nos tocó vivir y valorar a compañeros que vivían problemas de depresión con tratamiento. Son muchos los cambios que experimentamos todos, pero el principal el encuentro con uno mismo y el encuentro con los demás al dar valor a la salud mental positiva.

Conclusiones

Sin duda alguna afrontamos tiempos muy difíciles y los seguiremos afrontado por los cambios provocados por la pandemia en las conductas sociales. La escuela debe ser un elemento detonador con la ayuda de muchas redes para implementar una salud mental positiva, lo anterior con un enfoque de investigación por medio de la indagación STEAM. Generando oportunidad de retroalimentación, así como coordinación por redes de investigadores en este tema.

México tiene una deuda muy grande con las personas con problemas de salud mental, las escuelas ya no deben ser focos de riesgo de esta. Los niños tienen derecho a ejercer su salud en todas las esfera y ámbitos.

Bravo-Sanzana, Mónica, Salvo, Sonia, & Mieres-Chacaltana, Manuel. (2015). La importancia de la salud emocional en la escuela, un factor a considerar para la mejora de la salud mental y los logros en el aprendizaje. *Salud Pública de México*, 57(2), 111-112. Recuperado en 11 de noviembre de 2020, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342015000200001&lng=es&tlng=es.

David Crosier y Ralitsa Donkova. (2018) La salud mental en la educación: un problema silenciado en nuestro tiempo. Recuperado el 13 de noviembre del 2020. <http://blog.intef.es/cnie/2018/01/24/la-salud-mental-en-la-educacion-un-problema-silenciado-en-nuestro-tiempo>

Grupo de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (2015). *Un millón de voces: el mundo que queremos*. New York: Grupo de las Naciones Unidas para el desarrollo.

Leiva, Loreto, George, Myriam, Antivilo, Andrés, Squicciarini, Ana María, Simonsohn, Ariela, Vargas, Belén, & Guzmán, Javier. (2015). Salud mental escolar: Logros de una intervención preventiva en salud mental en niños y niñas del primer ciclo de enseñanza básica. *Psicoperspectivas*, 14(1), 31-41. <https://dx.doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol14-Issue1-fulltext-508>

MONÁRREZ, C. G. P., SÁNCHEZ, C. R. C., & GUEVARA, C. LA SALUD MENTAL Y EL DESEMPEÑO ESCOLAR DE LOS NIÑOS DE EDUCACIÓN PRIMARIA DEL ESTADO DE CHIHUAHUA.

Organización Mundial de la Salud (2004). Prevención de los trastornos mentales: Intervenciones efectivas y opciones de políticas públicas. Informe Compendiado. Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias, Centro de Investigación en Prevención de las Universidades de Nijmegen y Maastricht, Ginebra. Recuperado de http://www.who.int/mental_health/evidence/Prevention_of_mental_disorders_spanish_version.pdf

Organización de las Naciones Unidas. (2015). Resolución aprobada por la Asamblea General el 25 de septiembre de 2015 . *Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el desarrollo sostenible* (pág. 40). New York: Organización de las naciones Unidas.

Organización de las Naciones Unidas. (2000). Declaración del Milenio. *Declaración del Milenio* (pág. 10). New York: Asamblea General de la Organización de las Naciones Unidas.

Organización de las Naciones Unidas. (2012). Conferencia e las Naciones Unidas del desarrollo sostenible. Río +20. *El futuro que queremos* (pág. 59). Río de Jainero: Organziaciones de las Naciones Unidas.

Organización de las Naciones Unidas. (30 de Agosto de 2020). *Organización de las Naciones Unidas*. Obtenido de <https://www.un.org/es/charter-united-nations/>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2019). *Informe de Seguimiento de la educación en el mundo 2019*. París: UNESCO.

Organización Mundial de la Salud.08/09/19. Depresión.
<https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/depression>.

Organización Mundial de la Salud. (2004) Catalogación por la Biblioteca de la OMS. Organización Mundial de la Salud. Invertir en salud mental. Suiza.

Organización de las Nacionaes Unidas para la educación, la ciencia y la cultura. (2020). *Inclusión educativa 2020*. París: UNESCO.

Organización Mundial de la Salud. (05 de Octubre de 2020). *COVID-19 altera los servicios de salud mental en la mayoría de los países, encuesta de la OMS*. Obtenido de <https://www.who.int/news/item/05-10-2020-covid-19-disrupting-mental-health-services-in-most-countries-who-survey>

Palacios Leonardo. (2013) Revista de Ciencia y salud

Prooday Victoria. La tragedia silenciosa que afecta a los niños de hoy. 08/09/19.
<https://yourot.com/spanish/2017/9/17/latragedia-silenciosa-que-afecta-a-los-niosde-hoy>

Secretaría de Educación Pública. (2017). *Salud en tu escuela*. México: Secretaría de Educación Pública.

Tercera Cumbre Mundial de las Naciones Unidas sobre Ambiente y Desarrollo 2002. (2002). Declaración de Johannesburgo sobre el desarrollo sostenible. *Declaración de Johannesburgo sobre el desarrollo sostenible* (pág. 5). Johannesburgo: Organización de las Naciones Unidas.