



# Salud Mental en el Contexto Educativo

Se preguntarán el porqué **Ruta Maestra** ha querido dedicar todo un número a la *salud mental*. Para contestar esta pregunta, comenzaré con el concepto mismo de salud mental. La Organización Mundial de la Salud (OMS) la ha definido como: “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad”.

El estado de bienestar significa “estar bien”, en mente y cuerpo. Si lo aplicamos a la comunidad educativa –niños, niñas, adolescentes, padres, madres, docentes y directores/as–, dicho bienestar permitirá que cada quien, desde su rol, desarrolle su potencial y sus habilidades socioemocionales y cognitivas.

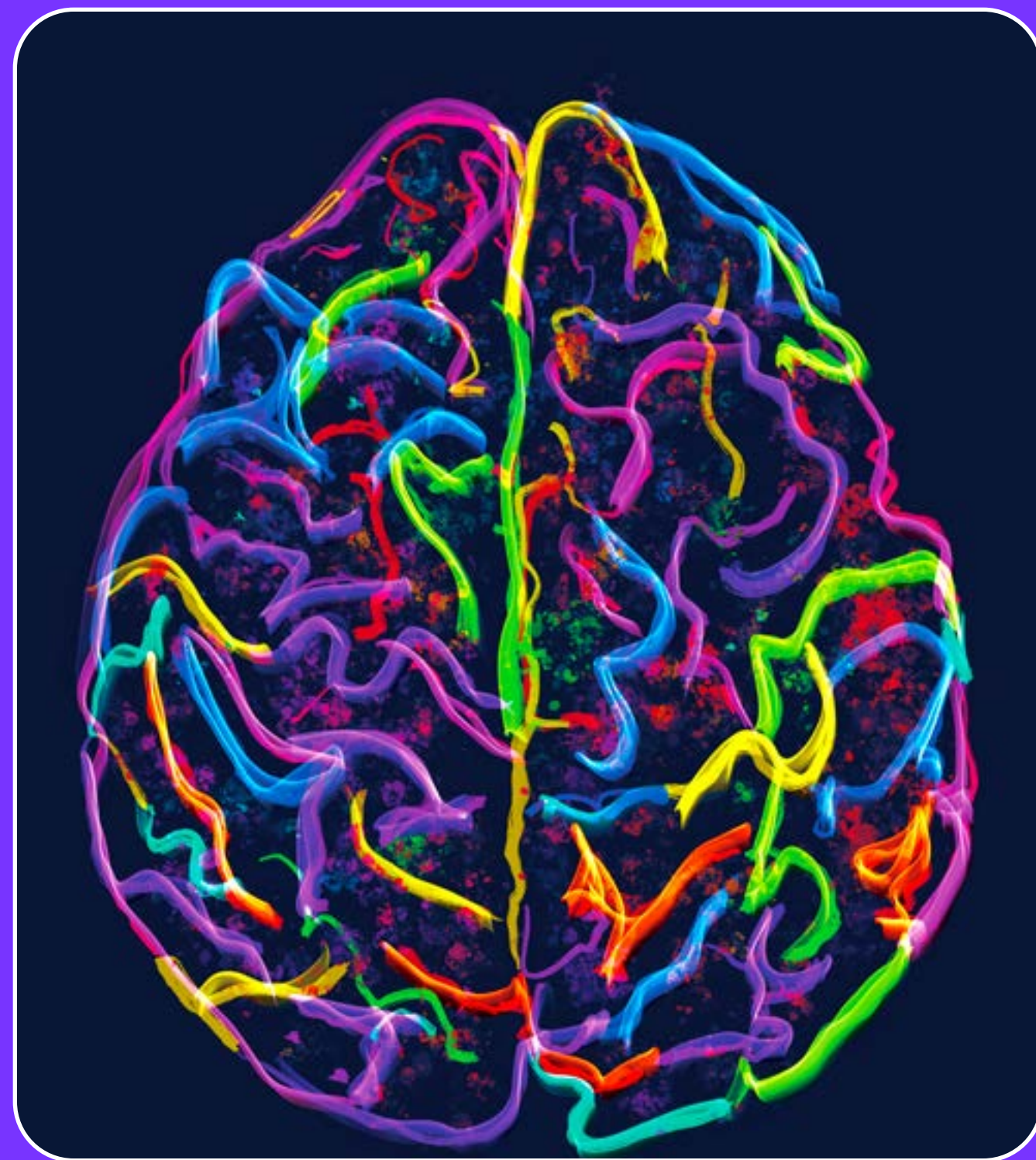
La pandemia, sin duda alguna, ha traído consecuencias en la salud mental de los y las actores/as del proceso educativo, en su totalidad, al alterar el desarrollo cognitivo, emocional y social de niños, niñas y adolescentes, en quienes se han observado aumentos alarmantes de ansiedad, depresión y suicidio. A lo que podemos agregarle la sobreestimulación tecnológica,



**Hernán Javier  
Aldana Marcos**

Licenciado en Ciencias Biológicas en la Facultad de Ciencias Exactas y Naturales de la Universidad de Buenos Aires. Doctor de la Universidad de Buenos Aires en el Área de Ciencias Biológicas.





y su relación con el bienestar. También, nos enseñará las consecuencias de estigmatizar trastornos como la ansiedad y la depresión. Su aporte más importante será, quizás, una serie de consejos imprecindibles para detectar y manejar, a tiempo, ambos trastornos.

Andreas Schleicher destacará la urgencia e importancia de incorporar, sistémicamente, el desarrollo de habilidades sociales y emocionales a los currículos escolares, de tal manera que se aborde el bienestar psicológico de los y las estudiantes, especialmente, de aquellos en situación de vulnerabilidad. Resaltará, a la vez, la importancia de una buena relación entre el/la docente y el/la alumno/a, en aras de preservar la motivación por aprender.

No cabe duda de que los y las adolescentes son uno de los grupos etarios más perjudicados por la pandemia y que, en la actualidad, son una de las poblaciones que presentan un mayor riesgo en salud. Por eso, **Ruta Maestra** invitó a Isauro Blanco, para que nos contara, en detalle, cómo se ha dado dicha afectación, cuáles son los cambios cerebrales característicos en estas edades y, lo más importante, nos brindara numerosos consejos para el trabajo con adolescentes.

Un completo artículo nos presentará el análisis realizado por el Instituto Colombiano para la Evaluación de la Educación (Icfes), sobre la posible influencia de las habilidades sociales y emocionales del estudiantado, en sus capacidades cognitivas, a partir de la más reciente evaluación de las competencias académicas de los y las estudiantes de grados 3, 5, 7 y 9, aplicada en 2022, tanto en establecimientos oficiales, como no oficiales.

Los artículos de José Carlos Ruiz y Juan Pablo Díaz del Castillo, por su parte, se centrarán en la formación y educación de la *personalidad*, cuyo propósito es generar una reflexión en los y las educadores/as, así como en los y las cuidadores de niños, niñas y adolescentes en etapa de aprendizaje.

“No cabe duda de que los y las adolescentes son uno de los grupos etarios más perjudicados por la pandemia y que, en la actualidad, son una de las poblaciones que presentan un mayor riesgo en salud”



Las investigadoras Alba Díaz y Lina Pico nos mostrarán los resultados de una extensa prueba de diagnóstico de bienestar emocional, realizada a más de 1000 estudiantes de nivel primaria y secundaria de la Institución Educativa Santa María Goretti; la cual observa, en diferentes proporciones, marcadores socioemocionales como el miedo, la ansiedad, la ira, la tristeza, el aislamiento social, los problemas de sueño y el abuso de pantallas. Ambas autoras nos describirán el increíble proyecto realizado por la Institución, para mitigar estos resultados a través de un trabajo cooperativo y empático entre el estudiantado, el cuerpo docente, las familias y los y las cuidadores/as. Admirable la labor realizada.

A través de varias experiencias inspiradoras, **Ruta Maestra** nos comparte tres historias de vida: Alexander Rubio Álvarez nos presentará su *Pedagogía del Loto*, como método transformador que es aplicado, con gran éxito, en una escuela, localizada en una de las zonas más violentas de Bogotá. Constanza Micaela nos contará que su enseñanza se basa en el movimiento, el juego, el diálogo y la emoción, al arrancar todos sus días con una "asamblea de escucha activa". Elena Santa Cruz, docente y titiritera, nos confesará que antes de entrar a los lugares en donde enseña, trata de encontrar su propia humildad, al analizar, de forma permanente, sus carencias y límites; lo que le permite introducirse en los ámbitos escolares, hospitalarios, institutos de menores, penales e, incluso, en ambientes de calle para ayudar, con amor, en la formación de redes.



Atravesando aún los temblores de la pandemia y sus secuelas en todos y todas los y las actores de la educación, ¡qué mejor momento para detenernos y pensar en la salud mental y el bienestar! **RM**