

BÚSQUEDA SOBRE EXPERIENCIAS DE SALUD MENTAL Y EMOCIONAL EN INSTITUTOS



Informe realizado por CRAI de Florida Universitària
Complementado: material propuesta por ponentes

ÍNDICE

| | |
|--|----------|
| CONTEXTO | 2 |
| CONTEXTO GLOBAL DE LA PANDEMIA. INFORME DE UNICEF | 2 |
| CONTEXTO: JUSTIFICACIÓN DE LA SALUD MENTAL COMO PROBLEMA..... | 2 |
| ARTÍCULOS Y MATERIALES..... | 2 |
| IMPACTO PSICOLÓGICO DE LA COVID-19 EN NIÑOS Y ADOLESCENTES..... | 2 |
| PROMOCIÓN DE LA SALUD Y BIENESTAR EMOCIONAL EN LOS ADOLESCENTES (2018, ANTERIOR AL COVID)..... | 2 |
| PROYECTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL PARA ADOLESCENTES Y PADRES DE ADOLESCENTES (2004)..... | 2 |
| MIEDO AL COVID, AGOTAMIENTO Y CINISMO: SU EFECTO EN LA INTENCIÓN DE ABANDONO UNIVERSITARIO..... | 2 |
| ANTICIPATED MENTAL HEALTH CONSEQUENCES OF COVID-19 IN A NATIONALLY- REPRESENTATIVE SAMPLE: CONTEXT, COVERAGE, AND ECONOMIC CONSEQUENCES | 2 |
| EFFECTS OF THE COVID-19 LOCKDOWN ON MENTAL HEALTH, WELLBEING, SLEEP, AND ALCOHOL USE IN A UK STUDENT SAMPLE | 2 |
| EXPERIENCIAS EN INSTITUTOS Y ASOCIACIONES QUE IMPARTEN TALLERES | 2 |
| “COM TREBALLAR LA SALUT MENTAL I EMOCIONAL ALS INSTITUTS | 2 |
| (PROJECTE WHATSUP DE OBERTAMENT) | 2 |
| PUBLICACIONES SOBRE SALUD MENTAL JUVENIL, DONDE SE INCLUYE O SE REFERENCIAN LAS ACTUACIONES DE SALUD MENTAL JUVENIL DENTRO DEL MARCO DE ‘ESPAI JOVE’ | 2 |
| TALLER EN INSTITUTO DE CANARIAS Y ‘SALUDMENTALAFES’ | 2 |
| GENCAT | 2 |
| FAROS (OBSERVATORIO DEL HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU DE BARCELONA)..... | 2 |
| SEER (SALUT I EDUCACIÓ EMOCIONAL)..... | 2 |

| | |
|---|----------|
| FUNDACIÓN TAI VALENCIA | 2 |
| LAMBDA VALENCIA..... | 2 |
| MATERIAL PROPUESTO POR LAS Y LOS PONENTES | 9 |
| PROMOVIENDO LA ADAPTACIÓN SALUDABLE DE NUESTROS ADOLESCENTES | 2 |
| SALUD MENTAL POSITIVA | 2 |
| GUÍA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN EL AULA | 2 |
| CARTERA DE SERVICIOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL ENTORNO EDUCATIVO EN TIEMPOS DEL COVID-19..... | 9 |
| ACTIVIDADES DE SENSIBILIZACIÓN SOCIAL Y LUCHA CONTRA EL ESTIGMA..... | 9 |
| OBJETIVO 49 | 10 |
| ESTRATEGIA Y PLAN DE ACCIÓN SOBRE SALUD MENTAL | 10 |
| PLAN DE ACCIÓN SOBRE SALUD MENTAL 2013-20 | 10 |
| MANUAL DE SALUD MENTAL PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO EDUCATIVO. | 10 |
| PROTOCOLO DE PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL RIESGO SUICIDA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO | 10 |
| PLAN ESTRATÉGICO DE SALUD MENTAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID 2018-2020 | 10 |

CONTEXTO

CONTEXTO GLOBAL DE LA PANDEMIA. INFORME DE UNICEF

Informe de políticas: La educación durante la COVID-19 y después de ella (ONU, agosto de 2020).

Enlace al PDF (29 páginas): https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_education_during_covid-19_and_beyond_spanish.pdf

CONTEXTO: JUSTIFICACIÓN DE LA SALUD MENTAL COMO PROBLEMA

Salud mental para estudiantes, una prioridad en tiempos de pandemia (marzo, 2021)

CANAE (Confederación Estatal de Asociaciones de Estudiantes) ha realizado un informe a partir de una encuesta donde muestra que las principales preocupaciones del alumnado (“revela que el 72% de los estudiantes considera [la salud mental] como su mayor preocupación, sólo por delante de los derechos de las y los estudiantes (63,5%) y los exámenes y métodos de evaluación (56%).”

El informe se puede leer aquí:

<https://canae.org/wp-content/uploads/2021/03/Estudiantes-En-Pandemia- CANAE-1.pdf>

También cabe destacar: “Canae reclama la implantación de la figura del psicólogo en centros educativos, fomentar actividades de ocio seguras en los descansos y garantizar salas de estudio y biblioteca, entre otras.”

Artículo recomendado que muestra la importancia de la salud mental en los adolescentes, aportando indicaciones para mejorar problemas relativos a este campo.

ARTÍCULOS Y MATERIALES

IMPACTO PSICOLÓGICO DE LA COVID-19 EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes. Monográfico de septiembre de 2020 (Volumen 7, Número 3, Universidad Miguel Hernández de Elche) con numerosos artículos sobre el impacto del COVID no sólo en el aula, en la familia, y en la vida personal, y cómo afrontarlo.

Accesible en:

http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2020/11/monografico_rpcna.pdf

PROMOCIÓN DE LA SALUD Y BIENESTAR EMOCIONAL EN LOS ADOLESCENTES (2018, ANTERIOR AL COVID)

Revista de Estudios de Juventud 121. Promoción de la salud y bienestar emocional en los adolescentes (sept 2018). Editada por el Observatorio INJUVE del Ministerio.

Accesible en: <http://www.injuve.es/observatorio/salud-y-sexualidad/revista-de-estudios-de-juventud-121-promocion-de-la-salud-y-bienestar-emocional-en-los-adolescentes>

PROYECTO DE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL PARA ADOLESCENTES Y PADRES DE ADOLESCENTES (2004)

Recomendaciones para trabajar la promoción de la salud mental con adolescentes y padres de adolescentes, editado por el Ministerio de Educación. Contiene infinidad de talleres específicos. Además, fue premiado.

"Promoviendo la adaptación saludable de nuestros adolescentes" proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes Por Patricio José Ruiz Lázaro. Accesible en:

<https://www.msbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompletito.pdf>

MIEDO AL COVID, AGOTAMIENTO Y CINISMO: SU EFECTO EN LA INTENCIÓN DE ABANDONO UNIVERSITARIO

Estudio realizado con estudiantes universitarios sobre el impacto del covid-19 en su salud mental, agotamiento emocional. La evidencia indica que el miedo al Covid-19 impacta directa e indirectamente en la intención de abandono, a través del agotamiento emocional y del cinismo. El valor de la investigación radica en la contribución a la comprensión de los efectos del miedo a contraer la enfermedad sobre la intención de abandonar los estudios universitarios. Se concluye que el miedo al Covid-19, el cinismo y el agotamiento influyen directa e indirectamente sobre la intención de abandono.

Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7872539>

Este estudio tiene como objetivo comprender los factores contextuales, mediáticos y

ANTICIPATED MENTAL HEALTH CONSEQUENCES OF COVID-19 IN A NATIONALLY-REPRESENTATIVE SAMPLE: CONTEXT, COVERAGE, AND ECONOMIC CONSEQUENCES

económicos asociados con las consecuencias anticipadas para la salud mental de la pandemia de COVID-19 entre los estadounidenses. En abril de 2020 se realizó una encuesta representativa a nivel nacional en las que se examinaron los efectos emocionales o psicológicos anticipados en los encuestados o miembros de sus hogares en caso de que continúen las medidas de distanciamiento social.

Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743521000256>

EFFECTS OF THE COVID-19 LOCKDOWN ON MENTAL HEALTH, WELLBEING, SLEEP, AND ALCOHOL USE IN A UK STUDENT SAMPLE

La pandemia de COVID-19 y las consiguientes restricciones impuestas por los gobiernos de todo el mundo han tenido profundos efectos sociales y psicológicos, especialmente para los adultos jóvenes. Este estudio analizó los efectos sobre la salud mental y el comportamiento en una muestra de estudiantes del Reino Unido, midiendo la calidad del sueño y la preferencia diurna, los síntomas de depresión y ansiedad, el bienestar y la soledad, y el consumo de alcohol.

Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33640864/>

“COM TREBALLAR LA SALUT MENTAL I EMOCIONAL ALS INSTITUTS
(PROJECTE WHATSUP DE OBERTAMENT)

Actualmente realizan Jornadas para tratar la salud emocional y mental tanto en el Covid como para el postcovid, enfocados no sólo al trabajo con el alumnado sino también para formar al profesorado.

Además, en la web se puede ver materiales y el informe de los resultados de los talleres desarrollados en diferentes institutos, iniciado a 2016 que viene recorriendo diferentes comarcas de Cataluña y sigue en la actualidad

Aquí se puede ver ejemplos del proyecto en institutos, junto con algunos vídeos (en el apartado del menú “educación” hay enlaces a más materiales y resultados). Accesible en: <https://obertament.org/es/educacion/proyecto-what-s-up>

En esta noticia explican su enfoque <https://obertament.org/es/lucha-contra-el-estigma/actualidad/959-com-treballar-la-salut-mental-i-emocional-als-instituts?dt=1617032306375>

Obertament es la asociación que está detrás, en su web, hay más información: <https://obertament.org/es>

PUBLICACIONES SOBRE SALUD MENTAL JUVENIL, DONDE SE INCLUYE O SE REFERENCIAN LAS ACTUACIONES DE SALUD MENTAL JUVENIL DENTRO DEL MARCO DE ‘ESPAI JOVE’

Hay 3 artículos relacionados con ello:

- ✓ Programas de alfabetización para la promoción de la salud mental en el ámbito escolar. Informe SESPAS 2020

Artículo donde hace una recopilación y selección de bibliografía científica de diferentes investigaciones, así como resultados de encuestas y prácticas en institutos.

Accesible en: <https://www.gacetasanitaria.org/es-programas-alfabetizacion-promocion-salud-mental-articulo-S0213911120301497>

- ✓ Promoción de la salud mental, prevención de los trastornos mentales y lucha contra el estigma. Estrategias y recursos para la alfabetización emocional de los adolescentes. Accesible en: [http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7.promocion de la salud mental prevenccion de los trastornos mentales y lucha contra el estigma. estrategias y recursos para la alfabetizacion emocional de los adolescentes.pdf](http://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7.promocion_de_la_salud_mental_prevenccion_de_los_trastornos_mentales_y_lucha_contra_el_estigma_estrategias_y_recursos_para_la_alfabetizacion_emocional_de_los_adolescentes.pdf)

TALLER EN INSTITUTO DE CANARIAS Y 'SALUDMENTALAFES'

Ejemplo en instituto de secundaria en Canarias de un taller reciente de sensibilización en Salud Mental:

<https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/edublog/iesprofesormartinmiranda/?tag=salud-mental>

(impartido a través de la Organización <https://saludmentalafes.org/>)

GENCAT

Desde la Generalitat de Cataluña ofrecen materiales y vídeos para familias, profesorado y alumnado para gestionar las emociones en la pandemia

<https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/c/coronavirus-2019-ncov/ciudadania/gestio-de-les-emocions/>

Recurso recomendado para trabajar la salud mental. Entre otros recursos, encontramos un cuestionario online para autoevaluar la salud mental.

FAROS (OBSERVATORIO DEL HOSPITAL SANT JOAN DE DÉU DE BARCELONA)

L'Observatori FAROS Sant Joan de Déu (www.faroshsjd.net) és la plataforma de promoció de la salut i el benestar infantil de l'Hospital Sant Joan de Déu (HSJD).

Ofrece materiales para gestionar las emociones en la pandemia sobre todo enfocado a las familias. Es interesante además que habla de actuaciones prácticas llevadas a cabo también en Reino Unido. (PDF de 132 páginas):

https://faros.hsjdbcn.org/sites/default/files/faros_6_cat.pdf

SEER (SALUT I EDUCACIÓ EMOCIONAL)

SEER es una entidad catalana que ofrece tanto proyectos, como talleres y materiales pedagógicos.

A destacar que parten con una pedagogía propia llamada Metodología VRT. “La proposta es fonamenta en 3 fases correlatives: Vivència – Reflexió – Transferència.”

Acceso al apartado de los talleres en su web (donde también hay vídeos con ejemplos de sus experiencias en institutos: <https://salutieducacioemocional.com/proyectos-educativos/talleres/>

FUNDACIÓN TAI VALENCIA

TAI realiza diversos talleres de salud emocional también en centros educativos.

Su web: <https://www.fundacionsolidariatai.org/es/proyectos/tai-educa>

Una noticia de periódico donde se recoge un ejemplo para la ESO:

<https://valenciaextra.com/es/lalumnat-dels-col%C2%B7legis-publics-de-pucol-apren-a-gestionar-les-seues-emocions-i-habits-de-vida-saludable/>

LAMBDA VALENCIA

Desde el punto de vista de la diversidad desde Lambda Valencia ofrecen la realización de talleres gratuitos: <https://lambdavalencia.org/es/plan-diversia-19-20/>

Recursos gratuitos para trabajar la salud mental de los adolescentes. Ofrece talleres para realizar en centros educativos.

MATERIAL PROPUESTO POR LAS Y LOS PONENTES

PROMOVIENDO LA ADAPTACIÓN SALUDABLE DE NUESTROS ADOLESCENTES

Proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes

Experiencia pionera: se trata de un proyecto de promoción de la salud mental para adolescentes y padres de adolescentes desarrollado y evaluado en el ámbito de la Atención Primaria.

<https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/adolescencia/docs/AdoCompleto.pdf>

SALUD MENTAL POSITIVA

Programa de promoción de la salud mental positiva y prevención de la enfermedad mental en el ámbito escolar de la comunidad autónoma de Extremadura

[guia_saludmentalpositiva.pdf \(ses.es\)](#)

GUÍA DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN EL AULA

Guía de recursos y herramientas orientada a que los profesionales puedan prevenir, detectar precozmente y enfrentar los problemas de salud mental entre niños y adolescentes.

<https://laribera.san.gva.es/wp-content/uploads/2020/07/gu%C3%ADa-para-la-promoci%C3%B3n-y-prevenci%C3%B3n-de-la-salud-mental-en-el-aulaw.pdf>

CARTERA DE SERVICIOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL ENTORNO EDUCATIVO EN TIEMPOS DEL COVID-19

Relación de actuaciones diseñadas para ofrecerlas en los centros educativos con la finalidad de informar, formar y desarrollar competencias para aumentar la salud de la comunidad educativa

[https://portal.edu.gva.es/cefirealacant/wp-content/uploads/sites/220/2020/11/Cartera CST 2020-21corr.pdf](https://portal.edu.gva.es/cefirealacant/wp-content/uploads/sites/220/2020/11/Cartera_CST_2020-21corr.pdf)

CARTERA DE SERVICIOS DE PROMOCIÓN DE LA SALUD Y PREVENCIÓN EN EL ENTORNO EDUCATIVO EN TIEMPOS DEL COVID-19

Resumen y Balance de Actuaciones de Sensibilización Social y Lucha contra el Estigma desarrolladas a lo largo del año 2016

[Actividades de Sensibilización Social y Lucha contra el Estigma \(madrid.org\)](#)

OBJETIVO 49

Guía de acción tutorial para la promoción de la salud mental en el ámbito educativo.

https://saludextremadura.ses.es/filescms/smex/uploaded_files/CustomContentResources/GUIA_OBJETIVO_49_PROMOCION_SALUD_MENTAL_EN_EL_ambito_educativo.pdf

ESTRATEGIA Y PLAN DE ACCIÓN SOBRE SALUD MENTAL

[SALUD MENTAL_final_web.pdf \(paho.org\)](#)

PLAN DE ACCIÓN SOBRE SALUD MENTAL 2013-2020

[cover \(who.int\)](#)

MANUAL DE SALUD MENTAL PARA PROFESIONALES DEL ÁMBITO EDUCATIVO

El objetivo principal del presente material didáctico es ofrecer a estos profesionales una herramienta que facilite su tarea preventiva y de detección del malestar emocional y psicológico, aumentando sus conocimientos y dotándolos de habilidades que les facilite dar una respuesta adecuada a la población juvenil cuando presenta una necesidad o demanda de salud mental.

[MANUAL SM EDUCADORES CAST.pdf \(espaijove.net\)](#)

PROTOCOLO DE PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL RIESGO SUICIDA EN EL ÁMBITO EDUCATIVO

Este protocolo pretende ser un marco global de actuación orientativo que cada centro educativo podrá adaptar y contextualizar a su realidad y características concretas para elaborar su Plan de prevención, detección e intervención del riesgo suicida, que formará parte del plan de convivencia.

[riesgo_suicida_castelan_para_li.pdf \(xunta.gal\)](#)

PLAN ESTRATÉGICO DE SALUD MENTAL DE LA COMUNIDAD DE MADRID 2018-2020

[12_junio_plan_de_salud_mental_2018-2020.pdf \(comunidad.madrid\)](#)

ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL INFANTIL I ADOLESCENT A CATALUNYA

[Atenció a la salut mental infantil i adolescent a Catalunya](#)