

Cuidemos

nuestra Salud Mental

desde las escuelas



Gobierno del
CHACO

Ministerio
de Educación, Cultura,
Ciencia y Tecnología

Dirección
General de Inclusión
Educativa

Programa
Prevención y Cuidados
en el Ámbito Educativo

Desde el Programa “Prevención y Cuidados en el Ámbito Educativo”, dependiente de la Dirección General de Inclusión Educativa, proponemos generar condiciones de bienestar general e instituir una cultura del cuidado en la comunidad educativa.

Consideramos como un deber y un desafío para la escuela –y para la comunidad en su conjunto– enfatizar el significado profundo de convivir en una sociedad plural y valorar positivamente la multiplicidad de formas en las que las personas nos manifestamos, pensamos, actuamos, nos vinculamos y amamos.

La perspectiva de derechos y la pedagogía del cuidado constituyen el marco general para promover cuidados de la salud mental en las escuelas.

Teniendo en cuenta que las marcas de época no solo moldean o producen subjetividades, sino también determinadas formas de padecimiento, podemos preguntarnos: ¿de qué hablamos cuando hablamos de salud mental?

¿Qué entendemos por cuidados de la salud mental en las escuelas? ¿Cómo pensamos la relación entre la salud mental y la salud?

La promoción de la salud es el horizonte propositivo que permite los cuidados, ya que se trata de prácticas que no están orientadas a evitar una enfermedad específica, sino a favorecer el bienestar en los sujetos y las comunidades.

Promover la salud mental en la escuela implica orientar la tarea cotidiana hacia el ejercicio efectivo de derechos, hacia la construcción de una ciudadanía activa y democrática que fortalezca el lazo social, la grupalidad, los vínculos intergeneracionales y con la comunidad.

Es decir, propiciar espacios grupales para los estudiantes, de participación y expresión, que generen confianza y disposición a la escucha; la presencia significativa de los adultos, que se disponen al vínculo, que ofrecen su acompañamiento, sostén, límites, saberes, escucha, hacen de la escuela un espacio preventivo.

Las experiencias pedagógicas diseñadas en las escuelas que pueden resultar significativas, que portan sentido para niños, niñas y adolescentes y les otorgan protagonismo en sus procesos de aprendizaje, que permiten construir nuevas preguntas, que implican quiebres en los modos habituales de pensar el mundo en el que vivimos y también las que producen lazos y vínculos colectivos; son en sí mismas acciones de cuidado de la salud y la salud mental.

Además, es importante reconocer que cuando se trabajan contenidos curriculares particulares como la ESI y/o los consumos problemáticos, se están promocionando y desarro-

llando cuidados en salud mental.

Entonces abordar la salud mental en la escuela no implica trabajar de modo fragmentado las emociones, ni elaborar propuestas que busquen controlarlas, regularlas o individualizarlas. Las emociones no son «buenas» ni «malas» en sí mismas. **Más bien se trata de integrar la vida afectiva, entendiéndose como parte de la convivencia escolar, e indisoluble de otros aspectos que hacen al bienestar y a la salud mental de las personas: aspectos familiares, comunitarios, sociales, económicos, culturales, etc.**

Dado que en la escuela muchas veces emergen situaciones que comprometen la salud integral y/o la salud mental y que requieren de cuidados singularizados, es preciso que se construyan -en base a **acuerdos previos definidos colectivamente**- marcos de cuidados institucionales.

Cuando en la escuela tenemos que enfrentar situaciones de violencia, acoso entre pares, estigmatizaciones, segregaciones o urgencias subjetivas (es decir, las que consisten en un intenso sufrimiento psíquico) **tenemos que encarar un trabajo de cuidado en corresponsabilidad con profesionales del campo de la salud, de la salud mental, e involucrar también otras instancias institucionales y actores de la comunidad.** Una escuela que organiza una trama de cuidados, que se piensa en red con otras instituciones de la comunidad, es una escuela que acompaña e ilumina, que nos permite recuperar prácticas y saberes que tenemos disponibles y permite hacer en la escuela vida en común.

Las escuelas, entonces, en su articulación con los centros de salud cercanos, con los clubes barriales, centros comunitarios, cic, oficinas de protección de derechos, entre otros, son un punto nodal en la construcción de esta trama de cuidados.

Indicaciones a tener en cuenta cuando alguien se siente triste, se encuentra aislado, se muestra introvertido, expresa sufrimiento, atraviesa una situación dolorosa, no tiene ganas de vivir, o no encuentra sentido a la vida:

- Estar presente es una forma de acompañar;
- Dialogar y compartir un momento, es una forma de contener;
- Escuchar, sin interrogar o juzgar, es indispensable;
- Si por el momento el estudiante no quiere recibir ayuda profesional, el docente puede llamar y pedir que un profesional lo oriente mientras sigue acompañando.

1 Resolución de CFE°45/08 "Lineamientos curriculares para la Educación Sexual Integral:

https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/lineamientos_0.pdf

Resolución CFE N°340/18: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/anexo_resolucion_cfe_340_18_0.pdf

2 Resolución CFE N°256/15 "Lineamientos Curriculares para la Prevención de las Adicciones":

<https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/resolucion-cfe-256-15.pdf>

La salud mental es una preocupación de todos. Existe una Línea Gratuita en el Ministerio de Salud Pública las 24 horas del día. Profesionales de la Salud Mental atenderán tu llamada. Ya sea para recibir ayuda, asistencia o para recibir asesoramiento mientras se acompaña a la persona que sufre.

Se sugiere que los siguientes teléfonos se encuentren al alcance de estudiantes y adultos de la comunidad educativa:

Guardia Remota en Salud mental Diurna: 3624618432 (8:00 am a 8:00 pm)

Guardia Remota en Salud Mental Nocturna: 3624814825 (8:00 pm a 8:00 am)

Desde el Programa de Prevención y cuidados proponemos como participantes activos en la promoción del bienestar y el abordaje de las situaciones que expresan sufrimientos en las escuelas, a los **referentes institucionales del programa y a los equipos interdisciplinarios regionales**. La propuesta consiste en seleccionar a uno, dos o tres referentes institucionales, interesados en las temáticas, con carga horaria significativa en la escuela, por turnos, quienes se constituyan como nexo entre las líneas del programa y las situaciones complejas; con la finalidad de acercar, difundir y promover la circulación de materiales pedagógicos, normativa y modos de abordajes de las situaciones.

Asimismo, los equipos interdisciplinarios regionales cuentan con profesionales que aportan orientaciones, asesoramiento y acompañamientos a los actores institucionales en territorio, así como generar puentes con otros organismos para el abordaje integral de las situaciones.

A continuación brindamos **INDICACIONES** precisas respecto a qué puede hacer la escuela de manera inmediata:

¿Qué hacer?

- 1.** Constituir un Equipo de coordinación y conducción del trabajo institucional en relación a las situaciones complejas. que pueda canalizar y articular con otros, el abordaje de las mismas. Puede ser conformado por: directivos, asesor pedagógico, referente institucional del programa, auxiliar docente o quién la institución considere.
- 2.** Generar un espacio con estudiantes donde se difundan recursos: números telefónicos de la Guardia Remota, centros de salud-salud mental cercanos, Servicio de Adolescencia, entre otros. Pueden estar coordinados por Auxiliar docente, asesor pedagógico, Centros de Estudiantes, docentes tutores o encargados de grado o curso, referentes institucionales del Programa, etc. Puede organizarse una visita del Centro Salud a la escuela o desde la escuela hacia el Centro de Salud cercano.

Dejar explicitado que los adultos de la escuela están disponibles para escuchar y abordar lo que les sucede, junto a otros actores. Aclarar a quién o quiénes pueden dirigirse en la institución.

- 3.** Organizar espacios de charlas con profesionales de la salud mental a fin de desmitificar las manifestaciones de sufrimientos y los espacios de escucha, tratamientos, así como propiciar diálogos y consultas de los estudiantes. Puede pensarse en espacios diferenciados con las familias también.
- 4.** Dejar en diferentes lugares visibles de la institución los números de contacto con Guardia Remota y otros recursos (pasillos, espacios de usos múltiples, aulas, salas de profesores, dirección, baños, biblioteca).
- 5.** Formalizar el mapa de recursos intra e interministeriales, comunitarios, entre otros, con los que cuentan ante situaciones complejas, para su circulación y conocimiento entre los actores institucionales. Se sugiere que puedan realizarlo junto a los referentes del programa.
- 6.** Enviar notificación a las familias respecto de la disponibilidad de los adultos de la escuela para alojar las manifestaciones de sufrimientos de los estudiantes (cambios de conductas llamativos, situaciones vinculadas a conflictos o violencias, desganos o negativas a asistir a la institución, etc.) y al trabajo conjunto y corresponsable con las mismas. Se sugiere que sean los estudiantes los que escriban esta notificación y que sea firmada por las familias.
- 7.** Realizar la impresión de la Guía Provincial de Orientaciones para la intervención integral de las situaciones complejas relacionadas a la vida escolar (Resolución N° 1982/23) y dejar al alcance de los docentes de la institución. Revisar la misma ante cada situación que acontece.
- 8.** Comunicarse con el Programa de Prevención y Cuidados en el ámbito educativo cuando los docentes quisieran trabajar pedagógicamente alguna temática vinculada a las situaciones complejas, con el fin de orientarlos respecto de los materiales y dinámicas posibles a llevar a cabo. prevencionycuidados.2024@gmail.com
- 9.** Articular con Equipo Interdisciplinario de la Regional Educativa para el abordaje y seguimiento de las situaciones complejas previa comunicación al Supervisor o Referente Pedagógico Regional. Así como consultar a equipos de centros de salud, guardia remota de salud mental ante situaciones vinculadas a angustias, crisis, ideas o tentativas de suicidios, autolesiones, entre otras situaciones de urgencias subjetivas.

¿Qué no hacer?

Resulta imprescindible no subestimar las manifestaciones de malestar y sufrimiento de los estudiantes, dar lugar a la expresión de los mismos en espacios cuidados y confidenciales, intervenir oportunamente, junto a las familias, actores interinstitucionales (referentes), interministeriales (equipos regionales y supervisores) y otros actores de la comunidad (centros de salud, salud mental, organismos de derechos).

Así como podemos hacer desde estas acciones concretas, desde lo que decimos y hacemos, también podemos aportar evitando decir o hacer ciertas cosas frente a estas situaciones:

- No minimizar situaciones, por ejemplo: de violencia verbal, burlas, sentimientos de desánimo o angustia de los niños/as adolescentes diciendo “son cosas de chicos”, “son cosas de tu edad”, “hay cosas peores”. Es decir, validar lo que nos expresa el/la estudiante más allá de la percepción del problema que podamos tener nosotros como adultos.
- Evitar la “naturalización” de lo que acontece: “esto siempre pasó”, “se pelean un rato y vuelven a ser todos amigos”.
- Entenderlo sólo como una “llamada de atención” por parte del estudiante. Esto tiene toda su importancia, ya que hay una atención que no se está prestando y que el estudiante manifiesta como un “llamado” al adulto para su acompañamiento.
- No tomar partido por ninguno de los estudiantes involucrados, ni investigar “quién tiene la razón o si la situación ocurrió de ese modo”. Evitar el “careo”/enfrentamiento entre las partes. Esto puede acrecentar el conflicto en vez de apaciguar.

Desde el Programa nos encontramos elaborando documentos, que serán enviados oportunamente, para trabajar en las jornadas institucionales definidas en el Calendario Escolar 2026. Las cuales incluyen temáticas vinculadas a los cuidados y la salud mental.

Sugerimos pensar en la elaboración de un Proyecto Educativo Institucional que incluya las temáticas o problemáticas identificadas como más urgentes o recurrentes en la comunidad educativa.

Guardia Remota de Salud Mental

 Atención las 24 hs.
Los 365 días del año

Emergencia Diurna

 3624 618432

 8:00 a 20:00 hs.

Emergencia Nocturna

 3624 814825

 20:00 a 8:00 hs.

Si necesitás hablar, estamos para escucharte.



Gobierno del
CHACO

Ministerio
de Salud