



SOL Y LUNA
JARDÍN INFANTIL Y
ESCUELA DE PÁRVULOS
R.B.D. 14499-1

PLAN DE SALUD MENTAL

Escuela de Párvulos Sol y Luna 2024



PROTOCOLO DE PREVENCIÓN Y ACTUACIÓN RELATIVO A LA SALUD MENTAL

Con el objeto de dar cumplimiento a las distintas exigencias que presenta la normativa educacional y como una manera de contribuir y mantener una buena convivencia escolar, la escuela de párvulos Sol y Luna viene en presentar su protocolo de prevención y actuación frente a circunstancias relativas a la salud mental de todos nuestros niños y niñas.

El presente protocolo abordará distintos tipos de regulaciones y problemáticas, enfocándose en el bienestar de los niños y niñas que forman parte de nuestra comunidad educativa, entre los cuales se hace especial énfasis en la prevención de las conductas disruptivas y agresivas en establecimientos educacionales, tomando como principal guía -e instrucciones de actuación- al documento denominado como “Recomendaciones para la Prevención de la Conducta disruptivas y agresivas”, elaborado por parte del Ministerio de Salud dentro del Programa Nacional de Prevención del Suicidio.

Se hace presente que toda actuación que deba desplegarse será desarrollada de conformidad al análisis de cada caso particular y en atención al interés superior del niño, niña o adolescente.

INTRODUCCIÓN

La salud mental durante la niñez y la adolescencia se traduce en bienestar psicológico y social, en un sentido de identidad y autoestima positiva, en la posibilidad de mantener relaciones saludables con su familia, pares y adultos significativos, como también en la capacidad de aprender, de afrontar los desafíos del desarrollo, utilizar recursos para el despliegue de potencialidades y adquirir habilidades para participar activamente en la sociedad. Cuando la salud mental se ve afectada, sin brindar los apoyos oportunos, sobreviene un impacto directo en las trayectorias educativas, afectando en todas las áreas del desarrollo de niñas, niños y adolescentes (en adelante NNA) y sus posibilidades de desarrollo en la adultez.

La presente guía tiene por objetivo indicar el procedimiento para detectar y entregar una primera respuesta a estudiantes con señales de alerta de un posible problema de salud mental, así como también señalar el procedimiento para la derivación a un centro de salud y mantener un seguimiento y retroalimentación permanente con los equipos tratantes, a favor del bienestar y continuidad de los cuidados de cada niño y niña. Este documento insuma al eje Convivencia, Bienestar y Salud Mental, y su línea de acción para fortalecer los dispositivos y canales de derivación y seguimiento para casos de atención especializada. Considerando, además, que vinculadas a la promoción del desarrollo de habilidades protectoras, como el autocontrol, la resolución de problemas y la autoestima, de manera de disminuir los factores de riesgo, como la depresión.



De la misma forma, debe definir procedimientos para la derivación de casos de riesgo a la red de salud, así como también para el adecuado manejo ante situaciones de autolesiones.

La salud mental infantil, ha estado generalmente descrita desde el déficit, es decir cuando se presentan problemas y se asientan los trastornos de salud mental. Conocer el desarrollo infantil esperado en cada área y en cada año le permitirá a los equipos de profesionales y técnicos que trabajan con este grupo etario, tener una mirada integral del niño y la niña en todos los niveles y espacios de su vida y desarrollo, desde una mirada positiva, propositiva e integral.

a. Factores ambientales.

- ♦ Bajo apoyo social.
- ♦ Difusión inapropiada de suicidios en los medios de comunicación y redes sociales, ejemplificándolos como heroicos, románticos o como la única solución frente a uno o varios problemas determinados.
- ♦ Discriminación.
- ♦ Prácticas educativas severas o arbitrarias.
- ♦ Alta exigencia académica.
- ♦ Leyes y normas de la comunidad favorables al uso de sustancias ilegales, armas de fuego, etc.
- ♦ Desorganización y/o conflictos comunitarios.
- ♦ Barreras para acceder a la atención de salud y estigma asociado a la búsqueda de ayuda.

b. Factores familiares.

- ♦ Trastornos mentales o problemas de salud mental en la familia.
- ♦ Antecedentes familiares de suicidio.
- ♦ Desventajas socio – económicas.
- ♦ Eventos estresantes en la familia.
- ♦ Desestructuración o cambios significativos.
- ♦ Problemas y conflictos.

Declaración sobre factores de riesgo.

Como puede desprenderse del artículo anterior, existe una multiplicidad de factores de riesgos que no necesariamente se agotan en esta enumeración e incluso, su verificación o no verificación tampoco podrían ser considerada como determinantes en la decisión o conducta que pueda adoptar un (a) estudiante. Es decir, **la ausencia de estos factores no significa una nula posibilidad de riesgo** (OMS, 2001).



Por las razones expuestas y de conformidad a las recomendaciones realizadas por la autoridad competente (MINSAL), la escuela tendrá especial consideración y determinará su actuación frente a los siguientes factores:

- ✓ Trastornos mentales en sentido amplio (Ejemplos: Trastornos depresivos, trastornos bipolares, esquizofrenia, trastornos conductuales, TDAH, TEA)
- ✓ Conductas Auto lesivas (Ejemplos: Auto infringirse cortes, quemaduras, rasguños, golpes, etc.)

Artículo 4. Ejemplos de factores protectores.

a. Factores ambientales.

- ♦ Integración social, por ejemplo, participación en deportes, asociaciones religiosas, clubes y otras actividades.
- ♦ Buenas relaciones con educadoras y otros adultos.
- ♦ Contar con sistemas de apoyo.
- ♦ Nivel educativo medio – alto.

b. Factores familiares.

- ♦ Funcionamiento familiar (alta cohesión y bajo nivel de conflictos).
- ♦ Apoyo de la familia.

c. Factores individuales.

- ♦ Habilidades para la solución de problemas y estrategias de afrontamiento.
- ♦ Proyecto de vida o vida con sentido.
- ♦ Capacidad de auto motivarse, autoestima positiva y sentido de auto eficacia.
- ♦ Capacidad de buscar ayuda cuando surgen dificultades,(padres)

Artículo 5. Señales de alerta para la detección de posibles problemas de salud mental.

Dificultades en el aprendizaje y rendimiento escolar. Por ejemplo: retraso en aprender a leer y escribir, bajo rendimiento o descenso en las notas, baja atención y concentración, dificultades para entender instrucciones y/o. concluir tareas y/o actividades.

Detección de señales de alerta:



La detección temprana puede ayudar a reducir la gravedad de una enfermedad mental, retrasar o prevenir por completo su aparición.

Reconocer las señales de alerta temprana permite tomar medidas oportunas y brindar ayuda a tiempo. En la mayoría de los casos, dichas señales pueden ser detectadas por la familia y/o cuidadores, amigos(as), docentes, encargada/o del transporte escolar, profesionales especializados u otros al reconocer pequeños cambios o la sensación de que “algo no está del todo bien” en sus pensamientos, sentimientos o comportamiento.

- Si hay signos y síntomas de comportamiento que duran semanas o meses, y si estos problemas generan malestar y/o interfieren con la vida diaria del NNA en el hogar y la escuela o con amigos, debe coordinar con las personas cuidadoras del estudiante y con el propio niño o niña cuando corresponda, para derivar a atención de salud mental y/o psicóloga/o
- Ante detección de la familia y solicitud de ayuda que esta hace.
- Ante petición de sus padres.

En niñas o niños pequeños

- Tienen rabietas frecuentes o está intensamente irritable la mayor parte del tiempo.
- A menudo habla de miedos o preocupaciones.
- Se queja de dolores de estómago o de cabeza frecuentes sin causa médica conocida.
- Está en constante movimiento y no puede sentarse en silencio (excepto cuando está viendo videos o jugando videojuegos).
- Duerme demasiado o muy poco, tiene pesadillas frecuentes o parece tener sueño durante el día.
- No está interesado en jugar con otros pares o tiene dificultad para hacer amigos o amigas. Tiene dificultades académicas o ha experimentado una disminución reciente en las calificaciones.
- Repite acciones o revisa muchas veces las cosas por temor a que algo malo pueda pasar
- Ha perdido interés en las cosas que solía disfrutar.
- Tiene poca energía, o parece tener sueño durante todo el día. Pasa cada vez más tiempo solo y evita las actividades sociales con amigos, amigas o familiares.
- Hace dieta o ejercicio en exceso, o miedo a aumentar de peso.
- Tiene comportamientos de autolesión (como cortarse o quemarse la piel).
- Presenta comportamientos riesgosos o destructivos solo o con amigos o amigas
- Tiene períodos de energía y actividad muy elevadas, y requiere mucho menos sueño de lo habitual.



- Dice que cree que alguien está tratando de controlar su mente o que escucha cosas que otras personas no pueden escuchar.
- Dificultades en el autocuidado y autonomía (por ejemplo, vestirse y bañarse solo, cuidado de sus pertenencias, evitación de riesgos, etc.)
- Dificultad para la interacción social y adaptarse a los cambios.
- Actividad excesiva, corporal o verbal.
- Impulsividad excesiva que lleva a hacer cosas sin reflexión
- Rabietas, oposicionismo o rebeldía repetida y continua.
- Cambios súbitos en la conducta o en las relaciones con sus compañeros, incluidos el aislamiento y la ira.
- Síntomas físicos recurrentes y de causa desconocida (por ejemplo, dolor de estómago, cefalea, náuseas, vómitos inducidos etc.)
- Renuencia o negativa para ir a la escuela.
- Cambios en los hábitos de sueño, alimentación o conductas habituales (por ejemplo: Aumento o disminución del apetito y/o de sueño, volver a orinarse o chuparse el pulgar, etc.)
- Estado de ánimo triste, abatido, con preocupación, aflicción excesiva, o en demasía fluctuante (por ejemplo, es irritable, se molesta fácilmente, se siente frustrado o deprimido, muestra cambios extremos o rápidos e inesperados del estado de ánimo, explosiones emocionales, etc.)
- Conductas regresivas.

Clima Escolar Protector.

De conformidad al Proyecto Educativo (PEI), nuestro establecimiento tiene la finalidad de formar a niñas y niños responsables, honestos y comprometidos solidariamente con su entorno social, formándolas no solo desde el punto de vista pedagógico o académico, sino también en el amor, promoviendo su esfuerzo, su superación personal y el respeto.

Promovemos que nuestros niños y niñas logren una autonomía en las distintas áreas de su desarrollo, destacando que nuestros sellos educativos son el respeto, la solidaridad, el clima familiar, la autonomía, (con sentido social), y la participación familiar.

Los ideales descritos son considerados en nuestros planes de Convivencia Escolar y Gestión Educativa. También se manifiestan en nuestro Reglamento Interno de Convivencia Escolar a



través de distintas directrices, todas las cuales se materializan en los procedimientos y protocolos de actuación con los que cuenta nuestra normativa, entre los cuales se encuentran:

1. Protocolo de actuación frente a la detección de situaciones de vulneración de derechos de nuestros estudiantes.
2. Protocolo de actuación frente a agresiones sexuales y hechos de connotación sexual que atenten contra la integridad de nuestros estudiantes.
3. Protocolo de actuación frente a situaciones de maltrato, acoso escolar o bullying (entre estudiantes).
4. Protocolo de actuación frente a situaciones de maltrato entre miembros adultos de la comunidad educativa o de adulto a estudiante.
5. Regulaciones referidas a Convivencia Escolar.
6. Procedimiento ante faltas a la buena Convivencia Escolar (enumeración de faltas, medidas disciplinarias, medidas formativas, etc.)
7. Implementación de mecanismos de resolución pacífica de conflictos.

Finalmente, se hace presente que nuestra Comunidad Educativa presenta distintas instancias de participación donde se da la posibilidad a los actores para abordar distintas temáticas.

Para el Equipo docente, asistentes de la educación y directivos del establecimiento educacional.

- Respetar y aplicar correctamente el Reglamento Interno de Convivencia Escolar, especialmente sus protocolos de actuación.
- Intervención inmediata -y de conformidad a nuestra normativa interna- frente a casos de vulneración de derechos, delitos y maltrato.
- Realizar las indagaciones correspondientes y frente a la constatación de señales de alerta y factores de riesgo, dar aviso oportuno a la encargada de Convivencia Escolar
- El primer abordaje puede significar un puente oportuno entre la estudiante en riesgo y la atención en la red de salud.
- Las educadoras y asistentes que mantengan un contacto directo con nuestros niños y niñas serán los primeros que puedan constatar alguna situación de riesgo:
- El rol de la encargada del nivel es clave.

El Plan se sustenta en los valores del respeto y promoción de los derechos humanos, la persona como un ser integral e indivisible física y mentalmente, y la equidad, la cual implica la accesibilidad, la pertinencia y cobertura universal de los servicios de salud mental, y su entrega realizada a través de la coordinación intersectorial.



El Plan Nacional de Salud Mental invita a superar la concepción de que los problemas vinculados a la salud son de responsabilidad exclusiva del propio sector Salud, de manera tal que los distintos actores del Estado adopten un rol activo en la promoción de la salud mental y calidad de vida, interpelando directamente al sistema educativo:

Al hablar de salud mental se hace referencia a la capacidad de relacionarse con otras y otros, a poder afrontar dificultades y contar con oportunidades para desarrollarse de manera satisfactoria e integral. La salud mental involucra el bienestar subjetivo, emocional, psicológico y social, afectando también la forma en que las personas piensan, sienten y actúan al enfrentar las circunstancias de la vida (OMS, 2022).

La salud mental se traduce en bienestar psicológico y social, en un sentido de identidad y autoestima positiva, en la posibilidad de mantener relaciones saludables con la familia, pares y personas significativas, como también en la capacidad de aprender, de afrontar los desafíos del desarrollo, de utilizar recursos para el despliegue de potencialidades y adquirir habilidades para participar activamente en la sociedad. Por tanto, cuando aparecen problemas o trastornos de salud mental, se afectan los diferentes ámbitos del desarrollo humano.

Un problema o trastorno de salud mental impacta en diferentes procesos centrales para el desarrollo integral de un niño, niña.

Problemáticas, todo con el objeto de priorizar y proteger la Buena Convivencia Escolar (**clima** protector escolar).

Reuniones de Concejo Escolar

Reuniones del Centro de Padres

Reuniones del Concejo de educadoras

Reuniones técnicas

Reuniones de los Sub centro

Reuniones PÍE y SEP

Derivación y recomendaciones

Identificar los establecimientos de atención vinculados a redes de salud, y si corresponde, a los programas del Servicio de Protección Especializada a la Niñez y Adolescencia. Se sugiere



considerar la identificación de aquellos centros de salud donde estén inscritos las y los estudiantes, sean estos del mismo sector del establecimiento educacional o de otras comunas.

- Al respecto, se sugiere incorporar en los procesos de matrícula (en la ficha de cada estudiante), información sobre el centro de salud de pertenencia (nombre y comuna), con el fin de facilitar los procesos de articulación con salud en caso de ser necesario. En caso de que no cuente con inscripción, promover con la familia que se acerquen al establecimiento de atención primaria más cercano a su domicilio para realizar el trámite.

- La ficha de derivación debe ser entregada al apoderado, apoderada, y/o cuidador/a, a través de una reunión donde. En ella se debe brindar información y comunicar la necesidad de apoyo por parte de salud, junto con los motivos que generan dicha derivación.

- El apoderado/a debe solicitar hora para consulta de salud mental en el SOME del CESFAM que le corresponde por domicilio, entregando la ficha de derivación, la cual permitirá definir la necesidad de abordaje de salud mental en Atención Primaria. Se asignará una hora para la primera consulta de salud mental, según disponibilidad local.

- En la consulta de salud mental se determinará la necesidad de evaluación y confirmación diagnóstica.

- Si es pertinente, se derivará a Evaluación y Confirmación diagnóstica, en la cual participa el médico de sector junto a otro profesional pertinente (psicóloga, psicopedagoga, fonoaudióloga). Su objetivo es determinar el ingreso a salud mental en Atención Primaria o nivel de especialidad, según necesidad del niño o niña.

- Posteriormente, el equipo de sector designará un/a referente que mantendrá comunicación permanente con el establecimiento educacional frente a cualquier coordinación que sea necesaria en el contexto del modelo de atención de salud integral con enfoque familiar y comunitario.

SEGUIMIENTO Y RETROALIMENTACION

En el marco del trabajo intersectorial, el seguimiento y la retroalimentación son dos acciones muy relevantes para el cumplimiento de los objetivos propuestos.

Seguimiento

El seguimiento a la implementación de las acciones intersectoriales determinadas es importante, dado que permite conocer ciertos elementos de la atención del NNA en el centro de salud y tener presente qué acciones involucran un mayor trabajo en red. Por ejemplo: - Posterior a la derivación del establecimiento educacional, este debe conocer el estado de atención del estudiante en el centro de salud, ¿fue atendido? - Luego del ingreso al programa de salud mental, ¿qué acciones incorpora su Plan de Cuidados Integrales que tengan relación con educación?

- Una vez que el niño o la niña se reincorpore a clases, se debe estar atento a nuevas señales de



alerta, así como también a necesidades de mayor acompañamiento y cuidado.

- Seguir las recomendaciones de apoyo que sean entregadas por el equipo de salud, a través de los apoderados o a través de comunicación directa con el establecimiento educacional.
- Se sugiere que el establecimiento educacional lleve un registro del total de estudiantes que han sido derivados a la red de salud, realizando su seguimiento.
- Recordar la importancia de mantener la confidencialidad del estudiante y de su situación o la de su familia.

Retroalimentación La retroalimentación es una acción clave para promover una mejor comunicación y trabajo colaborativo entre la escuela y los centros de salud. Esta comunicación fluida y constante permitirá que los equipos de ambas instituciones puedan generar estrategias conjuntas en beneficio de los niños, niñas que estén siendo atendidos por un centro de salud.

La escuela es un espacio ideal para la detección de problemas: Las dificultades de los niños y niñas que aparecen en el contexto escolar predicen malos resultados en la salud mental futura, por esta razón es esencial la detección, derivación y evaluación diagnóstica integral. La evidencia internacional muestra que las dificultades de adaptación al ambiente escolar durante los primeros años de escolaridad se asocian a la aparición de problemas de salud mental y psicopatología en el corto, mediano y largo plazo. Por ejemplo: La presencia de conducta agresiva, oposicionista o disruptiva detectada en la escuela es un factor de riesgo para: »el desarrollo de conducta violenta y antisocial »la aparición de trastorno por déficit atencional con hiperactividad, tabaquismo y trastorno de conducta en la adolescencia »la deserción escolar, conducta delictiva, consumo de sustancias y desempleo en la adultez Cuando los niños y niñas obtienen bajo rendimiento académico y presentan problemas de comportamiento en la escuela, tienen mayor probabilidad de obtener resultados negativos en la adolescencia, tales como: »fracaso académico »ingreso a servicios escolares especializados »afiliación a grupo de pares con conductas antisociales »suspensión escolar »trastornos de conducta En Chile, una investigación realizada da cuenta que la percepción global del profesor respecto a mala conducta y a mal progreso académico en 1° Básico son factores de riesgo para problemas conductuales e hiperactividad junto a dificultades de tipo atencionales y de concentración en la adolescencia temprana

EDUCACIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES

La escuela de párvulos Sol y luna y sus familias tienen un papel crucial en la educación de hábitos saludables desde la primera infancia. Para tener éxito en esta labor es importante que podamos transmitir los conocimientos, actitudes y habilidades que permitirán a cada niño o niña:



desarrollar un autoconcepto sólido, entender sus emociones, fortalecer su espíritu crítico, gestionar su propio aprendizaje y cultivar sus relaciones y apegos

ENFOQUE DE DERECHOS

En los últimos años, ha crecido la preocupación sobre las cuestiones relacionadas con la salud mental en la infancia y la adolescencia. El bienestar mental, como parte de la salud general, es un derecho de la infancia y debemos velar por su protección y promoción desde todos los ámbitos, incluido el educativo.

CONTEXTO SOCIAL Y CULTURAL

La influencia de la sociedad en el bienestar mental es determinante. Las personas somos seres sociales y la calidad de nuestras relaciones, la cultura en la que vivimos y las normas, estereotipos e ideas que nos rodean tienen mucha influencia en el modo en que niños, niñas perciben el mundo, se valoran a sí mismos y se relacionan. La educación tiene el poder de hacer visible este contexto e impulsar cambios en él.

PREVENCIÓN

Una buena salud mental es algo más que la ausencia de un trastorno: su fundamento es la prevención. Al igual que se insiste en la adquisición de hábitos saludables y de higiene para fomentar una adecuada salud física, se puede fomentar el aprendizaje y práctica medidas de prevención para el desarrollo de una buena salud mental a lo largo de la infancia y la adolescencia

La salud mental en cada ámbito de la educación en derechos de infancia

CONOCIMIENTO Y PRÁCTICA DE LOS DERECHOS

- La escuela de párvulos Sol y Luna promueve el conocimiento de la salud mental como parte del derecho a la salud y su relación con otros derechos de la infancia.
- Se motiva la reflexión sobre el modo en el que una atención inadecuada a la salud mental puede limitar nuestros derechos o los de otros niños, niñas y a futuro la adolescencia en el mundo.
- Se reflexiona sobre el impacto que las injusticias y vulneraciones de derechos tienen sobre la salud mental de millones de personas en el mundo.
- La escuela de párvulos Sol y Luna incentiva a los niños y niñas en descubrir sus emociones y trabajar en ellos a través de cuentos



ENTORNO PROTECTOR

- Toda la comunidad educativa conoce las políticas y protocolos de actuación de la escuela frente al acoso, el abuso y el maltrato.
- Se fomenta la adquisición en cada etapa de los conocimientos, actitudes y competencias relacionadas con la salud mental.
- Enfoque educativo preventivo, centrado en el desarrollo de habilidades para la vida.

CLIMA ESCOLAR

- La comunidad educativa entiende la salud mental como un derecho de la infancia y está comprometida en su protección, desarrollo y promoción.
- Progresivamente se avanza hacia una visión social y educativa de la salud mental de la que todos somos responsables de salud, no discriminación y buen trato.

UN DERECHO INDIVIDUAL

De acuerdo con la Convención sobre los derechos del niño, la educación debe estar encaminada a desarrollar la personalidad, las aptitudes y la capacidad mental y física del niño hasta el máximo de sus posibilidades. Dicho desarrollo del máximo potencial de cada niño o niña no es posible si su bienestar psicosocial está en riesgo. Una buena salud mental facilita el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social desde la primera infancia y, a su vez, una buena salud mental solo es posible si prestamos atención a todos los demás indicadores de desarrollo.

UN COMPROMISO GLOBAL

El que cada niño o niña pueda alcanzar todo su potencial de desarrollo va a ser imprescindible para que pueda contribuir a la sociedad en la que vive. Una educación encaminada al desarrollo pleno que capacita a niños, niñas para ser conscientes, responsables y participativos, está favoreciendo el desarrollo de una ciudadanía global que puede lograr un mundo más justo, ético, solidario y sostenible. Un país humanamente desarrollado, es un país que cuida su cuerpo y su mente, que promueve la salud mental y los vínculos saludables entre las personas, y que permite que sus ciudadanos desarrollen sus potencialidades, su bienestar y felicidad. La Agenda 2020 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) abren la puerta para generar políticas de desarrollo integrales, en los que de manera directa o indirecta, se contemplen el bienestar y la salud mental como parte imprescindible de este proceso de desarrollo.

LA IMPORTANCIA DE LA EDAD Y LAS CIRCUNSTANCIAS VITALES

Para definir la salud mental en la infancia, necesariamente tenemos que tener en cuenta cuestiones específicas relacionadas con la edad y las circunstancias vitales de estas etapas, como son:

- La evolución progresiva del sentido de la propia identidad, intentando que se desarrolle de manera positiva
- La progresiva habilidad para manejar pensamientos y emociones a lo largo de la infancia y la adolescencia.
- La capacidad para establecer relaciones con otras personas.
- Las competencias de aprendizaje propias de cada etapa.

TIPO DE EMERGENCIA ACCIONES RESPONSABLES

Urgencia Psicológica Debe realizarse el proceso de contención emocional y estabilidad de este. Se entiende cuando existe un peligro hacia la Integridad física del estudiante (trastorno de conducta severa, descompensaciones psicóticas evidenciando un comportamiento profundamente desorganizado, por ejemplo; delirios/alucinaciones, alteración psicológica aguda como por ejemplo ansiedad, pánico, depresión, estados maniacos) Integridad física de otros estudiantes (agresión).

TODO ADULTO RESPONSABLE QUE SE ENCUENTRE EN LA SITUACIÓN DE AGRESIÓN, TIENE EL DEBER DE INTERVENIR INMEDIATAMENTE, Y SOLICITAR APOYO DE OTROS ADULTOS QUE SE ENCUENTRAN CERCA DEL LUGAR; dado que esta procurar resguardar la integridad física de los estudiantes involucrados. Posterior a esto deberá intervenir la psicóloga para prestar atención a la estabilidad psicoafectiva y además procurar la notificación inmediata al padre, madre o apoderado y/o la comunicación. Sin perjuicio de aplicar (si fuere procedente) el Reglamento de Convivencia Escolar.

Crisis Psicológica

Afectación emocional ante un acontecimiento objetivo u subjetivo determinado (por ejemplo: en los estudiantes con TEA presentar una crisis de llanto por haber cambiado la estructura de la clase o cambio de la educadora)

Sintomatología: tensión, impotencia, desamparo, confusión, tristeza, ansiedad, agitación, cansancio, agotamiento, etc.



Eventos que pueden desencadenar o para los niños o niñas que están pasando por algún evento crítico, o bien, se están presentando con mayor frecuencia síntomas propios de su diagnóstico; deberá informarse a psicóloga para analizar el nivel de gravedad del comportamiento elicitado y la frecuencia con la que se presenta en la escuela en un tiempo determinado, posterior a esto se informara a los apoderados de la situación y se realizará Psicoeducación de ello;

Encargadas del Nivel / sintomatología: muerte de seres queridos, ruptura afectiva, fracaso académico, accidentes, catástrofes naturales, separación de los padres, casamientos, embarazos, cambios de curso, mudanzas, etc. en caso de requerirlo, se solicitará al apoderado mayor atención de trabajo por los profesionales externos en las áreas que se han visto mayormente afectadas en el estudiante (se sugiere entregar carta de derivación explicitando lo demandado por la escuela, acorde al análisis.

Guía de señales de alerta en niños, niñas y cuidadores: Para identificar comportamientos sistemáticos que permitan alertar a los equipos pedagógicos y familias sobre la necesidad de que niños y niñas puedan acceder y beneficiarse del PASMI, (Programa Apoyo a la Salud Mental Infantil) se sugiere observar las siguientes señales en los niños, niñas y sus cuidadores: Señales en niños y niñas: (que persistan por al menos 2 semanas)

- Cambios repentinos en el comportamiento o el estado de ánimo, ej: irritabilidad o retraimiento excesivos, no disfruta actividades que antes le agradaban.
- Retroceso en conductas de autonomía (control de esfínter, necesidad constante de apoyo del adulto para realizar acciones que hacía por sí mismo/a, dificultad para separarse del cuidador).
- Dificultades para concentrarse, prestar atención o finalizar sus tareas (que sobrepasan lo esperado para la edad).
- Problemas para relacionarse con pares y adultos.
- Comportamiento agresivo, impulsivo o desafiante.
- Tristeza, ansiedad o miedo excesivo.
- Cambios en el interés/logro de aprendizajes, no se motiva con juegos o actividades, y/o cambio en desempeño dentro del establecimiento.
- Niños o niñas extremadamente introvertidos/as.
- Rechazo a asistir o permanecer en el establecimiento educativo.
- Niños o niñas sobre adaptados/as (síndrome de la “niña buena”: “nunca se enoja, se observa muy bien portada, pasa desapercibida dentro de la sala, entre otros comportamientos) Cuidadores:
- Dificultades para manejar el comportamiento del niño o la niña.
- Estrés familiar multicausal o problemas de pareja que puedan afectar al niño o la niña.
- Expresar que se encuentra “sobrepasado/a” por situaciones con la niña o niño.
- Manifestar problemas persistentes de sueño y/o alimentación en el niño o niña.
- Preocupación por el bienestar emocional o mental del niño o niña.



ESTRATEGIAS DE CONTENCIÓN Y APOYO SOCIOEMOCIONAL

El sello de nuestro PEI es la formación integral, siendo parte consustancial de esta la dimensión psicosocial y los elementos socio emocionales, al igual que el mutuo cuidado y la contención emocional, que en este momento toman aún mayor importancia.

En opinión de expertos/as de la salud mental a nivel nacional en tiempos de pandemia, el énfasis debe estar puesto en los aspectos afectivos y sociales, y el aprendizaje académico debe estar en función de este énfasis (Céspedes, A.; Lecannelier, F.; Larraín, A.; Cáceres, C.; entre otros/as. 2020). No se trata de recuperar el “tiempo perdido”.

Dado el contexto y considerando las sugerencias entregadas por el MINEDUC (2020), es importante intencional estrategias que pueden organizarse en tres niveles:

- a. Acciones promocionales para toda la comunidad educativa (actividades de bienvenida, actividades para la expresión de ideas y emociones, bitácoras de la experiencia vivida, talleres, folletos, entrega de información, entre otras). El foco debe estar puesto en favorecer el bienestar general y establecer un ambiente propicio para el aprendizaje integral.
- b. Acciones focalizadas para grupos o actores determinados (educadoras, asistentes de la educación, familias, niveles y dirección). Estas deben orientarse a abordar problemas generales, pero acotados.
- c. Acciones de apoyo individual, cuyo foco es brindar contención. Es importante la presencia oportuna de adultos significativos para detectar a quienes puedan estar más afectados emocionalmente. Contener en primera instancia y luego comunicar a la psicóloga de la escuela

Para planificar estas estrategias y su implementación, se debe considerar:

- a. La información recogida en la etapa de evaluación con el instrumento aplicado a apoderados de Nivel Kínder y Pre kínder
- b. Las características de la etapa del desarrollo, según cada ciclo.
- c. Diversidad de modalidades para favorecer la expresión emocional y elaboración de las vivencias experimentadas (ej. verbal, motriz, gráfica, plástica, lúdica, etc.).
- d. Medidas generales de auto y mutuo cuidado
- e. Recursos necesarios: lugar físico, materiales, personas, tiempos, entre otros.
- f. Canales de comunicación y flujos de información hacia la comunidad educativa (ej: comunicados, correo electrónico, sitio web, otros).
- g. Todo lo anterior, será diseñado según la realidad y necesidades de cada nivel, para lo que se establecieron ciertos criterios generales:
 1. Los que cuidan deben ser cuidados: es necesario generar instancias de acogida, expresión y elaboración de las experiencias vividas en este tiempo,(charlas de autocuidado para el cuerpo



docente)

2. Continuidad de la experiencia escolar: considerar un periodo previo al regreso para tener actividades de preparación.
3. Validación de las emociones: en este contexto, las emociones afloran y en vez de minimizarlas, es importante acogerlas y ayudar a regularlas.
4. Promoción de factores protectores como elementos reguladores del estrés.

También es fundamental relevar el cuidado del bienestar socioemocional y salud mental de las y los integrantes de los equipos educativos (ACHS-CEM-UDP, 2021; SENDA, 2017), quienes, desde sus diferentes roles (educadoras, asistentes de la educación profesionales y no profesionales, y equipos directivos), participan del proceso educativo en su interacción cotidiana con los niños, niñas, siendo figuras relevantes para su desarrollo socioemocional, agentes modeladores de conductas, reguladores de la convivencia y mediadores de la enseñanza-aprendizaje. De esta forma, el bienestar o malestar y la salud mental de los equipos educativos impacta en el desarrollo integral de las y los estudiantes, y en sus resultados de aprendizaje. Para abordar la salud mental de las personas adultas de las comunidades educativas, es necesario tanto promover el cuidado personal y colectivo, como generar condiciones para el trabajo saludable, considerando que son estas prácticas las que hacen posible y potencian la salud mental laboral de cada trabajador/a. Esto implica abordar la responsabilidad colectiva por parte de quienes integran organizaciones y tienen el desafío de desarrollar estrategias específicas por parte de los equipos de gestión, evitando una visión del desgaste profesional como una falencia propia de quien la padece.

¿A quién debo informar y recurrir frente a situaciones de salud mental? Toda la comunidad escolar debe ser sensible y estar disponible frente a una problemática de salud mental:

SI ERES ESTUDIANTE. Si eres estudiante, podrán ayudarte de manera más dirigida si necesitas apoyo emocional para ti o para un compañero. Puedes dirigirte a un adulto de tu confianza, empezando por la encargada, o psicóloga quienes te ayudarán.

SI ERES COLABORADOR SI ERES APODERADO

Si eres colaborador de la escuela y tomas conocimiento de alguna situación de salud mental de un estudiante, al momento de traspasar esa información debes respetar el siguiente orden de responsables:

1. Educadora o encargada del nivel.
2. Psicólogo, Psicopedagogo.
- 3.- Encargado de convivencia escolar o coordinadora de convivencia.

La información debe ser entregada de manera presencial o telefónica, con respaldo vía mail a la persona informada y siempre con copia al directora y/o encargada del nivel. Si tienes dudas sobre



el caso y su manejo (por ejemplo, reserva de la información o pasos a seguir del protocolo) contáctate de inmediato con la encargada del nivel o el equipo de especialistas (psicólogo, psicopedagogo) del estudiante, quienes podrán apoyarte en tus dudas y orientarte en el plan de acción con el estudiante.

SEÑALES DE ALERTA EN SALUD MENTAL Aquí puedes ver algunos ejemplos de señales de alerta que debieras prestar atención:

Sientes que te está costando aprender, concentrarte o tu rendimiento escolar cambió.

Ya no quieres ir al colegio.

Haces cosas de forma impulsiva, sin reflexionar sobre ellas y sus consecuencias.

Te sientes más irritable, lloras o te enojas con facilidad.

Te cuesta hacer cosas que antes lograbas hacer sin problema (cuidar tus cosas, bañarte, asearte).

Presentas cambios en tus hábitos de sueño o alimentación (comes mucho o muy poco, te cuesta dormirte).

Se te hace muy difícil interactuar con otras personas (conocidas o nuevas) y/o sientes mucho malestar frente a los cambios.

Te duele recurrentemente el estómago, la cabeza, te dan náuseas o sientes otros dolores en el cuerpo, sin razón aparente.

Te sientes triste, preocupado, afligido o frustrado de manera frecuente.

Te sientes más inquieto de lo habitual y eso te trae problemas en distintos contextos (familia, colegio, amigos).

Te aíslas de tus amigos y familia.

Te haces daño en tu cuerpo (golpes, rasguños o pellizcos).