

La salud mental en la educación: un desafío de cambio y compromiso en la escuela Iris

11/08/2024



La salud mental, un tema crucial y a menudo pasado por alto, ha comenzado a ganar visibilidad en las instituciones educativas de San Rafael, gracias a la labor de equipos comprometidos como el IRIS. Según la directora de esta institución, Lorena Martínez, la salud mental no solo debe entenderse como la prevención del suicidio, sino como un componente integral del bienestar de los estudiantes, las familias y la comunidad en general.

Martínez comentó a Diario San Rafael y FM Vos 94.5 sobre la importancia de abordar estos temas de manera abierta y consciente, reconociendo que “la salud mental ha sido o es un

tabú” en muchos sectores. Este año, durante los meses de agosto y septiembre, el IRIS está llevando a cabo diversas actividades que buscan precisamente romper con esas estructuras e ideologías que limitan la comprensión y el tratamiento adecuado de las cuestiones relacionadas con la salud mental.

La directora explicó que las iniciativas en marcha están dirigidas tanto a los estudiantes como a sus familias, con el objetivo de “volcar a nuestros estudiantes, a nuestras familias y a la comunidad en general esto de romper ciertas estructuras e ideologías que traemos y abrir las puertas a abordar estas temáticas”. La idea es que desde temprana edad, los estudiantes puedan expresar sus emociones y experiencias en un entorno seguro y de apoyo, sin ser estigmatizados.

En los últimos años, según Martínez, ha habido un cambio de paradigma en la forma en que la sociedad sanrafaelina y las instituciones educativas abordan la salud mental. “Yo creo que hay un cambio muy importante, hay mucha preocupación desde las instituciones en abordar estas temáticas”, afirmó. Este cambio, sin embargo, no ha sido fácil y requiere un esfuerzo constante para sensibilizar a la comunidad sobre la importancia de tratar estos temas con la seriedad y el cuidado que merecen.

Uno de los desafíos más grandes que enfrentan las instituciones educativas es el de cambiar las prácticas pedagógicas que, a menudo, refuerzan estigmas relacionados con la salud mental. Un ejemplo sencillo pero significativo que Martínez compartió es el uso de “caritas tristes” para señalar algo negativo en el trabajo de un estudiante. “Una carita triste no es estar mal, sino que una cara triste está transmitiendo un montón de otras cosas a las cuales nosotros también las tenemos que abordar”, destacó.

Este enfoque, explicó, es parte de un esfuerzo más amplio para educar a los docentes y al personal de las instituciones sobre la necesidad de entender y respetar las emociones de los estudiantes. “Tenemos que entender que en educación no puede seguir existiendo que nosotros los docentes coloquemos una

carita triste para indicar que algo está mal”, insistió. Este es el tipo de cambio que el IRIS está promoviendo, buscando que los educadores adopten una perspectiva más empática y abierta hacia los estudiantes.

El trabajo del IRIS no se limita solo a las actividades de sensibilización. Según Martínez, la institución está trabajando en estrecha colaboración con otros organismos y profesionales de la salud para crear redes de apoyo y ofrecer capacitaciones que fortalezcan la capacidad de las escuelas para abordar la salud mental de manera integral. “Nosotros a nivel también como equipo de trabajo vamos a proyectar capacitaciones incluso para nosotros, para abordar con nuestros estudiantes también, brindar esta importancia a la palabra, a lo que transmiten las personas”, añadió.

El compromiso con la salud mental, como subrayó Martínez, está respaldado por un marco legal que reconoce la importancia de este derecho. “Está establecido por ley, es un derecho, y bueno, esto es, nada, nosotros como instituciones poder seguir insistiendo, promoviendo la salud mental”, señaló, refiriéndose a la Ley Nacional de Salud Mental (Ley 26.657) y a la necesidad de que las instituciones educativas se alineen con estos principios.

El trabajo del IRIS es un ejemplo claro de cómo una institución educativa puede asumir un rol proactivo en la promoción de la salud mental, no solo dentro de sus propios muros, sino también en la comunidad en general. Al final de la entrevista, Martínez hizo un llamado a romper con las viejas estructuras y a “darle verdaderamente valor y la importancia que necesita la salud mental en todo, tanto en los niños, las niñas, los adolescentes, los adultos”.

Finalmente, aprovechó la ocasión para saludar afectuosamente a su equipo docente y a todos los colegas que trabajan en la educación especial. “Son los que ponen el alma y corazón en la educación especial”, concluyó, reafirmando su compromiso de seguir trabajando con amor y dedicación en la tarea de transformar la educación desde sus cimientos.