

SALUD MENTAL EN CONTEXTOS ESCOLARES

‹TIEMPOS DIFÍCILES›

Ximena Castro, Psicoanalista, PhD, Profesora, Directora CAPSI, Universidad Icesi









¿Qué es la Salud Mental?

- Segunda mitad del siglo XX
- No es un campo epistémico (confluyen varias disciplinas)
- Definición de la OMS: “estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

Ximena Castro, Psicoanalista, PhD, Profesora, Directora CAPSI, Universidad Icesi

Paradigmas

- **Médico-psiquiátrico**
  - Paciente
  - Enfermedad
  - Segregación
  - Competencia de los especialistas

- **Nueva salud mental: Comunitaria**
  - Sujeto
  - Sufrimiento psíquico y social
  - Inclusión
  - La salud mental es asunto de todos



“El objeto de la Salud Mental no es de un modo exclusivo el individuo o los conjuntos sociales, sino las relaciones que permiten pensar conjuntamente al individuo y a su comunidad” (Galende, 1997)

Coordenadas de la época

- Las formas de sufrimiento son epocales
- Los síntomas son manifestaciones del malestar en una sociedad y un momento histórico.
- Es necesario estar a la “altura de la época” para comprender los modos de sufrimiento que produce.
- ¿Cómo nombramos el malestar psíquico hoy en el contexto escolar?





Coordenadas de la época









- En los modos actuales, el sufrimiento subjetivo se encuentra en correspondencia con un nuevo régimen social, producto de un mundo transformado por la ciencia y la globalización económica.
- Son tiempos que muestran las consecuencias de la caída de los grandes relatos, de los ideales y de las tradiciones que antes daban cobijo a los sujetos.
- Época de los sujetos desorientados, sin brújula.

- **Declive del patriarcado, declive de la autoridad
- **No hay grandes relatos organizadores, crisis identitaria

Síntomas de la época

- Discurso de la ciencia actual - medicalización de la vida.
- Patologización de lo normal y normalización de lo patológico.
- **Identificación con los diagnósticos** como respuesta a la incertidumbre y a las nuevas crisis identitarias.

Hiperactividad
Toxicomanías y adicciones
Patologías del acto
Trastornos de la alimentación
Depresión y ansiedad

- Urgencia generalizada (todo es crisis, todo es trauma)
- Infantilizacion (des-responsabilización subjetiva)






Coyuntura dramática



- **Trauma**
- Acontecimiento que irrumpe
- Efectos subjetivos: singularidad
- A cada uno su trauma
- Elaboración singular / tiempos lógicos

- Pérdida - **Duelo**
- Humanas, simbólicas, materiales
- Elaboración singular: negación, constatación, trabajo psíquico.
- Tiempos lógicos no cronológicos









Salud mental en la Escuela

- Instituciones educativas incluidas en el sistema nacional de SM
- Crisis del desarrollo (infancia, pubertad, adolescencia,).Transiciones delicadas.
- Elección vocacional, libertad, autonomía
- Prevención y promoción (atención primaria)
- Más allá de lo académico, de la adaptación y de la retención
- **¿Qué lugar para el maestro?**

Algunas claves

- Escucha abierta y desprejuiciada (Conciencia de los propios sesgos y prejuicios)
- Comprensión e interés (empatía) - ¿Qué es ser niño / adolescente hoy?
- Reflexión permanente por el lugar que ocupo en la relación (amigo, madre, padre...o...)
- ¡Instilar el gusto por la vida!



Urgencias en salud mental, urgencias subjetivas









Clasificación más común:

- Ataque de pánico - Ansiedad
- Fobias en niños/as
- Psicosis - Delirios, pasajes al acto
- Depresión - Ideación e intentos suicidas
- Por utilización de sustancias
- **TRAUMA - Por acontecimiento traumatico**

Primeros auxilios en salud mental









- Preguntarse por el propio estado mental**
- Acercarse a la persona - mostrar interés
- Escuchar ¡sin juzgar!
- Reconfortar - ¡sin imponer, sin forzar!
- Animar a consultar a un profesional
- Informar sobre rutas y recursos disponibles (información confiable)
- Activas redes de apoyo

- No se necesita ser un profesional de la SM. Sensibilidad, compasión y contención mientras se activa ruta de derivación a servicio especializado.

- RRO: RECONOCER SUFRIMIENTO PSI - RECONFORTAR - ORIENTAR

Tener en cuenta

1. El acontecimiento traumatico - terremoto- no afecta a todos por igual. No todas las afectaciones psíquicas son TEPT (Trastorno de estres post-traumático).
Distinguir entre miedo, terror (pánico), fobia y angustia.

2. Como maestros podemos brindar primeros auxilios psicológicos o en salud mental: reconocer, reconfortar y orientar. No dejarse contagiar por la angustia, tomarse una pausa para decidir ruta de derivacion, no sin activar redes de apoyo.

3. Rutas de derivación:
   - Con riesgo vital: EPS - Servicio de urgencias hospitalarias.
   - Sin riesgo vital: Consulta externa Psicología (CAPSI u otros).



¡ESTAMOS PARA ESCUCHARTE!

ATENCIÓN PSICOLÓGICA GRATUITA

Personas de estratos 1, 2 y 3.

HORARIO:

Lunes a Viernes
9 am a 12 m / 2 pm a 5 pm

AGENDA TU CITA:

3123486077
882 1093 Ext. 123

Universidad icesi | CAPSI Consultorio de Atención Psicosocial