

# Salud Mental

Estrategias en el entorno escolar

Nicolás Hernández Sanabria, MD  
Psiquiatra de Niños y Adolescentes

# Introducción

## Salud Mental en la población pediátrica en Puerto Rico

- El 18.14% de menores de 3 a 17 años tienen un trastorno mental diagnosticado
- 19.5% de los adolescentes sufren de depresión
- 17.2% han experimentado ideas suicidas
- 8.7%-15.4% presentan problemas de ansiedad
- Sólo el 20% de los jóvenes con problemas de salud mental recibe tratamiento adecuado

# Diagnósticos psiquiátricos en la población pediátrica

- Depresión (adolescentes 17%- 3-5% en niños)
- Ansiedad (15%)
- Trastornos relacionado a trauma (22%)
- Trastorno de comportamiento(8-10%)
- Trastorno espectro de autismo (2.6%)
- Trastorno de Déficit de Atención (7.5%)

# Componentes de la Salud Mental

## Integra seis dimensiones

- Emocional
- Cognitivo/psicológico
- Social
- Adaptativo (resiliencia)
- Existencial o de propósito
- Conductual o funcional

# Puntos Claves para una Salud Mental

## CDC

- Salud mental es un componente de la **salud general** y está estrechamente ligada a la **salud física**
- Los factores individuales, familiares y comunitarios y sociales pueden influir en la salud mental
- El CDC promueve la salud pública para prevenir las condiciones antes de que se presenten o empeoren.



La salud mental es más que la mera ausencia de una condición mental; también se trata de la presencia de bienestar y la capacidad de alcanzar el máximo potencial

# Estrategias de salud mental

## ¿Qué buscan?

- Apoyar el bienestar emocional de los/las estudiantes
- Mejorar la convivencia
- Favorecer el aprendizaje



# SALUD MENTAL

## Niñez

- Incluye alcanzar tanto los indicadores del desarrollo como indicadores emocionales
- Aprender destrezas sociales saludables
- Aprender a desarrollar destrezas de solución de problemas



# Salud Mental

## Adolescente

- La adolescencia es un período único y formativo en el que se establecen muchos hábitos de salud que perduran hasta la edad adulta
- Es una etapa vulnerable a problemas de salud mental
- Los desafíos físicos, emocionales y sociales como pobreza , violencia van a influir en el estado de la salud mental



# Salud Mental en el entorno escolar

# Clasificación Principales de Discapacidad

## IDEA

- Discapacidad intelectual
- Discapacidad Auditiva
- Discapacidad Visual
- Discapacidad Física/ortopédica
- Discapacidad sordoceguera
- Discapacidad Múltiples
- Discapacidad Psicosocial o Mental
- Impedimento del Habla y Lenguaje
- Trastorno Espectro de Autismo
- Trastornos de Aprendizaje



# ¿Con qué nos podemos encontrar?

## Salud Mental en el entorno escolar

- En escuelas especializadas o que incluyen estudiantes con diversos diagnósticos, es de esperarse que la prevalencia de las condiciones mentales sea mayor que en una muestra de la población general
- Deficiencias en el desarrollo
- Niños víctimas de maltrato , negligencia y su impacto en el desarrollo emocional
- Diagnóstico psiquiátrico y sus comorbilidades

# Diagnósticos psiquiátricos en la población pediátrica

- Depresión (adolescentes 17%- 3-5% en niños))
- Ansiedad (15%)
- Trastornos relacionado a trauma (22%)
- Trastorno de comportamiento(8-10%)
- Trastorno espectro de autismo (2.6%)
- Trastorno de Déficit de Atención (7.5%)

# Comorbilidad

## Un estudiante con mas de un diagnóstico

- La comorbilidad es la coexistencia de dos o más diagnósticos psiquiátricos
- TDAH y Trastornos de Ansiedad
- Trastorno espectro de autismo y TDAH
- TDAH y Problemas específicos de aprendizaje

Señales temprana para identificar  
necesidad de ayuda

# Señales de posible condición psiquiátrica

## Depresión

- La depresión se manifiesta de formas diferentes en los niños y los adolescentes
- La irritabilidad es un síntoma más frecuente que la tristeza
- Cambios en el aprovechamiento académico
- Cambios en la concentración

# Señales de posible condición psiquiátrica

## Ansiedad

- Quejas físicas frecuentes sin causa médica
- Irritabilidad extrema
- Problemas para dormir
- Apego excesivo
- Evitación de situaciones sociales o escolares

# Señales de posible condición psiquiátrica

## Déficit de Atención con Hiperactividad

- Suele aparecer entre los 3 a 6 años de edad
- Moverse constantemente
- No esperar su turno
- Interrupciones al hablar
- Olvidos frecuentes
- Problemas para seguir instrucciones

# Señales de posible condición psiquiátrica

## Trastorno de Conducta

- Agresividad física hacia personas o animales
- Desafío persistente a la autoridad
- Rabietas intensas y frecuentes
- Mentiras constantes, robos, destrucción de la propiedad
- Violaciones graves de normas
- Comienzan las peleas

# Señales de posible condición psiquiátrica

## Trastorno Oposicional Desafiante

- Patrón persistente ( más de 6 meses) de ira , irritabilidad, comportamiento combativo y desobediencia hacia figuras de autoridad
- Suele aparecer a los 8 años
- Negativa a cumplir normas
- Culpa a otros
- Acción deliberada para molestar

# Enfoque de intervención

# Rabieta, frustrado, irritable, agresivo, violento,

## Consideración según etapa del desarrollo

- Los síntomas se manifiestan en diferentes cuadros psiquiátricos
- Su manifestación también varía según la etapa del desarrollo



# Irritabilidad/ tristeza

- Empatía
- Validar emoción y fomentar la conversación
- Un síntoma solo no define un diagnóstico psiquiátrico
- Compartir con los padres las observaciones de conducta
- Explorar por posible bullying
- Referir a psicólogo escolar y posible psiquiatra de niños

# Impulsividad, agresividad, violencia

- Proteger para que no se haga daño así o a otros. La seguridad va primero
- Reaccionar en calma , no enfrentar violencia con violencia.
- Solicitar ayuda de psicólogo escolar, trabajo social escolar
- Notificar a los padres
- Referir a ser evaluado

# Family Facts

[www.aacap.org](http://www.aacap.org)

American Association of  
Child & Adolescent  
Psychiatry

# Estrategias para las familias y el personal escolar

## Con niños con diagnóstico psiquiátrico

- Revisar plan de servicio PEI
- Verificar cumplimiento y asistencia a citas de profesionales de la salud mental
- Empatía
- Apoyo
- Educación a través de información de sitios de internet reconocidos y no dejarse llevar por rumores o informaciones no basadas en evidencia científica
- Actividades de Inclusión

# Tratamiento psiquiátrico

## Qué esperar del tratamiento farmacológico

- Algunas condiciones psiquiátricas mejoran grandemente con medicamentos incluso llegan a curarse
- La respuesta farmacológica no es inmediata, puede tomar semanas, incluso meses dar con una buena respuesta clínica
- Hay tratamientos que lo mas que ayudan es a disminuir la frecuencia e intensidad de los síntomas pero no los controlan el 100% de las veces
- El medicamento es una herramienta mas de un tratamiento que incluye varias intervenciones

# Tratamiento psiquiátrico

- Es dado por un equipo interdisciplinario
- La intervención medicamentosa es más efectiva cuando se combina con:
  - Psicoterapia y sus modalidades
  - Educación
  - Sesiones de “ Parenting”

The image features a stack of papers on a blue background. The top paper is white with horizontal grey lines. The text 'EL RESUMEN' is written in large, bold, black, sans-serif capital letters across the middle of the page. Below the text, there are several more lines of horizontal grey lines. To the right, the edges of several other papers are visible, with the top one being light green and the others being white. The papers are slightly offset to the right, creating a sense of depth.

# EL RESUMEN

# Salud Mental en el entorno escolar

## RESUMEN

- Debe ir dirigido al bienestar del estudiante y a fomentar el desarrollo
- Fomentar el aprendizaje
- Seguridad e integridad física y emocional
- La escuela es la primera línea de identificación temprana e intervención