

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

Aprendizaje socioemocional para la salud mental y la convivencia escolar

Observatorio de Convivencia Escolar

La incidencia de la salud mental en la convivencia escolar, la salud física, el desempeño académico y el desarrollo de habilidades socioemocionales se configura como uno de los retos más relevantes que enfrentan las instituciones educativas en Bogotá (Sarmiento, 2017). Sirva para ilustrar los casos de conducta suicida, que han venido en aumento en Bogotá y que han sido una de las principales manifestaciones de la salud mental en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes (en adelante NNAJ).

De acuerdo con las cifras del Sistema de Alertas¹, entre los años 2014 y 2023² se reportaron un total de 42.296 posibles casos de conducta suicida³. De estos, el 73,6% se presentaron en la adolescencia (12 a 17 años), el 22,3% en la infancia (6 a 11 años), el 3,6% en la adultez (18 años o más) y el 0,5% en la primera infancia (0 a 5 años). Los principales factores de riesgo asociados son: antecedentes de autoagresión deliberada (19,53%), abandono y maltrato (16,02%), trauma emocional (14,09%) y dificultades académicas (7,41%).

Los casos reportados en la primera infancia (0 a 5 años) y la infancia (6 a 11 años), representan un desafío para entender y abordar la prevención de la conducta suicida, pues, debido al desarrollo y maduración cerebral de los niños, el concepto de la muerte no se encuentra elaborado en su totalidad. Esto requiere reevaluar y rediseñar las estrategias de prevención en estos ciclos de vida, además de realizar una revisión exhaustiva de los contextos en los que se presentan estos casos (Secretaría de Educación del Distrito, 2023).

Asimismo, algunas prácticas extendidas entre NNAJ limitan el ejercicio pleno de la salud mental. Estas incluyen una alimentación inadecuada, falta de actividad física, uso ineficiente del tiempo libre y condiciones medioambientales adversas como la calidad del aire, el estrés urbano, y la exposición al consumo de sustancias psicoactivas (SPA) (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

¹ Herramienta tecnológica de la Secretaría de Educación Distrital (SED) dispuesta para reportar y hacer seguimiento de presuntos casos de violaciones a los derechos humanos de los NNAJ en Bogotá. Cuenta con 6 módulos, (i) Abuso y Violencias, (ii) conducta suicida, (iii) consumo de sustancias psicoactivas; (iv) maternidades y paternidades tempranas, (v) trastornos del aprendizaje y comportamiento, y ¹(vi) accidentalidad escolar.

² Corte de la información diciembre 2023.

³ Los tipos de conducta suicida reportados en el Sistema de Alerta son: Ideación - amenaza, intento y consumado.

Este último constituye uno de los factores de riesgo más significativos para la salud física y mental de los NNAJ. Entre los años 2014 y 2023, el Sistema de Alertas reportó 34.675 casos de consumo de SPA. De estos, el 54,85% correspondieron a marihuana y el 13,68% a alcohol. Las principales motivaciones asociadas al consumo fueron la experimentación (48,23%), el refugio de problemas (15,67%) y el placer (10,72%). En términos del ciclo de vida, se identificó que el 90,46% de reportes se presentaron en la adolescencia, el 4,98% en la adultez y el 4,49% en la infancia.

Este panorama subraya la importancia de promover las acciones enfocadas a los ciclos de vida de mayor afectación, principalmente la adolescencia. Esta etapa, caracterizada por múltiples cambios físicos, emocionales y sociales, es altamente vulnerable a problemas de salud mental. Además, los consumos reportados durante la adolescencia son preocupantes, dado que afectan el desarrollo cerebral, en particular “las estructuras encargadas de procesos como la toma de decisiones, la planeación, el juicio, la regulación y el procesamiento emocional” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2019, p. 7) y están asociados a eventos de violencia, problemas cardiovasculares, enfermedades infecciosas (VIH/SIDA, hepatitis B y C) y trastornos mentales.

La gravedad de las afectaciones puede profundizarse según los tiempos y tipos de exposición a las sustancias, desencadenando diversas problemáticas como la depresión. Existe un riesgo dos o tres veces mayor de presentar esta patología si hay dependencia al alcohol. Los consumos riesgosos afectan la salud física y pueden desencadenar problemáticas asociadas a la convivencia social y vida en comunidad. Estos consumos requieren atención integral, demandan servicios de salud, sociales y recursos económicos (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

El fortalecimiento de la actividad física se identifica como un factor de protección y prevención para desarrollar una buena convivencia, aprovechar el tiempo libre de los NNAJ y disminuir la posibilidad de padecer diferentes enfermedades cardiorrespiratorias, metabólicas y osteomusculares (Urrea, 2015). Además, favorece la integración y la cohesión social. La actividad física regular no solo mejora la salud física, sino que también tiene efectos en la salud mental, reduciendo los niveles de estrés y ansiedad, y mejorando el estado de ánimo y la autoestima (Rodríguez, Aguirre, García, González, y Guevara, 2013).

En la ciudad de Bogotá, el abordaje de la salud mental se realiza siguiendo los parámetros de la Política Distrital de Salud Mental (2023 – 2032), la cual, adopta un enfoque positivo de la salud mental, trascendiendo la visión tradicional centrada en la enfermedad y reconociendo el bienestar físico, psicológico y social del individuo. Asimismo, determina la ruta para realizar una atención integral que abarca la promoción, prevención, atención y rehabilitación de la salud mental. Estos elementos son claves para la promoción del bienestar emocional, el abordaje intersectorial, y la generación de acciones basadas en la evidencia, así como para la toma de decisiones en los distintos sectores de la ciudad (Secretaría Distrital de Salud, 2023).

Es por ello, que en respuesta a las complejas necesidades que enfrentan los NNAJ en su desarrollo educativo, las políticas de calidad de la educación en la ciudad se han transformado. Ha pasado de ser una dimensión que atendía exclusivamente los conocimientos académicos, a ser una **educación integral** que incluye el fortalecimiento de conocimientos, habilidades y competencias que promuevan una vida integral, principalmente mediante el desarrollo de la dimensión socioemocional (Anaya y Carrillo, 2019). Esto es crucial porque las habilidades socioemocionales, como la empatía, la resiliencia y la regulación emocional, son fundamentales para una convivencia armoniosa y para el éxito académico y personal.

En Bogotá, se ha comprendido la importancia de fortalecer la salud mental en la estructura básica de la educación. Por ello, durante el 2020 – 2023 se desarrolló el Programa Integral de Educación Socioemocional, Ciudadanía y Escuelas como Territorios de Paz⁴. Este programa incluyó un enfoque de capacidades ciudadanas y socioemocionales como el centro que interrelaciona los enfoques de derechos, priorizando la formación del ser además de los conocimientos académicos (Secretaría de Educación del Distrito, 2021). Actualmente, la SED se encuentra en la consolidación de un programa de habilidades socioemocionales que atiende a las necesidades de salud mental de la población estudiantil el cual, entre otras cosas, exige ejercicios investigativos asociados para mejorar la prevención primaria y la identificación temprana de factores de riesgo.

El Observatorio de Convivencia Escolar (OBCE) se alinea a las recomendaciones de la Encuesta Nacional de Salud Mental 2015, que invita a fortalecer la gestión del conocimiento para aportar a la transformación cultural a largo plazo. En esa medida, esta línea de investigación busca:

- Realizar investigaciones que profundicen en la comprensión de los factores de riesgo que inciden en la salud mental de los estudiantes, identificando patrones y tendencias que contribuyan a una mejor comprensión de la problemática y a la formulación de estrategias efectivas de intervención y prevención.
- Facilitar la difusión de los resultados de investigación a través de publicaciones, seminarios, talleres y otras actividades de divulgación para contribuir a sensibilizar a la comunidad educativa y a la sociedad en general, sobre la importancia de la salud mental y la convivencia escolar.
- Fomentar espacios de colaboración entre instituciones educativas y organizaciones de la sociedad civil, otros actores relevantes, para compartir experiencias, conocimientos y recursos en el ámbito de la salud mental y la convivencia escolar.

⁴ El programa está compuesto por cuatro estrategias: (i) Justicia Escolar Restaurativa (ii) Fortalecimiento familiar (iii) RIO-P, respuesta integral de orientación pedagógica (iv) INCITAR para la paz.

Bibliografía

- Anaya, A., y Carrillo, E. (2019). *Competencias socioemocionales para el desarrollo de la sana convivencia en educación básica secundaria* [Tesis de maestría, Universidad de la Costa]. Barranquilla.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). *Política Nacional de Salud Mental*.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2019). *Política Integral para la Prevención y Atención del Consumo de Sustancias Psicoactivas*.
- Rodríguez, Y., Aguirre, Y., García, C., González, J., y Guevara, T. (2013). Programa de promoción de la salud escolar: Infancia activa y saludable en tres territorios sociales colombianos. *Movimiento Científico*, 7(1), 38-47.
- Sarmiento, M. J. (2017). Salud mental y escuela. *Nuestro Diario vivir*.
- Secretaría de Educación del Distrito. (2021). *Programa integral de educación socioemocional, ciudadana y escuelas como territorios de paz*. Bogotá.
- Secretaría de Educación del Distrito. (2023). Análisis de información del Sistema de Alertas para el cuatrienio 2020-2023. Bogotá
- Secretaría Distrital de Salud (2023). *Política Pública Distrital de Salud Mental 2023 – 2032*. (Documento CONPES 34). Bogotá
- Urrea, P. (2015). La actividad física como factor protector en la convivencia escolar. *Impetus*, vol.9 (1), pp. 123-128.