

REGULACIONES SOBRE SALUD MENTAL

“La palabra **“Salud”** (del latín *salus*) remite al adjetivo latino *salvus*, que significa entero, intacto. La idea de salud, entonces, tiene que ver con **integridad, estabilidad y orden.**

La palabra **“mental”** viene del latín *mentalis* y significa “relativo al pensamiento”.”

El pensamiento ocurre en nuestra intimidad y se transforma en nuestra identidad cultural.

Importante a considerar

La mente surge desde un conjunto de aspectos propios, estos son históricos, genéticos y emocionales (biológicos). Las emociones son reacciones fisiológicas que se determinan, se mantienen y vuelven a transformar según nuestras experiencias vividas y se conservan según así lo permitamos. Esto considerando que el cerebro es maleable y puede tanto aprender como desaprender para aprender nuevas formas o maneras de aprender, es importante recordar que el cerebro es el órgano del aprendizaje, pero el aprendizaje no ocurre en el cerebro.

Si bien no podemos “controlar” las emociones, si podemos gestionarlas y transformarlas, ya que estas están arraigadas a sentires culturales y personales. Esto quiere decir que existen emociones básicas (miedo, alegría, tristeza, ira, asco y sorpresa) pero también hay emociones secundarias, las cuales se conocen y aprenden en el entorno cultural.

Las emociones como tal se repiten como patrones ancestrales desde tiempos inmemoriales en todas las culturas humanas. Lo que cambia es, que gatilla estas reacciones fisiológicas. Por lo tanto es importante recordar que lo que a uno le causa miedo, no significa que a otro le cause miedo, ese miedo que yo conozco fue aprendido por mi cerebro, ni siquiera fue obra del pensamiento, si no que fue una instancia externa que lo generó y gatillo mi alerta, aprendiendola como miedo para el resto de mi vida, o hasta que otra experiencia me demuestre que el miedo, actualmente es infundado. Por ejemplo: Un niño pequeño puede tener miedo de los perros, pero al crecer descubre que le gustan: La emoción cambió.

Es importante considerar esto, pues a diferencia de la salud física, la cual se atiende físicamente de manera presente (lesión o enfermedad), y se trata ya sea con ejercicios, alimentación o fármacos, la salud mental es mucho más compleja de atender, pues conlleva entender no solo el presente, si no que el pasado, el contexto cultural, histórico, biológico, relacional, entre muchos otros. Por esta razón el buen convivir es tan relevante, pues mantener la salud mental, es mantener la armonía entre procesos biológicos y culturales de los cuales difícilmente somos conscientes y afecta a todo nuestro organismo y relaciones.

¿Qué se entiende por Salud Mental?

La OMS define la salud mental como «un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad»

La salud mental se relaciona con el raciocinio, las emociones y el comportamiento frente a diferentes situaciones de la vida cotidiana. También ayuda a determinar cómo manejar el estrés, convivir con otras personas y tomar decisiones importantes. Al igual que otras formas de salud, la salud mental es importante en todas las etapas de la vida, desde la primera infancia hasta el último momento. Cada etapa tiene requerimientos diferentes según las necesidades propias del desarrollo del ser humano.

¿Quiénes están a cargo de la salud mental de los niños y niñas?

La salud es uno de los derechos fundamentales del ser humano, así como lo es la educación.

La Convención de los Derechos del Niño (CDN) identifica tres actores relevantes para garantizar los derechos de niños, niñas y adolescentes: Estado, sociedad, y familia.

Según la Superintendencia de salud *“Tanto padres, madres y responsables legales de niñas, niños y adolescentes, están obligados a cumplir con los controles médicos, además de adoptar las medidas necesarias para velar por la salud de las y los menores de 18 años.”*

SALUD MENTAL DENTRO DEL ESTABLECIMIENTO

El colegio Terrmonte garantiza generar planes, acciones e instancias preventivas para el resguardo de la salud mental. Así como también el desarrollo de protocolos acorde al contexto escolar que permitan el reconocimiento de indicios y alertas tempranas ante necesidades del área de bienestar y salud mental.

El colegio Terramonte cuenta con dos psicólogos educacionales y una psicopedagoga para atender las necesidades de los estudiantes según las posibilidades y el marco normativo de los establecimientos. Por lo tanto es importante recordar que el colegio y sus profesionales del área de la salud no harán terapias dentro del establecimiento. Su rol está en gestionar la convivencia escolar, potencial la buena convivencia, prevenir situaciones de riesgo, atender desajustes emocionales y/o conductuales en primera instancia y hacer las derivaciones pertinentes a los organismos encargados, quedando a cargo de la salud de los estudiantes los padres y tutores legales de los niños. El colegio se encargará de monitorear que el derecho a la salud sea garantizado, el cual, como se

señaló anteriormente y determina la Superintendencia de salud de Chile: está a cargo de padres, madres y responsables legales.

NORMATIVA INSTITUCIONAL ANTE LA SALUD MENTAL

El colegio Terramonte desarrollará prácticas preventivas que eduquen e informen sobre la salud mental en sus distintos ámbitos.

El colegio Terramonte potenciará instancias de buena convivencia, colaborativas y armónicas para fomentar el compañerismo, bienestar y armonía entre los estudiantes.

El colegio Terramonte generará monitoreos, seguimientos, apoyo psicoemocional y adecuaciones académicas para todo aquel estudiante que tenga comprometida su salud mental con previo diagnóstico y orientaciones de un profesional de la salud como psicólogo, psiquiatra o neurólogo.

El colegio Terramonte trabajará con redes externas para generar instancias de capacitación a la comunidad escolar ante el cuidado de la salud mental y prevenir situaciones de riesgo relacionada a esta.

Se debe considerar que las orientaciones médicas se seguirán según las posibilidades del establecimiento. Esto quiere decir:

- No se harán contrataciones de personal externo **por indicación médica** (por ejemplo: terapeutas, educador diferencial, entre otros).
- No se modificará la infraestructura del establecimiento ni estructura de aula.
- No se pondrá en riesgo la integridad física, psicológica o el clima escolar del curso y/o establecimiento por orientación médica.
- Los psicólogos educativos no harán terapia en el colegio.
- Otros.