

DE LAS AULAS AL CORAZÓN:

PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL ESCOLAR

¿En qué consiste?

De las aulas al corazón: prevención y promoción de la salud mental escolar, surge como una iniciativa del Instituto del Sistema Nervioso de Risaralda para **responder a la creciente necesidad de fortalecer el bienestar emocional en colegios y universidades de la región**. Esta busca realizar un ejercicio psicoeducativo en temas de salud mental en instituciones educativas a través de espacios que buscan la **prevención y promoción de la salud, integrando talleres, charlas, conversatorios, esparcimiento y la oportunidad de resolver dudas para el bienestar físico y emocional de los participantes**.

Este enfoque integral, pretende **sensibilizar a la comunidad educativa; fomentar hábitos saludables; detectar señales de alerta y construir entornos protectores** que impacten de forma positiva la vida de los estudiantes, docentes y familiar.

Objetivos

1.

Fortalecer los conocimientos y habilidades de los estudiantes; docentes y familias sobre la salud mental; mediante jornadas educativas, talleres participativos y espacios de sensibilización.



2.

Fomentar entornos escolares y universitarios saludables y protectores, a través de actividades de esparcimiento, diálogo y convivencia que promuevan el bienestar emocional y la prevención de problemáticas psicosociales.



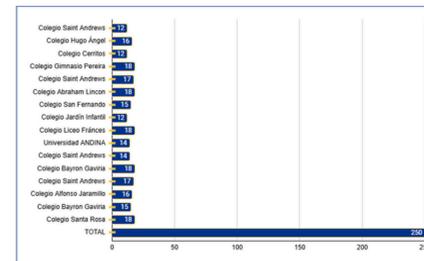
3.

Brindar espacios accesibles de orientación y resolución de dudas sobre salud mental, permitiendo identificar necesidades tempranas y promover conductas de autocuidado y búsqueda de ayuda.



Resultados

COLEGIOS VISITADOS 2024	NÚMEROS DE PARTICIPANTES
Colegio Saint Andrews	12
Colegio Hugo Ángel	16
Colegio Cerritos	12
Colegio Gimnasio Pereira	18
Colegio Saint Andrews	17
Colegio Abraham Lincoln	18
Colegio San Fernando	15
Colegio Jardín Infantil	12
Colegio Liceo Fránces	18
Universidad ANDINA	14
Colegio Saint Andrews	14
Colegio Bayron Gaviria	18
Colegio Saint Andrews	17
Colegio Alfonso Jaramillo	16
Colegio Bayron Gaviria	15
Colegio Santa Rosa	18
TOTAL	250



Estrategias:

1

Educación y sensibilización en salud mental: charlas y jornadas informativas a estudiantes, docentes y familiar.

2

Detección temprana y orientación oportuna: espacios de escucha y resolución de dudas para identificar señales de alerta y canalizar apoyos.

3

Fortalecimiento de redes y alianzas educativas: se busca realizar un trabajo conjunto con los colegios, universidades y actores comunitarios para integrar la salud mental en sus planes de bienestar.

4

Divulgación y comunicación efectiva: se realizan campañas con material impreso y recursos digitales que acerquen la salud mental a la comunidad educativa.



Conclusiones

1

La estrategia logra sensibilizar a más de 200 personas, incluyendo estudiantes, docentes y familiares, consolidándose como una estrategia efectiva de acercamiento a la salud mental en los entornos educativos.

La alta aceptación de los participantes y la solicitud de nuevas jornadas por parte de las instituciones de salud, reflejan la pertinencia y necesidad de este tipo de iniciativas en la región.

2

3

Aunque no se cuenta con un seguimiento formal del impacto a largo plazo, la experiencia evidenció que abrir espacios de diálogo, educación y esparcimiento que genera confianza y motiva a la comunidad educativa a involucrarse en la promoción de la salud mental.

La respuesta obtenida demuestra que el proyecto tiene un potencial replicable y escalabilidad, convirtiéndose en una base para fortalecer redes de apoyo y programas continuos de prevención en salud mental escolar.

4

