

M. GONZÁLEZ

VIGO

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS), en 2021 uno de cada siete adolescentes padece algún trastorno mental, mientras que la depresión, la ansiedad y los trastornos de comportamiento son la principal causa de enfermedad y discapacidad en adolescentes. Extrapoladas a España, esas cifras indican que el 5,25% de la población mayor de 15 años (según la Encuesta Europea de salud 2020) sufre un cuadro depresivo, mientras que el suicidio es la primera causa de muerte externa (con un incremento del 5,1% de 2021 a 2022) y los trastornos de conducta alimentaria (TCA) son la enfermedad crónica más frecuente, según datos de la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG).

Son datos que dibujan la radiografía del estado de la adolescencia en nuestro país, en un contexto en el que los psicólogos reclaman un sitio en los centros educativos ante el aumento de problemas tan graves como las elevadas tasas de intentos de suicidio o de autolesiones en jóvenes.

Se trata de una reivindicación por la que llevan “muchos años peleando”, apunta Manuela del Palacio, presidenta de la Sección de Psicología educativa del Colegio Oficial de Psicología de Galicia (COPG). De hecho, organizaron la jornada “Psicología na escola xa” el pasado mes de abril para dar a conocer las necesidades a nivel emocional tan complejas que vive hoy en día el alumnado de los centros educativos.

“Llevo muchos años en un centro de Vigo como orientadora y como estos años, ninguno. Estamos viviendo una situación muy compleja y delicada. Nuestros menores presentan conductas que nunca había visto en tal grado y cantidad”, sostiene. “Problemas de ansiedad, depresión, autolesiones, intentos de suicidio...”, enumera: “Un panorama muy grave”.

Son varias las reivindicaciones que hacen en este contexto, la primera: la ratio. “Tiene que haber un orientador por cada 250 alumnos. En mi centro, por ejemplo, estoy para 785, con lo que es misión imposible”, se lamenta.

Otra de sus peticiones es que haya “plazas de nueva creación”. “Todos los centros educativos deben contar con un psicólogo o psicóloga, algo que en el país vecino, Portugal, ya existe”, subraya. “No estamos inventando la pólvora. Pueden crear esa plaza y convivir con la del orientador. Todo es necesario. Un orientador es necesario y un psicólogo, también”, añade al tiempo que puntualiza que “la figura del psicólogo educativo tiene unas competencias específicas y diferentes a las de



MANUELA DEL PALACIO
PD.TA. DE LA SECCIÓN DE
PSICOLOGÍA EDUCATIVA (COPG)

“Se requiere una formación específica para estos temas”



¿Quién cuida de la salud mental en los centros educativos?

El Colegio Oficial de Psicología de Galicia reclama, desde hace años, la presencia de psicólogos especializados tanto en los colegios como en los institutos

un orientador”.

Y, en este contexto, llega una nueva reivindicación: “Hemos involucrado. Yo, cuando aprobé la oposición, el perfil que estaba en el DOGA (Diario Oficial de Galicia) para optar a una plaza de orientador u orientadora y ser jefe del departamento de orientación era el

de un psicólogo, pedagogo o psicopedagogo. Ahora puede serlo cualquier licenciado, pero un profesor de matemáticas nunca se plantearía ir a una plaza de lengua castellana, no tiene nada que ver. Para mí es una involución y me da mucha pena”, insiste. En este punto también añade la idoneidad de realizar una formación especializada en el Máster de Secundaria. Manuela del Palacio insiste en que “se requiere una formación específica para tratar estos temas”.

El estudio de la Universidad de Santiago de Compostela Adolescencia, Tecnología, Salud y Convivencia, realizado bajo la dirección científica del psicólogo Antonio Rial Boubeta, revela que el 17,8% de los adolescentes gallegos presenta síntomas de de-

presión y un 12,7% tiene ideas suicidas recurrentes. “Estamos abriendo protocolos de prevención de suicidio, no es una broma”, insiste Del Palacio. “De ahí la necesidad de contar con los profesionales con la formación adecuada para hacer frente a esta situación. Hay que pasar a la acción”.

El Consejo General de Psicología (COP) también reclama la inclusión de la figura del psicólogo educativo en los centros educativos, tal y como defendió en la Jornada “Salud Mental en Contextos Educativos: Contribución de la Psicología al bienestar emocional y al rendimiento académico, celebrada en la Universidad Complutense de Madrid el pasado mes de febrero. “El sistema educativo se merece especialistas en salud mental”, apuntaban tras redactar un manifiesto donde detallaban las razones de esta reivindicación: “Son numerosas las necesidades y problemáticas que se producen en estos contextos que requieren de una atención especial: abandono escolar, trastornos emocionales, acoso escolar, *ciberbullying*, prevención de violencia de género, violencia filiofamiliar, prevención del suicidio, adicciones a nuevas tecnologías, prevención del consumo de drogas y “burnout” del profesorado, entre otras”, enumeran.

Entre los firmantes del manifiesto

EL APUNTE

Refuerzo de los coordinadores de bienestar y convivencia

La Xunta ha remitido a la Mesa Sectorial Docente el borrador de orden por el que se regula la persona coordinadora de bienestar y convivencia en los centros educativos y, a través de la cual, se va a actualizar y reforzar esta figura.

En la reunión de este órgano consultivo, que tendrá lugar el próximo martes, se abordará la nueva regulación de esta figura implantada desde hace años en el sistema educativo gallego bajo la denominación de dinamizador de convivencia y que venía desempeñando ya parte de las funciones establecidas ahora para la de coordinadora de bienestar.

Con esta nueva regulación, además del cambio de denominación (ajustada a la normativa vigente), se introducen mejoras desde el punto de vista administrativo como la asignación de dos horas complementarias fijas de dedicación dentro del horario o el reconocimiento de esta función en los concursos de traslados y de orientación.

Según el borrador de la orden en trámite, el coordinador de bienestar y convivencia será designado por la dirección del centro entre el profesorado del claustro, preferiblemente con destino definitivo, por un periodo de dos años. Se tendrá en cuenta su formación específica, la experiencia, el interés y la disponibilidad horaria.

Se ocupará de coordinar e impulsar el plan de convivencia del centro enfocado a la mejora del clima escolar, promoviendo, por ejemplo, dinámicas escolares que propicien la mejora de la convivencia y la resolución pacífica de conflictos, el respeto al alumnado vulnerable o la atención a la diversidad, entre otros.

Aunque en Galicia ya existía la figura de dinamizador de convivencia con estas funciones antes de que el Gobierno central implementara la de coordinador de bienestar, ahora, con esta orden, se dará un paso más para afianzarse en el sistema educativo gallego desde el punto de vista administrativo.



Un grupo de alumnos, a la salida de su centro educativo.

// María José López

figuran también la Confederación Española de Asociaciones de Madres y Padres de Alumnado (CEAPA), la Confederación Católica Nacional de Padres de Padres de Familia y Padres de Alumnos (CONCAPA), la Confederación Estatal de Asociaciones de Estudiantes (CANAE), el Sindicato de Estudiantes, la Federación de Asociaciones de Directivos de Centros Educativos (FEDADi), el Teléfono de la Esperanza y la Asociación Científica de Psicología y Educación (ACIPE).
“Vemos problemas de ansiedad, cuadros depresivos, baja autoestima... Toda una serie de sintomatología emocional que acaba repercutiendo en el ámbito académico”, apunta Hipólito Puente, vicedecano del COPG y psicólogo educativo. “Desde hace años venimos reivindicando que además el orientador, que puede ser un psicólogo, un pedagogo o un psicopedagogo, o incluso otro profesional que no sea de este tipo”, subraya. “Repito que es una reivindicación de hace mucho tiempo, pero se trata de una necesidad que se está agudizando”.

“Seguimos trabajando para que esto se ponga en práctica porque es

una necesidad urgente debido a las problemáticas que se están presentando, cada vez más acuciantes, en salud mental, que sigue siendo la hermana pobre de la salud: está sin atender”, sostiene Puente, ponente también en la mesa redonda “Respuestas a las necesidades psicológicas de la comunidad educativa” en la jornada “Psicología na escola xa”.

De este modo, el vicedecano del COPG apunta la necesidad de intervenir lo antes posible. “Pedimos un psicólogo educativo desde infantil ata el bachillerato. A idea es prevenir en lo posible todo tipo de dificultades, pero una vez que ya se da el problema, detectarlo cuanto antes, evaluar al alumno e intervenir si es necesario”. “Cuando hay que empezar ya es en infantil, de tal manera que podamos hacer un seguimiento del alumno para detectar si hay algún problema o incluso para prevenirlo”, recalca.

“A raíz de la pandemia, lógicamente, la situación para un adolescente fue complicada. No tuvieron la oportunidad de interactuar con sus iguales, algo imprescindible en esa

etapa para relativizar las cosas, tener puntos de vista diferentes e ir contrastando sus ideas. Pero en la pandemia hubo un impás muy grande en este contexto y algunos están sufriendo, incluso, una situación de problemática postraumática por la situación que han sufrido”, explica Puente, que afirma que “a ese tema no se le está dando la importancia que tiene”: “Necesitan que se atienda su salud mental, no solamente la física, y eso se está descuidando por parte de la administración”.

Precisamente, la Xunta ha anunciado que trasladará a Galicia el exitoso programa YAM, desarrollado por el instituto sueco Karolinska, que ha demostrado su eficacia con una reducción de los intentos de suicidio. En Galicia serán inicialmente 20 profesionales –orientadores, psicólogos clínicos, psiquiatras y trabajadores sociales– los que realizarán las intervenciones que arrancarán el próximo curso con un grupo de 2.000 alumnos de 2º de ESO de diferentes colegios, para llegar en 2027 a más de 20.000 estudiantes. “Es una estrategia más para poder atajar este problema, pero obviamente es insuficiente para atender la salud mental de la población”, dice Puente. “Me parece un buen programa, pero uno más”.

En su caso Hipólito Puente destaca el desarrollo del Estudio PsiCE (Psicología en Contextos Educativos), con Eduardo Fonseca Pedrero, vicerrector de Investigación e Internacionalización de la Universidad de La Rioja, como Investigador Principal, y con Pilar Calvo Pascual, coordinadora de la División de Psicología Educativa, como Coordinadora General. “Se está llevando a cabo con una población entre trece y quince mil alumnos de todo el país para evidenciar la necesidad del psicólogo educativo en los centros”, explica. En Galicia este programa sirvió para detectar entre 1.200 alumnos unos 120 casos con problemas de ansiedad y depresión, entre otras cosas. “Con este grupo hicimos intervención psicoterapéutica grupal de diez sesiones. Ahora, doce meses después, estamos evaluando si se mantienen los beneficios de salud mental que supuso esta intervención en el propio centro, con un psicólogo educativo especializado, sin tener que acudir a psicoterapia porque se trataba de problemas subclínicos; los problemas clínicos los derivamos, pero también los detectamos”.

La eficacia de esta intervención, una adaptación de un programa americano, ya está evidenciada en otros países. “En Portugal, sin ir más lejos, tienen un psicólogo en sus centros educativos. Cando coincidimos con ellos en congresos o en otros eventos siempre nos preguntan quién atiende la salud mental de los “cátivos” en España”, dice Puente.



HIPÓLITO PUENTE
VICEDECANO DEL COPG
Y PSICÓLOGO EDUCATIVO

“Es una necesidad urgente por las problemáticas actuales”

Una realidad materializada en cifras

Inés Alonso, premiada por su estudio sobre gestión emocional en la adolescencia

M.G.
VIGO

La identificación precoz en Atención Primaria de signos que alerten de la presencia de problemas emocionales y conductuales en la juventud, la búsqueda de recursos para su tratamiento y la difusión a la población y a la comunidad educativa de la existencia de síntomas que permitan identificar esta situación es el objetivo del trabajo de la residente de Enfermería Familiar y Comunitaria de segundo año en el Centro de Salud de Mos Inés Alonso González, que ganó el primer premio en la VII Edición de Premios de Investigación Atención Primaria y Comunitaria con su investigación “Gestión emocional en la adolescencia”.

En las conclusiones esenciales de su trabajo, Alonso advierte que la presencia de síntomas de depresión y ansiedad son causas evidentes de la existencia de problemas emocionales en la juventud; además de subrayar que existe una relación directa entre problemas de autoestima y de conducta alimentaria (estos últimos más destacados en las chicas) que deben ser tenidos muy en cuenta en la atención primaria.

Citando fuentes de la OMS, Alonso apunta que “uno de cada siete adolescentes padece algún tipo de trastorno mental”. En este contexto decidió realizar su estudio en una población diana de 184 menores de 16 a 18 años del IES de Mos, a los que evaluó –tras una encuesta anónima, voluntaria y confidencial– a través del Sistema de Evaluación e Niños y Adolescentes (SENA), que contempla variables sociodemográficas (género, edad, curso) y 29 variables cualitativas incluidas en 7 escalas: problemas interiorizados (depresión, ansiedad, obsesión...); problemas exteriorizados (de atención, control de ira, conductas desafiantes y antisociales...); otros problemas específicos (conducta alimentaria, esquizotipia, consumo de sustancias); problemas contextuales (familiares, en la escuela...); vulnerabi-

lidades (regulación emocional) y problemas de recursos personales (autoestima, integración y competencia social).

“¿Qué hemos encontrado?”, se pregunta. “Que, de forma general, los problemas son el doble de frecuentes en las mujeres frente a los hombres y que los que más preocupan son la presencia de ansiedad, depresión y las quejas somáticas, que viene siendo la presencia de síntomas físicos cuando no hay ningún problema de forma aparente o diagnosticado”, explica. “También destacan los problemas de conducta alimentaria, que están relacionados con la autoestima, que es un síntoma de alarma importante”, advierte.

El estudio también ha detectado “síntomas críticos que tienen un riesgo para la salud como alteraciones del pensamiento o la percepción (67% en el caso de las mujeres), falta de apoyo social, o el riesgo de autolesión (17% en hombres y 49% en mujeres), otro de los ítems en el punto de mira”.

“Con esta información se refleja la problemática real y existente de la salud mental en los adolescentes”, afirma Inés Alonso. “Queremos enfocar esta situación desde las consultas, desde el ámbito educativo, desde todos los ejes del

sistema y para eso es fundamental trabajar en equipo”, afirma. “Aquí también cobra importancia el trabajo de las enfermeras de familia, debemos salir del centro de salud para identificar problemas que están en la comunidad que no llegan a nosotros”, dice la enfermera que presentará su proyecto en el congreso de la *European General Practice Research Network (EGPRW)*, de profesionales de la salud involucrados en la investigación en Atención Primaria.

“Necesitamos la implantación de un equipo de salud mental en Atención Primaria”, apunta. “La idea es ir más allá, no quedarnos con estos datos y guardarlos en una carpeta. Hay que seguir actuando de forma proactiva para ayudar a la población, en este caso a los adolescentes”, añade.



Inés Alonso González. // Cedida

“Hay que seguir actuando de forma proactiva para ayudar a la población”