



# ORIENTACIÓN PARA LA PREVENCIÓN Y EL CONTROL DEL COVID-19 EN LAS ESCUELAS

## **Anexo C: Salud mental y apoyo psicosocial**

**Los mensajes clave** para este anexo fueron adaptados en gran medida de la Nota Informativa del Comité Permanente entre Organismos sobre el abordaje en salud mental y apoyo psicosocial (IASC, por sus siglas en inglés).

Las escuelas son plataformas integradas que apoyan los esfuerzos intersectoriales esenciales para la respuesta al COVID-19. Mientras las intervenciones en salud mental y apoyo psicosocial se llevan a cabo a través de los servicios generales de salud y de protección infantil, escuelas y otras estructuras comunitarias también proporcionan un apoyo crítico a las comunidades educativas, incluidos los agentes de protección de la infancia. Además, las escuelas pueden abordar el estigma social y la discriminación, mientras

apoyan a los niños, niñas, adolescentes y sus familias quienes pueden sufrir impactos psicológicos negativos debido a problemas como pérdida de la escolaridad, miedo, ansiedad, o tener miembros de la familia en aislamiento.

Los líderes de la escuela, incluidos los docentes, juegan un papel importante en apoyar las actividades comunitarias de promoción de la salud mental y el apoyo psicosocial, tales como intercambiar mensajes clave sobre hechos objetivos con los estudiantes y sus familias; mantener la comunicación con aquellos estudiantes que puedan estar aislados mediante llamadas telefónicas, mensajes de texto u otras plataformas virtuales; y proporcionar cuidado y apoyo a personas que han sido separadas de sus familias y cuidadores.

## Consideraciones clave



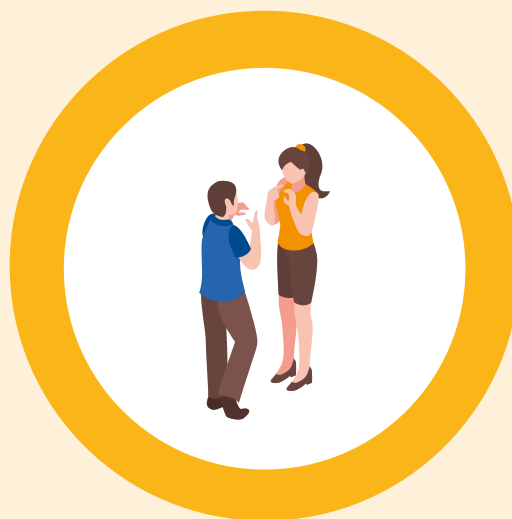
- ▶ Dar respuestas en materia de salud mental y apoyo psicosocial según el contexto. Los asuntos preexistentes y en curso de la escuela/comunidad no pueden separarse de las medidas frente al COVID-19.



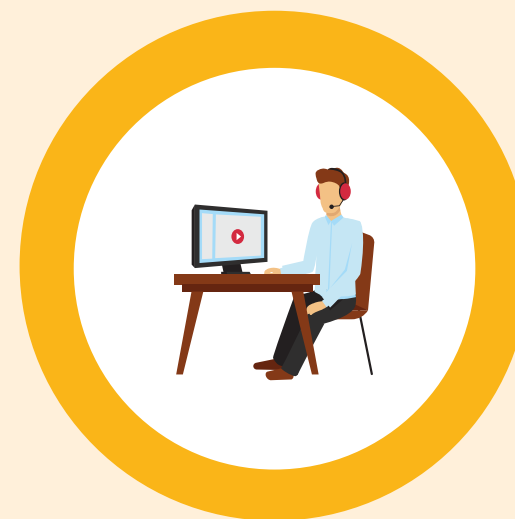
- ▶ Trabajar con las comunidades para identificar y proactivamente contactar a niños, niñas y adolescentes que puedan haber quedado marginados del tejido social comunitario, como las redes de personas con discapacidad, hijos e hijas de trabajadores migrantes y/o refugiados, y minorías.



- ▶ Procurar que los servicios en salud mental y apoyo psicosocial sean accesibles y se adapten adecuadamente a las necesidades específicas de niños, niñas y adolescentes. Quienes prestan servicios de salud mental y apoyo psicosocial deben ser conscientes sobre los diferentes riesgos y experiencias, en razón del género, que enfrentan niñas y niños, así como los desafíos para la niñez con condiciones médicas preexistentes.



- ▶ Asegurar la inclusión. Algunos grupos poblacionales pueden enfrentar barreras de acceso a la información y al cuidado y apoyo, cuando estas prestaciones no sean proporcionadas en múltiples formatos accesibles y a través de canales inclusivos.
  - ▶ Esto supone difundir información en formatos de fácil lectura para personas con bajos niveles educativos, en Braille, en letras grandes, en lenguaje de señas, en vídeo con subtítulos de texto y contenidos de internet accesibles.
  - ▶ Para grupos étnicos y sociolingüísticos que sean minoritarios, la información debe estar disponible en los idiomas pertinentes.



- ▶ Asegurar que los mecanismos de aprendizaje a distancia no exponen a niños, niñas y adolescentes a situaciones de violencia en línea, como el acoso cibernético. Considerar que, para sesiones de seguimiento (uno a uno) entre docente y estudiante, se necesita la supervisión de un cuidador/adulto.



- ▶ Capacitar y apoyar a los trabajadores que proporcionan servicios de salud mental y apoyo psicosocial a niños, niñas y adolescentes en escuelas y otros ámbitos comunitarios, en los principios fundamentales de protección contra la Violencia Basada en Género (VBG), la explotación y el abuso sexual, con informes y remisión a los respectivos especialistas (ver a continuación nota sobre la protección contra la violencia sexual durante el COVID-19).



- ▶ Abordar aspectos relacionados con la salud mental y el bienestar de docentes y demás personal de la comunidad educativa.
  - ▶ Los grupos de apoyo para docentes pueden ofrecer un respaldo social durante la respuesta, al tiempo que permiten difundir información sobre cuidado dirigida a este personal.



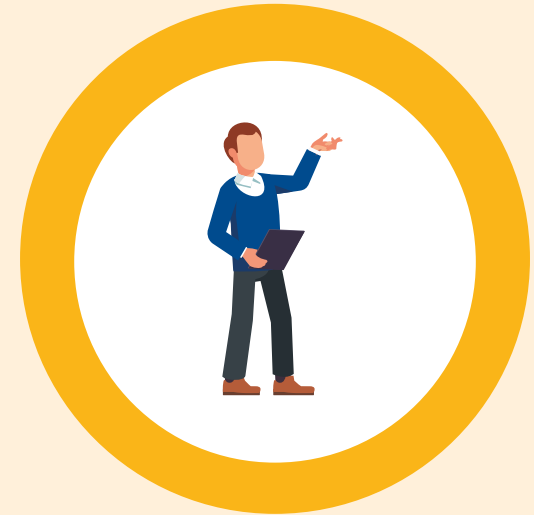
- ▶ Mapear conocimientos especializados y estructuras de servicios en salud mental y apoyo psicosocial existentes en los sistemas de educación pública y privada; como mecanismo para reunir, movilizar y coordinar recursos (consejeros escolares, enfermeras y personal de los departamentos de salud local, entre otros).



- ▶ Revisar y fortalecer los sistemas de remisión de pacientes, especialmente para casos graves.
- ▶ Asegurar que los prestadores están conscientes de los diversos servicios de cuidado, incluida la remisión y los servicios de atención en casos de VBG, así como explotación y abuso sexual de niñas, niños y adolescentes.



- ▶ Comunicar mensajes sobre hábitos positivos de salud mental e incluir otros mensajes sobre el cuidado, como parte de campañas integrales de sensibilización pública para combatir el estigma, abordar los temores excesivos de contagio, e incentivar al público para que valore y apoye a los trabajadores de la salud.
- ▶ Trabajar de forma colaborativa con los funcionarios de Protección de la Niñez, Salud y Comunicación para el Desarrollo (C4D, por sus siglas en inglés).



- ▶ Desde el enfoque de “la sociedad como un todo”, se recomienda que las escuelas promuevan las siguientes actividades de salud mental y apoyo psicosocial:
  - ▶ Estrategias de autocuidado, tales como ejercicios de respiración profunda u otras formas de relajación culturalmente relevantes.
  - ▶ Mensajes tranquilizantes sobre la normalidad de albergar sentimientos de miedo y ansiedad, al igual que las maneras como una persona puede apoyar a otra.
  - ▶ Información clara, concisa y precisa sobre el COVID-19.

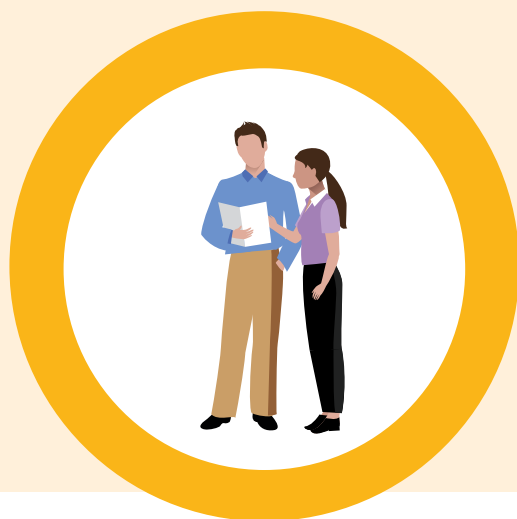
# Ayuda a niños, niñas y adolescentes para lidiar con el estrés durante el brote de COVID-19



- ▶ Los docentes y cuidadores deben entablar una escucha activa, y cultivar una actitud de comprensión hacia los niños, niñas y adolescentes.



- ▶ Colaborar con funcionarios de Protección de la Niñez para proporcionar mensajes adecuados de sensibilización, de acuerdo con el género y edad de los niños, niñas y adolescentes. Los mensajes deben incluir la disponibilidad de servicios de cuidado, protección contra la VBG, la explotación y el abuso sexual infantil, al igual que alentarlos para que expresen sus necesidades, y busquen apoyo de forma ética y segura.



- ▶ Revisar las [6 maneras de UNICEF](#) en que padres y madres pueden ayudar a sus hijos durante el coronavirus, consejos de una psicóloga sobre cómo ayudar a sus hijos para que confronten las muchas emociones que pueden estar afectándolos actualmente.



- ▶ Revisar los [8 consejos de UNICEF](#) para ayudar a tranquilizar y proteger a niños y niñas.

# Recursos

IASC- Nota informativa provisional sobre cómo abordar la salud mental y los aspectos psicosociales del brote de Covid-19.

INEE- Nota de orientación de la INEE sobre apoyo psicosocial.

SAMHSA- Cómo hablar con los niños: Consejos para los cuidadores, padres y maestros durante un brote de una enfermedad contagiosa.

La Alianza para la Protección de la Niñez y Adolescencia en la Acción Humanitaria- Nota técnica: Protección de la niñez y adolescencia durante la pandemia del coronavirus.

---

<sup>1</sup> INEE: Red Interinstitucional para la Educación en Situaciones de Emergencia (INEE, por sus siglas en inglés).

<sup>2</sup> SAMHSA: The Substance Abuse and Mental Health Services Administration, por sus siglas en inglés.