

Comunidad educativa y profesionales sanitarios se han dado cita para hablar de la salud mental en la infancia y adolescencia, para «poner encima de la mesa» la importancia de la educación emocional y la prevención del suicidio, entre otras cuestiones.

La jornada, organizada por la Federació Salut Mental Comunitat Valenciana, se celebró ayer en el complejo de la Petxina de València, con diferentes ponencias y mesas redondas, dentro del programa «Crecer en bienestar» de la federación, que agrupa a 30 entidades.

Uno de los participantes fue Roque López, psicólogo con experiencia en el ámbito clínico y miembro de la federación, que apunta a **Levante-EMV** que la jornada —con 150 personas inscritas— ha sido una oportunidad para «escuchar a diferentes protagonistas» y ha estado orientada «sobre todo, a la comunidad educativa, porque niños, niñas y adolescentes pasan la mayor parte de su tiempo en el colegio, además de junto a su familia».

López aboga «por sacar a la luz algo que ya estaba latente y hablar de ello con más tranquilidad». Apunta que si bien la pandemia «ha tenido mucho que ver en que aparezcan problemas de salud mental» en estas edades (sobre todo ansiedad o estados de ánimo de tipo depresivo), «no es menos cierto que ya pasaba», reflexiona. Por esto, apuesta por «poner encima de la mesa el tema del suicidio en adolescentes, que ha crecido y está ahí, y no obviarlo ni esconderlo más».

Actualmente, el psicólogo asegura que hay una «demanda brutal» de centros educativos que piden a los profesionales que hagan «sensibilización en las aulas», ya que hay «mucho miedo y desconocimiento».

«El suicidio adolescente, es una realidad, no hay que esconderlo más»

Profesionales sanitarios y de educación hablan sobre la importancia de la salud mental del alumnado en una jornada de la federación autonómica



Profesionales sanitarios y docentes, ayer, en la jornada de la Petxina.

GERMÁN CABALLERO

Sobre esto, Roque López también advierte de que «hay que insistir en que haya más recursos para la atención de los problemas cuando aparecen, pero lo ideal es que no lleguen a aparecer, y promover la salud mental es la manera de prevenir la aparición posterior de problemas». También lanza otro mensaje: «Para cuidar hay que cuidarse. Es muy importante promover la sa-

« Hay una demanda brutal de los centros educativos para ir a sensibilizar a las aulas»

ROQUE LÓPEZ
PSICÓLOGO CLÍNICO

« Tenemos que trabajar la educación emocional en las escuelas, pero junto a las familias»

VICENT MAÑES
PRESIDENTE DE FEDEIP

lud mental en el aula, pero también en las familias y en casa».

Otro de los participantes en la jornada fue Vicent Mañes, presidente de la Federación estatal de Directivas y directivos de Centros Educativos de Infantil y Primaria (Fedeip). Para Mañes, la clave está en «trabajar la educación emocional en las escuelas» conjuntamente con las familias, ya que «no se puede confiar todo al colegio».

En esta línea, apunta que la pandemia también ha evidenciado qué familia tenía «recursos, herramientas y dinámicas que fomentaran en casa la expresión de los sentimientos», lo que ha ayudado a estos niños frente a los otros.

Además de contar con «herramientas institucionales» —como planes de igualdad—, el director apunta que es necesario trabajar a nivel de centro para enseñar al alumnado a expresar las emociones o en la resolución de conflictos, que son «factores de prevención», con el «asesoramiento de los servicios de orientación» y «dotando al profesorado de herramientas».

Acoso escolar

Desde la Federació Salut Mental Comunitat Valenciana recuerdan también la importancia de frenar el acoso escolar, que también tiene un gran impacto en la salud mental, por esa «ansiedad, frustración, tristeza» que padecen los más jóvenes al sentirse rechazados de un grupo, apunta Roque López.

Esta jornada es una de las recientes iniciativas sobre la salud mental que ha habido en los últimos días. La semana pasada, la Conselleria de Educación presentó la campaña *Som imprescindibles* de sensibilización en 2º y 4º de ESO; y la Cátedra Lluís Amigó organizó un *webinar* sobre prevención del suicidio adolescente en la Universitat de València.