



Programa de Asistencia Técnica

Componente de bioseguridad escolar

Sesión 4: Salud mental y convivencia escolar
Contextos especiales
Fecha: 27 de octubre de 2020

Salud mental y convivencia escolar

La pandemia del covid-19 ha afectado de diversas maneras a los seres humanos alrededor del mundo debido a que ha gestado una percepción de peligro sostenido en el tiempo que como consecuencia desequilibran la salud mental, por lo cual se hace necesario el cambio de hábitos de salud para aprender a convivir con el virus, generando cambios comportamentales y cognitivos frente al covid-19 y generando una sensación de control en medio de la incertidumbre que naturalmente se presenta con estas situaciones de crisis.

Dentro de los principales retos psicológicos del confinamiento y la pandemia se puede encontrar:

- Niños, niñas, adolescentes, jóvenes y adultos deshabitados al estudio, aburridos del aislamiento y algunos que han sido el centro de atención de sus familias durante los últimos meses y que ahora pueden experimentar dificultades para retomar las rutinas de trabajo y estudio debido al confinamiento.
- Problemas de sueño y desajuste de rutinas. Al iniciar y terminar la cuarentena se cambiaron las rutinas que se tenían diariamente, pequeños cambios en costumbres afectan el balance de los ciclos biológicos de las personas.
- Problemas en relaciones interpersonales, de pareja y familiares debido a la convivencia prolongada y las emociones de difícil manejo como el estrés y la preocupación que pueden llevar incluso a la generación o aumento de violencia.
- Pérdida de seres queridos por muerte a raíz del covid-19 u otra afectación, lo que naturalmente genera duelo por la pérdida, pero al que se suma la impotencia y frustración de no poder realizar una despedida adecuada para el ser querido.
- Pérdidas en otras áreas de la vida como las laborales, económicas, afectivas, entre otras, que implican normalmente procesos de duelo.
- Aumento o inicio del consumo de sustancias psicoactivas.
- Incremento de conducta o intensión suicida.
- Incremento de embarazo en adolescentes.

- Discriminación frente a las diferencias y diversidad en términos socioeconómicos, de género, culturales, de desarrollo, diferencias individuales y ahora se suma la estigmatización frente al contagio del virus.
- Uso inadecuado de pantallas y de las redes sociales que pueden incrementar la infodemia (cantidad excesiva de información -en algunos casos correcta, en otros no-), la desinformación y el ciberacoso.
- Experiencias socioemocionales de difícil manejo y entendimiento como la ansiedad, el temor recurrente frente al contagio y las demás consecuencias de la pandemia, la incertidumbre sostenida en el tiempo, entre otras emociones válidas y esperadas en medio de una situación cambiante y que reta a encontrar nuevas formas de vida y solucionar las problemáticas diarias.

Por lo anterior, se hace necesario el reintegro de las comunidades e instituciones educativas con el fin de proteger, prevenir, atender y seguir los riesgos psicosociales de los estudiantes y el talento humano. Para lograr los objetivos de salud mental y bienestar integral de las comunidades educativas se proponen dos fases de reapertura con diferentes objetivos:

Fase de planeación y alistamiento	Fase de implementación y seguimiento
Objetivos	
<ul style="list-style-type: none"> • Caracterizar pedagógicamente la población estudiantil. • Informar sobre posibles casos de afectación a la salud y riesgos al bienestar integral. • Generar estrategias orientadas a la acción consciente de recuperar y exaltar el sentido de la vida y la convivencia escolar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Promocionar el desarrollo integral, los aprendizajes significativos, así como las trayectorias educativas completas. • Fortalecer la convivencia escolar. • Realizar acompañamiento y seguimiento de los casos reportados.
Actividades	
<ul style="list-style-type: none"> • Fortalecer factores protectores y prevención de comportamientos de riesgo. • Afianzar capacidades de los maestros y maestras. • Fortalecer la alianza familia – escuela. • Fortalecer el Comité Escolar de Convivencia. • Promover espacios seguros. • Fortalecer estrategias de información, educación y comunicación. 	<ul style="list-style-type: none"> • Fase de Implementación de las rutas integrales de atención para niñas, niños, adolescentes y jóvenes: situaciones de violencia, conducta suicida, consumo de sustancias psicoactivas, embarazo adolescente. • Fase de seguimiento.

Rutas de atención integral

Las rutas de atención para la convivencia escolar son una herramienta que se propone desde el Sistema Nacional de Convivencia Escolar con la Ley 1620 del 2013 y que se refuerzan por los comités nacional, territorial y escolar de convivencia. Tiene como objetivo apoyar y fortalecer el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos; la mitigación de riesgos; el manejo de las situaciones que afectan la convivencia escolar; el seguimiento a los casos que ocurren en los diferentes contextos; y el apoyo para afrontar estas diferencias en los establecimientos educativos del país.

Fase de seguimiento

Para la fase de seguimiento que se propone durante la implementación de las medidas de bioseguridad y de la reapertura de las instituciones se sugiere tener en cuenta:

- a) Establecer seguimiento periódico y eficiente a través de los canales de comunicación entre los maestros, estudiantes y sus familias.
- b) Desarrollar talleres, actividades y estrategias que promuevan la toma de decisiones y consolidar su proyecto de vida.
- c) Promover el fortalecimiento de los vínculos afectivos y hacer seguimiento a las familias, procesos médicos, tratamientos y terapias.
- d) Determinar el equipo encargado de hacer acompañamiento y seguimiento.
- e) Establecer bases de datos de seguimiento: avances y progresos; mecanismos de comunicación y secuelas.
- f) Garantizar el derecho a la educación de manera directa y en coordinación con otras entidades.

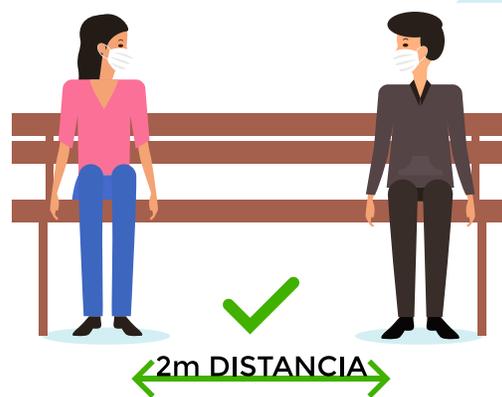
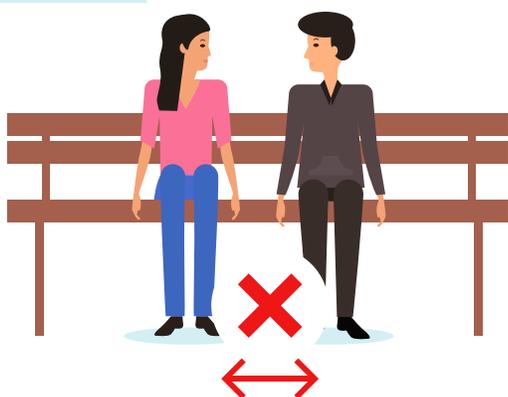
Con el fin de dar apoyo emocional a los estudiantes se propone adicionalmente a las rutas de atención, que en cada institución educativa (administrativos, directivos, maestros, familias, personal de apoyo) se brinden estrategias para acompañar a los estudiantes y la comunidad a nivel emocional que implica:

- Inicialmente se deben generar capacidades en el talento humano a través de procesos de cualificación que les den herramientas al talento humano para acompañar a los estudiantes y sus familias.
- Anticiparse para abordar una amplia gama de necesidades de salud mental.
- Mecanismos para evaluar a los jóvenes de forma presencial y remota si los educadores o familiares expresan preocupaciones.
- Planes para los estudiantes que regresan, dada la alta probabilidad de ansiedad por separación y agorafobia (miedo a las multitudes, a los puentes o estar solo en espacios exteriores o públicos).

- Planes para aquellos que no pueden volver por ahora.
- No intentar ponerse al día para recuperar tiempo académico perdido a través de la aceleración del plan de estudios.

Por último, es necesario que cada actor dentro de las instituciones educativas pueda gestionar el bienestar emocional necesario para hacer frente a los retos que la reapertura y la pandemia en general ocasiona normalmente:

- El distanciamiento es físico, pero no emocional, es importante seguir en contacto con los demás.
- Mantener el balance adecuado entre trabajo y la vida personal.
- Hacer una pausa para reflexionar y preguntarse ¿qué requiere esta situación de mí y quién quiero ser durante este tiempo?
- Facilitar un espacio de expresión emocional, validar experiencias y normalizar preocupaciones. Escuchar a los demás puede traer nuevas ideas y estímulos que no se habían considerado y crea empatía y solidaridad.
- Empezar la mañana planteando los objetivos del día, que sean viables, utilizar herramientas para la organización y seguimiento de tareas.
- No discriminar a personas que sospechen tener covid-19, antes bien, acompañarlas a buscar ayuda manteniendo las medidas de seguridad.
- Ser empático y comprensivo con colegas que compartan sus miedos y dificultades durante la pandemia, recordar que todos viven esta situación de manera diferente dependiendo de la propia historia de vida.
- Ayudar a encontrar maneras positivas de expresar sentimientos, como el temor y la tristeza. Cada niño o niña tiene su manera de expresar, algunas veces, la participación en una actividad creativa puede facilitar este proceso.
- Promover la Primera Ayuda Psicológica (PAP) como la herramienta recomendada para brindar apoyo psicosocial en esta fase de la emergencia. PAP es una respuesta humanitaria de apoyo a otro ser humano que ha estado recientemente expuesto a alguna situación estresante y que puede requerir asistencia por profesionales formados en este tipo de asistencia.



Contextos especiales

En el contexto de la actual pandemia, se encuentran retos en poblaciones y contextos especiales como lo son residencias estudiantiles, niñas y niños de 2 a 5 años, niñas, niños, adolescentes, jóvenes con discapacidad, con capacidades o talentos excepcionales y con trastornos específicos del aprendizaje o del comportamiento y pueblos indígenas. Teniendo en cuenta que los principios y fundamentos en bioseguridad continúan siendo los mismos, se deben tener consideraciones diferenciales en la implementación de los protocolos y medidas de bioseguridad para estos grupos y contextos.

Las residencias estudiantiles son la estrategia de acceso y permanencia para los niños, niñas y jóvenes que habitan zonas rurales de compleja movilidad o donde se encuentra ausencia de oferta educativa, por ende, requieren permanecer en el servicio educativo. Se tiene en cuenta que el tiempo para el desplazamiento sea mayor a 4 horas (ida y regreso) entre la vivienda y la institución educativa, que no se cuente con vías de comunicación entre la vivienda y el establecimiento educativo que permita el tránsito motorizado en la mayor parte del año lectivo ó que la prestación de servicio público diario (terrestre, fluvial o marítimo) entre vivienda e institución educativa no tenga frecuencia diaria de ida y vuelta. Se pueden encontrar estudiantes en esta medida que requieran refuerzo, prácticas o asignaturas pendientes, que junto con sus familias decidan estar en las residencias escolares, teniendo la edad o el grado/nivel académico que permita aplicar las medidas de bioseguridad y distanciamiento y que no presenten antecedentes de enfermedades o comorbilidades de riesgo para covid-19. Por su parte, el establecimiento debe contar con la infraestructura física y de seguridad; que permita tener una capacidad de dormitorios en la cual se mantenga el distanciamiento físico en todos los momentos, al igual que tenga condiciones de cocina, comedores, espacios comunes, baterías sanitarias, agua potable, servicio eléctrico, comunicación, servicio de alimentación para los estudiantes, entre otros requerimientos técnicos. Durante todo este proceso se debe contar con el consentimiento informado de la decisión libre y espontánea de los padres, familiares o responsable legal del menor.

En la estrategia de retorno gradual y progresivo bajo el esquema de alternancia se plantean cuatro fases:

- a) Alistamiento previo: se debe concertar con las partes relevantes en el proceso de toma de decisiones, al igual que tener los protocolos de bioseguridad y la caracterización del personal docente y administrativo, de acuerdo con la Resolución 0666 de 2020 del Ministerio de Salud y Protección Social. Se debe identificar a los estudiantes que retornarán a las aulas, esta decisión involucra a su familia y se deben organizar grupos de estudiantes fijos para evitar mezcla entre ellos.
- b) Retorno gradual y progresivo: fase dentro de la cual se deben adelantar acciones que promuevan la salud mental de los estudiantes, asegurar medidas de bioseguridad y el distanciamiento físico en todos los momentos, mantener la salud de los docentes, estudiantes y personal general de las residencias y definir acciones para un retorno seguro (ida y regreso entre los hogares y las instituciones educativas).

- c) Seguimiento al proceso: reporte y seguimiento a la situación de los estudiantes y personal perteneciente a las residencias. También se debe trabajar en el fortalecimiento del plan de trabajo/estudio en casa, para los estudiantes que no pueden regresar. De manera transversal se debe evaluar el proceso e identificar oportunidades de mejora.
- d) Fortalecimiento comunitario y organizativo: manteniendo canales de comunicaciones con las familias y comunidades mediante mensajes claros y en su lengua. Se debe contar con la participación de autoridades locales.

En el contexto de niños de 2 a 5 años se considera el retorno siempre y cuando no se cuente con comorbilidades identificadas como factores de riesgo para el desarrollo de infección grave por covid-19, al igual que personal de la comunidad que no presente factores de riesgo.

Una vez establecido el grupo de estudiantes y de la comunidad que podrá retornar a la presencialidad, se deben priorizar las prácticas de higiene y limpieza y desinfección, especialmente en los escenarios donde no se utiliza tapabocas, como por ejemplo durante el consumo de alimentos. En la población de 2 a 5 años cobra una especial importancia el proceso de educación y conocimiento por parte de esta población de los protocolos y medidas de bioseguridad para lograr un mayor cumplimiento de estos.

Durante todo el proceso se deben acordar estrategias coordinadas y organizadas de manera intersectorial (salud, educación, ICBF, prestadores de educación inicial oficiales y privados), al igual que construir protocolos de acción conjunta: definición de las funciones y responsabilidades de actores: i) operación plan de regreso, ii) estrategias e instrumentos para recolección de información del estado de salud de la comunidad educativa, iii) flujos de información y activación de rutas ante caso sospechoso o confirmado de covid-19. Al igual que el fortalecimiento en capacidades y empoderamiento de la comunidad.

En este proceso se debe contar con condiciones higiénico-sanitarias para el servicio de educación inicial. Se debe contar con las siguientes acciones recomendadas a ejecutar: i.) información, comunicación y educación a la comunidad educativa, ii.) suministro y cuidado del agua potable, iii.) disposición y suministro de insumos para higiene, limpieza y desinfección, iv.) medidas de limpieza y desinfección en las instalaciones, v.) medidas para garantizar el distanciamiento físico entre personas (1 a 2 metros), vi.) medidas de entrada y salida de integrantes de la comunidad educativa, vii.) información y educación sobre medidas de prevención del covid-19.

Otro reto que se encuentra es la atención educativa de niñas, niños, adolescentes y jóvenes con capacidades o talentos excepcionales y con trastornos del aprendizaje o del comportamiento. Dentro de la orientación se debe planear y alistar la atención, al igual que la de todos los estudiantes, identificando los grupos del establecimiento educativo al cual pertenecen los avances en el proceso académico en casa, qué condiciones particulares de salud presentan ellos o los miembros de su familia, así como aquellas indispensables para su regreso a la presencialidad (movilidad, alimentación, suministro de medicamentos, entre otros), con lo cual podrán armonizar y articular con sus familias su transición del trabajo académico en casa y el

retorno gradual y progresivo a los establecimientos educativos, bajo el esquema de alternancia logrando identificar la ubicación de este grupo de estudiantes, los avances en el proceso académico en casas. Se debe tener en cuenta las condiciones particulares de salud en estudiantes o familia, al igual que las condiciones particulares de salud para regreso a presencialidad. Recuerde que, aunque la discapacidad y los trastornos del aprendizaje o del comportamiento están asociados con un diagnóstico relacionado con una deficiencia en una estructura o funcionamiento corporal, esto no implica necesariamente una condición de enfermedad, por lo tanto, se deberá atender lo establecido por el Ministerio de Salud y Protección Social. En consecuencia, la decisión de atención educativa en alternancia de estos estudiantes deberá ser analizada y caracterizada teniendo en cuenta los ajustes razonables, los apoyos técnicos, tecnológicos y pedagógicos en el marco de la flexibilización curricular.

En el caso de estudiantes con discapacidad física que requieran de la asistencia constante de personal de apoyo para la realización de actividades como entrar al baño, alimentarse, entre otras, así como para quienes requieran ayudas técnicas como sillas de ruedas, caminadores, muletas, bastones, prótesis y órtesis, entre otras, para el desarrollo de su autonomía en el entorno escolar, se deberán tomar decisiones de acuerdo con sus condiciones de salud, de accesibilidad en el transporte escolar, así como en la infraestructura del establecimiento educativo, que permita prevenir al máximo los riesgos de contacto.

Para estudiantes con discapacidad visual y sordoceguera se recomienda que la transición progresiva y en alternancia al servicio educativo en la modalidad presencial, se postergue hasta que las medidas de aislamiento preventivo obligatorio establezcan la posibilidad al regreso presencial. Así mismo, es necesario que se tomen las medidas para evitar los riesgos de contagio dada la interacción con ayudas técnicas y tecnológicas (bastones, regleta braille, punzones, ábaco, tabletas digitales, teléfonos, entre otros) y personal de apoyo, por lo anterior es imprescindible que las estrategias de aprendizaje en casa se fortalezcan a través de las herramientas educativas que haya establecido la Secretaría de Educación.

Para la población indígena se tienen consideraciones diferenciales desde los propios pueblos, teniendo en cuenta que los pueblos indígenas han construido sus propios planes de contingencia/prevención, en los cuales incluyen acciones propias de protección que dependen de la cosmovisión. Se debe promover de manera pedagógica para lograr la implementación de estos protocolos, al igual que se debe incluir información general de la pandemia, prevención o contención del virus, teniendo en cuenta tanto el aspecto individual como el colectivo, y la identificación de signos, síntomas y contacto con personas con síntomas, en estudio o positivos para covid-19. Se debe tener en cuenta que las autoridades indígenas controlan la entrada al territorio, los sabedores hacen los rituales de armonización de protección del territorio y está a cargo de los líderes y la autoridad local debe informar acerca del covid-19 por medio de mensajes sencillos, claros y en la lengua de cada pueblo. Los líderes deciden la pertinencia y la aprobación o cancelación de actividades masivas en el territorio (actividades deportivas, mingas, reuniones, fiestas, entre otras). Se debe promover el lavado de manos con jabón o jaboncillos de plantas tradicionales.

