



**PLAN DE GESTION**

**DE**

**SALUD MENTAL**

**2024**

**FORD COLLEGE**

<b>I.- DATOS DE IDENTIFICACION</b>	
Nombre de Establecimiento:	Ford College
Dirección:	Menandro Urrutia 2311
Nombre del Director:	Guido Rivera Robles
Nombre Encargada de Gestión:	Leonor Zegarra Tarque
Teléfono:	58 2 223028 – 9 64203740
Correo:	orientacion@fordcollege.cl
<b>II.- FUNDAMENTACION</b>	
<p>Desde el punto de vista del bienestar emocional, se detecta a través de un estudio, la presencia de diversas sintomatologías –más del 30% de los estudiantes presenta síntomas severos y extremadamente severos de estrés, ansiedad y depresión– no más de un 22% de los estudiantes ha recibido algún tipo de atención en salud mental.</p> <p>La Salud Mental es el <b>bienestar emocional, psicológico y social de una persona</b>. Este tiene un efecto en cada aspecto de la vida de una persona, incluyendo el cómo se siente, piensa y actúa. También afecta el cómo una persona maneja el estrés, las decisiones que toma y cómo se relaciona con los demás.</p> <p><b>Una mayor salud mental para los alumnos significa que pueden aprender mejor y ser más propensos a desarrollar todo el potencial de sus habilidades.</b> La salud mental de los alumnos en la escuela es una parte fundamental del sistema educativo.</p>	
<b>III.- OBJETIVOS.</b>	
<p><b>O. GENERAL:</b> Mejorar la salud mental de los estudiantes, estableciendo criterios estandarizados de primera respuesta, y derivación cuando sea necesario, previendo las mejoras de su estado emocional, en el contexto escolar y en su vida cotidiana.</p> <p><b>O. ESPECÍFICOS:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1.- Educar al personal, a los padres y a los estudiantes sobre los síntomas de problemas de <b>salud mental</b> y la ayuda disponible.</li> <li>2.- Promover la aptitud social y emocional y fomentar la resiliencia</li> <li>3.-Garantizar un ambiente escolar positivo y seguro.</li> </ol>	
<b>IV.- RESPONSABILIDADES:</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Funcionario que detecta, o le abren relato, respecto de, llanto de un alumno, conducta agresiva, síntomas severos de ansiedad y estrés, aislamiento, etc. debe, activar y articular los procedimientos necesarios al interior del establecimiento educacional para realizar la primera respuesta y derivación hacia encargada de convivencia escolar.</li> <li>• Funcionario (encargado de convivencia) entrevista al alumno/a</li> <li>• Funcionario (encargado de convivencia escolar), responsable de coordinar la derivación a redes de apoyo de salud mental, (si se requiere), cita a los apoderados del alumno para informar.</li> <li>• Encargada de Convivencia deriva al alumno/a a la red de apoyo de ese momento.</li> <li>• Equipo tratante de la red de apoyo, responsables de realizar la evaluación inicial del usuario que ha sido derivado a su dispositivo de atención y la elaboración del plan de cuidados integrados.</li> <li>• Desde jefatura y orientación se realiza seguimiento de las conductas del alumno/a.</li> <li>• Desde el colegio se concreta reunión con equipo tratante, encargado de Convivencia y UTP. para trabajo en equipo, con el objetivo de trabajar desde el colegio, con las recomendaciones entregadas por los profesionales expertos.</li> </ul>	

<b>PLAN DE ACCION DE SALUD MENTAL: ACCIONES CON QUE SE IMPLEMENTARAN LOS CONTENIDOS DEFINIDOS PARA FORTALECER LA SALUD MENTAL EN NUESTROS ESTUDIANTES.</b>		
<b>Acción</b>	<b>Responsable</b>	<b>Fecha</b>
1.- Talleres sobre Salud mental para los estudiantes de 7º a 4º medio	COMSE Orientadora	1º SEMESTRE
2.- Pubertad y sus cambios biológicos	COMSE Orientadora	1º SEMESTRE
3.-Taller sobre Salud mental para docentes	Red de Apoyo Orientadora	1º SEMESTRE
4.-Celebración Aniversario del colegio: Actividades recreativas durante la semana	Ceal Apoyo profesores	MAYO
5.- Salida. Actividad Deportiva en el exterior del colegio	Red de Apoyo Prof. Educación Física colegio.	1º SEMESTRE
6.- Celebración del Arte y la Música	Orientación Profesores, Convivencia Escolar.	OCTUBRE
7.- Derivaciones Casos Particulares alumnos	Red de Apoyo Orientadora	Anual
8.- Realización de actividades deportivas al interior del colegio: Futbol, Partido goleado etc.	Profesores de Educación Física.	Anual

#### **CONCEPTO:**

Es una reacción motora y emocional por parte del estudiante, frente a uno o más estímulos, donde no logra comprender su estado emocional, ni logra expresar sus emociones o sensaciones, dificultando sus respuestas para llegar a un estado de calma.

#### **PROTOCOLO DE DESREGULACIÓN EMOCIONAL Y CONDUCTUAL.**

##### **COMPONENTES:**

- Falta de consciencia, comprensión y aceptación de las emociones
- Negación ente lo que siente
- No hay evidencia de alguna estrategia para superar la situación.

##### **CARACTERISTICAS:**

Se caracteriza por sentimientos de ahogo emocional derivado a la falta de expresión, o bien, por reacciones desajustadas a situaciones cotidianas como actuar con violencia o las autolesiones.

##### **CRISIS:**

Se caracteriza por un episodio en que la persona puede parecer fuera de control, provocado por una sobrecarga de estímulos, entorno hostil o saturación, pueden aparecer gritos e intentos de agresión o autolesión.

##### **¿COMO SE MANIFIESTA?:**

- Filtro de la experiencia dirigido a lo negativo
- Problemas para relacionarse socialmente
- Expresiones de ira o llanto
- Autolesiones
- Imposibilidad de enfocarse
- Conducta desafiante

##### **¿COMO PREVENIR?:**

- Conocer a los estudiantes
- Reconocer señales previas y actuar acorde a ellas

- Reconocer elementos del entorno que pueden ser estresores
- Redirigir al estudiante hacia otro foco de atención
- Facilitar la comunicación permitiendo expresar la emoción
- Entregar estrategias de autorregulación

### ¿COMO INTERVENIR?

Para la intervención se deberá tomar en cuenta el nivel de intensidad de la desregulación emocional, como también tener en cuenta la personalidad del NNA, de modo que se puedan implementar diferentes estrategias para lograr llevarlo a un estado de calma.

### ESTRATEGIAS DE INTERVENCION NIVELES DE INTENSIDAD:

ETAPA 1	ETAPA 2	ETAPA 3
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cambiar la actividad en caso de reaccionar con frustración.</li> <li>• Otorgar un espacio para que se calme.</li> <li>• Utilizar conocimiento sobre sus intereses como estrategia de apoyo.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Permitirle ir a un lugar que le ofrezca calma.</li> <li>• Permitir cuando la intensidad vaya cediendo, la expresión de lo que sucede.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Contar con profesionales que manejen técnicas apropiadas como la relajación.</li> <li>• Trasladar al estudiante a centros de salud si la situación lo requiere.</li> <li>• Utilizar contención física en situaciones extremas.</li> </ul>

### SUGERENCIAS.

- 1.- Validar la emoción
- 2.- Conocer a los estudiantes
- 3.- Prestar atención a cualquier conducta fuera de lo normal
- 4.- Disponer de espacios libres de estímulos estresores para el NNA
- 5.- Entrenamiento en técnicas de relajación y respiración.

### PROCEDIMIENTO:

- 1.- En caso de ocurrir una DEC de un estudiante, en 1ª etapa, frustración, llanto, ira; el personal que observe en primera instancia la situación, hará contención, lo alejará de la situación que le provocó la desregulación, lo llevará a enfermería (lugar tranquilo para la calma), si esto ocurre en sala, lo sacará hacia el exterior y buscará apoyo del inspector, para acompañamiento del NNA.
- 2.- Es el docente que observa en primera instancia la DEC, quién comunica al apoderado de la situación ocurrida con el estudiante e informa que se logró la contención y que la situación vuelve a normalizarse.
- 3.- En el caso de que sea un asistente que observa en primera instancia la DEC, (en el patio) comunicar a inspector y será este quién comunique, vía telefónica al apoderado, que se logró la contención y la situación vuelve a la calma.
- 4.- Si la DEC en el estudiante se manifiesta con aumento y descontrol emocional, además de ausencia de autocontrol y riesgo para sí mismo o/a terceros (etapa 2), se le traslada a un lugar más calmado, acompañado de un adulto quién hará la contención, llevarlo a la calma, que inicie la relajación con respiración. Una vez que vaya cediendo la desregulación, permitir que exprese lo que sucede.
- 5.- Es el docente que observe en primera instancia la DEC (etapa 2), quién comunique al apoderado, vía telefónica, lo que sucedió con el estudiante, se evaluará la situación, respecto de si es necesario, retirarlo del colegio. (Dependiendo si se logró la contención y si todo vuelve a la calma).

6.- En caso que la DEC en el estudiante, sea descontrol, riesgo para sí o terceros, necesidad de contención física al estudiante (etapa 3). Se le aleja de todo lo que pueda llevar riesgo para el estudiante, se le traslada a un lugar tranquilo (fuera de la sala, enfermería), se desvía su atención, se aplican técnicas de relajación, respiración.

7.- En caso de etapa 3 de desregulación, el adulto (personal del establecimiento), que observa en primera instancia la DEC, comunica inmediatamente al apoderado del estudiante, la situación, para que asista al colegio, ya que, si se requiere, el estudiante será trasladado a urgencia de hospital.

### **Personal para apoyo y contención en la DEC de estudiantes:**

**Etapa 1:** Profesores, Inspector

#### **Etapa 2 y 3**

**(Personal que puede acudir y que se encuentre disponible en el momento de ocurrir la DEC en el estudiante)**

1.- Inspector

2.- Encargada de Convivencia

3.- Orientadora

4.- Profesores

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Leonor Zegarra Tarque**  
**Orientadora.**