

EMOOTTI PRESENTA UNAS GUÍAS PARA ABORDAR LA SALUD MENTAL EN LOS CENTROS EDUCATIVOS DE ESPAÑA

- **Esta herramienta está diseñada para abordar la salud mental en estudiantes de primaria y secundaria, adaptada a cada etapa educativa.**
- **Entre las dificultades abordadas en esta guía destacan la ansiedad, la depresión y el TDAH: las más prevalentes, que afectan a uno de cada cinco menores en España.**
- **Las guías subrayan el papel crucial de los colegios y ofrecen soluciones prácticas para apoyar a responsables de centros educativos y a docentes en la detección temprana y el manejo de casos.**

Madrid, 11 de marzo de 2025 – Emooti, Instituto de Salud Mental y Bienestar, entidad centrada en la prevención y promoción de la salud mental infanto-juvenil, ha lanzado unas guías prácticas dirigidas a centros educativos de primaria y secundaria en España con el propósito de aportar a responsables y educadores recursos formativos y herramientas que faciliten la detección temprana y el adecuado manejo de problemas de salud mental en niños y adolescentes. Su preparación y publicación responde al compromiso de Emooti con la prevención, la investigación, la intervención y la divulgación en torno a la salud mental y bienestar emocional en niños y adolescentes.

La elaboración de las guías ha contado con la colaboración de la Universidad de Navarra y la Universidad Internacional de la Rioja, y evidencia la creciente importancia de la colaboración entre expertos en salud y el ámbito educativo. El documento puede descargarse en el siguiente [enlace](#).

Una situación preocupante

En España, aproximadamente un 20% de los niños y adolescentes presenta algún tipo de trastorno de salud mental, según informes recientes. Entre los problemas más prevalentes se encuentran los trastornos de ansiedad, que afectan al 10-20% de los menores, seguidos por el trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH) y la depresión, que impacta al 5-8%. Además, las cifras muestran un aumento significativo en los casos de autolesiones y pensamientos suicidas en adolescentes, especialmente tras la pandemia de COVID-19, que exacerbó los problemas de aislamiento, el estrés académico y la inestabilidad emocional. En particular, los suicidios consumados entre adolescentes aumentaron un 41% entre 2021 y 2022, convirtiéndose en una preocupación prioritaria para las autoridades y la sociedad en general.

El entorno escolar desempeña un papel destacado en la detección temprana de estas dificultades, ya que los docentes y orientadores son a menudo los primeros en

identificar cambios en el comportamiento o el estado emocional de los estudiantes. Sin embargo, muchos colegios carecen de los recursos y la formación necesarios para detectar a tiempo y responder adecuadamente a estas situaciones. Esta brecha pone de manifiesto la necesidad urgente de iniciativas como las guías de Emooti, que ofrecen soluciones prácticas y adaptadas a las necesidades del sistema educativo. En la actualidad, los expertos de Emooti colaboran con más de 30 entidades educativas para ayudarles en la detección temprana de dificultades, aportarles recursos formativos y asesorarles en las labores de intervención y tratamiento.

"La falta de detección temprana en problemas como la ansiedad o la depresión puede desencadenar consecuencias graves a largo plazo, incluyendo trastornos crónicos que limitan el desarrollo personal y social de los jóvenes. Estas guías proporcionan a los colegios herramientas para identificar señales de alarma y coordinarse eficazmente con profesionales de la salud mental, garantizando un apoyo integral desde el primer momento" afirma el Dr. Hilario Blasco-Fontecilla, Director General de Emooti e investigador de la Universidad Internacional de La Rioja (UNIR).

Por su parte, Mariana Cujó Puig, Directora de Desarrollo de Proyectos en Colegios de Emooti, destaca que *"los centros educativos tienen un papel fundamental en el bienestar emocional de los estudiantes, pero necesitan orientación y apoyo. Estas guías están diseñadas para dar respuesta a esa necesidad"*.

Principales trastornos abordados y recomendaciones

Las guías se dividen en dos secciones específicas para los niveles de primaria y secundaria, y se centran en los siguientes trastornos:

- **Ansiedad**
- **Depresión**
- **TDAH**
- **Trastornos de conducta**
- **Dificultades emocionales relacionadas con el entorno escolar**

A continuación, se resumen las principales recomendaciones para cada trastorno, divididas por segmento de edad:

Dificultades	Primaria: Recomendaciones clave	Secundaria: Recomendaciones clave
Ansiedad	Actividades de relajación y respiración; establecer rutinas claras; formación a docentes para identificar signos	Técnicas de afrontamiento del estrés; grupos de apoyo; talleres de manejo de la ansiedad
Depresión	Actividades grupales para fomentar la autoestima; vigilancia cercana por parte de docentes	Creación de espacios seguros para hablar de emociones; derivación temprana a profesionales especializados

TDAH	Metodologías dinámicas en clase; pausas frecuentes; colaboración con familias	Adaptación curricular personalizada; estrategias para mejorar la concentración y organización
Trastornos de conducta	Intervenciones basadas en refuerzo positivo; mediación en conflictos	Programas de convivencia; formación en gestión de emociones y resolución de conflictos
Dificultades emocionales	Apoyo psicoeducativo para familias; talleres sobre habilidades sociales	Asesoramiento personalizado; integración de la figura del orientador en el día a día
Acoso escolar	Promover la empatía y actividades de inclusión; protocolos claros para abordar el acoso	Talleres de sensibilización; apoyo a víctimas y mediación en casos de conflicto
Trastornos alimenticios	Educación sobre hábitos saludables; trabajar con familias	Involucración temprana de profesionales especializados; apoyo psicopedagógico

Además, las guías abordan otras situaciones relevantes como las fobias, el maltrato infantil y las autolesiones. Estos capítulos destacan la importancia de crear entornos seguros y protocolos claros en los centros educativos, así como el trabajo conjunto con familias y especialistas para una intervención efectiva.

Para complementar esta herramienta, se ha desarrollado una serie de videos educativos disponibles en su canal de YouTube. Estos materiales ofrecen explicaciones claras y ejemplos prácticos que facilitan la aplicación de las recomendaciones en el ámbito escolar.

Acerca de Emooti

Emooti es un proyecto pionero que investiga sobre la salud mental y el bienestar emocional en niños y jóvenes y ofrece atención psiquiátrica, psicológica, pedagógica y de bienestar emocional integral en el entorno educativo. Su enfoque se basa en la intervención por parte de un equipo interdisciplinar de profesionales especializados, que incluye psiquiatras, psicólogos, neuropsicólogos, logopedas, terapeutas ocupacionales y nutricionistas, entre otros profesionales de la salud. Emooti colabora con distintas fundaciones para hacer accesible la ayuda a todos los menores y familias, a través de su programa de becas y ayudas.

Más Información:

Gabinete de Comunicación Emooti

Ángel Andreo Pascual

Tlf.: + 34 650 105 165

Gabinetecomunicacion@emooti.com

