

# Ideales

Otro espacio para pensar



Universidad  
del Tolima



ACREDITADA  
DE ALTA CALIDAD

Instituto de Educación  
a Distancia **IDEAD**

¡Construimos la universidad que soñamos!

# Educar para la salud mental en el ámbito familiar y escolar

*Leonor Gaona Pachón<sup>6</sup>*

## **Introducción**

Educar es un proceso que exige sabiduría, amor, claridad de objetivos, observación, análisis, retroalimentación, desprendimiento, reaprendizajes. Es abrirse al encuentro del otro desde el asombro y reconocimiento ya que en muchas ocasiones es educando y a la vez nuestro maestro. Al mismo tiempo conectarse con la experiencia diaria de vivencias, flexibilizarse y adaptarse a los contextos, tiempos, cambios y unicidades presentes en el ciclo evolutivo propio y de quien se pretende educar.

La educación se convierte en un vehículo que permite reconocer al otro mediante el fortalecimiento de sus recursos, el hacerse dueño de sí, de sus facultades, sueños y acciones de tal forma que viva una vida orientada y con sentido. Es pertinente contrastar que la familia y la escuela de forma conjunta, hacen parte de un grupo de personas que a través del tiempo han ido evolucionando para construir un contexto dónde interactúan y dan origen a una sociedad. En ellas, los individuos son permeados por las costumbres, presaberes, colectividad y agentes externos. En efecto, el infante al nacer inicia su proceso de socialización a partir del medio inicial que lo acoge, de él adquiere los aprendizajes, como forma de adaptación a su medio.

Por lo anterior, la familia y la escuela contribuyen de forma temprana al desarrollo integral y se convierten en los mayores referentes en la formación de esquemas mentales, manejo emocional, modelos de conducta y control social. De este modo, familia, escuela y contexto, aportan las condiciones para un desarrollo sano de la personalidad o en su defecto es la principal fuente de trastornos emocionales.

A partir de estas afirmaciones y evidenciando la importancia de la adecuada educación temprana, es desalentador saber que la familia es la única institución educadora en la que los miembros adultos no reciben una formación específica para mejorar presaberes, aprendizajes, competencias y recursos. Por consiguiente, cuando la pareja se convierte en padres, pueden llegar a ejercer esta labor en un completo desconocimiento, lo que los lleva a educar a su hijo a partir de “ensayo y error. Esto se hace evidente en la crianza dentro del seno de familias disfuncionales, que se caracterizan porque su composición es de personas habitualmente auto limitadas emocionalmente, cuyas personalidades parecen inhibidas, empequeñecidas o subdesarrolladas. Lo anterior da lugar a que, en estas familias, la comunicación suela ser deficiente, inexistente o se exprese mediante comportamientos destructivos o violentos. (Broncano, 2012, p.4).

---

6. Psicóloga. Aspirante a Título de Magister en Educación. Universidad del Tolima, Colombia. lgaonap@ut.edu.co

La educación para la salud mental se convierte en un recurso facilitador para que padres y educadores movilicen sus propios recursos y desarrollen capacidades, que les permitan tomar decisiones consientes y autónomas sobre lo que favorece a su bienestar y el de su familia.

Así, el presente artículo de reflexión es un producto asociado al proyecto de investigación *Programa psicoeducativo para padres de estudiantes con conductas autolesivas*, y pretende dar respuesta a la inquietud ¿puede contribuir la Educación para la Salud en el ámbito familiar, al desarrollo de una personalidad que favorece la salud mental en los estudiantes? Para lo cual se realiza una revisión y análisis de fuentes primarias y estudios afines.

La profundización de igual forma devela cómo los aprendizajes tempranos inciden en la formación de la estructura interna de la personalidad y estos además de la familia, y otros elementos, pueden convertirse en factores de protección o riesgo en la salud mental. De las evidencias anteriores podemos determinar que la Educación para la Salud, puede promover la salud mental desde la temprana infancia, así como contribuir de forma preventiva al favorecer su aplicación en contextos como las instituciones educativas.

### **Metodología**

Se realizó una revisión de fuentes primarias, tesis y artículos científicos publicados en bases de datos de revistas indexadas a nivel nacional e internacional. Para la búsqueda bibliográfica, se tuvo en cuenta inicialmente estudios referentes a aprendizajes tempranos, personalidad, incidencia de padres en aprendizajes tempranos, salud mental, educación para la salud, adolescentes, factores ambientales, familia como factor protector o de riesgo en salud mental, utilizando las palabras clave y que su contenido incluyera marco

teórico y procesos investigativos. Se realiza la revisión en la siguiente secuencia:

1. Búsqueda de información relacionada.
2. Organización, categorización y análisis de la información con criterio de aplicabilidad a la investigación.
3. Elaboración de fichas bibliográficas.
4. Elaboración del estado del arte.

De igual forma, para dar respuesta al objetivo de la investigación se organizaron los resultados de acuerdo con estos criterios: En la temática inicial, denominada Padres, escuela y contexto: primeros aprendizajes, se evidencian métodos y teorías tempranas de apropiación de aprendizajes y su incidencia, en la construcción de personalidad a partir mecanismos individuales y colectivos de adaptación social. En la segunda parte denominada una mirada a la contribución familiar: lo heredado y lo adquirido, se analiza cómo el núcleo básico contribuye en el aprendizaje temprano del niño mediante teorías científicas que argumentan los postulados propuestos. En la tercera parte, la institución educativa como centro de aprendizaje colectivo: favorece, refuerza o provee alteraciones de riesgo en la salud mental, allí, nos introducimos en la educación formal desde una mirada histórica y actual y su contribución a esquemas de violencia como métodos de sujeción soterrada que causan gran repercusión en la salud mental de los infantes. En el cuarto apartado se hará un recorrido por conceptos en la Educación para la Salud y en el ámbito familiar como contribución al desarrollo de una personalidad que favorece la salud mental en los estudiantes y propone desde las generalidades y conceptos hasta sus competencias en el ámbito familiar y educativo.

### **Análisis de las investigaciones**

A lo largo de la historia la familia ha sido el grupo social más poderoso que ha existido. Se puede determinar como un concepto que interfiere de forma muy directa en los

aprendizajes tempranos del individuo. De modo similar, colectivamente existe como un grupo de personas con diferentes capacidades que, a través del tiempo han ido evolucionando para construir una sociedad más justa, humana y armoniosa. Es allí dónde los individuos inician su proceso de humanización, adquieren valores, forman su carácter, costumbres, personalidad, posturas frente a la vida, capacidades de afrontamiento, aprenden a tomar decisiones, dar respuestas a las contingencias, solidifican sus criterios de decisión, deciden su carrera, se proyectan hacia su futuro, modifican sus conductas, y reciben la mayor contribución al desarrollo de habilidades para la autorregulación emocional.

### **Padres, institución educativa y contexto: Primeros aprendizajes**

Los padres de ahora fueron los hijos de antes. En ese sentido, en la infancia se absorbe gran parte de los patrones de crianza que a futuro harán parte de las pautas de crianza de los propios hijos. Las personas se convierten en agentes enculturadores de su descendencia, así mismo como sus padres lo fueron para ellos. Si bien es cierto que la cultura es dinámica, ciertas creencias fundamentales se mantienen y a menos que el individuo inicie un proceso de crecimiento consiente, específico y dirigido a cambiar patrones y creencias, en el momento de encontrarse en el desarrollo de un rol nuevo, buscará en su recuerdo temprano esos aprendizajes inherentes al desarrollo de tal rol y posiblemente se vea abocado a posturas innatas y respuestas automáticas derivadas de tales aprendizajes.

Continuando con lo anterior, el antropólogo René Girard a lo largo de sus investigaciones sobre el funcionamiento de las relaciones humanas y la violencia, se propuso analizar las claves del funcionamiento psicológico del ser humano en su teoría del deseo, captando la esencia del proceso dinámico y continuo de la

imitación y emulación. De lo anterior, el autor relaciona como mecanismos de aprendizaje temprano y el funcionamiento cerebral de una parte del encéfalo denominado tercer cerebro, neocórtex, cerebro mimético o cerebro espejo se hacen importantes. Según el autor, estos modelos ejercen un efecto directo en la forma de ver el mundo y de ser de cada individuo en razón a que la parte del encéfalo que es capaz de utilizar en modo emulación la capacidad mimética; de igual forma, a representar internamente lo que se percibe del ambiente externo agilizando el aprendizaje sin tener ni siquiera necesidad de ejecutar esas nuevas habilidades. Lo adquirido en este sentido y de forma propia se convierte en la idea que se tiene de sí mismo, de los demás, del mundo y el futuro, contribuyendo al comienzo de entretrejer las bases de la estructura interna de personalidad del niño.

Partiendo del interés científico por relacionar los aprendizajes tempranos con el entorno, Lipton (2013) biólogo celular e investigador, realiza grandes aportes a partir de sus investigaciones, orientadas a demostrar que los genes no controlan la biología humana y que los comportamientos reflejos elementales adquiridos durante la evolución se transmiten a la descendencia en forma de instintos básicos innatos. Refiere igualmente, que la evolución a cerebros más grandes, con mayor número de neuronas, les ofreció a los organismos la oportunidad de aprender de las experiencias de la vida y no tener que confiar tan sólo en sus instintos. Lipton argumenta que el aprendizaje de comportamientos reflejos es en esencia una consecuencia del condicionamiento, todo ello conlleva a determinar que las rutas neuronales establecidas entre estímulos y respuestas se estructuran para asegurar un patrón repetitivo. Los actos de la mente subconsciente son de naturaleza refleja y no están controlados por la razón o el pensamiento. Sin embargo, los humanos tienen la capacidad de evaluar de forma consciente sus respuestas a los estímulos

medioambientales y de cambiar antiguas reacciones siempre que lo desee.

Según las investigaciones de Lipton, la capacidad del cerebro humano para aprender es tan avanzada, que no necesariamente necesita experimentar estímulos de forma directa, sino que lo realiza por medio de procesos miméticos. De igual forma, una vez que se acepten las ideas de otros como verdades representativas (creencias), dichas ideas se graban en el cerebro y se convierten en nuevas verdades. La mente subconsciente no es más que un aparato de reproducción refleja que funciona mediante un mecanismo estímulo-respuesta.

En consecuencia, los mecanismos erróneos del subconsciente si no son actualizados y cuidados pueden llevar a comportamientos desacertados, coartados y herrados: “aprendidos”. Al respecto, la neuropsicología plantea que la evolución del neocórtex en los organismos superiores provocó un nivel de conciencia, llamado autoconciencia o mente consciente, que supone una ventaja evolutiva. La mente inconsciente se puede advertir como el piloto automático y uno de los procesadores de información más poderosos que se conocen, examina con detenimiento el mundo que rodea al individuo y las señales externas, percibe condiciones del entorno y reacciona de forma inmediata seleccionando un comportamiento previamente adquirido: “el aprendido”, todo sin necesidad, ayuda o supervisión de la mente consiente.

### **Una mirada a la contribución familiar: Lo heredado y lo adquirido**

Es común escuchar decir: “*lo heredado no se hurta*”, frase bastante común en las generaciones anteriores que la expresaban cuando un nuevo miembro de la familia hacia evidente un rasgo físico o de comportamiento que reconocían los presentes. La forma de caminar, un lunar, la contextura física, posturas frente a la vida, dones como el canto, el interpretar la guitarra,

el parafraseo, dichos, rasgos faciales, gustos, traumas o enfermedades. “*Igualito al papá*” o quizá el famoso adagio popular “*hijo de tigre, sale pintado*”, recrean estas características a veces observadas.

Moreno (2002), al referirse a la familia, argumenta que es un núcleo humano que se halla integrado inicialmente por dos o más personas que habitan bajo un mismo techo, que desarrollan funciones básicas de alojamiento, alimentación, aprendizaje, salud, interacción psicoafectiva, todo esto inmerso en un continuo proceso de reestructuración, siendo parte fundamental en la integración holística del niño, y argumenta a la vez que se convierte en la base de la sociedad.

En el libro *Ay, mis abuelos* de Schutzenberger (2008) describe temáticas como lazos transgeneracionales, lealtades, mandatos y deudas familiares la parentalización, el mito familiar o saga de la familia, la contabilidad familiar, los síndromes de aniversario, los secretos familiares, lealtades invisibles, transmisión de traumatismos y los triángulos dramáticos. En relación con estas dinámicas, la autora recopila en su tratado los lazos complejos que se han entretreído en las familias. En ese sentido, concibe al ser humano como un eslabón en la cadena de generaciones. Así mismo, propone que existe una lealtad invisible que impulsa a repetir se quiera o no, situaciones agradables o acontecimientos dolorosos, pagar deudas contraídas en el pasado por los ancestros. Refiere de igual forma: “somos menos libres de lo que pensamos, pero si comprendemos las repeticiones, tenemos la posibilidad de reconquistar nuestra libertad y vivir una vida propia” (Schutzenberger, 2008). Finalmente, concluye que la identidad se forja a partir de la historia de cada cual – de su historia familiar como de la personal, ambas conectadas con el contexto histórico, que al conocerlo da libertad, condición que evita que al desconocerlo la persona lo sufra pasivamente.

Siguiendo la línea transgeneracional, Uribe (2014), a partir de sus observaciones en la práctica clínica, propende realizar aportes conceptuales sobre lo que ella denomina “analfabetismo emocional”; integrando un enfoque humanístico y transgeneracional dónde muestra a la familia y, específicamente la pareja, como un sistema único, diferenciado, entretejido con lazos visibles e invisibles a su historia. Además, refiere que en el momento de formar un nuevo vínculo, aparecen en forma explícita o implícita los antepasados con su historia, que repercuten de forma invisible en la conformación de la nueva familia.

Continuando con lo expuesto en relación con los aprendizajes tempranos, Lipton nos plantea que “no somos las víctimas de nuestros genes, sino los dueños y señores de nuestro destino” (2013, p. 17). Argumenta de igual forma que, la evolución ha dotado el cerebro humano de la capacidad de almacenar en la memoria un número incalculable de comportamientos y creencias que son necesarias para prosperar en el entorno, esta capacidad para procesar toda esta información requiere una adaptación neurológica que sirve para facilitar el proceso de culturización. Según Lipton “Los contextos cambian tan rápido que no es posible transmitir instintos culturales programados genéticamente, por tanto, durante el crecimiento, los infantes observan su entorno y adquieren los conocimientos que le ofrecen los padres en la memoria subconsciente”. (2013, p, 17)

Así, las cogniciones, emociones, comportamientos y forma de relacionarse de sus padres y cuidadores pueden llegar a incorporarlas como propias. En ese sentido, todo lo que observa el niño especialmente de las personas más representativas se graban en su cerebro con tanta firmeza como las rutas sinápticas. Una vez en el subconsciente controla su biología durante el resto de su vida, a menos que descubra una forma de

volver a reprogramarla por intermedio de la mente consiente. En consecuencia, partiendo de sus investigaciones de biología celular, Lipton establece: “No son las hormonas y los neurotransmisores producidos por los genes los que controlan nuestro cuerpo y mente; son nuestras creencias las que los controlan y por tanto nuestra vida”. (2013, p. 18)

Su teoría postula que hay dos mecanismos mediante los cuales un organismo puede transmitir la información hereditaria a su descendencia: la herencia (los genes) y la contribución del medio (mecanismos epigenéticos) en el comportamiento humano. No debemos centrarnos sólo en los moldes, y perder de vista la influencia del entorno. (Lipton, 2013) Lo anterior devela la incidencia del contexto familiar en los recursos psicológicos de sus miembros; se hace evidente la importancia de la salud mental en el grupo base de iniciación temprana del individuo como es su núcleo de origen. En consecuencia, la familia como instancia de intermediación entre el individuo y la sociedad, constituye el espacio por excelencia para el desarrollo de la identidad y es el primer grupo de socialización del niño. Es allí, donde la persona adquiere sus primeras experiencias, valores y concepción del mundo; este núcleo aporta al individuo las condiciones para un desarrollo sano de la personalidad o en su defecto es la principal fuente de trastornos emocionales.

### **La institución educativa, centro de aprendizaje colectivo**

A partir de lo expuesto, se puede determinar que los procesos de aprendizaje se inician en el contexto primario, y es precisamente la familia de origen y el contexto inmediato quienes influyen en gran parte de las apropiaciones tempranas. En Colombia, los registros antropológicos permiten observar que los aprendizajes de la cultura se basaban en las costumbres propias transmitidas de generación

a generación. Sin embargo, fenómenos como la emigración y factores externos trascendentales como la conquista han permeado dicho aprendizaje, introduciendo nuevos conceptos en la escolarización donde se adoptaron modelos de aprendizajes procedentes de otros continentes.

Se puede señalar que el lenguaje, religión, geografía, costumbres, sistemas sociales y políticos, permean en gran parte los nativos y forman una nueva amalgama de aprendizajes que alteraron la cultura local autóctona. Concomitantemente, en el ámbito local, la violencia civil, que tiene su mayor auge en el país en los años cincuenta a partir de la guerra bipartidista, pero que se transforma permanentemente, mantiene esquemas diferentes y causa grandes desplazamientos y emigración, no sólo del campo a las ciudades, si no entre países vecinos. Durante las décadas de los cincuenta y subsiguientes, la deficitaria infraestructura en escuelas y la utilización de estas como centros de resguardo militar o de salud improvisados, permea aún más la alterada escolarización acrecentando un marcado índice de analfabetismo en la población infantil y adulta, que se queda sin bases para la transmisión que un adecuado proceso educativo básico a las nuevas generaciones. Es precisamente esa violencia externa la que marca el origen de la apropiación de una violencia interna que por generaciones se ha transmitido y que desemboca en la descendencia en forma de maltrato físico y psicológico argumentada como un método correctivo aceptado socialmente. Los patrones de socialización en muchas culturas a la que no escapa la colombiana legitiman la violencia o el castigo físico como forma de crianza y de relación de los adultos con el niño. (Velandia, 2000)

En Colombia en los siglos XIX y XX, y aún en la actualidad, se han dado prácticas violentas de los padres hacia sus hijos y maestros dirigidas a sus estudiantes que son validadas socialmente

y pasan inadvertidas sin consecuencias legales. Algunas décadas atrás era muy común que los progenitores, abierta y públicamente, autorizasen a los maestros a corregir físicamente a sus hijos en caso de considerar que era necesario para mantener la llamada disciplina o cuando el niño no cumplía las exigencias intelectuales o académicas, lo que llevó en gran parte a la proliferación del maltrato infantil auspiciado por sus mismos padres de forma directa o indirecta.

Según la UNICEF (2008), existe maltrato infantil cuando hay violencia intrafamiliar, explotación y abuso sexual, desplazamiento por el conflicto armado. Sin embargo, flagelos como la negligencia, abandono emocional, sobreprotección, maltrato físico y psicológico, separación temprana, padres físicamente presentes, pero afectivamente ausentes, fenómenos como parentalización; son a mi forma de ver la sustitución de la violencia física en los infantes que emana de un país violento que normaliza, valida y ejerce todo tipo de abuso a la integridad de los infantes bajo el amparo de la supuesta idea de “hacer mejores personas para el mundo”. Esto se debe a que los agentes cercanos como la familia, escuela, Estado y la misma sociedad no han generado estrategias sanas que den respuesta a la necesidad de métodos de extinción de conductas desadaptativas de los niños en crecimiento.

Es pertinente contrastar que, sólo los animales inferiores se vuelven contra sus propios genes Lipton (2013). De igual forma y en relación con lo anterior, según estudios de laboratorio con monos, cuando a los bebés del orfanato se les suministra sólo alimento y se les abandona en sus cunas sin nadie que les suministre abrazos ni les sonrían, desarrollan un gran número de trastornos del comportamiento. Prescott, (1996 y 1990) en estudios con monos recién nacidos privados del contacto con sus madres o de la relación social con los demás, evidencia que se desarrollan perfiles de estrés y

se convierten en psicópatas violentos. La mayor parte de la violencia humana no es necesaria, tampoco forma parte de un componente genético necesario para la supervivencia. (Lipton, 2013)

Artiendo de los métodos de violencia física y psicológica como prácticas introducidas y validadas en el proceso enseñanza- aprendizaje, la praxis de enseñanza varía mucho entre docentes y sus métodos. No se puede negar que, en esta profesión, como cualquier otra, además de la formación académica, la práctica profesional y la experiencia; la personalidad del profesional juega un importante papel en su ejecución. Sobre la práctica docente colombiana es necesario hacer una distinción entre las diferentes variables que la han afectado en el transcurso de la historia como son: los diferentes periodos políticos, las condiciones sociopolíticas, socioeconómicas, el territorio donde se dan, el espacio geográfico, si es a nivel rural o urbano y una distinción más, si se realizan en instituciones públicas o privadas. Los comunes denominadores son, por un lado, la legislación vigente que, aunque hace énfasis en los derechos de los niños, niñas y adolescentes a partir de la ley de infancia y adolescencia, se generan posturas de indiferencia ante las prácticas anotadas y es preciso introducir otra forma de maltrato físico y psicológico entre pares, como es el acoso escolar que se produce cuando uno o varios de los protagonistas se complace en un abuso de poder que perjudica reiterada y sistemáticamente a otro (Velazco, 2013). En este sentido, los métodos utilizados que en su gran mayoría han sido adaptación de esquemas internacionales que dejan de lado las necesidades de una cultura muy diferente a la que dieron origen y las necesidades individuales de estudiantes con condiciones especiales.

En la actualidad, cada vez se hace más notorio cómo estudiantes con niveles de desempeño óptimo pasan a reprobar asignaturas y mostrar cambios psicológicos muy significativos

observables incluso en el mismo periodo escolar. Fenómenos como el bullying, cyberbullying, dependencia de la tecnología, sexting y pornografía, consumo recreativo de sustancias, el síndrome de aburrimiento crónico, anorexia, bulimia, sobrevaloración de lo estético, desinterés académico, deserción escolar, vacío existencial, consumo de sustancias psicoactivas, alcohol, cafeína, energizantes, conductas autolesivas, ideación e intentos suicidas entre otras, son cada vez más los componentes presentes como respuestas a los cambios cognitivos y emocionales de una juventud enmarcada en la era de “Los hijos huérfanos con padres vivos” como los definía Juan Pablo II en su tratado *Cartas a los padres*.

### **Educación para la salud en el ámbito familiar, una alternativa que favorece la salud mental.**

La salud se consideraba anteriormente como la ausencia de enfermedad. Es en 1986 en la carta de Ottawa se define como “Un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente como la ausencia de la enfermedad”. Actualmente, en el contexto de promoción de salud se evidencia como un bien que le permite a la persona llevar una vida individual, social y económicamente productiva. Actualmente la OMS la define como un estado de bienestar en el que la persona realiza sus capacidades y es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad, de adaptarse a los nuevos contextos.

Unido a lo anterior es importante recalcar que sólo puede ser alcanzada, mediante el desarrollo adecuado de estrategias de afrontamiento haciendo uso de sus recursos psicológicos orientando las experiencias demandantes del entorno al aprendizaje, crecimiento, desarrollo de habilidades y estrategias de afrontamiento, autocontrol emocional y equilibrio positivo entre sus pensamientos, estados afectivos, conducta, forma de relacionarse y respuesta fisiológica.



Al referirnos a la promoción en salud cabe destacar que, en el año 2000, la OMS lanza una estrategia que busca mayor equidad en salud, haciendo una distinción entre equidad en salud e igualdad en el estado de salud. De igual forma, propone que las personas tienen que ser el centro de la acción de la promoción de la salud y de los procesos de toma de decisiones para que esos sean efectivos. Incluyen a su vez conceptos como empoderamiento para la salud del individuo y de la comunidad. La primera hace referencia a la capacidad de tomar decisiones y ejercer control sobre su vida personal, la segunda supone que los individuos actúen colectivamente con el fin de conseguir una mayor influencia y control sobre los determinantes de la salud y la calidad de vida de la comunidad.

Es importante decir que los escenarios de intervención para la educación sobre salud son los lugares donde la población vive, trabaja, se reúnen y es ahí donde las intervenciones deben desarrollarse a partir de las herramientas de promoción básica como son: educación para la salud individual, grupal o colectiva, información y comunicación, acción y dinamización social, medidas políticas y de reorientación de los servicios. Cabe destacar que los objetivos de la educación para la salud en Colombia son:

- Lograr que la salud sea un valor reconocido por la sociedad
- Ofrecer a la población conocimientos y capacidad para resolver problemas de salud
- Mejorar la atención sanitaria integrando en su grupo de trabajo la enseñanza en salud y trabajo en comunidad.
- Favorecer la correcta utilización de servicios sanitarios
- Promover el análisis, reflexión e investigación de los factores que intervienen en los comportamientos de las personas.
- Orientar la utilización de instrumentos y medios de apoyo para alcanzar la salud para todos.

Por tanto, los pilares y espacios de actuación de la educación para la salud, es el espacio educativo, sanitario y ambiente comunitario. Al mismo tiempo, los factores por los cuales la educación para la salud debe darse desde las instituciones educativas hacen referencia, a que éstas junto con la familia, constituyen una forma de educación de futuros ciudadanos. En tal sentido, al ser la escuela el lugar en el que los niños pasan la mayor parte de su vida se convierte en un ámbito propicio para motivar el aprendizaje. El maestro formado educa favorablemente a los niños y jóvenes en distintos ámbitos del conocimiento, en razón a que el infante lo percibe como fuente de conocimiento y modelos de conducta. Con buen manejo se puede generar un ambiente colectivo de pares de padres de familia, que facilite el dar respuesta a una necesidad colectiva. La escuela como centro primordial en la promoción de la salud influye en gran medida en la adecuada promoción de la salud y promoción de las futuras generaciones.

La OMS informa, al referirse a la Educación y Promoción de la Salud Integral en la Escuela en 1997, que una escuela promotora de salud implica al personal de salud y de educación, a los profesores, estudiantes, padres y líderes de la comunidad en la tarea de promover la salud.

Unido a lo anterior, propone que una escuela promotora de salud aplica políticas, prácticas y otras medidas que respetan la unicidad del individuo, ofrecen oportunidades múltiples de desarrollo y reconoce sus logros, fomenta el mejoramiento de la salud del personal del centro, las familias y los miembros de la comunidad, estudiantes, padres de familia y cuidadores; contribuyendo a mejorar la salud y la educación.

Con lo anterior expuesto, esta iniciativa favorecería el desarrollo armónico e integral del niño en aspectos físicos y psicosociales. El desarrollo de estrategias pedagógicas y psicopedagógicas organizadas, adaptadas y orientadas a la necesidad, pueden contribuir

a conseguir los objetivos propuestos en la educación para la salud. Se pueden incluir áreas como medioambientales, comunicación, pedagogía, sociología, psicología, medicina, trabajo social, derecho, filosofía, enfermería, antropología, entre otras que incorporen pensamientos, acciones, en contextos de tiempo y espacio.

### **Conclusiones**

La educación para la salud en la escuela es el mejor articulador, desde donde se puede diseñar un programa de formación para padres en razón a que el colectivo favorece la investigación e implementación. La vida familiar es un organismo vivo con una estructura perfectamente definida. Es el vehículo más eficaz de transmisión de cultura, educación, pensamientos, conductas, emociones y forma relacionarse, elementos que conforman una parte activa en definición de lo que se puede entender como una vida sana y equilibrada, un bienestar físico y subjetivo y una salud integral. Se debe tener en cuenta que, sin la familia no existe la sociedad.

Todos los núcleos humanos se conforman a partir de este núcleo esencial; además de cohesionar, cumple otras funciones como centro de interacción y fuente de correcto desarrollo del que se benefician o perjudican todos sus integrantes. Esta unidad básica, da permanencia y tiene la capacidad de evolucionar, para convertirse en un factor protector, demanda una consistencia flexible y capacidad de adaptarse a los cambios sociales que integra, propicia e incide en cada uno de sus miembros y en el sistema familiar.

Así mismo se evidencia que gran parte de los aprendizajes tempranos, creencias y posturas hacia y frente a la vida, se adquieren en este grupo primario. Por tanto, el contexto familiar permea en gran forma en el desarrollo, aprendizaje y refuerza a la vez rasgos de

personalidad siendo estas fortalezas o también se pueden llegar a convertir en factores de riesgo para el desarrollo de patologías. En concordancia con lo anterior, es oportuno señalar que el desarrollo de investigaciones que aporten rigor científico a la etiología de patologías somáticas o psicósomáticas pueden en gran medida contribuir al fortalecimiento de medidas educativas de prevención e intervención en el campo de la salud física o mental. Ahora se graban las memorias de las nuevas generaciones y cabe hacerse la pregunta ¿si soy un buen modelo conductual? y lo que está aprendiendo, apropiando, y grabando en su subconsciente a partir de mí proceder ¿es un factor protector o de riesgo para su salud mental?

## Referencias bibliográficas

- Cecilia Herrera, M., & Rodríguez Ávila, S. P. (2012). Historia, memoria y formación: violencia sociopolítica y conflicto armado. *Revista Colombiana de Educación*, (62), 12-18.
- Chávez Mendoza, B. J., & Corrales Paredes, Z. O. (2020). *Programa de intervención psicológica en adolescentes con conducta autolesiva de una Institución Educativa Nacional de la Ciudad de Arequipa*.
- Eixeia Fonfría, E. (2019). *Eficacia del programa "Family Connections" para familiares de personas con Trastorno Límite de la Personalidad: Una revisión narrativa*.
- Galarreta Mostacero, A. D. L. (2019). *Programa de habilidades sociales para la prevención del cutting en estudiantes de secundaria de una Institución-Moche*.
- González Hernández, D. (2015). *Hacia una teoría mimética de lo político: René Girard y su escuela*.
- Gutiérrez, J. P., & Ardila Niño, Á. Y. (2016). *Revisión de literatura "incidencia de las pautas de crianza en conductas autolíticas en adolescentes"*. Universidad Cooperativa de Colombia, Bucaramanga, Colombia.
- Lipton, B. H. (2013). *La biología de la creencia (Edición 10º Aniversario): La liberación del poder de la conciencia, la materia y los milagros*. La Esfera de los Libros.
- Martínez, E. (2021). *Esclavos de la personalidad*. Editorial El Manual Moderno Colombia SAS.
- Martínez, E. (2020). *Hazte dueño de ti*. Colombia. Editorial Diana.
- Martínez, E. (2021). *¿Esclavos de la personalidad?* Colombia. Editorial Diana.
- Mora Galarza, Raquel (2016). *Incidencia de la disfuncionalidad familiar en el comportamiento autolesivo no suicida de las estudiantes adolescentes* (Bachelor's thesis, Universidad de Guayaquil Facultad de Ciencias Psicológicas).
- Navarro Haro, M. V. (2011). *Eficacia de la Terapia Dialéctica Comportamental en el tratamiento de pacientes con comorbilidad entre el trastorno límite de la personalidad y los trastornos de la conducta alimentaria*. Universitat Jaume I.
- Ormaza Espinoza, Julia. (2014). *Estudio del funcionamiento familiar de adolescentes con conductas autolesivas de 12 a 15 años en la unidad educativa sucre Eloy Alfaro n° 1 Montecristi 2014* (Doctoral Dissertation).
- Phillip Kottak, C., & Lisón Arcal, J. C. T. (2006). *Antropología cultural* (No. 316.7 K8489a Ej. 1 020367). MacGraw-Hill.

- Piñuel, I. (2017). *Las 5 trampas del amor: Por qué fracasan las relaciones y cómo evitarlo*. La Esfera de los Libros.
- Piñuel, I., & Cervera, M. (2016). *Tratamiento EMDR del mobbing y el bullying. Una guía para terapeutas*.
- Quintero, P. S. J. (2019). Intervenciones con familiares de personas con Trastorno Límite de Personalidad basadas en la Terapia Dialéctico Conductual (DBT). *Cognición y comportamiento*, 5.
- Rincón, A. C. O. (2016). *Estilos educativos familiares y conductas disruptivas en el adolescente. Aplicaciones educativas* (Doctoral dissertation, Universidad Complutense de Madrid).
- Schützenberger, A. A. (2006). *¡Ay, mis abuelos! Lazos transgeneracionales, secretos de familia. Síndrome de aniversario, transmisión de los traumatismos y práctica del genosociograma*. Omeba.
- Sierra, G. (2009). *Si nos amamos, amémonos bien*. Colombia. Editorial San Pablo.
- Silveira, M. (2008). *Ser mejores padres*. España. Alba Editorial.
- Valenzuela Robles, B. (2019). *Intervención cognitivo-conductual dirigida a disminuir la conducta auto lesiva sin intención suicida de adolescentes*. Maestría en Psicología.
- Vinolo, S. (2010). Ipseidad y alteridad en la teoría del deseo mimético de René Girard: la identidad como diferencia. *Universitas Philosophica*, 27(55), 17-39.

## Referencia

Leonor Gaona Pachón. ***Educación para la salud mental en el ámbito familiar y escolar.***

Revista Ideales, otro espacio para pensar. (2024). Vol. 18, 2024, pp. 28-38

Fecha de recepción: mayo 2024

Fecha de aprobación: septiembre 2024



Universidad  
del Tolima



ACREDITADA  
DE ALTA CALIDAD

Instituto de Educación  
a Distancia **IDEAD**

¡Construimos la universidad que soñamos!