

DESAFIOS DE LA SALUD MENTAL: ANÁLISIS CRÍTICO DE LA REALIDAD DOCENTE Y ESTUDIANTIL EN ENTORNOS ESCOLARES DE COLOMBIA

Angélica María Sierra Lucas¹
angelicamasi75@gmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-8715-3354>

Doctorando en Education
Universidad Pedagógica Experimental
Libertador (Upel-Rubio)
Venezuela

Diego Alexander Márquez Pachón²
E-mail: lic.diegomarquez@hotmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-5451-7723>

Doctorando en Education
Universidad Pedagógica Experimental
Libertador (Upel-Rubio)
Venezuela

Diego Alexander Márquez Pachón²
E-mail: lic.diegomarquez@hotmail.com
ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-5451-7723>
Doctorando en Education
Universidad Pedagógica Experimental
Libertador (Upel-Rubio)
Venezuela

RESUMEN

El presente escrito ofrece un análisis crítico acerca de la salud mental de los docentes y de los estudiantes en el contexto escolar colombiano. Se estudia los distintos aspectos y factores asociados que influyen en la salud mental de esta población y su incidencia en distintos procesos como el estado de salud emocional y psicológico, relaciones sociales, el rendimiento y resultados del mismo, las dinámicas de relación dentro de las aulas y en general el bienestar de esta población. Se propone examinar críticamente las políticas y programas legislados por el gobierno nacional para apaciguar las afectaciones y mejorar las dinámicas que afectan la calidad de vida de estudiantes y docentes teniendo en cuenta el riesgo de colapso emocional en los entornos escolares a los que se puede llegar. Se concluye que se está presentando una gran fisura entre la legislación y su efectiva ejecución, irritada por la desactualización de datos estadísticos de cerca de una docena de años en las encuestas nacionales en cuanto a salud mental se trata, lo que deja en situación de vulnerabilidad en aumento a los estudiantes y docentes directamente.

Palabras clave: Salud Mental Escolar, Políticas Públicas, Contexto Educativo Colombiano, Educación, Docentes y Estudiantes.

¹ Docente Orientadora, Colombia, Psicóloga, Magister en psicopedagogía de la universidad internacional del Rioja UNIR

² Docente de Educación Física, Colombia, Magister en de la universidad de desarrollo e investigación UDI.

³ Formación docente en pregrado y postgrado. Desarrollo laboral en el área de la docencia. Doctorando en educación

MENTAL HEALTH CHALLENGES: A CRITICAL ANALYSIS OF THE TEACHING AND STUDENT REALITY IN SCHOOL ENVIRONMENTS IN COLOMBIA

ABSTRACT

This paper offers a critical analysis of the mental health of teachers and students in the Colombian school context. It examines the various aspects and associated factors that influence the mental health of this population and its impact on different processes such as emotional and psychological well-being, social relationships, academic performance and outcomes, classroom dynamics, and overall well-being. It proposes a critical examination of the policies and programs legislated by the national government to mitigate these effects and improve the dynamics that impact the quality of life of students and teachers, considering the risk of emotional breakdown in school environments. The paper concludes that a significant gap exists between legislation and its effective implementation, exacerbated by the outdated nature of national mental health surveys, which are nearly a dozen years old. This leaves students and teachers in an increasingly vulnerable position.

Keywords: School Mental health, Public Policies, Colombian Educational Context, Education, well-being, teachers and students.

Introducción

Históricamente en el sistema nacional educativo la salud mental se ha encaminado desde la mirada de cifras, subordinada a reportes presentado por entidades de salud oficiales. Para las entidades y la población en general la visión que se tiene acerca de la salud mental está supeditada a los casos de alteraciones que se reportan en los sistemas de información destinados para ello, llevando a crear leyes como la ley 1616 de 2013 que pretende garantizar el pleno derecho a la salud mental de los colombianos, sin embargo como otras cuantas, la mayoría de veces se quedan escrita a causa de factores como la falta de recursos, escases de personal idóneo, inexistencia de planes y programas bien planteados o por complejas condiciones de orden público en algunas regiones generando brechas en la ejecución profunda.

En último término, son innumerables las circunstancias que acontecen para que los beneficiarios de la aplicación de estas leyes, sea posible en las instituciones más grandes , o mejor ubicadas geográficamente, privilegiadas, no se está verificando su cumplimiento en todos los contextos o regiones del país, excluyendo la objetividad rural, que también hacen parte del territorio nacional y de las secretarías de educación de algún departamento, dicho de otra manera se percibe una marcada inequidad, una falta de oportunidades en cuanto a los diferentes aspectos que trae consigo la salud y en este caso en particular que estudiaremos la salud mental de estudiantes y docentes del territorio colombiano tomando como referente algunas leyes y distintos documentos existentes hasta el momento para poder llegar a hacer una crítica pero también llegar a

la realidad de lo que está pasando realmente en el ámbito escolar en cuanto a salud emocional y psicológica se refiere.

Desarrollo Temático

Contextualización y Definición de Salud Mental

La salud mental es un tema que se debe abordar desde diferentes perspectivas teniendo en cuenta cada contexto en el que se desenvuelve el ser humano, en este caso la educación. En el contexto educativo los actores, docentes y estudiantes, se ven abocados a distintas situaciones que de una u otra manera, afectan su equilibrio emocional, el bienestar y su estado en general, entendiéndose la salud mental como un equilibrio en factores como psicológico, biológico, y social para enfrentar situaciones y retos que posibiliten un desempeño insuperable, según la (OMS, 2021).

En esta época de continuo cambio y desarrollo en distintos aspectos, no solo en el campo tecnológico, la vida misma ha conllevado a grandes desafíos en el sistema de salud a nivel mental más específicamente en el entorno educativo para docentes y estudiantes, evidenciado en las cifras de consulta y/o diagnósticos relacionados a depresión, ansiedad, diversidad de trastornos (aumento de cifras de trastornos como el TEA, entre otros), síndrome de desgaste profesional o también llamado burnout, en las distintas zonas del país tanto urbana como rural sin distinciones, que denotan una progresión de problemas de salud mental con énfasis en adolescentes y mujeres de acuerdo a las estadísticas analizadas. Según UNICEF Colombia (2022) es importante abrir espacios para tratar el equilibrio psicológico y la plenitud tanto de los estudiantes

como de los estudiantes, el 44.7% de los niños y niñas presentan señales de dificultades relacionados a su salud mental.

En Colombia en las instituciones educativas se viven fenómenos sociales con mayor incidencia en las zonas urbanas que involucran a estudiantes cuando estos permean en las aulas pudiendo ser notorio, muchas veces, en el rendimiento académico. De parte de los docentes se terminan percibiendo como un respondiente a nivel de emociones así no cuenten con herramientas o preparación académica profesional, resultando igualmente afectados de una u otra manera.

La salud mental del docente enfrenta una carga con un intangible soporte de la educación ante la sociedad, que finalmente termina afectando directa o indirectamente el proceso de enseñanza aprendizaje en las aulas de las instituciones educativas de Colombia.

Crítica a las Pruebas Estandarizadas vs. Educación Emocional

En el país las políticas educativas están enfocadas a las pruebas estandarizadas dejando de lado todos los demás aspectos que hacen parte del todo para llegar a la obtención de mejores resultados. Este ensayo busca analizar y reflexionar la situación de salud mental que se ve afectada en el entorno educativo para estudiantes y docentes a su propia manera y desde su propio quehacer inquiriendo desestigmatizar la salud mental en el contexto educativo dando prioridad a aspectos emocionales y sociales sobre contenidos de memorización que no conllevan a desenvolvimiento en diversos contextos de la vida de los individuos.

Según Botero-Rodríguez et al. (2023), en el año 2015 se realizó la última encuesta de salud mental en Colombia más exactamente en la ciudad de Bogotá; en la cual se realiza un análisis cuantitativo a esta población acerca de la prevalencia de problemas y trastornos de salud mental, jerarquizado por grupos etarios encontrándose que en esta ciudad los siguientes hallazgos:

Tabla N° 1

Autoría propia resultados de encuesta de salud mental

SITUACION	PORCENTAJE	TIPO	DE
		POBLACIÓN	
Autorreporte de problemas de salud mental	12%	Adultos y adolescentes	y
Síntomas de ansiedad	9.8%	Adultos y adolescentes	y
Número alto de síntomas de ansiedad	6.7%	Adultos y adolescentes	y
Cualquier trastorno de salud mental	12.9 % 8.5% respectivamente	Adultos Adolescentes	

Consumo	de	43.8%	Adultos	y
alcohol	en		adolescentes	
momento de su vida				
Consumo	de	5.6%	Adultos	y
marihuana	en		adolescentes	
momento de su vida				

Se puede observar un alto porcentaje en el reporte de personas que han presentado algún problema de salud mental evidenciada en los tipos de población encuestados, teniéndose como referencia adolescentes y jóvenes, situación que enciende las alarmas en todos los niveles analizando minuciosamente aspectos como la prevalencia de trastornos y la misma percepción de salud que se tiene de sí mismo.

Se puede inferir de acuerdo a lo expuesto que existen personas que todavía no se reconocen como perjudicados a causa de este tipo de afectaciones. Sin embargo, es de aclarar que según esta encuesta los adolescentes manifiestan una preponderancia menor a la de los adultos sin quitarle importancia ello, al requerimiento de acompañamiento y orientación en esta etapa crucial de la vida del ser humano.

Siguiendo con el mismo análisis se percibe una variable decisiva en cuanto a la presencia de cuadros de ansiedad en algún momento de sus vidas, lo que llega a afectar en mayor medida su diario vivir. No obstante, se puede apreciar la desigualdad enorme que se presenta entre el consumo de bebidas alcohólicas, donde se ha normalizado socialmente su consumo, y sustancias como la marihuana; pudiéndose estimar su causa a la disponibilidad y alta oferta de las bebidas alcohólicas en todas las esferas del país.

Llegándose a concluir el fuerte y alto impacto de la ansiedad y el consumo de sustancias como el alcohol en la ciudad de Bogotá, así como la cantidad mayor de problemas de salud mental con prevalencia en la población adulta.

Marco Normativo: De la Ley 1616 de 2013 a las Leyes de 2025

En el año 2013 el congreso colombiano expide la ley 1616 de 2013 llamada la ley de salud mental la cual fue creada en miras de garantizar el pleno derecho a la salud mental de toda la población colombiana priorizando el ciclo vital de la niñez y la adolescencia. Siguiendo lo que dice la ley, la salud es un estado cambiante, móvil, que se manifiesta en la vida diaria por intermedio del comportamiento y la interrelación permitiendo a las personas extender todo aquello que tiene a nivel emocional, cognitivo y mental. Antes de que esta ley surgiera no se tenía esta integralidad la cual aparece de acuerdo a la alarmante y creciente carga de enfermedad o trastornos de tipo mental, en esa época, la gran mayoría como consecuencia el conflicto armado que se vivía en Colombia.

Se pretende llegar a una inclusión de la población con afectaciones a nivel de trastornos como ansiedad, estrés postraumático e incluso depresión, sin embargo quedaron vacíos legales en cuanto a la igualdad entre salud física y salud mental, razón por la cual esta inclusión social no se da, para este caso en particular en la educación, ya que se en las ciudades pequeñas no se cuenta con profesionales formados en la atención de pacientes con afectaciones de este tipo en ningún ciclo de vida y aún mayor se percibe este olvido gubernamental en las zonas distantes o dispersas del país donde

se siguen presentando conflictos a nivel de grupos delincuenciales al margen de la ley, donde la única ley que existe es la suya,

En las instituciones educativas los estudiantes y docentes son los que terminan siendo los más afectados, pero sin embargo los menos atendidos, los más olvidados, porque se desconoce el estado de alteración en el que vive este tipo de población, no cuentan con atención cuando se requiere, solo aquellos que logran salir hacia las urbes y expresan su sentir, su afectación, son aquellos que engruesan estas cifras, pero cuantos más siguen sin atención, siguen estudiando o siguen ejerciendo su labor docente sin acompañamiento o cuidado mental.

Análogamente recientemente aparece una nueva normativa en cuanto a salud mental como lo es la ley 2491 del 23 de julio de 2025 la cual hace referencia a la obligatoriedad del componente de competencias socioemocionales integrado en el proyecto educativo institucional PEI de cada una de las instituciones educativas de Colombia, siendo complemento de la ley 1616 de 2013, lo cual pretende transformar el enfoque que se tiene de la salud mental desde el sistema de salud hacia las instituciones educativas del país.

Dicha ley ha generado toda clase de interpretaciones, debates y expectativas frente a todos aquellos aspectos que conllevan la salud mental de docentes y estudiantes en general, y a la implementación de estas competencias, especialmente en cuanto a la necesidad de que no se quede en el papel, sino que sea sintetizada e implementada en todas las instituciones educativas, teniendo como base los recursos de toda índole que conlleva su aplicación y desarrollo,

Para el caso de los docentes podría ser contraproducente ya que podrían llegar a sentir que aumenta su carga laboral y el estrés, toda vez que desde el ministerio de educación y las secretarías de educación conllevarían a ejercer una especie de presión sobre estos que resultaría en agotamiento emocional o comúnmente llamado hoy en día como el síndrome de burnout, además de episodios de ansiedad entre otros alterando obviamente su bienestar integral.

En la misma medida que la ley demanda prioridad en cuanto a los resultados de las pruebas estandarizadas por ejemplo las pruebas saber, dejando de lado cada uno de los procesos pedagógicos que se pueden traducir en aumento del estrés en los estudiantes, una falsa competitividad pudiéndose llegar a presentar cuadros de ansiedad, depresión u otras afectaciones a nivel de su cuadro mental sobre todo en aquellos contextos donde se tienen fuertes requerimientos socioeconómicos descritas en situaciones de alta necesidad de recursos y muchas necesidades básicas insatisfechas.

Realidad Territorial y Brechas de Implementación

Se infiere que no se está teniendo en cuenta las verdaderas necesidades a nivel mental de los estudiantes, ni su contexto, lo que vive cada uno de ellos, lo que su contexto inmediato les produce a nivel no solo de rendimiento académico y en las pruebas estandarizadas sino también en cuanto a su convivencia, a su sociabilidad, a su desarrollo autónomo, a su compartir diario, su desarrollo y desenvolvimiento a nivel familiar, social y biológico o psicológico en su individualismo es decir su ser

biopsicosocial se ha dejado de lado con unas falsas interpretaciones de búsqueda de la salud mental.

En otros términos se podría decir que se este nivel biopsicosocial no está siendo abarcado como debería ser y se le está quitando relevancia para llegar al tan anhelado bienestar general promocionado desde las instituciones educativas tanto para los docentes como para los estudiantes, que podría ser lo que pretendía el gobierno nacional al promulgar esta ley.

Otra crítica que se puede realizar a esta ley 2491 del 2025 es la inconsistencia existente en cuanto a la inclusión de políticas claras y específicas que procuren por la protección de la salud mental de los estudiantes y docentes concretamente. Se perciben vacíos en cuanto a implementación de programas y formación docente encaminada a la detección o prevención temprana de problemas de salud mental en especial en los signos y síntomas de estos no solo en los estudiantes sino en su vida propia de tal manera que se tenga el conocimiento, la habilidad y la decisión de activar rutas o buscar ayuda cuando sea necesario.

Dentro de las políticas públicas de salud mental se ha delegado las carencias de recursos a las instituciones educativas públicas en especial de las zonas marginadas aumentando efectos negativos en cuanto a equidad en oportunidades para la salud psicológica y emocional. Aunque en esta crítica también es de resaltar el gran paso dado y la importancia de integrar la educación emocional y la participación comunitaria en esta, todo depende de la verdadera y real implementación de cada uno de los apartados de esta ley, que no solo se quede en la promulgación de leyes que no lleguen a ser realidad

en todas y cada una de las instituciones educativas del país en beneficio de los niños, niñas y adolescentes estudiantes y docentes que laboran allí.

No obstante se promulgó la ley 2503 en julio de 2025, cuya norma implementa la obligatoriedad de la cátedra de educación emocional en los niveles de primaria y secundaria de todas las instituciones educativas del país sin distinción alguna, siendo diferente a las leyes anteriormente nombradas que trataban de la transversalización, en esta se trata de establecer la educación emocional como una asignatura formal el cual tendrá que integrarse en el proyecto educativo institucional de la institución educativa en miras de afianzar la inteligencia emocional y prevenir situaciones como el acoso escolar, el consumo de sustancias psicoactivas, la prevención de suicidio entre otras afectaciones a nivel de salud mental.

La dinámica escolar sufre grandes cambios a raíz de dicha ley, para el caso de los estudiantes por ejemplo al recibir herramientas en cuanto al manejo emocional, la empatía y la resiliencia entre otras, podrían llamarse autogestión. Al igual se incluye el autocuidado y la prevención del abuso sexual, en cuanto a prevención de riesgos se refiere. Del mismo modo estas herramientas están encaminadas hacia la inclusión educativa y la evaluación formativa del estudiante, que es un proceso continuo donde se identifican debilidades para realizar la retroalimentación para el mejoramiento y la continuidad en el aprendizaje.

En cuanto a los docentes el ministerio de educación y las distintas secretarías se deberían ver obligados a brindar capacitaciones a los docentes para que sean facilitadores del bienestar emocional de los estudiantes. Por ende, deberán ser partícipes

activos en la reestructuración del proyecto educativo institucional PEI para que la cátedra de educación emocional sea una asignatura más con todo lo que esto conlleva. También esta ley reconoce la importancia que el docente reciba apoyo para llevar su propia salud mental a través de unos entornos laborales justos, equitativos y sobre todo aptos, idóneos y saludables lo cual se vería reflejado en su propia persona y en la formación que imparte a sus estudiantes.

Siguiendo a Rojas et al. (2018), en el análisis crítico de la salud mental en Colombia, concluye que la normatividad referida, así como las políticas públicas creadas en el país no han surtido el efecto que se esperaba ni han cumplido las metas publicas planteadas probablemente por una inadecuada praxis o por una interpretación equivocada, terminando en el desabrigo de la población en general.

Para este caso al analizar la salud mental de docentes se puede inferir afectación debida al ejercicio de apoyo y respaldo a estudiantes en cuestiones de tipo emocional proclamada según la ley, sin embargo no aportan herramientas o recursos necesarios para ello incluido la debida formación para el manejo de distintas situaciones y emociones alteradas, ocasionando en muchos de ellos un nivel de desgaste emocional creciente al sentir que tienen un sobreesfuerzo por encima de su carga académica y administrativa lo cual en muchas ocasiones termina en colapsos y consultas cada vez más frecuentes al profesional de salud mental.

De otra parte estas deficiencias en la implementación de las leyes repercute directamente en el estado emocional y psicológico de los estudiantes lo cual a largo plazo termina pasando cuenta y viéndose reflejado en los resultados de las diferentes

pruebas estandarizadas, en el rendimiento académico, en la sociabilidad con sus pares, incluso en las inasistencias a la escuela o colegio; igualmente un buen número de niños, niñas y adolescentes no reciben de manera oportuna la atención requerida a nivel profesional para manejo de trastornos, y desequilibrios emocionales y/o psíquicos lo que agudiza los diagnósticos iniciales y conlleva a un ambiente escolar disminuido saludablemente hablando de la misma forma una decreciente productividad académica y desarrollo integral.

Siguiendo a Castaño y Betancur (2019) en su estudio realizado acerca de la salud mental de la niñez, análisis realizado en la ciudad de Medellín, hace referencia a dos problemas principales que complican la atención integral y oportuna en salud mental para niños y niñas: primero la escasa preparación del grupo de docentes y segundo la falta de adecuadas condiciones para la población en condición de discapacidad manifiesta.

El autor resalta que las circunstancias se vuelven cada vez más complejas pese a la implementación de políticas al respecto, toda vez que no se tiene en cuenta los contextos de la población estudiantil, las carencias existentes en la población, de forma similar que la dificultad de accesibilidad a servicios especializados o atención requerida para cada uno de los casos, generando que las metas no se cumplan y la población estudiantil continúe siendo afectada por estas problemáticas.

De acuerdo a ello se considera que se dictan leyes desde un contexto diferente al cual se encuentra gran parte de las comunidades académicas como lo son las instituciones educativas rurales, las de difícil acceso, las que existen en zonas dispersas de la geografía colombiana, las cuales se podría decir que escasas veces han recibido

atención adecuada en salud mental mientras que otras nunca han recibido este tipo de atención ni en sus instituciones educativas ni en su contexto familiar social como tal , esto gracias a los vacíos que tienen las políticas públicas especialmente en cuanto a recursos requeridos para su verdadero y efectivo cumplimiento en todas las zonas del país donde también se debe cumplir la ley.

Impacto Post-pandemia y el Desafío del Burnout Docente

Los docentes como cualquier otro individuo independientemente de su profesión merece y esta en su derecho de contar con una salud mental optima, en el transcurrir del tiempo, los avances tecnológicos, el ingreso de elementos o dispositivos innovadores en los hogares colombianos en cantidades alarmantes, y aún más luego de la época de la pandemia debida al covid – 19, el campo de la salud mental tomó un gran auge y se empezó a pensar y a tomar medidas para disminuir afectaciones en este campo para toda la población colombiana.

En este mismo auge se tiene en cuenta y se analiza la salud de los educadores, quienes tienen en sus manos el importante papel de llevar a cabo la labor de desarrollar y sacar adelante el proceso de enseñanza aprendizaje para los estudiantes enfrentándose a grandes desafíos que terminan haciendo mella en su equilibrio emocional y mental, (Sarmiento 2020 p 50).

Sin embargo se tiene en cuenta para cifras pero en la realidad de atención, tratamiento y recursos para mantener su armonía psicológica se queda corta la normativa y en general los recursos destinados para ello, se llega a exigir el cumplimiento de currículo y la atención integral de los estudiantes pero no se dan las condiciones

necesarias para ello, incluso presionando de una manera que lleva al aumento significativo de este tipo de afectaciones en extensión en postpandemia.

Para nadie es un secreto que la pandemia dejó consecuencias psicológicas grandes a nivel mundial las cuales no han podido ser contenidas hasta el momento a pesar de los grandes esfuerzos para contrarrestar sus efectos no solo a nivel físico sino mental, Colombia no es ajena a estas afectaciones, desafortunadamente se ha quedado rezagada en comparación a países como España, donde las políticas de atención en salud mental son eficaces y productivas en especial en las instituciones educativas donde se cuenta con profesionales en orientación escolar de acuerdo al número de estudiantes con los que cuenta la institución. De igual forma en países de América como México se realizan investigaciones acerca de las emociones de los estudiantes y docentes en postpandemia diseñando y desarrollando como tal propuestas y proyectos centrados en estas afectaciones.

Analizando el contexto colombiano, siguiendo a Landázuri et al. (2024), estudia el impacto de la pandemia en la comunidad educativa, más específicamente en la población de estudiantes y docentes, los cuales se vieron obligados a transitar a la virtualidad de manera abrupta lo cual produjo un aumento considerable de angustia, ansiedad, depresión y grados elevados de estrés.

El autor realizó su estudio bajo la revisión de 23 artículos académicos llegando a la conclusión que los efectos postpandemia se analizaron principalmente en aspectos económicos y sanitarios dejando de lado los efectos psicológicos, razón por la cual al transcurrir el tiempo se plantea la integración de programas como la cátedra de

educación emocional en el currículo escolar como estrategia de recuperación psicosocial, dando resultado en la mitigación de estas afectaciones en las instituciones educativas que lograron contar con los recursos y profesionales idóneos para dicha implementación.

Sin embargo, la pregunta es ¿se está dando la importancia que realmente necesita la salud mental en las instituciones educativas del país? La última normativa promulgada es un paso importante para el desarrollo emocional, sin embargo, enfrenta grandes desafíos al restársele importancia y anteponer la parte académica, presuntamente por escasa sensibilización respecto al tema lo cual resta impacto a estas políticas.

No hay que desconocer que el estado esta propendiendo por mejorar la salud mental en el área de la educación sin embargo hay mucho que trabajar para que realmente se pueda garantizar y reconocer su gran impacto en la vida del ser humano, en especial de los estudiantes (niños, niñas y adolescentes) y docentes. Es vital el trabajo en equipo y mancomunado entre escuela, familia, sociedad y gobierno para llegar al éxito y al cambio significativo en este ámbito nacional.

Tal como señala Mazorco (2021), en su investigación sobre las representaciones sociales de la salud mental en población universitaria, refiere el abordaje complejo condicionado históricamente por contextos sociales y culturales arrojando que la percepción de salud mental es entendida como bienestar, tranquilidad unida a las relaciones sociales y con el entorno, destacando la importancia del talento humano pero también distribución de espacios de las instituciones para su cuidado emocional, sin

embargo se identifica factores asociados a su alteración como el ambiente laboral y académico que pueden repercutir en estrés, sobrecarga laboral, altas expectativas frente al rendimiento académico, entre otras.

De ahí la necesidad imperante de diseñar acciones transformadoras en los entornos educativos acorde a las necesidades absolutas de cada uno de los integrantes de la comunidad educativa traducido en la priorización de la salud mental en todo su esplendor en todos y cada uno de los entornos educativos traducido en ámbitos académicos saludables que permitan un desarrollo formativo y personal óptimo.

Cabe destacar que el tema de la salud mental es una problemática que se vive en los diferentes contextos, no solo el escolar sino a nivel de la población en general y de la misma manera se requiere atención para mantener ese equilibrio en la sociedad, es importante destacar la importancia de promover un enfoque integral en todo el sentido de la palabra de tal forma que se tenga en cuenta el desarrollo y fortalecimiento emocional, social e incluso cultural, donde sea seguro normalizar el expresar afectaciones que requieran atención en salud mental sin miedo ni prejuicio de lo que piensan o crean los demás, de lo que conlleve el tratamiento o seguimiento profesional, sin temor de acudir a una institución que ofrezca este tipo de servicios.

Este desafío es multifacético es decir que involucre a la sociedad en general donde se perciba la salud mental como un pilar esencial en el proceso de desarrollo tanto personal como profesional y social, garantizando el apoyo necesario para enfrentar el mundo actual que conlleva a la prisa, al estrés, a lo convencional, a el encierro digital, si

se le puede llamar así, a nivel de interacción social a través de medios tecnológicos dejando de lado el contacto interpersonal y el fortalecimiento intrapersonal del individuo.

En el año 2024 la universidad nacional de Colombia realizó un estudio diagnóstico acerca de la salud mental escolar, Montaña (2024), el cual se tomaría como base para la implementación de programas de prevención y promoción en una institución educativa de una ciudad de Cundinamarca, considerando que el estado se centra en la intervención una vez aparece la afectación y se le da poca relevancia a la parte preventiva, a identificar necesidades y problemáticas existentes que pueden alterar el bienestar de los individuos, reconociendo la importancia de trabajar esta temática de acuerdo a las prioridades establecidas para cada contexto y para cada población.

Continuando con la crítica se puede apreciar que no en todos los sectores del país se tienen o se viven las mismas problemáticas sociales, culturales e incluso de conflicto personal, porque cada contexto es diferente, tiene sus características propias las cuales pueden ser atendidas de manera eficiente desde la prevención de la enfermedad y promoción de la salud como se ha planteado en varias ocasiones por parte del gobierno nacional a través de su legislatura y demás, pero de forma contextualizada no generalizada, de forma particular atendiendo a la zona, la población y la prevalencia de las mismas para llegar a ser planes y programas que respondan de forma divergente a dar soluciones a corto, mediano y largo plazo al alto incremento de alteraciones a la salud mental especialmente en la población estudiantil sin perderse el horizonte y el objetivo trazado en la política pública.

La salud mental en la población mundial, la población colombiana y más específicamente en las instituciones educativas tanto públicas como privadas, con el transcurrido del tiempo y luego de la pandemia causan gran preocupación, y se ha convertido en una prioridad en salud pública debido a los crecientes casos de trastornos, estrés e incluso el mismo burnout en el ámbito educativo tanto de escuelas, colegios como en las mismas universidades a pesar de ser escenarios diferentes, edades diferentes, currículos diferentes, zonas diferentes, entre otros, terminan siendo afectados con uno u otro diagnóstico, estudiantes o docentes pero siempre se está presentando afectaciones a nivel emocional y psicológico.

Se considera que se debe revisar los horarios escolares y laborales, factores asociados a la convivencia en las aulas, el uso medido de redes sociales, la disfuncionalidad familiar, entre otras problemáticas sociales, que se convierten en desencadenantes de afectaciones a nivel mental de una u otra manera, lo cual acarrea ausentismo en las aulas no solo de parte de estudiantes sino de docentes que presentan incapacidades a raíz de alguno de estos, presumiéndose sobrecarga administrativa y situaciones de agresividad manifiesta según el fondo nacional de prestaciones sociales del magisterio en las consultas e incapacidades reportadas al sistema en los últimos meses.

Conclusiones

Concluyendo luego del análisis de información relevante, se puede decir que este reto que tienen los gobernantes con estudiantes y docentes del país impulsa a que se tome medidas necesarias para garantizar uno de los derechos fundamentales de cualquier colombiano como lo es el derecho a la salud y a la educación, fortaleciendo el sistema de salud, afianzando el cumplimiento de objetivos de las leyes que se promulguen.

La implementación de la ley 16 propósito se puede también desarrollar programas de 6 de 2013 supone un punto de inflexión hacia el bienestar laboral, la implementación de la catedra de educación emocional marcando un hito en el sistema educativo al desarrollar un proceso pedagógico con intencionalidad que haga parte del proyecto educativo institucional en beneficio de toda la comunidad educativa de instituciones tanto públicas como privadas, dependiendo su éxito en la praxis real y efectiva.

Después de realizar el estudio pormenorizado se llega siempre a la misma inferencia, los objetivos de las leyes que se han promulgado en el país no se han llegado a cumplir a cabalidad, han quedado vacíos en estas, pudiéndose confirmar enérgicamente que sin que se destinen recursos necesarios, la ley se convierte en apariencia superflua, al quedarse cortos en la destinación de presupuesto e inversión para el desarrollo de estas en el territorio y en la población para la cual fue destinada, persistirá las barreras, seguirá la desigualdad y el incumplimiento de metas en especial en un aspecto vital como lo es el derecho a la salud y la educación en Colombia.

Es impensable que derechos fundamentales se observen desde las cifras de consulta, y se descuide la inversión vigorosa y la mirada contextualizada para llegar a formar ciudadanos íntegros, capaces de realizar su propio procesamiento emocional en el entorno en el que les tocó vivir.

La salud mental en las instituciones educativas sigue siendo un gran desafío que se espera pueda mejorar no solo visto en cifras y estadísticas sino visualizada en la calidad de vida de los niños, niñas y adolescentes al igual que de los docentes que tienen a cargo la labor de enseñanza y aprendizaje hacia la formación integral del ser humano que se entrega a una sociedad ansiosa de ciudadanos sanos tanto física como social y psicológicamente hablando.

Referencias

- Botero-Rodríguez, F., López-Figueroa, C., Yucumá, D., Salgado-Cendales, A., Acevedo-gallego, J. P., Rodríguez-Barrios, J. G., González-Cabrales, L., Bolívar-Moná, S., Rincón, C. J., & Gómez-Restrepo, C. (2023). Salud mental en la población bogotana: análisis de la Encuesta Nacional de Salud Mental. *Revista de Salud Pública*, 25(3), 93116. <https://doi.org/10.15446/rsap.v25n3.93116>
- Castaño-Pulgarín, S. A., & Betancur-Betancur, C. (2019). Salud mental de la niñez: significados y abordajes de profesionales en Medellín, Colombia. *CES Psicología*, 12(2), 51-64. <https://doi.org/10.21615/cesp.12.2.4>
- Congreso de la República de Colombia. (2013, 21 de enero). Ley 1616 de 2013. Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. *Diario Oficial* No. 48.710. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=51292>
- Congreso de la República de Colombia. (2025, 23 de julio). Ley 2491 de 2025. Por la cual se incorpora a los Proyectos Educativos Institucionales el componente de competencias socioemocionales en Colombia y se dictan otras disposiciones. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=261636>
- Congreso de la República de Colombia. (2025, 28 de julio). Ley 2503 de 2025. Por medio de la cual se crea la Cátedra de Educación Emocional en las instituciones educativas de Colombia y se dictan otras disposiciones. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=261856>
- Fernández Poncela, A. M. (2021). 2020: Estudiantes, emociones, salud mental y pandemia. [Nombre de la editorial o institución]. (Nota: Verifica si es un libro o informe para completar el dato).
- Landázuri, M. A. E., López, L. C. C., Calderón, S. R. C., Silva, N. M. R., Lema, M. D. J. Q., & Zambrano, E. R. M. (2024). Impacto de la pandemia en la salud mental de estudiantes y docentes: enfoques pedagógicos para la recuperación emocional y académica. *Revista Interdisciplinaria de Educación, Salud, Actividad Física y Deporte*, 1(3), 294-309.

- Mazorco Salas, J. E. (2021). Representaciones sociales sobre la salud mental construidas por los miembros de una universidad regional en Ibagué, Colombia: un abordaje metodológico mixto. *Revista Colombiana de Sociología*, 44(2), 95-121. <https://doi.org/10.15446/rcs.v44n2.87948>
- Montaño Rozo, M. X. (2024). Diagnóstico del estado de la salud mental escolar como base para la implementación de programas de promoción de la salud, prevención y atención de la enfermedad en un colegio de Gachancipá, Cundinamarca [Tesis de doctorado, Universidad Nacional de Colombia]. Repositorio Institucional UNAL.
- OMS – Organización Mundial de la Salud. (2021, 17 de noviembre). Salud mental del adolescente. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Rojas-Bernal, L. Á., Castaño-Pérez, G. A., & Restrepo-Bernal, D. P. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. *CES Medicina*, 32(2), 129-140. <http://dx.doi.org/10.21615/cesmed.32.2.6>
- Sarmiento González, J. R. (2021). Malestar docente y salud mental en Colombia [Trabajo de grado/Tesis]. CINDE. http://repository.cinde.org.co/bitstream/handle/20.500.11907/2702/malestar_docente_y_salud_mental_en_colombia_Jazmin_Sarmiento.pdf
- UNICEF Colombia. (2022, 11 de agosto). De salud mental sí hablamos: UNICEF Colombia propone abrir una conversación sobre el bienestar emocional. <https://www.unicef.org/colombia/comunicados-prensa/de-salud-mental-s%C3%AD-hablamos-unicef-colombia-propone-abrir-una-conversaci%C3%B3n-sobre>