

Alfabetización en salud mental a padres de familia, profesores y niños, de la Escuela Beldaca  
Facultad: Facultad de Ciencias de la Salud  
Carrera: Medicina

En la actualidad, la salud mental se ha convertido en un tema de gran relevancia en el ámbito educativo, ya que impacta directamente en el bienestar y el rendimiento académico de los estudiantes. La escuela Beldaca, existe la necesidad de fortalecer la alfabetización en salud mental dentro de su comunidad educativa, involucrando a padres de familia, profesores y niños en un proceso integral de formación y sensibilización. Este proyecto surge con el objetivo de promover el conocimiento, la prevención y la gestión adecuada de la salud mental en el entorno escolar.

El desconocimiento sobre la salud mental, sumado a los estigmas y mitos asociados, puede generar barreras en la identificación temprana de dificultades emocionales y en la búsqueda de apoyo adecuado. En este sentido, la alfabetización en salud mental se presenta como una estrategia clave para dotar a la comunidad educativa de herramientas que faciliten el abordaje de estos temas de manera informada y efectiva.

El presente proyecto se centra en la capacitación de los distintos actores de la comunidad educativa, abordando la salud mental desde una perspectiva integral y preventiva. Se trabajará con los padres de familia para mejorar su comprensión sobre la salud mental infantil y adolescente, proporcionando estrategias de acompañamiento y comunicación efectiva con sus hijos. Asimismo, se capacitará a los profesores en el reconocimiento de señales de alerta y en la implementación de prácticas que favorezcan un ambiente de aprendizaje saludable. Finalmente, los niños recibirán formación sobre el autocuidado emocional y la importancia de expresar sus emociones de manera asertiva.

### **Objetivo General**

Promover la alfabetización en salud mental en la comunidad educativa de la Escuela Beldaca, proporcionando conocimientos y estrategias a padres de familia, profesores y niños para mejorar la comprensión, prevención y gestión del bienestar emocional y psicológico.

Este proyecto fue diseñado para contribuir al logro de los Objetivos de Desarrollo Sostenible establecidos por las Naciones Unidas. A través de esta iniciativa, se impulsa el Objetivo de Desarrollo Sostenible:

- Objetivo 3.- Salud y Bienestar

### **Beneficiarios del proyecto**

- Comunidad: La comunidad educativa de la Escuela Beldaca estuvo conformada por familias, docentes y estudiantes que compartían un entorno con creciente necesidad de atención a la salud mental. Este proyecto fortaleció la comunicación, la detección temprana de dificultades emocionales y la creación de redes de apoyo, promoviendo una cultura de bienestar sostenible. Se beneficiaron aproximadamente 30 familias mediante talleres y espacios de acompañamiento.

- Estudiantes: Los beneficiarios directos fueron cerca de 80 niños, quienes participaron en actividades lúdicas orientadas a la gestión emocional, resolución de conflictos y desarrollo de resiliencia. Estas

acciones favorecieron su bienestar integral, mejorando su convivencia, autoestima y rendimiento académico dentro y fuera del aula.

- Docentes: Un grupo de 5 profesores recibió formación en identificación de dificultades emocionales, estrategias de intervención básica y promoción de un ambiente escolar saludable. La implementación de estas herramientas en el aula permitió consolidar prácticas educativas que priorizaron la salud mental, asegurando la continuidad e impacto del proyecto a largo plazo.

### **Impacto**

**Profesores:** El impacto se reflejó en el fortalecimiento de sus competencias para identificar dificultades emocionales y aplicar estrategias de intervención básica en el aula. Lograron generar ambientes más inclusivos, empáticos y seguros, mejorando la convivencia escolar y facilitando el aprendizaje. Además, incorporaron prácticas que promovieron el bienestar emocional de manera continua.

**Padres de familia:** Desarrollaron habilidades de comunicación efectiva y aprendieron a reconocer signos de alerta en la salud mental de sus hijos. Esto les permitió brindar un acompañamiento más adecuado desde el hogar, fortaleciendo los vínculos familiares y contribuyendo a una atención oportuna de las necesidades emocionales.

**Niños:** Mejoraron su capacidad para gestionar emociones, resolver conflictos y desarrollar resiliencia. Las actividades lúdicas favorecieron su autoestima, convivencia y desempeño académico, generando un entorno más positivo tanto dentro como fuera del aula.

### **Período de ejecución**

15/04/2025 - 30/08/2025

### **Director del proyecto**

Sandra Lorena

Muñoz Ortega

slmunoz@uees.edu.ec

Facultad de Ciencias de la Salud

### **Fotos de evidencia del proyecto**



