

COPS

COMMUNITY ORIENTED POLICING SERVICES
U.S. DEPARTMENT OF JUSTICE

Promoción de Salud Mental



Marleen Wong

Distrito Escolar Unificado de Los Angeles
Equipos de Crisis del Distrito
Centro Nacional para Estrés Traumático Infantil
Recuperación de Crisis y Desastres Escolares
Universidades UCLA y Duke

Bosquejo

- Información básica
 - Depresión y suicidio
 - Trauma y exposición a violencia
- Intervención de salud mental: el Modelo Sanford para presentar informes.

Dr. David Satcher, Cirujano General de los Estados Unidos: Primer Informe Nacional sobre Salud Mental, Diciembre de 1999

- "En un año, 20% de niños y adolescentes en este país tienen señales y síntomas de un desorden o enfermedad mental."

El papel del SRO y el educador (SRO: Policía escolar)

- Reconocer y referir
- No tener vergüenza en dar o recibir ayuda



La depresión infantil es diferente de la depresión en los adultos

- La depresión infantil puede expresarse en conducta **agresiva** contra otros niños o contra adultos
- Los niños o adolescentes deprimidos están frecuentemente **irritables**, no necesariamente encerrados en sí mismos
- Los niños tienen síntomas de **ansiedad**, por ejemplo temor a la separación; resistencia a conocer gente; indecisión
- Los niños pueden tener muchos **síntomas somáticos**: dolor de cabeza o estómago, o dolores en general.

Suicidio, pensamientos suicidas y conducta suicida

- El 90% de los niños y adolescentes que cometen suicidio tienen un desorden mental
- Muchos niños con depresión experimentan una recaída
 - Del 20% al 40% tienen una recaída en 2 años
 - 70% tendrán una recaída cuando son adultos

Factores de resiliencia (resiliencia: volver al lugar inicial)

Página 305

Tratando de conocerse
(aunque sea un poquito)

**La guerra en los Estados Unidos 9/11/01:
8 millones presencian la violencia en Nueva York .
1.2 millones de estudiantes
en las escuelas públicas de la ciudad.**



Experiencias traumáticas en la vida de todos los días

- Accidente de tránsito frente a la escuela
- Muerte accidental de un estudiante durante un paseo
- Muerte de un maestro en un fin de semana o día feriado
- Muerte de padre o madre por causa de una enfermedad incurable
- Presenciar violencia doméstica en el hogar
- Ser víctima o testigo de abuso infantil
- Efectos de desastres naturales: incendio, inundación, terremoto, huracán, tornado.

Síntomas normales de estrés postraumático

- Dificultad de concentración
- Pensamientos no deseados, o imágenes traumáticas
- Pérdida de coherencia en lo que dicen o leen
- Dificultad para dormirse o mantener el sueño, con malos sueños, pesadillas
- Irritabilidad
- No querer ir a la escuela

**“Lo que no puedes
decirlo con palabras,
no puedes eliminarlo”**

Bruno Bettelheim

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones

Recuperación emocional después de trauma o violencia

El modelo de 4 Pasos no es terapia

- Resolución de problemas
- Discusión guiada
- Definición de pensamientos y sentimientos usando 4 preguntas

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones:

Reglas

- Sólo una persona habla a la vez... hasta que el líder dice: "Gracias, por favor la persona siguiente".
- La responsabilidad de las otras personas en el grupo es escuchar.
- Si alguien no usa todo su tiempo, el resto del grupo estará en silencio hasta que se invite a la siguiente persona a hablar.

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones

La pregunta informativa

- Cómo se llama usted
- Cuál es su posición en el trabajo
- Cuáles son las responsabilidades de su posición

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones

Pregunta para pensar

- Si en su escuela o distrito ocurre una crisis o desastre, ¿cuál sería el papel de usted en la respuesta a la crisis?

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones

Pregunta para reaccionar

- Si usted tuviera que actuar en respuesta a un incidente violento o a un desastre en gran escala en la escuela, ¿cuál sería la cosa más difícil para usted personalmente?

4 pasos para confrontar exitosamente situaciones

Pregunta de evaluación

- ¿Qué tipo de información o entrenamiento le ayudaría a usted ahora para preparar su escuela o distrito para la eventualidad de una crisis o de un desastre?

Restaurar el ambiente educativo Restablecer la seguridad física y emocional

Planificación de seguridad en la escuela – Establecer un consenso experto

Durante la crisis, afirmación jerárquica (de arriba hacia abajo):

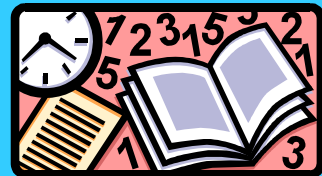
- Intervención inmediata, directa, activa y autoritativa. Después de la crisis, construir desde abajo hacia arriba:
- Preguntar por la experiencia individual
- Dar apoyo emocional (Re-asegurar y dar información correcta)



Normas y prácticas del distrito

Si no está escrito...

No existe.



¿Qué es buena salud mental?

La habilidad para



trabajar...

amar...

aprender



Gracias por el trabajo
de ustedes en las escuelas,
y por estar aquí hoy.



Experiencias traumáticas en la vida de todos los días

EN LA ESCUELA MEDIA O SECUNDARIA

- Accidente de auto con conductor y amigos jóvenes
- Víctima de violencia relacional
- Suicidio de un compañero/a o maestro/a
- Muerte de compañero/a o maestro/a por causa del SIDA
- Violencia de pandillas o de compañeros en la comunidad

Desórdenes mentales que interfieren con la educación:

Depresión infantil

Trauma psicológico

- Estas condiciones interfieren con la habilidad del niño para aprender. El ser testigo de violencia puede ser la causa de ambas condiciones.

Para el mundo, tú tal vez eres sólo una persona,
pero para una persona tú tal vez eres el mundo



Cuándo derivar a un niño con un problema:

- Reacción desmedida a hechos normales de la vida diaria
- Falta de sentimientos hacia otros
- Falta de amigos o conexión con adultos; un solitario
- Problema que continúa con el paso del tiempo
- El problema no responde a la intervención de un adulto preocupado por la situación.

Interacciones adultas que apoyan el desarrollo cerebral y que pueden aliviar la depresión, ansiedad o estrés postraumático en un niño

1. **Escuchar:** en una manera confortante para el mundo interior
2. **Animar a hablar:** permitir tiempo al estudiante para que ponga sus problemas y emociones en palabras
3. **Resolución de problema:** Ayudar al niño a pensar en la situación
4. **Realidad:** Corregir las percepciones negativas "siempre" y "nunca".