

3. Atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta

Ana Moreno Román

Enfermera en el área de Hematología en el C.H Virgen del Rocío de Sevilla.

Fecha recepción: 19.12.2021

Fecha aceptación: 28.12.2021

RESUMEN

Introducción. Se conoce que los problemas de salud mental están aumentando en niños y adolescentes. La enfermera escolar es uno de los profesionales indicados y capacitados para su prevención, detección y seguimiento en el ámbito escolar. La infancia es una etapa crucial para el desarrollo y la formación del niño. Es por ello por lo que hay que capacitarlos en una mayor resiliencia que les permita abordar los problemas y el estrés de la vida normal de forma no patológica.

Objetivos. Revisar la literatura existente en la atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta: Percepción de habilidades y barreras.

Material y métodos. La presente revisión bibliográfica se realizó durante los meses de noviembre, diciembre de 2020, y enero y febrero de 2021 en las bases de datos especializadas electrónicas en inglés (Pubmed, Scopus, CINAHL, WOS) y en español (Dialnet, Cuiden, MEDES, IBECS, Biblioteca de Cochrane Plus). Después del proceso de búsqueda y de aplicar los criterios de inclusión y de exclusión, se revisaron finalmente 5 documentos.

Conclusión. La atención a los problemas mentales en la escuela por las enfermeras escolares se ve mermada por una serie de barreras como la sobrecarga de trabajo, escasez de tiempo y recursos y la falta de entrenamiento en este ámbito. A pesar ello, es el colectivo que se considera más adecuado para la atención a jóvenes con problemas emocionales y mentales, siempre abogando por el trabajo en equipo con el profesorado y los especialistas en salud mental y considerando a la familia como un pilar fundamental.

Palabras clave (MeSH): Salud en la escuela, salud mental, enfermera escolar.

ABSTRACT

Introduction. Mental health problems are increasing in children and adolescents. The school nurse is one of the professionals indicated and trained for its prevention, detection and monitoring in the school environment. Childhood is a crucial stage for the development and formation of the child. That is why it is necessary to train them in greater resilience that allows them to address the problems and stress of normal life in a non-pathological way.

Objectives. Review the existing literature on the attention of the school nurse to students with mental and behavioral health problems: Perception of skills and barriers.

Material and methods. This bibliographic review was carried out during the months of November, December 2020, and January and February 2021 in specialized electronic databases in English (Pubmed, Scopus, CINAHL, WOS) and in Spanish (Dialnet, Cuiden, MEDES, IBECS, Cochrane Library Plus). After the search process and applying the inclusion and exclusion criteria, 5 documents were finally reviewed.

Conclusion. The attention to mental problems in school by school nurses is reduced by a series of barriers such as work overload, shortage of time and resources and lack of training in this area. Despite this, it is the group that is considered most appropriate for the care of young people with emotional and mental problems, always advocating teamwork with teachers and mental health specialists and considering the family as a fundamental pillar.

Key words (MeSH): School health, mental health, school nursing.

1. INTRODUCCIÓN

1.1. Justificación y pertinencia del trabajo

Aunque la enfermería escolar como profesión aun no esté implantada en todas las comunidades autónomas de España, su papel está tomando relevancia en estos últimos años. Las competencias que abarca esta profesional son múltiples y muy variadas. Desde labores de prevención a otras de seguimiento de enfermedades crónicas, así como de tratamiento puntual de accidentes que pudiesen ocurrir en el ámbito de trabajo. No obstante, a pesar de la numerosa y variada demanda asistencial, sigue habiendo una serie de dolencias que ocupan en torno al 50% del tiempo de trabajo de las enfermeras escolares¹, y son los problemas de salud mental tanto en niños como adolescentes.

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS)², dentro de las dolencias mentales, la depresión constituye la principal causa de morbimortalidad en los jóvenes. En la mayoría de los casos, los trastornos mentales derivan en otros problemas de salud grave, como es el consumo de sustancias nocivas, embarazos no deseados, abandono escolar y conductas delictivas. Por lo tanto, si desde la escuela, lugar donde pasan la mayor parte del tiempo,

se promueve un desarrollo sano durante la infancia y adolescencia, ello contribuirá a mejorar las habilidades en las relaciones sociales, prevenir y resolver problemas, manejar el estrés y la presión escolar y mejorar la autoestima y autoconfianza del niño y adolescente.

El motivo de la mayoría de las consultas escolares con la enfermera dentro del ámbito de la salud mental se diferencia en función del sexo del interesado. En el caso de las chicas, son más frecuentes los problemas de autoestima, trastornos de la conducta alimenticia, ansiedad y depresión. En cambio, en los chicos predomina la drogadicción, los problemas de sueño y los pensamientos suicidas¹. Además, suele predominar en ellos cuadros de dislexia/ retraso en la lectura, espectro autista, TDAH (*Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad*) y trastorno antisocial³. En cuanto a los más jóvenes, sus problemas suelen estar derivados de conflictos más interpersonales, como podría ser un divorcio. Uno de los problemas mentales que mayor influencia tiene en el ámbito educativo es el TDAH, con una prevalencia del 20%³.

Estas razones demuestran la importancia de aumentar las competencias y aprendizaje en el manejo de los trastornos mentales en la enfermería escolar. Diagnosticar precozmente, asesorar y ofrecer tratamientos individualizados junto con terapias cognitivos-conductuales podría mejorar la calidad de vida y el rendimiento escolar del niño o adolescente, así como prevenir otros trastornos psicológicos adyuvantes².

La infancia es una etapa crucial del desarrollo puesto que es el momento en que se inicia el aprendizaje del niño. Se estima que aproximadamente del 10-20% de la población infantil en todo el mundo presenta trastornos psicológicos⁴ que afectarán de forma significativa a la vida social y escolar del niño. Se conoce que el 50% de los casos de trastornos mentales en adultos, tuvieron su comienzo en la adolescencia⁵. Además, la mitad de esos trastornos mentales comenzarán antes de los 14 años. Ello no siempre implica que estos estudiantes tengan un diagnóstico psiquiátrico o necesite tratamiento médico. En estos casos, es esencial intervenir precozmente con la labor de las enfermeras escolares quienes se deben sentir preparadas para ello y tener una formación suficiente. La OMS propone que el ambiente escolar es un lugar idóneo para apoyar a los jóvenes emocionalmente y promover una salud mental positiva⁵. El "Comprehensive Mental Health Action Plan for 2013-2020" elaborado por la OMS¹⁰ enfatiza la importancia de tener un sentido de identidad positivo en los niños, habilidad para manejar los pensamientos, emociones y construir relaciones sociales sanas.

Según una investigación estadística llevada a cabo por UNICEF¹¹ en 31 países, 1 de cada 4 adolescentes experimentan dos o más síntomas psicológicos más de una vez a la semana. En general, hay una tendencia al alza de síntomas de salud mental desde el 2006 al 2014, donde se ha observado un aumento de 2 puntos de porcentaje en 12 países. En la mayoría de los países, la prevalencia de síntomas de salud mental aumenta con la edad, con la tasa más alta observada entre 15 años. En relación al género, se observó en 26 países que hay más probabilidades de que las niñas entre 13 y 15 años experimenten dos o más síntomas psicológicos más de una vez a la semana, que los niños de la misma edad.

Actualmente, existen escasas guías de práctica clínica que ayuden a los profesionales a asesorar a los alumnos en salud mental. La OMS lanzó en 2011 la "Guía de Intervención mhGAP" para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada⁶. Es un material útil para los trastornos que ahí se detallan y aconseja el uso de intervenciones psicosociales avanzadas para cuando así sea necesario y solamente cuando el personal tenga suficiente tiempo disponible para implementarlas.

Por otro lado, Atkins J¹⁰ propone en su artículo el "Mental Health First Aid Action Plan" como un programa que ofrece información, herramientas y recursos a las enfermeras escolares para aumentar su confianza trabajando con alumnos con problemas mentales. Este método se basa en el acrónimo ALGEE que guía las acciones de los profesionales:

- Acercarse (approach) a la persona, evaluarla y ayudar en el caso que haya alguna crisis.
- Escuchar (listen) sin juzgar.
- Brindar (give) apoyo e información.
- Animar (encourage) a la persona a que busque ayuda profesional.
- Fomentar otros apoyos (encourage) en la familia o amigos y estrategias de autoayuda.

A pesar de estos dos recursos que se han podido encontrar en toda la búsqueda bibliográfica como ayuda en el trabajo asistencial, la sensación de escasez de metodología y consenso en el trabajo de la enfermera escolar en la atención de problemas mentales en el alumnado es evidente. La necesidad de estudios que evalúen la eficacia de un método en concreto y, sobre todo, la necesidad de entrenamiento en habilidades y estrategias psicosociales que permitan al alumnado afecto manejar sus problemas es crucial para estos profesionales.

2. MARCO TEÓRICO

2.1. La salud mental

La salud mental se define no solo como la ausencia de trastornos o discapacidades mentales, sino que es un término que abarca mucho más, es esencial para la vida de las personas. Está integrada en la salud y depende de múltiples factores como los socioeconómicos, medioambientales y biológicos⁷. Con buena salud mental somos capaces de interactuar con los demás, enfrentarnos al estrés normal de la vida, contribuir a la sociedad, gestionar los sentimientos y trabajar de forma eficaz.

Se asocia la mala salud mental a los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación de género, a la exclusión social, a los modos de vida poco saludables, a los riesgos de violencia y mala salud física y a las violaciones de los derechos humanos. Las pruebas más evidentes de ello se observan en los indicadores de pobreza y en el bajo nivel educativo.

Por otro lado, también hay factores de la personalidad y psicológicos que hacen que la persona sea más vulnerable a los trastornos mentales, así como genéticos o biológicos.

Por lo tanto, el bienestar mental es prioritario fomentarlo desde pequeños, en las comunidades y sociedades de todo el mundo. Ello se puede lograr a través de la promoción y protección de la salud mental.

2.2. Promoción de la salud mental

La promoción de la salud mental son acciones dirigidas a crear conductas y entornos que ayuden a mantener modos de vida saludables. Propiciar ambientes de respeto, seguridad, libertad y protección de los derechos básicos es fundamental. Ello depende no solo de medidas políticas, sino también de otros sectores tan importantes como el educacional o el sanitario.

Según la OMS⁷: “*las intervenciones en la infancia precoz (por ejemplo, la creación de un entorno estable que atienda las necesidades de salud y nutrición del niño, lo proteja de las amenazas y le proporcione oportunidades de aprendizaje precoz e interacciones que sean sensibles, le den apoyo emocional y estimulen su desarrollo)*” y “*el apoyo a los niños (por ejemplo, programas de creación de capacidades y programas de desarrollo infantil y juvenil)*” son estrategias de promoción del bienestar psicológico.

Se ha demostrado la influencia que existe entre la salud mental y el rendimiento escolar. Se conoce que la escuela es uno de los lugares que más influencia ejerce sobre las vidas y pensamientos de los jóvenes, más que cualquier otra institución social. Por tanto, la atención directa en la escuela por una persona capacitada en detectar signos y síntomas de riesgo es fundamental en este ámbito. Las competencias de la enfermera escolar junto con su visión holística del individuo y su ambiente la hacen de un profesional capaz para atender a este tipo de población. La promoción de una buena salud mental se puede realizar desde tres niveles: la prevención en personas sanas, aquellas con síntomas emergentes que pueden tratarse rápidamente y aquellas con enfermedad con el objetivo de limitar la posible discapacidad subyacente⁸.

2.3. Papel de la enfermera escolar en la salud mental

La enfermera escolar es un profesional experto en detectar necesidades que pudiesen tener los escolares. Estas necesidades no son siempre expresadas verbalmente, sino que lo más frecuente es que los niños y adolescente las expresen en forma de comportamientos como peleas, agresividad verbal, inquietud, uso y abuso de sustancias, conductas de riesgo sexual; y conductas como la autolesión, retraimiento, quejas somáticas, ideación suicida y conductas escolares problemáticas (rendimiento académico, asistencia, tardanza en entregas de trabajos o deberes).

Para tener éxito en mejorar el rendimiento académico, se recomienda a las escuelas que realicen esfuerzos centrados no solo en mejorar el aprendizaje, sino también los problemas psicosociales que afectan el aprendizaje. Las enfermeras escolares promueven la salud mental y el rendimiento

académico a través de la enseñanza, la evaluación y la colaboración con enfermeras especializadas en pediatría y psiquiatría, maestros, consejeros y familias a nivel individual y comunitario.

Los estudiantes que muestren problemas de salud mental y académicos deben ser derivados a servicios especializados. El papel de la enfermera escolar apoya la detección temprana y el tratamiento de problemas de salud mental con el objetivo de fortalecer las habilidades de los niños para lograr el éxito futuro como adultos saludables y productivos.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivo general

- Revisar la literatura existente en la atención de la enfermera escolar al alumnado con problemas de salud mental y de conducta: Percepción de habilidades y barreras.

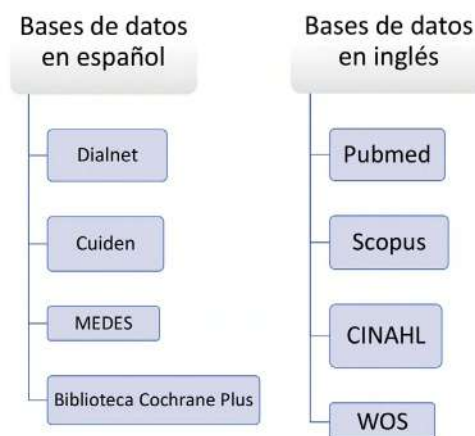
3.2. Objetivo específicos

- Conocer las barreras implicadas en la atención a escolares con problemas de salud mental.
- Examinar la metodología y/o programas existentes llevados a cabo por las enfermeras escolares.
- Estudiar la relación entre la atención de la enfermera escolar y el manejo de los problemas de salud mental en la escuela, así como su impacto.

4. METODOLOGÍA

4.1. Opciones de búsqueda

Para la realización de la presente revisión bibliográfica durante los meses de noviembre, diciembre de 2020, y enero y febrero de 2021, se ha llevado a cabo una búsqueda de información relativa al objetivo propuesto, entre los 10 últimos años (2010-2021), en diferentes bases de datos, tanto inglesas como españolas:



Además de ello, se ha basado mi búsqueda en revistas como la Journal of Clinical Nursing. Visite la página web oficial de NASN (*National Association of school Nurses*), de ACEESE (*Asociación Científica Española de Enfermería y Sa-*

lud Escolar, de AMECE (*Asociación Nacional e Internacional de Enfermería Escolar*), y de la OMS (*Organización Mundial de Salud*). También se buscó protocolos de cuidados en la atención al alumno con problemas de salud mental a nivel internacional, como la guía de actuación mhGAP que propone la OMS para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada.

4.2. Estrategias de búsqueda

En la siguiente tabla se mostrarán las bases de datos en las que se ha realizado la búsqueda bibliográfica, las estrategias utilizadas en cada base, los descriptores y operadores booleanos de cada sentencia de búsqueda, los filtros y el total de artículos encontrados en cada búsqueda (Tabla 1).

Se han encontrado un total de 550 artículos procedentes de las distintas bases de datos utilizadas, tanto de las inglesas como de las españolas. Los operadores booleanos utilizados en las búsquedas han sido "AND" y "OR". Las palabras claves han sido los términos MeSH: school health, mental health, school nursing.

4.3. Criterios de inclusión y exclusión

Los criterios de inclusión son:

1. Publicaciones en las que se habla sobre el abordaje de escolares en torno a su salud mental y el punto de vista de las enfermeras escolares.
2. Aquellas que se han publicado en los últimos 10 años.
3. Publicaciones en inglés, español o portugués.
4. Todos los países

Los criterios de exclusión son:

1. Publicaciones que se dirijan al abordaje de otras patologías en las escuelas.
2. Publicaciones en la que se hable del abordaje de una concreta enfermedad mental.
3. Artículos que traten sobre la salud mental de estudiantes de enfermería o el colectivo enfermero en general.
4. Artículos no relacionados con el tema que se trata.
5. Publicaciones con fecha de publicación anterior al rango pautado.
6. Publicaciones en otros idiomas que no son los descritos en el apartado anterior.
7. Aquellos documentos que no se han podido obtener en texto completo a través de las bases de datos.

5. DESARROLLO

5.1. Número y naturaleza de los artículos encontrados

Después de realizar la búsqueda bibliográfica con las estrategias detalladas anteriormente, se obtuvo una suma total de 550 artículos entre todas las bases de datos.

De la búsqueda en las bases de datos, se descartan 521 por no tener relación con el objetivo principal tras la lectura del título y/o abstract. Se eliminan 7 por estar repetidos. Se excluyen 6 por tratar de enfermedades y/o intervenciones específicas y otros 3 por no estar disponible el texto al completo. De esta forma, se seleccionan 12 artículos para su lectura completa, de los que se escogen 5 para la investigación final.

Tabla 1. *Tabla resumen de las estrategias de búsqueda según las bases de datos.*

BASE DE DATOS	ESTRATEGÍA DE BÚSQUEDA	FILTRO	RESULTADOS
PUBMED	((school health [MeSH Terms]) AND (mental health[MeSH Terms])) AND (school nursing[MeSH Terms])	10 años, full text	18
SCOPUS	(school health) AND (mental health) AND (school nurs*)	5 años, texto completo	139
CINAHL	(school health) AND (mental health) AND (school nursing)	5 años, texto completo	19
Dialnet	(school health) AND (mental health) AND (school nursing)	10 años, texto completo	21
Cuiden	(school health) AND (mental health) AND (school nurse)	5 años, texto completo	163
Medes	(("salud mental"[todos]) AND "enfermería escolar"[todos])	10 años	2
WOS	(school health) AND (mental health) AND (school nursing)	5 años	183
Biblioteca Cochrane Plus	(school health) AND (mental health) AND (school nurse)	5 años	5
TOTAL:			550

Todos los artículos escogidos están escritos en inglés. Tres de ellos son estudios cualitativos, mientras que uno de ellos es una revisión sistemática de artículos. El límite de entrada por años que se filtró en las bases de datos fue de diez años atrás (2010- 2020). La mayoría de los artículos son de los últimos 5 años.

Con respecto al análisis de las revistas a las cuales pertenecen los artículos seleccionados, se detallan el factor de impacto del Journal Citation Report (JCR) obtenido en la Web of Science (WOS). Dos de los artículos seleccionados

pertenecen a la revista Journal of Clinical Nursing con un factor de impacto de 1.972 puntos, otros dos a la revista Journal of School Nursing con un factor de impacto de 1.694 puntos, y uno de ellos a la revista Journal of Advanced Nursing con un factor de impacto de 2.561 puntos.

Para ver de forma esquemática el tipo de estudio de cada uno de los artículos analizados y los temas que abordan, así como las conclusiones a las que llegan, el tipo de intervención que utilizan y donde las llevan a cabo, se incluye a continuación una tabla de vaciado de contenido (Tabla 2).

Tabla 2. *Tabla representativa de vaciado de contenido de todos los artículos en general.*

Autores/ Año	Objetivo del estudio	Muestra	Metodología	Resultados
Ravenna J (2016)	Examinar la literatura internacional para detallar la experiencia de las enfermeras escolares en el manejo de jóvenes afectos en salud mental	Incluye 12 estudios	Revisión sistemática	Las enfermeras escolares tienen un papel central en el apoyo a la salud mental de los jóvenes, aunque existen una serie de barreras que repercuten en la preparación de las enfermeras escolares para este aspecto de su función. Cuando se implementa un entrenamiento en el manejo de problemas de salud mental en ellas, se obtienen resultados positivos en la prestación de estos servicios y calidad en la atención.
Jönsson J (2019)	Describir la experiencia de las enfermeras escolares trabajando con niños escolares y con problemas de salud mental.	Enfermeras escolares de Suecia (n=14)	Entrevista semi-estructurada	El análisis de contenido reveló tres temas: (1) sensación de preocupación por trabajar con estudiantes con problemas de salud mental, (2) cuidar a los estudiantes con problemas de salud mental fue una oportunidad para el desarrollo personal y profesional, y (3) la experiencia de marcar diferencia en los jóvenes con problemas de salud mental.
Skundberg-Kletthagen H (2017)	Explorar las experiencias de las enfermeras escolares en el trabajo con jóvenes con problemas mentales	Enfermeras escolares de Noruega (n=284)	Preguntas abiertas	Las enfermeras escolares reconocen su importante rol en el trabajo con adolescentes enfocándose en su salud mental, describieron una falta de confianza y necesidades de formación insatisfechas sobre problemas de salud mental y solicitaron más conocimientos sobre la cooperación inter y multidisciplinar en el seguimiento del alumnado con problemas de salud mental.
Pryjmachuk S (2012)	Explorar el punto de vista de las enfermeras escolares trabajando con alumnos con problemas de salud mental	Enfermeras escolares del Reino Unido (n=33)	4 grupos focales	Se identificaron varios obstáculos para su trabajo en esta área: grandes cargas de trabajo, rivalidades profesionales, falta de confianza y oportunidades limitadas de educación y formación. Se destacó la importancia del apoyo de los equipos locales de especialistas en salud mental.
Haddad M (2010)	Identificar el punto de vista de las enfermeras escolares de su trabajo en el manejo de problemas de salud mental y su actitud hacia la depresión	Enfermeras escolares del Reino Unido (n=258)	Cuestionarios postales	Casi la mitad de los encuestados (46%) no había recibido ninguna capacitación en salud mental posterior al registro, sin embargo, el 93% estuvo de acuerdo en que esto era una parte integral de su trabajo. La mayoría (55%) señaló que la participación en los problemas psicológicos de los jóvenes ocupaba más de una cuarta parte de su tiempo de trabajo.

5.2. Análisis y resultado de los estudios

La salud mental es reconocida como uno de los aspectos centrales para el bienestar general del niño y el adolescente, considerada además como uno de los derechos fundamentales de este. Por ello, la salud mental en adolescentes en un tema que está en auge en las reuniones científicas y que su creciente dimensión está alarmando a los profesionales de la salud, quienes no dejan de apostar por una mayor capacitación en este ámbito para su adecuado abordaje. Las enfermeras escolares atienden una gran variedad de problemas psicológicos y emocionales en su rutina diaria, por ello, juegan un papel fundamental en su detección y manejo de las necesidades de los jóvenes.

En esta revisión, concretamente nos centraremos en el papel de la enfermería escolar y su visión en el manejo de este tipo de problemas, así como las barreras y necesidades que estos profesionales apuntan.

En el estudio transversal realizado en Reino Unido por Haddad M et al.⁹, en el que se entrevista a 258 enfermeras escolares a través de un cuestionario postal sobre el manejo de niños con problemas depresivos y de salud mental, tras su análisis, se observa un modelo de tres factores. Por un lado, uno de los factores que se percibe es tranquilidad y confianza profesional trabajando con alumnos con problemas psicológicos, específicamente, la depresión. El siguiente factor que se detecta es un desacuerdo entre los profesionales hacia la actitud pesimista de pensar que la depresión es un fenómeno natural de las personas jóvenes y es un hecho que no se puede cambiar. Y el último factor encontrado es la tendencia a depender de los expertos psiquiátricos, es decir, las enfermeras escolares consideran que el tratamiento especializado para la depresión es apropiado y lo realizan mejor los especialistas.

Según este mismo estudio, el 93% de las enfermeras escolares confirmaron que la atención a alumnos con problemas psicológicos y emocionales era una parte clave de su trabajo. El 55% de ellas pasa más de un cuarto de su tiempo atendiendo este tipo de problemas y el 23 % más de la mitad de su tiempo de trabajo.

La mayoría de las enfermeras escolares admitieron requerir entrenamiento para mejorar sus conocimientos y confianza en el manejo de problemas mentales en personas jóvenes, sobre todo, para ser capaces de reconocer síntomas de depresión, ansiedad y saber controlar autolesiones. Todas coinciden en la evidencia tan limitada que existe para el manejo de estos problemas, así como la escasez de guías que apoyen la práctica clínica de los profesionales y especifiquen su rol y competencias.

Además, cuando se les pregunta sobre la importancia que ven que las capaciten en programas de entrenamiento para atender a esta población, las encuestas muestran con un 85% que sería de gran utilidad para estos profesionales un entrenamiento especializado, y un 79% de ellas están de acuerdo en que más apoyo por parte de los servicios de especialistas de atención en salud mental de niños y adolescentes les permitiría contar con más recursos y ayuda. Por otra parte, al preguntarles sobre los temas en los que querían ser instruidas, las encuestadas seleccionaron mayo-

ritariamente en un 81% el manejo de las autolesiones y en un 70% el reconocimiento de problemas graves tales como la depresión y la ansiedad.

En el estudio cualitativo de Skundberg-Kletthagen H et al.¹, realizado a 284 enfermeras escolares en Noruega a las que se entrevistaron con preguntas abiertas, también se obtuvieron resultados similares al estudio anterior. De hecho, apuntan que más del 60% de los profesionales en su estudio pasan más del 50% de su tiempo atendiendo a alumnos con problemas mentales/emocionales. Estas enfermeras subrayan la importancia de detectar precozmente cualquier signos o síntoma, por menor que sea, que les haga intuir que pueda existir algún problema con el alumno como, por ejemplo, problemas con el sueño, sentimientos de tristeza, problemas con los compañeros, etc.

Estar presente para los alumnos a veces es complicado al existir algunas barreras con las que tienen que lidiar. Destacan como principales barreras el espacio donde trabajan y la carga de trabajo que tienen. Mencionan que el lugar donde desarrollan su labor debería ser más accesible, adaptado y con acceso a información de los alumnos y para hacer la documentación de ellos.

Cuando se les pregunta por la percepción que tienen de su rol, todas coinciden en que la falta de confianza y la necesidad de entrenamiento en la atención de alumnos con problemas mentales/emocionales son dos problemas comunes con los que lidian en su día a día. Muchas de las enfermeras escolares buscan una educación adicional en este ámbito, de hecho, el 30% de las entrevistadas en este estudio tenían, además de su título como enfermera escolar, entrenamiento específico en salud mental. Por lo tanto, ven de forma positiva y necesaria la educación en este ámbito. También consideran útiles los cursos breves para tratar los problemas de salud mental en adolescentes y aumentar así su confianza en el abordaje de determinados problemas con los que se vayan encontrando en su práctica clínica. Las intervenciones que más mencionan y que echan en falta en su educación son el dominio de la depresión y la entrevista motivacional con el fin de usarla en charlas dirigidas a fortalecer la autoestima del alumno y capacitarlo a afrontar mejor los desafíos de la vida.

Las enfermeras escolares en este estudio también mencionan la falta de supervisión por parte de un especialista con experiencia en la salud mental de los jóvenes. Describen una falta de cooperación y de trabajo en conjunto entre las enfermeras escolares y otros profesionales.

La colaboración entre el personal de la escuela, la enfermera escolar y el médico de cabecera es esencial para hacer un buen seguimiento de los alumnos. No obstante, en ocasiones ello se ve dificultado por diferentes motivos. Por un lado, a veces el profesorado es reticente a que sus alumnos pasen tiempo en la consulta con la enfermera escolar y no atendiendo en clase, y no comprenden que ese tiempo está siendo bien invertido y que probablemente prevenga problemas en un futuro. Por otro lado, el contacto con el médico de cabecera se ve dificultado a veces por la distancia geográfica, así como con el psicólogo o los servicios de atención ambulatoria psiquiátrica. Por lo que las enfermeras mencionan que en ocasiones es difícil

recibir ayuda por parte de un especialista. Además, exponen que, si derivan a un alumno al médico de cabecera o a un especialista, no reciben ninguna información del tratamiento, la evolución del alumno o el alta de este a pesar de haber sido derivados por ellas, y a pesar de seguir siendo su responsabilidad cuando vuelven al colegio.

En el estudio cualitativo de Jönsson J et al.⁴, realizado en el suereste de Suecia mediante entrevistas a 14 enfermeras escolares se continúa observando que la instrucción que estos profesionales tienen sobre la salud mental es una preocupación para el colectivo. De hecho, lo consideran como un hecho frustrante ya que se sienten conscientes de la insuficiente preparación que tienen para manejar a niños y adolescentes con problemas emocionales y mentales, y conocen que es un problema que está creciendo según los datos estadísticos. Se menciona también la falta de tiempo y de recursos como causa de esa frustración y preocupación. Las enfermeras escolares exponen que, en ocasiones, su trabajo se basa más en urgencias escolares y trabajo rutinario, que en prevenir estas urgencias. Se reclama también más contacto con los especialistas psiquiatras.

Las enfermeras escolares sienten que son ellas las que más impacto tienen en los alumnos con problemas de salud mental puesto que les proporcionan tiempo y espacio privado para una conversación íntima que quizás el alumno no ha podido tener con nadie más y con este profesional se siente seguro para dar ese paso y abrirse.

Las entrevistadas describen el trabajo con alumnos con problemas de salud mental como satisfactorio y se sienten realizadas personalmente, a pesar de que a veces pueda ser un trabajo estresante. Piensan que le realizan un gran bien al alumno y le ayudan a hacer cambios en su vida. Apuntan que de cada caso individual sacan conclusiones y aprenden algo nuevo. Tanto es así, que de esas consultas han extraído una serie de estrategias que les sirven de ayuda para tratar nuevos problemas. Las estrategias expuestas son:

- Tiempo para reflexionar cómo resolver el problema sin focalizarse demasiado en el actual problema mental.
- Colaborar con otros profesionales y con la familia del estudiante.
- Discutir el problema con el profesor.
- Tener confianza en la profesionalidad y conocimiento de la enfermera escolar, así como conocer sus responsabilidades profesionales y cómo usarlas adecuadamente.

Según el estudio de Ravenna J et al.⁵, en el que realiza una revisión sistemática de 12 artículos, las enfermeras escolares deberían ser más activas atendiendo a alumnos con problemas mentales, y ello no es así, debido a la falta de recursos y la escasez de entrenamiento que hacen en este ámbito. No obstante, destaca el papel fundamental entre estos profesionales y los jóvenes, la continuidad asistencial que otorgan hace que la relación que establecen sea de confianza, permitiendo a los jóvenes mejorar su resiliencia.

La labor de la enfermera escolar se basa en "conversaciones terapéuticas" que, por un lado, ayuda a los niños y adolescentes a gestionar sus emociones y el estrés que les crea los

problemas internos o externos que tengan, y por otro, a los profesionales les ayuda a entender el círculo complejo que rodea al alumno para poder asistirlo. Se menciona la importancia de trabajar no solo con la persona doliente, sino también con la familia puesto que la principal causa de los problemas psicológicos y emocionales se atribuyen a cuestiones familiares.

La principal barrera que encuentran las enfermeras escolares es el consumo de tiempo que hacen en este tipo de asuntos. Alrededor del 37% del trabajo en la consulta es de jóvenes que busca ayuda por algún problema mental. Este hecho implica que no se le dedique el suficiente tiempo a cada caso individual y que las consultas no tengan el debido efecto positivo que se desea en estos casos.

Otras de las barreras que se menciona es la necesidad de educación en atención en salud mental. Se asocia este ítem a la falta de confianza en su trabajo, y por consiguiente en la efectividad de los cuidados que se otorgan. La falta de recursos es otra de las barreras, sobre todo en las zonas rurales donde las enfermeras escolares tienen verdaderas dificultades en derivar a la familia a un centro especialista.

Se menciona que el 94% de las enfermeras escolares expresaron su deseo de recibir educación en salud mental. Un buen entrenamiento de estos profesionales llevaría a equiparlos de conocimientos para ofrecer charlas de prevención y promoción para apoyar a los jóvenes en su salud mental, y a proveer adecuadamente a los alumnos de estrategias cognitivas-comportamentales que les permita analizar las situaciones y pensar de diferentes modos.

Se observó que diferentes enfoques de entrenamiento como, por ejemplo, facilitar conversaciones terapéuticas, asesoramiento, entrevistas motivacionales y programas de prevención de la depresión, permitirían ahorrar tiempo en consulta y fomentarían un mayor sentido de confianza en las enfermeras escolares.

En el estudio realizado por Pryjmachuk S et al.¹², con 4 grupos focales de discusión y un total de 33 enfermeras escolares procedentes de Reino Unido se pudo observar que la atención y la actitud con niños con problemas de salud mental se percibió de forma positiva. Destacan la importancia de escuchar a los jóvenes, tomarlos en serio y permitirles cierto grado de control. Por el contrario, las enfermeras mostraban una actitud resignada en el trato con los padres de estos niños. Se expone que cuando los padres recibían un consejo, este no se cumplía porque, en su mayoría, tenían dificultad en ver cual era su papel en la atención al niño o el adolescente.

En cuanto a la relación con los servicios de atención especializada a los niños y adolescentes con problemas de salud mental, se menciona que mostraron disponibilidad para asesorar y/o proporcionar supervisión clínica. Normalmente, las buenas relaciones con el equipo especializado se reducían a personas específicas, por lo que cuando esas personas se iban, el trabajo colaborativo tendía a desintegrarse.

Con respecto a la relación con los profesores se observa la existencia de cierta tensión en su relación que estaba

relacionada con un problema de comunicación o una falta de comprensión del papel de la enfermera escolar. Estos profesionales se quejaron de las instalaciones inapropiadas (habitaciones escondidas para atender al niño) y de las escasas referencias que hacían a cuestiones del niño y al intercambio de información. Consideraban en el artículo que una forma de resolver esa tensión era educando a los profesores sobre las funciones y el papel de la enfermera escolar.

Las barreras que se enumeran son: la *falta de confianza* que se mostraba en la ansiedad por "hacer las cosas bien" o "decir las cosas correctas". En general, tenían más confianza en los trabajos preventivos o con problemas de salud mental "menores" que con aquellos que estos profesionales percibían como problemas con mayor riesgo como autolesiones, consumo de sustancias y trastornos alimenticios. La *sobrecarga de trabajo* debido especialmente a que la mayoría de las enfermeras escolares trabajan a tiempo parcial y/o solo durante el periodo escolar y la *escasez de entrenamiento y educación* en la atención a jóvenes con problemas de salud mental que se podría solucionar pasando tiempo con los profesionales especialistas en este ámbito o haciendo uso de modelos terapéuticos específicos, como la terapia cognitivo-conductual.

Exponían como habilidades personales facilitadoras de su trabajo la comunicación interpersonal. La escucha activa se consideró como fundamental también, así como su capacidad para derivar a los jóvenes a otros servicios apropiados para su problema. Tener una buena red de apoyo también fue un facilitador para el trabajo. Se destacó como apoyo al especialista, también a la supervisión clínica y al apoyo de pares.

6. DISCUSIÓN/CONCLUSIÓN

6.1. Discusión

La salud mental en las escuelas es una problemática que va en aumento en los últimos años y se está convirtiendo en un tópico que preocupa a la sociedad. La OMS ya lanzó protocolos de acción ante diversos problemas de salud mental, y es evidente la escasez de guías de acción clínica que los profesionales tienen a su disposición. De hecho, en toda la búsqueda bibliográfica solo se hayan la guía lanzada por la OMS⁶, y artículos como los de Atkins J et al.¹⁰, García Marina MC et al.³, y Bohnenkamp JH et al.¹³ que hablan sobre la diagnosis y atención a ciertas patologías mentales concretas y más frecuentes, así como de varios modelos que ayudan a la enfermera escolar en la atención a los jóvenes con problemas mentales y emocionales.

La enfermera escolar es uno de los profesionales más indicados en la atención a este tipo de pacientes. Estos profesionales se sienten con confianza y capaces de influir en las vidas de los jóvenes consiguiendo mejorar su resiliencia a través de "conversaciones terapéuticas". Trabajando con este colectivo sienten que hacen una gran labor profesional y, a pesar de ser a veces un trabajo estresante por toda la carga emocional que conlleva, se sienten realizadas profesionalmente. Son uno de los profesionales más capaces en la atención a los alumnos con problemas de salud mental ya que, con el tiempo que le dedican a la escucha activa y la

comunicación interpersonal de lo que concierne al niño o adolescente, llegan a crear un círculo de confianza e intimidad con los jóvenes, que estos son capaces de abrirse y sentirse cómodo para expresar sus pensamientos y emociones.

Por otra parte, esa confianza que muestran en hacer bien su trabajo con estos pacientes se ve contrariada por el sentimiento de tener insuficiente conocimiento y habilidad en la detección de ciertos problemas mentales. La comodidad que las enfermeras escolares expresan sentir con problemas mentales "de menor grado", casi no existe con aquellos que se consideran como "más graves". Por ello una de las barreras que tienen es la falta de capacitación en la detección y reconocimiento de problemas mentales como la ansiedad, depresión y autolesiones. Todos los artículos analizados coinciden en la necesidad de entrenamiento en entrevistas motivacionales y terapias cognitivas-conductuales.

La confianza en su trabajo también se ve mermada por la escasez de supervisión y apoyo en el trabajo que realizan. La sensación de sentirse solas en la labor que hacen es evidente y buscan apoyo entre ellas compartiendo sus experiencias. Se muestra una falta de relación con los profesionales o centros especialistas en salud mental que pueden servir de apoyo en sus intervenciones y decisiones. Cuando esta relación si existe y hay trabajo en equipo, las enfermeras escolares se sienten más seguras y cómodas a la hora de derivar pacientes. El inconveniente que se observa es la escasez de comunicación entre estos profesionales de la evolución del alumno derivado. Cuando el alumno vuelve a la escuela hay una pérdida de información del joven que perjudica a la enfermera escolar en su atención y seguimiento posterior.

El trabajo con el profesorado tampoco se considera como colaborativo, es decir, no hay suficiente intercambio de información en relación a comportamientos, acciones o faltas que puede tener un determinado alumno y que ello sea un signo de alarma que habría que tratar.

El espacio inadecuado para trabajar es un punto esencial para que el puesto de trabajo que ejerce la enfermera escolar se perciba como necesario e importante, y los alumnos lo tengan como punto de referencia de ayuda a sus problemas. La escasez de tiempo es otra barrera con la que se enfrentan en su día a día. Muchas de ellas comparten su jornada laboral en la escuela y fuera de ella. Es decir, no están a tiempo completo en el colegio atendiendo las necesidades del alumnado. Además, la mayor parte de su jornada la ocupan en urgencias y trabajo rutinario, más que en la prevención de problemas mentales u otros aspectos considerados importantes en la infancia y adolescencia.

Tan importante es la relación con el alumno, como del círculo que lo rodea para la comprensión total de su problema. Indagar en las relaciones sociales y el entorno familiar que el joven tiene puede dar muchas pistas en el abordaje de la dolencia del alumno. La familia puede sentirse contrariada por no saber cómo actuar, ni qué hacer por su hijo. Ahí también entra el papel de la enfermera escolar. Esta tiene que tomar a la familia como un recurso funda-

mental en la atención a estos pacientes, ayudarla a afrontar el problema y a darle su lugar en la atención al niño o adolescente.

6.2. Conclusiones

Se evidencia en todos los artículos la importancia del papel que ejerce la enfermera escolar en las vidas del alumnado con problemas de salud mental. A pesar de las numerosas barreras que se encuentran en su día a día (escasez de confianza, entrenamiento, tiempo, sobrecarga de trabajo), estos profesionales son capaces de ver la labor de responsabilidad que tienen con este colectivo. Por ello, se aboga por un mejor trabajo en equipo con el profesorado y especialistas en salud mental con el fin de ofrecer una atención adecuada e individualizada a los jóvenes que así lo requieran.

BIBLIOGRAFÍA

1. Skundberg-Kletthagen H, Moen ØL. Mental health work in school health services and school nurses' involvement and attitudes, in a Norwegian context. *J Clin Nurs*. 2017 Dec; 26(23-24): 5044-5051. doi: 10.1111/jocn.14004.
2. Adolescentes y salud mental [sede web]*. Organización Mundial de la Salud [acceso el 19 de enero de 2021]. Salud de la madre, el recién nacido, del niño y del adolescente. Disponible en: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/mental_health/es/
3. García Marina MC, González Prieto NI. La salud mental en la escuela. *Metas Enferm* 2013; 16(3): 70-74.
4. Jönsson J, Maltestam M, Tops AB, Garmy P. School Nurses' Experiences Working With Students With Mental Health Problems: A Qualitative Study. *J Sch Nurs*. 2019 Jun; 35(3): 203-209. doi: 10.1177/1059840517744019.
5. Ravenna J, Cleaver K. School Nurses' Experiences of Managing Young People With Mental Health Problems: A Scoping Review. *J Sch Nurs*. 2016 Feb; 32(1): 58-70. doi: 10.1177/1059840515620281.
6. Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada. Organización Mundial de la Salud. 2011: ISBN 978 92 4 354806 7
7. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta [sede web]*. Organización Mundial de Salud [acceso el 20 de enero de 2021]. 2018. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
8. Cowell JM. Mental health promotion: opportunities for school nursing research. *J Sch Nurs*. 2011 Apr; 27(2): 91-2. doi: 10.1177/1059840511401342.
9. Haddad, M., Butler, G. S. and Tylee, A. (2010). School nurses' involvement, attitudes and training needs for mental health work: a UK-wide cross-sectional study. *Journal Of Advanced Nursing*, 66(11): 2471-2480. doi: 10.1111/j.1365-2648.2010.05432.x
10. Atkins J. Mental Health First Aid: A Useful Tool for School Nurses. *NASN Sch Nurse*. 2017 Nov; 32(6): 361-363. doi: 10.1177/1942602X17722390. PMID: 29040042.
11. Bruckauf, Zlata. Adolescents' Mental Health: Out of the shadows. Evidence on psychological well-being of 11-15-year-olds from 31 industrialized countries, Innocenti Research Briefs no. 2017-12, UNICEF Office of Research - Innocenti, Florence
12. Pryjmachuk, S., Graham, T., Haddad, M. and Tylee, A. School nurses' perspectives on managing mental health problems in children and young people. 2012. *Journal Of Clinical Nursing*, 21(5-6): 850-859. doi: 10.1111/j.1365-2702.2011.03838.x
13. Bohnenkamp JH, Hoover SA, Connors EH, Wissow L, Bobo N, Mazyck D. The Mental Health Training Intervention for School Nurses and Other Health Providers in Schools. *J Sch Nurs*. 2019 Dec; 35(6): 422-433. doi: 10.1177/1059840518785437. Epub 2018 Jul 22. PMID: 30033797; PMCID: PMC7036278.