# INTERVENCIONES DE ENFERMERÍA ESCOLAR PARA PROMOVER LA SALUD MENTAL DE ADOLESCENTES

Autora: Sara Francia Ortiz-Coronado sfranciaort@alumni.unav.es
Tutoras: Nerea Azcárate Cenoz y Amparo Zaragoza Salcedo

Universidad de Navarra | FACULTAD DE ENFERMERÍA

## 1. INTRODUCCIÓN

La **Adolescencia** (10-19 años):

- Etapa de grandes cambios biológicos, cognitivos, psicosociales y emocionales (1,2).
- El cerebro es especialmente moldeable:
  - Facilidad para el aprendizaje.
  - Mayor vulnerabilidad al desarrollo de problemas mentales; depresión y ansiedad (2).

La era digital y la pandemia de COVID-19 han **incrementado la prevalencia de trastornos mentales** en los adolescentes (3,4).

- A nivel mundial: 1 de cada 7 adolescentes (14%) sufre un trastorno mental (5).
- En España: cerca del 12,74% de los mayores de 15 años presenta síntomas depresivos (6).

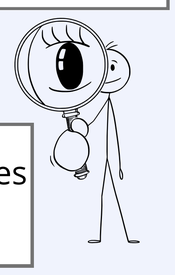
La **promoción de la salud mental** en esta etapa de pleno desarrollo:

- Fomenta el bienestar mental.
- Reduce prevalencia de trastornos mentales (7).

**Enfermeras escolares** → en posición única para establecer una relación basada en la confianza con los adolescentes:

- Juegan un papel fundamental en la promoción de la salud mental (8).

## 2. OBJETIVO



Identificar intervenciones llevadas a cabo por enfermeras escolares para promover la salud mental de los adolescentes.

## 3. METODOLOGÍA

**REVISIÓN NARRATIVA**

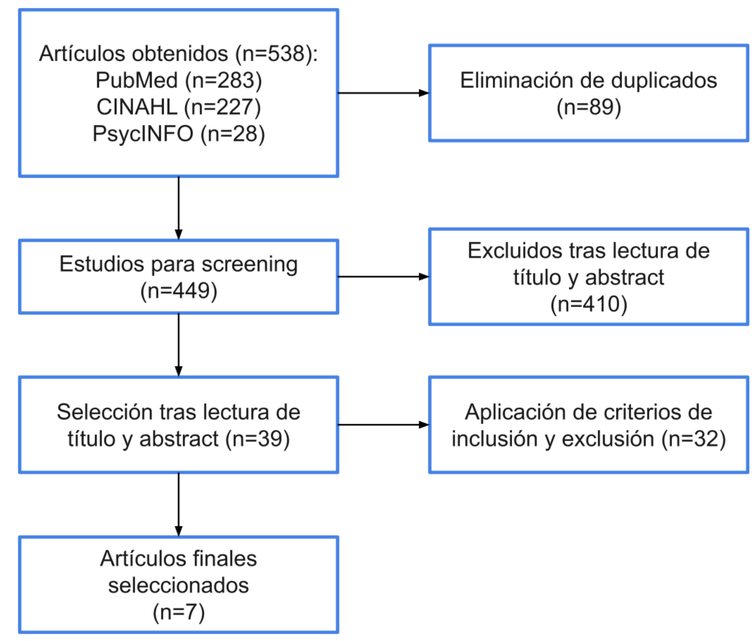
**Pregunta tipo *PIO*:** ¿Cuáles son las intervenciones llevadas a cabo por enfermeras escolares dirigidas a promover la salud mental de los adolescentes?

**Bases de datos:** PubMed, CINAHL (Available via EBSCOhost), PsycINFO

**Límites:** Inglés y Español. 10 años

| **P**oblación | | **I**nterés | | **O**utcome |
|---|---|---|---|---|
| OR | | OR | | OR |
| Adolescents<br>Adolescent (MeSH) | AND | “School nurse”<br>"school nursing"(MeSH) | AND | “Mental health promotion”<br>“Health promotion” (MeSH) |

**DIAGRAMA DE FLUJO**



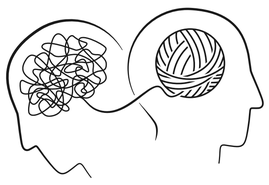

## 4. RESULTADOS

**1. INTERVENCIONES DE ALFABETIZACIÓN EN SALUD MENTAL** (9,10)

Alfabetización en salud mental → Estrategia educativa

Mejorar el conocimiento sobre:

- Salud mental positiva y trastornos mentales
- Fomentar la búsqueda de ayuda
- Automanejo de la salud mental
- Reducir el estigma



2 intervenciones:

- MEST
- ProLiSMental

**2. INTERVENCIONES COGNITIVO-CONDUCTUALES** (11,12,13)

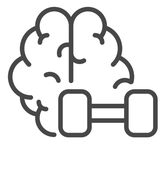
Terapia cognitivo-conductual (CBT) → Basado en la relación entre pensamiento, sentimiento y comportamiento.

Modificar:

- Pensamientos erróneos
- Creencias disfuncionales

3 intervenciónes:

- DISA
- School Health Education Curriculum With Increased Exercise
- COPE

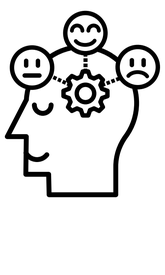


**3. INTERVENCIONES DE APRENDIZAJE SOCIOEMOCIONAL** (14,15)

Aprendizaje socioemocional (SEL) → 5 competencias: Autoconciencia, autocontrol, conciencia social, habilidades relacionales y toma de decisiones.

Pretende que estudiantes sean capaces de:

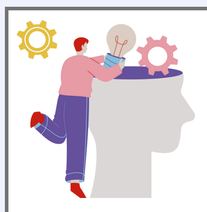
- Comprender y gestionar sus emociones
- Establecer relaciones positivas
- Tomar decisiones responsables



2 intervenciones:

- TEAM
- SAW

## 5. CONCLUSIÓN



**Revisión** bibliográfica **identifica** → Variedad de intervenciones lideradas por enfermeras escolares para promover la salud mental de adolescentes.

**INTERVENCIONES** Desarrollo integral → Mejora bienestar → Mental y emocional; Físico y social

**MODELO SEL** → Estrategia internacional y nacional. Incorporada en políticas educativas

**PROMOCIÓN ESTILO DE VIDA SALUDABLE** (actividad física, sueño, nutrición, manejo estrés) ⟷ PROMOCIÓN SALUD MENTAL

**ENFERMERA ESCOLAR**. Rol central

Apoyo integral a estudiantes → Entorno escolar saludable

Necesidad de **mayor formación** y **apoyo**: Aumentar su confianza y eficacia en el abordaje de la salud mental adolescente.

**Escasa presencia** de enfermeras escolares:

¡Necesidad! Impulsar incorporación en centros educativos

## BIBLIOGRAFÍA