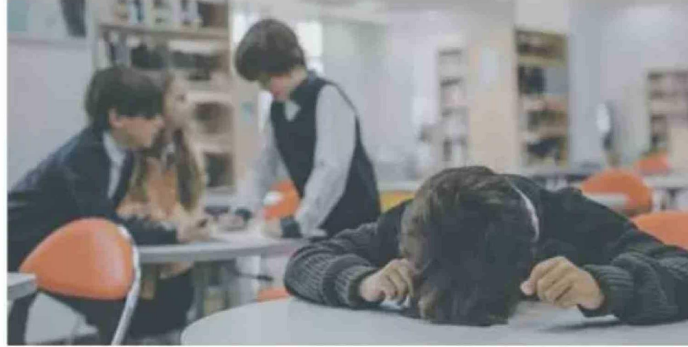


¿Cuáles son las señales tempranas que padres y colegios no están viendo? 6 de cada 10 escolares presentan síntomas de depresión

Especialistas llaman a pasar de la reacción a la detección temprana para evitar crisis mayores en las comunidades educativas.

María Paz Núñez

La salud mental de niños, niñas y adolescentes se ha convertido en una de las principales alertas del sistema educativo chileno. Según el estudio Depresión, ansiedad y estrés en el sistema educativo chileno: prevalencia y variables en niños, niñas y adolescentes en el escenario postpandemia, un 60% de los escolares presenta síntomas de depresión, mientras que



un 64% muestra signos de ansiedad y cerca del 50% niveles elevados de estrés.

A esto se suma evidencia internacional como el informe

Health Behaviour in School-aged Children (HBSC), que advierte un aumento sostenido del malestar emocional en adolescentes a nivel global, consolidando un escenario

donde el bienestar socioemocional se vuelve clave para el aprendizaje y la convivencia escolar.

“Lo más preocupante no es solo la magnitud de las cifras, sino que muchas veces estas

señales pasan desapercibidas hasta que el problema ya escaló. Seguimos operando desde la reacción”, explicó al respecto Rodrigo Torres, cofundador de MÚUD, plataforma tecnológica enfocada en prevención socioemocional en comunidades educativas.

A qué señales poner atención

Según el especialista, los conflictos escolares y las crisis emocionales no aparecen de forma repentina. “Antes hay señales, ya sea aislamiento, cambios de comportamiento, irritabilidad, desmotivación o cansancio emocional. El problema es que el sistema no siempre tiene cómo detectarlas a tiempo porque no implementa las herramientas

necesarias”, agregó

En ese contexto, advirtió que uno de los principales desafíos está en fortalecer el rol preventivo tanto en colegios como en las familias. Entre las señales a las que se debería prestar atención, destacan los cambios abruptos en el estado de ánimo, pérdida de interés por actividades habituales, dificultades para concentrarse, alteraciones del sueño y conductas de aislamiento social.

“Se necesitan herramientas que permitan entender qué está pasando con los estudiantes antes de que el problema se haga visible y esas herramientas ya están disponibles. Sin embargo, se están priorizando medidas de reacción y no de prevención”, apuntó.