

Fortalecimiento de la salud mental y el bienestar estudiantil en contextos educativos: una revisión documental

Strengthening mental health and student wellbeing in educational contexts: a documentary review

Rubiela Méndez Durán <https://orcid.org/0009-0008-5103-3319>

Carlos Augusto de la Ossa Montes <https://orcid.org/0000-0004-0034-1515>

University of Technology and Education. Miami

Autor para la correspondencia: rubiela.mendezd2024@uste.us

Recibido:30 marzo 2026

Aceptado:5 junio 2026

URL: https://relaticpanama.org/_journals/index.php/mundosostenible/article/view/162

DOI: <https://doi.org/10.66707/cye8yn27>

Resumen

El objetivo general del presente artículo es evidenciar los resultados obtenidos partiendo de una revisión documental fundamentada en la producción académica, sobre las estrategias encaminadas a mejorar la salud mental, el bienestar estudiantil y el normal desarrollo de los educandos en escenarios pedagógicos diversos, los cuales propenden revelar su trascendencia y posibles vacíos, a fin de describir

las distintas situaciones que pueden llegar a generarse al respecto en una institución educativa. Metodológicamente, la investigación es cualitativa ya que describe lugares donde se llevan a cabo interrelaciones cotidianas de manera natural. El tipo de estudio fue hermenéutico y el método se basó en la revisión documental utilizando diversas fuentes digitales para seleccionar estudios recientes relacionados con el tema de investigación. Cabe resaltar que, elegir la revisión documental como enfoque metodológico representa un abordaje efectivo para explorar el estado del conocimiento alrededor de la salud mental en el escenario pedagógico. Según el análisis y los hallazgos, se percibieron carencias en la capacitación y formación docente en cuanto a educación socioemocional, destacando que la mayoría de docentes mencionan la importancia de la salud mental y el bienestar estudiantil en las instituciones educativas. Se destaca igualmente que son escasas las investigaciones que profundizan sobre las capacidades académicas que orienten al docente en el diseño y ejecución de planes de acción para brindar apoyo emocional a sus discípulos en el salón de clases. Se concluyó igualmente que, que la salud mental representa actualmente un mecanismo crucial para que los educandos puedan desarrollarse integralmente, enfatizando en la manera como esta incide en su calidad de vida, la armonía educativa y en su proceso escolar. Así mismo se concluye que, la existencia de investigaciones que coinciden en el hecho de que, los educandos que poseen habilidades socioemocionales, generalmente exteriorizan mejores estados motivacionales, de intervención y acomodo al contexto educativo.

Palabras clave: Apoyo psicosocial, clima escolar, educación socioemocional, prevención psicoeducativa, promoción de la salud

Abstract

The general objective of this article is to highlight the results obtained from a documentary review based on academic production, on strategies aimed at improving mental health, student well-being and the normal development of students in various pedagogical scenarios, which tend to reveal their importance and possible gaps, in order to describe the different situations that can be generated in this regard in an educational institution. Methodologically, research is qualitative since it describes places where daily interrelationships take place naturally. The type of study was hermeneutic and the method

was based on documentary review using various digital sources to select recent studies related to the research topic. It should be noted that choosing documentary review as a methodological approach represents an effective approach to explore the state of knowledge around mental health in the pedagogical scenario. According to the analysis and findings, there were deficiencies in teacher training and training in terms of socio-emotional education, highlighting that most teachers mention the importance of mental health and student well-being in educational institutions. It is also noteworthy that there is little research that deepens the academic capabilities that guide the teacher in the design and execution of action plans to provide emotional support to their disciples in the classroom. It was also concluded that mental health currently represents a crucial mechanism for students to develop integrally, emphasizing the way it affects their quality of life, educational harmony and their school process. Likewise, it is concluded that the existence of research that coincides with the fact that students who have socio-emotional skills generally externalize better motivational states, intervention and accommodation to the educational context.

Keywords: Psychosocial support, school climate, socio-emotional education, psychoeducational prevention, health promotion

Introducción

La salud mental y el bienestar estudiantil representan dos factores básicos inherentes al desarrollo integral de los estudiantes como de la convivencia, teniendo en cuenta que inciden de manera directa en el bienestar emocional y por ende en su rendimiento escolar. Cabe resaltar que, un ambiente escolar saludable, que se caracterice por relaciones interpersonales positivas, enmarcadas en un clima de respeto y tolerancia, resulta determinante para favorecer el equilibrio emocional de los alumnos y potenciar de esta manera su proceso de enseñanza/aprendizaje.

De otra parte, escenarios contaminados por la hostilidad, el acoso escolar o la exclusión social, generalmente pueden ser generadores de situaciones que terminan convirtiéndose en derivaciones negativas afectando la salud mental de los estudiantes, y por ende, perturbando su normal desempeño académico, así como sus interrelaciones con la comunidad educativa causando con ello todo tipo de

conflictos periódicos, que llegan a perjudicar de manera negativa las relaciones interpersonales entre pares y el ambiente escolar.

En efecto, el tema inherente a la salud mental en contextos escolares representa un mecanismo esencial inherente al desarrollo global de los estudiantes, teniendo en cuenta que tiene incidencia directa sobre su rendimiento académico, las interacciones personales y su bienestar general. Así lo manifiesta Virós et al., (2025), cuando plantea que la adolescencia y la etapa escolar se perciben como etapas críticas en las que se arraigan patrones de conducta y se generan condiciones de salud que pueden llegar a permanecer durante la etapa de la adultez; razón por la cual, fomentar el bienestar emocional en estudiantes se convierte en un acto de prevención, además de innovador para su trayecto de vida.

En este sentido, según lo manifiestan Jiménez et al., (2025), la retórica científica ha justificado el hecho de que los jóvenes deben afrontar diversos factores estresores intrínsecos y extrínsecos al interior del aula, destacando entre ellos: la presión escolar, violencia escolar, conflictos familiares y la exclusión social, escenarios que favorecen el espectro de síntomas de ansiedad, depresión y otras perturbaciones del estado de ánimo que son generadoras de respuestas enmarcadas en la agresión y la violencia.

Es preciso señalar que, en el transcurso de los últimos años, diversos estudios han resaltado la estrecha relación entre estos dos componentes: salud mental y bienestar estudiantil, justificando de alguna manera la imperiosa necesidad de cimentar líneas de atención y acción institucionales que tengan la capacidad de fomentar contextos educativos seguros, inclusivos y emocionalmente propicios para la formación integral de los educandos. En este sentido, comprender de qué manera los factores emocionales y sociales presentes en la institución educativa pueden llegar a impactar el desarrollo psicosocial de los estudiantes, se convierte en un propósito de carácter fundamental para los educadores, directivos y profesionales del ámbito educativo.

En este orden de ideas, es preciso llevar a cabo una revisión documental de diversas investigaciones desarrolladas en aras de fortalecer la salud mental y el ambiente escolar, basándose en los conocimientos teóricos existentes, y estableciendo métodos pedagógicos positivos que orienten al diseño de experiencias académicas donde se fomenten ambientes escolares saludables, inclusivos y propicios para el desarrollo integral de los estudiantes. Es preciso señalar que, los antecedentes investigativos están direccionados a una revisión sistemática de estudios, experiencias pedagógicas, así como de instrumentos reguladores que abordan tácticas para fortalecer la salud mental y el bienestar de

los estudiantes al interior de las instituciones educativas. En este orden de ideas, es relevante traer a colación algunas de las investigaciones que se han realizado previamente en las cuales se perciben las problemáticas mas significativas con respecto a la salud mental y el bienestar estudiantil en instituciones educativas, por lo que a continuación se describen algunas de ellas, teniendo en cuenta las más relevantes con respecto al tema de estudio, observando los niveles internacional y nacional.

En el escenario internacional se encontró la investigación de Licona (2019), titulada: “Acoso escolar y trastornos emocionales en estudiantes víctimas y agresores de los colegios públicos de Floridablanca (Colombia)”, realizada en la Universidad Complutense de Madrid, donde se identificaron oportunamente los trastornos emocionales presentes en los estudiantes involucrados en situaciones de acoso escolar, ya que el objetivo fue indagar en el campo de la salud mental escolar, a través de la descripción de los problemas asociados a la Salud mental en estudiantes de las escuelas públicas. Según los resultados, las evaluaciones psicológicas realizadas a los menores, evidencian indicadores preocupantes que demandan la implementación urgente de programas de intervención en salud mental dentro del aula. Así mismo, advierten que la prevalencia de estos casos muestra una tendencia creciente, lo que refuerza la necesidad de acciones institucionales sistemáticas y preventivas inmediatas. El estudio concluye mencionando que, en los problemas contextuales, se establecen de manera significativa diversos inconvenientes con los pares y la familia; sin embargo, en las víctimas se resalta la escala de vulnerabilidad y la búsqueda de sensaciones como principal componente.

En el mismo sentido, se tuvo en cuenta el trabajo investigativo “Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria, llevado a cabo por Mercader (2020), cuyo objetivo fue el de examinar la importancia de la educación emocional para reducir los problemas del adolescente destacando la competencia emocional y auto regulación como elementos básicos de la educación por competencias. En el desarrollo del trabajo de investigación se evidenció la relevancia de otorgar un lugar prioritario a la educación emocional en los adolescentes como estrategia para mitigar los problemas de salud mental. Del mismo modo, según los resultados, se resaltó la necesidad de fortalecer competencias como la inteligencia emocional y la autorregulación, consideradas componentes esenciales del proceso educativo actual. Este planteamiento se sustenta en diversas investigaciones que destacan el papel determinante de las funciones ejecutivas en la gestión emocional, la toma de decisiones y el comportamiento adaptativo. De acuerdo a las conclusiones, se aportaron elementos importantes para el

estudio de los problemas emocionales de los adolescentes peruanos, destacando la necesidad de impulsar políticas pedagógicas fundamentadas en las emociones, como una temática en la que se percibe que aún hay campo por recorrer.

Por otro lado, se encontró un estudio titulado: Educación física y convivencia escolar, una apuesta desde el currículo. Retos: Nuevas Perspectivas de Educación Física, Deporte y Recreación, efectuado por López et al., (2023), donde se resalta la labor importante que tiene el área de educación física en la cotidianidad, estableciendo como objetivo general, trabajar el área de educación física desde modelos cooperativos y dialogantes que posibilitan promover valores facilitadores de la prevención y el tratamiento del conflicto. A raves de una metodología basada en la cooperación y el diálogo mediante un diseño cualitativo, con lo que se favorece el desarrollo de valores en los niños, facilitando con este enfoque la resolución de conflictos y promoviendo a la vez una visión de la competencia que trasciende la simple búsqueda de un premio, enfocándose en el crecimiento personal y colectivo. De acuerdo a los resultados, se confirma que la clase de Educación Física representa un medio por el cual se pueden poner en marcha actividades para contrarrestar las conductas alteradoras del clima escolar, concluyendo que la convivencia y el conflicto escolar más que ser elementos antagónicos relacionados con el ser humano, son dos aristas de la interacción que mediante la cual se establece una relación dialógica.

Cabe resaltar que, en el contexto Nacional, se ha evidenciado una creciente preocupación por el incremento de los trastornos emocionales y de salud mental en la población escolar luego de la pandemia generada por la COVID-19, teniendo en cuenta que gran parte de la población infantil y adolescente perdieron a sus seres queridos debido a la epidemia. En este nivel se tuvo acceso al estudio de Cabrera y Polania (2023), “Influencia de inteligencia emocional y habilidades sociales en contextos escolarizados. Revisión sistemática”, donde se determina como objetivo, promover el fortalecimiento en los canales de bienestar y relaciones interpersonales, facilitando conductas que permiten al individuo adaptarse y desarrollarse en un contexto individual y colectivo. Igualmente se hacen su análisis sobre la Inteligencia Emocional como un factor determinante en el desarrollo de las habilidades sociales, al reconocer que su enseñanza ejerce un impacto significativo en el fortalecimiento del bienestar personal y en la calidad de las relaciones interpersonales. De acuerdo a los resultados, la inteligencia emocional se considera como un recurso esencial que favorece la adopción de conductas adaptativas, permitiendo al individuo desenvolverse de manera eficaz y equilibrada tanto en escenarios individuales como en dinámicas

colectivas. El estudio concluye destacando la relevancia de analizar las características de la inteligencia emocional y su influencia en la construcción y desarrollo de las habilidades sociales en contextos escolares.

Con respecto al tema de salud mental, se analizó el estudio “Salud mental de la niñez: significados y abordajes de profesionales en Medellín, Colombia” realizado por Castaño & Betancur (2019), cuyo objetivo fue, explorar los significados de salud mental de la niñez y alternativas de abordaje que tienen algunos profesionales vinculados a la atención de niños y niñas en la ciudad de Medellín. En el desarrollo del estudio expone las barreras que persisten en la atención integral e integrada de la salud mental de los niños, niñas y adolescentes. Observando los resultados y hallazgos, entre las principales dificultades se encontró la limitada articulación entre las instituciones responsables del acompañamiento psicosocial, las condiciones de vida precarias que enfrentan los grupos poblacionales más vulnerables y las restricciones estructurales del sistema de salud para brindar una respuesta oportuna y adecuada. Cabe resaltar que estos factores, en conjunto, obstaculizan la garantía del derecho a una atención en salud mental pertinente y oportuna, por ello se considera fundamental avanzar en la construcción y consolidación de un concepto de salud, que incorpore de manera articulada las dimensiones biológicas, psicológicas, sociales y comunitarias. El autor concluye que, no puede haber una buena salud, sin buenos factores como trabajo, educación, vivienda, saneamiento ambiental, determinantes sociales y servicios públicos, por lo que el concepto de salud es una percepción amplia, que cobija diversas dimensiones en un estado Social de Derecho.

Por otro lado, se encontró el estudio “Habilidades sociales de niños y niñas en relación con el acoso y la victimización escolar en una Institución Educativa de Floridablanca–Colombia”, llevado a cabo por Pedraza et al., (2023), cuyo objetivo fue, analizar una problemática frecuente en las instituciones educativas como es el acoso y victimización escolar”. Los autores advierten que las afectaciones en la salud mental ya no son cosas de personas adultas o adolescentes mayores, sino que también se manifiestan desde edades tempranas. Los resultados evidencian y ponen en alerta, la urgencia de implementar estrategias preventivas y dispositivos de acompañamiento psicoemocional en las Instituciones Educativas, entendidas como escenarios fundamentales para la garantía del bienestar integral de niñas, niños y adolescentes. Estos aportes refuerzan la necesidad de una mirada interdisciplinaria de la salud mental escolar, que vincule la evaluación diagnóstica con políticas públicas centradas en la promoción

del bienestar emocional desde una perspectiva de derechos y desarrollo humano. Concluyen que se evidenció la importancia de la enseñanza de las habilidades sociales desde el hogar, entendiendo la familia como el núcleo primario, en donde se adquieren las primeras experiencias, aprendizajes y conductas observadas por parte de los progenitores o cuidadores.

De otra parte, es relevante destacar que, en Colombia, las investigaciones inherentes a la salud mental y el bienestar estudiantil se han convertido en escenarios de gran impacto sobre todo en la última década, primordialmente como réplica al incremento de situaciones de ideación suicida y otros trastornos de carácter emocional que generalmente son evidenciados en el contexto escolar. En este aspecto, Ruiz et al., (2021) afirman que la narrativa nacional destaca la imperiosa urgencia de llevar a cabo acciones institucionales que no solamente se enfoquen en las necesidades clínicas individuales, sino por el contrario, involucren guías corporativas de prevención al interior del currículo educativo. De igual manera lo refieren Corrales et al., (2025), cuando revelan que los programas que generalmente involucran todo tipo de métodos y tácticas psicoeducativas para fortalecer las habilidades socioemocionales de los jóvenes, disminuyen significativamente los niveles de estrés, fortaleciendo la autoeficacia en los educandos.

En efecto, ante la creciente preocupación generada por el deterioro de la salud mental y los problemas de convivencia escolar en las Instituciones Educativas, es evidente la necesidad terminante de indagar a profundidad las posibles causas que están generando estos fenómenos y el impacto directo que están causando en la dinámica escolar. De otra parte, los recientes hechos relacionados con casos de suicidio infantil y de deserción escolar, pone de manifiesto una realidad apremiante que demanda de una intervención inmediata. En la misma línea, Olweus (1993) menciona que toda forma sistemática de violencia entre estudiantes tiene la capacidad de afectar profundamente el bienestar psicológico de los agredidos, deteriorando en gran manera el ambiente escolar, ya que los educandos que padecen cualquier tipo de acoso o acciones violentas, generalmente presentan espacios de ansiedad, depresión, baja autoestima y aislamiento social, impactando de manera negativa su salud mental y el bienestar estudiantil al interior de las instituciones educativas. Revela igualmente el autor que, dichas acciones, además de negativas, llevan implícitas conductas agresivas deliberadas, tanto en lo físico, verbal y lo social, que generalmente permiten percibir un desequilibrio de poder entre agresor y agredido, dificultando que quien ejerce como víctima pueda defenderse.

Es igualmente oportuno mencionar que, en Colombia, los estudios que corresponden a investigaciones sobre la salud mental y el bienestar estudiantil se han convertido en situaciones relevantes sobre todo en la última década, fundamentalmente como réplica al incremento de escenarios de agresión y violencia y demás trastornos emocionales que generalmente son evidenciados en el contexto escolar. En este aspecto, la narrativa nacional destaca la imperiosa urgencia de llevar a cabo acciones institucionales que no solamente se enfoquen en las necesidades clínicas individuales, sino por el contrario, involucren guías corporativas de prevención al interior del currículo educativo (Ruiz et al., 2021).

Es preciso señalar que, el presente trabajo de investigación tiene como propósito, presentar los resultados obtenidos a partir de una revisión documental basada en la producción académica, inherente a las estrategias direccionadas para fortalecer la salud mental, el bienestar estudiantil, como mecanismos relevantes que inciden en el normal desarrollo de los discentes en escenarios pedagógicos diversos, buscando revelar su trascendencia y describir algunas situaciones que puedan presentarse en tal sentido en una institución educativa, que aborden igualmente la salud mental y la convivencia escolar, propendiendo identificar enfoques teóricos, estrategias pedagógicas y buenas prácticas que puedan ser aplicadas en contextos educativos similares, con lo cual se propende dar respuesta a la pregunta: ¿Qué estrategias educativas reporta la literatura científica para fortalecer la salud mental y el bienestar estudiantil en instituciones educativas?

Para el normal desarrollo de la investigación, se parte de la premisa de que cada institución educativa representa escenario esencial para fomentar la salud mental, no solamente como un medio de aprendizaje epistémico, sino igualmente, como un medio social en el que se cimentan identidades, se vivencian todo tipo de emociones y se tienden redes de apoyo, teniendo en cuenta que, las habilidades, destrezas y estrategias enfocadas en optimizar el bienestar de los educandos, necesariamente deben articularse con métodos pedagógicos que favorezcan la resiliencia, la regulación emocional, la empatía y la convivencia pacífica (Durlak et al., 2021).

Con respecto al impacto esperado en lo inherente a las estrategias para el fortalecimiento de la salud mental y el bienestar estudiantil, la investigación es oportuna, puesto que tiene alcances considerables para los estudiantes y para la comunidad educativa en general. Dentro de estos alcances cabe resaltar de un parte, el fortalecimiento del bienestar emocional de los alumnos, ya que la ejecución

de acciones psicoeducativas cimentadas en habilidades socioemocionales, tienen la capacidad de restringir los niveles de ansiedad, depresión y conflictos interpersonales, fomentando de esta manera una mejor salud mental global.

De la misma manera, se propende incrementar el rendimiento escolar, teniendo en cuenta que son diversos los estudios como el de Weissberg et al., (2011), que revelan la manera como, algunos estudiantes con habilidades socioemocionales fortalecidas, generalmente evidencian una mayor atención, auto regulación y por ende, mejores resultados académicos, favoreciendo con ello la permanencia en la institución educativa y su secuencia de formación ininterrumpida.

Otro de los aspectos a tener en cuenta, tiene relación con el hecho de fortalecer el clima escolar, observando que aquellos proyectos que fomentan espacios de convivencia pacífica, así como de reconocimiento de emociones, facilitan un ambiente escolar más seguro, acogedor y colaborativo. Es igualmente relevante manifestar que la capacitación docente y comunitaria, no solamente tiene un impacto en los estudiantes, sino que igualmente fomenta la instrucción de educadores y familias, propendiendo por convertirlos en agentes activos en el apoyo emocional y en la creación de entornos más saludables (Moreno, 2023).

Cabe señalar que, los problemas derivados de la convivencia escolar tienen efectos que afectan el bienestar estudiantil, perjudicando a los principales actores de la comunidad educativa, ya que, generalmente los agredidos tienden a desarrollar trastornos de ansiedad, psicosomáticos o emocionales y en situaciones extremas llega a reportarse casos de ideación suicida, Por otro lado, los agresores igualmente presentan dificultades para establecer relaciones positivas con sus pares o figuras de autoridad, siendo proclives al desarrollo de conductas delictivas. En este sentido, las instituciones educativas deben afrontar cotidianamente esta problemática, por lo que es común ver casos de disminución del rendimiento académico y disciplinario de los estudiantes implicados (Salas y Combata. 2017).

Otro factor significativo relacionado con la problemática de estudio es la deserción escolar debido a que, independientemente del género, los estudiantes que se ven involucrados en este tipo de dificultades pierden el interés por asistir a la institución por temor a ser excluidos o maltratados, lo que desencadena un estancamiento en el proceso educativo que limitan las oportunidades de tener una mejor calidad de vida. En el caso de los agresores que desertan, el problema es más grande ya que la escuela se convierte

en un entorno seguro y protector, por lo que, los altos índices de violencia escolar en el país han generado la necesidad de establecer en Colombia una serie de leyes, códigos y reglamentos, así como lineamientos pedagógicos que permitan una intervención a través del Ministerio de Educación Nacional y los entes de control (Echenique, 2024).

Atendiendo la relevancia del presente artículo con respecto al tema de estudio, resulta pertinente dentro del campo educativo ya que se ahonda en una problemática que en las últimas décadas se convertido en factor de riesgo para la salud mental y la convivencia en las instituciones educativas, resaltando que, en la actualidad, además de la responsabilidad de fomentar el avance cognitivo de los niños y jóvenes, igualmente, debe propende por el fortalecimiento de su estado socioemocional, teniendo en cuenta que este mecanismo tiene incidencia directa en los procesos de enseñanza/aprendizaje, la sana convivencia pacífica y el rendimiento escolar.

En efecto, indagar, construir y ejecutar estrategias direccionadas a fortalecer la salud mental de los estudiantes en el entorno pedagógico, hace posible que se puedan identificar experiencias didácticas y métodos formativos que favorezcan la autorregulación emocional, la empatía, el respeto por la diferencia y otras habilidades sociales en los educandos. Es preciso señalar que estas competencias socioemocionales benefician la creación de escenarios enmarcados en un ambiente académico seguro y efectivo, teniendo en cuenta que se reducen en gran parte los conflictos que afectan la interrelación entre pares, fortaleciendo igualmente espacios de motivación hacia el normal proceso de aprendizaje.

En tal sentido, la situación crítica de salud mental y el bienestar estudiantil en las instituciones educativas, refleja una problemática urgente que demanda acciones integrales y colaborativas, teniendo en cuenta que, diversos estudios respaldan la necesidad de intervenir de manera decidida en el fortalecimiento de las habilidades emocionales y sociales de los estudiantes, reconociendo que el trabajo en salud mental debe ir más allá del tratamiento de síntomas, enfocándose en la creación de entornos escolares saludables, seguros y empáticos. En este sentido, se destaca la importancia de implementar estrategias pedagógicas que promuevan la inteligencia emocional, la resolución pacífica de conflictos y la comunicación asertiva, así como el papel fundamental del docente como mediador y guía en los procesos de convivencia.

Es oportuno destacar que, son diversos los estudios que han justificado que, los programas de formación socioemocional realizados en las instituciones educativas han favorecido de manera

significativa el bienestar psicosocial de los estudiantes, sin dejar de mencionar los progresos inherentes a su ejercicio y rendimiento académico. Partiendo de lo manifestado por Weissberg et al., (2015), en lo que corresponde al perfeccionamiento de las capacidades socioemocionales en los centros escolares, no solamente se está fortaleciendo la salud mental de los educandos, de la misma manera se están impactando positivamente sus cualidades hacia el aprendizaje, su conducta en salón de clases y sus logros académicos.

MATERIALES Y MÉTODOS

Tipo y diseño de investigación: La investigación es de tipo hermenéutica, direccionada a interpretar de manera comprensiva textos, discursos, prácticas sociales y producciones simbólicas, entre otras, propendiendo con ello revelar los sentidos y significados ocultos a las acciones humanas dentro de argumentos históricos, culturales y sociales específicos. Según lo menciona Gadamer (2005), este tipo de enfoque parte del supuesto de que la realidad social no es explicable partiendo solamente de relaciones causales, sino más bien, debe comprenderse desde el diálogo intérprete/texto o igualmente del fenómeno estudiado, proceso que se conoce como círculo hermenéutico,

Teniendo en cuenta esta perspectiva, y desde la óptica de Dilthey (2006), la producción del conocimiento se lleva a cabo a través de la interpretación reflexiva, registrando la historicidad, las preocupaciones y la postura de quien investiga, como síntesis constitutivas del proceso interpretativo. Es preciso señalar que para la recolección y análisis de la información se apeló a la revisión documental, la cual estuvo orientada a la reconstrucción e interpretación de las experiencias reportadas, más que a establecer generalizaciones, fortaleciendo así la comprensión del papel del docente en la convivencia escolar.

El diseño de investigación corresponde a un estudio no experimental de corte transversal. Es no experimental porque no se manipulan intencionalmente las variables, sino que se observan tal como se presentan en el contexto natural de los estudiantes. Además, es de corte transversal porque la recolección de los datos se realizará en un único momento temporal, lo que permite obtener una visión diagnóstica del estado actual de la población en relación con las variables planteadas. Cabe resaltar que en los estudios no experimentales las variables generalmente no se manipulan deliberadamente; más bien, se observan

tal como se dan en su contexto natural, destacando que, cuando la recolección de datos se realiza en un solo momento, el diseño es de tipo transversal o transeccional (Hernández et al., 2023).

Atendiendo el enfoque de la investigación, es de carácter Cualitativo, con aportes cuantitativos, ya que focaliza el objetivo en un escenario donde se describe, comprende, examina y buscan aquellos lugares en los cuales se llevan a cabo eventos e interacciones de la cotidianidad sobre lo que sucede de manera natural. Según lo mencionan Hernández, et al., (2010), el enfoque cualitativo tiene como propósito ahondar en la comprensión, razón por la cual los hechos se perciben tal como ocurre en su entorno natural.

Población y muestra:

En la presente investigación, el universo de estudio estuvo constituido por cuarenta y seis (46) documentos académicos y científicos (artículos, libros, tesis e informes técnicos), consultados en varias plataformas, seleccionando temas análogos a salud mental y el bienestar estudiantil, publicados entre los años 2015 y 2024 en bases de datos especializadas. Es relevante mencionar que la unidad de análisis, según lo revela Tamayo y Tamayo (2017) se encuentra conformada por todos y cada uno de los documentos seleccionados, los cuales deben ser sometidos inicialmente a un proceso de lectura analítica y categorización temática.

Normas/estándares aplicados: Tiene como propósito establecer el marco regulador y técnico que orienta el desarrollo de la investigación. En este sentido, se presentan las disposiciones normativas, lineamientos institucionales y estándares de calidad pertinentes al contexto del estudio, los cuales garantizan la validez, confiabilidad y rigor del proceso investigativo. Asimismo, se acogen las disposiciones de la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos, observando que, en el campo educativo, el estudio tiene en cuenta los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional y los Objetivos de Desarrollo Sostenible, particularmente el ODS 4, orientado a la educación de calidad. Finalmente, se adoptan las normas APA para la presentación y sistematización de la información.

Resultados

En cuanto a los resultados y hallazgos, se pudo percibir carencias inherentes a la capacitación y formación docente en el tema relacionado con la educación socioemocional, no obstante, que la gran

mayoría de educadores mencionan la relevancia de la salud mental y el bienestar estudiantil en las instituciones educativas. Se evidenció que son relativamente escasas las investigaciones que ahondan sobre el tema correspondiente a las capacidades académicas relevantes que orienten al docente sobre el diseño y ejecución de planes de acción que le permitan brindar un apoyo emocional a sus discípulos en el salón de clases.

De la misma manera es preciso señalar que, no obstante, abordar la salud mental y el bienestar estudiantil partiendo de la psicología educativa, son perceptibles las limitaciones relacionadas con el diálogo multidisciplinario, específicamente en espacios pedagógicos, sociológicos y de salud pública, lo que facilitaría la comprensión integral inherente a los componentes sociales, familiares y culturales que tienen incidencia en el bienestar de los niños y jóvenes escolares. Podría decirse que estas carencias, logran visibilizar la oportunidad de llevar a cabo trabajos investigativos más profundos sobre las tácticas y destrezas pedagógicas direccionadas a la calidad de vida de los discentes. En este sentido, Durlak et al., (2011) afirma que, aunque se ha alcanzado un progreso relativo en el tema de la educación emocional, son evidentes diversas facetas que se relacionan con deficiencias en el tema del diseño y ejecución de programas de salud mental al interior de los centros escolares.

Describir los argumentos que apoyan el presente artículo, parte de reconocer inicialmente la importancia que tiene la salud mental como uno de los mecanismos concluyentes en el desarrollo integral de los alumnos, teniendo en cuenta que es un aspecto que incide en su bienestar socioemocional y académico. El hecho de lograr un equilibrio en las emociones y tener acceso a diversas prácticas para gestionar sus propias emociones, facilita su potencial interno para fortalecer su proceso de aprendizaje, la intervención dinámica en el salón de clases, además de su armonía con el ambiente educativo. Puede manifestarse que, estar bien psicológicamente se convierte en un factor determinante que promueve ambientes educativos saludables y propicios para el desarrollo integral. Según la Organización Panamericana de la Salud -OPM- (2033), la salud mental es un estado de bienestar en el cual las personas reconocen sus capacidades, pueden afrontar las tensiones normales de la vida y contribuir activamente a su comunidad.

En lo que hace referencia al rendimiento escolar y bienestar emocional, son varias las investigaciones mediante las cuales se ha podido demostrar la existencia de una relación significativa del bienestar emocional de los estudiantes con su desempeño académico, resaltando que desde el momento

en que los educandos fortalecen sus habilidades socioemocionales (autocontrol, autorregulación, empatía, resiliencia), se orientan a mostrar mayor capacidad de concentrarse, motivarse y comprometerse con sus obligaciones académicas. Según la OPM (2022), las herramientas correspondientes a educar sobre la manera de fortalecerse socioemocionalmente, han demostrado espacios de mejora en el ambiente escolar y el rendimiento académico de los discentes, favoreciendo de esta manera los métodos de aprendizaje y convivencia escolar.

En este contexto, las IE, son los escenarios pertinentes para fomentar salud mental y bienestar estudiantil, resaltando que estas representan el medio determinante para fomentar la salud mental y el bienestar estudiantil en los discentes, teniendo en cuenta que es el espacio donde coexisten gran parte de su tiempo, y en donde tienen la posibilidad de mejorar ostensiblemente sus procesos de socialización que resultan fundamentales para su formación integral. En tal sentido, la IE no solamente trasfiere diversos saberes académicos, sino que igualmente, favorece en los escolares el hecho de formarse emocional y socialmente, razón por la cual, diseñar y llevar a cabo practicas pedagógicas direccionadas a lograr el bienestar psicológico y la prevención de dificultades, entre ellas: ansiedad, estrés educativo y desmotivación escolar, factores que son potenciadores de convivencia y bienestar estudiantil.

Con respecto a la Identificación de buenas prácticas y la revisión documental, es válido reconocer la revisión documental como herramienta metodológica permite examinar y organizar la información correspondiente sobre los métodos y tácticas para fomentar la salud mental en un escenario pedagógico, resaltando que por medio de este análisis, donde se tienen en cuenta diversos estudios previos, las políticas educativas y diferentes experiencias pedagógicas, pueden identificarse perspectivas teóricas, métodos y experiencias efectivas que direccionan la ejecución de diversos enfoques al interior de las instituciones educativas. Podría decirse que la revisión documental es una herramienta que facilita el hecho de reconocer propensiones investigativas, vacíos en el discurso y probables espacios de acción orientados al fortalecimiento del bienestar estudiantil.

Con el propósito de realizar un análisis del presente artículo es preciso señalar que, en los últimos dos decenios la salud mental se ha afianzado como un espacio fundamental en métodos educativos, teniendo en cuenta la manera como se han aumentado las dificultades emocionales y sociales que vienen perturbando a los estudiantes en el entorno educativo. Las instituciones educativas, como escenarios de formación académica, se han establecido igualmente como un contexto esencial que favorece el

desarrollo psicológico y socioemocional de niños y jóvenes escolares, por lo que, encarar la salud mental partiendo de la formación académica, lleva implícito el hecho de reconocer que un óptimo estado psicológico tiene incidencia significativa en los aspectos motivacionales, de intervención en el salón de clases, así como del rendimiento escolar.

En tal sentido, vale la pena destacar que, elegir en método de revisión documental como aspecto metodológico se convierte en un abordaje efectivo que permite explorar el estado del conocimiento alrededor de la salud mental en el escenario pedagógico. Cabe resaltar que este método de investigación hace posible que se pueda llevar a cabo un análisis de diversos aspectos teóricos, orientaciones pedagógicas y hallazgos de estudios anteriores, favoreciendo con ello el hecho de establecer estrategias didácticas que han manifestado ser positivas en diferentes entornos educativos.

No obstante, la importancia del tema, deben afrontarse algunas limitantes de conceptos análogos a la perspicacia general inherente a la salud mental en el entorno escolar. Es importante resaltar que, en diversas investigaciones, el bienestar estudiantil se estudia especialmente partiendo de un aspecto particular, basado en las prácticas emocionales del discente, sin que se llegue a tener en cuenta los componentes estructurales que tienen incidencia en su bienestar.

Discusión

Teniendo en cuenta la revisión de la literatura se pudo identificar algunos de los vacíos investigativos que permiten percibir la necesidad evidencian la relevancia de profundizar en el tema de estudio. Dentro de estos vacíos puede manifestarse la carencia de trabajos investigativos en entornos de carácter rural, teniendo en cuenta que la mayoría de investigaciones inherentes a la salud mental y el bienestar estudiantil se llevan a cabo en escenarios urbanos o en ciudades con niveles de progreso educativo importantes. En efecto, de esta manera se generan vacíos con respecto a las dificultades emocionales y el diseño de estrategias adecuadas que favorezcan los entornos pedagógicos rurales.

De la misma manera, mediante la revisión documental se pudo percibir que los métodos didácticos focalizados en el progreso social y emocional y en los escenarios de comunicación reflexiva, benefician la cimentación de entornos educativos sanos y más inclusivos. Estos métodos hacen posible el fortalecimiento de diversas prácticas personales y sociales que tienen una incidencia efectiva dentro del proceso enseñanza/aprendizaje, e igualmente en la eficacia de las interrelaciones al interior de la

comunidad educativa. De todas maneras es oportuno reconocer que, todavía subsisten retos análogos con la ejecución práctica de métodos generadores de bienestar en escuelas y colegios, dentro de los cuales puede citarse: los requerimientos orientados al fortalecimiento de la capacitación a educadores en lo inherente a la formación socioemocional, el fomento de prácticas corporativas direccionadas al bienestar estudiantil, teniendo en cuenta que debe articularse el trabajo académico con el compañía y apoyo psicológico y social.

Otro de los factores que se deben fortalecer se relaciona con la manera de incorporar sistemáticamente este tipo de maniobras al interior del currículo escolar, propendiendo fortalecer de esta manera las experiencias didácticas cotidianas, lo que hace evidente que se deba indagar sobre nuevos espacios pedagógicos donde se pueda conectar la educación emocional con el proceso de enseñanza/aprendizaje.

Conclusiones

Se concluye a partir de la revisión documental que la salud mental constituye en la actualidad un elemento fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, dado el impacto en su calidad de vida, la convivencia en su entorno educativo y adecuado desarrollo de su proceso escolar. Asimismo, diversos estudios coinciden que los estudiantes que desarrollan habilidades socioemocionales como: el autocontrol, la autorregulación, la flexibilidad y la empatía, tienden a presentar mejores niveles de motivación, participación activa y adaptación al contexto educativo.

Es igualmente concluyente que, análisis de la bibliografía brinda la oportunidad de establecer permitió que las escuelas y colegios cumplen un rol trascendental en lo que respecta al fomento del bienestar estudiantil. Las instituciones educativas no solamente ponen en práctica una labor de formación en el área cognitiva, igualmente lo hacen en lo inherente al progreso en el manejo de las emociones y el crecimiento social de los educandos, razón por la cual, ejecutar sistemas direccionados a mejorar la salud mental favorece la prevención de problemas análogos al estrés escolar, ansiedad, desmotivación escolar y posibles conflictos de convivencia.

Por último, la revisión documental hace posible que se pueda establecerse la necesidad de prolongar el fomento de estudios que ahonden en lo inherente a la ejecución precisa de tácticas y métodos que mejoren la salud mental en el escenario pedagógico. Al respecto es preciso sugerir las investigaciones

a futuro articulen estudios empíricos que conduzcan a la evaluación del impacto que puedan tener los procesos de bienestar estudiantil en contextos pedagógicos específicos.

Referencias

- Arias, F. G. (2016). El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (7.^a ed.). Caracas: Episteme.
- Cabrera, D. M. C., & Polania, R. C. (2023). Influencia de la inteligencia emocional y habilidades sociales en contextos escolarizados: Revisión sistemática. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 7(1), 9342-9359. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i1.5133
- Castaño, S. A., & Betancur Betancur, C. (2019). Salud mental de la niñez: significados y abordajes de profesionales en Medellín, Colombia. *Revista CES Psicología*, 12(2), pp. 51–64. <https://doi.org/10.21615/cesp.12.2.5>
- Corrales, Lozano. J. A., Leiva, Plasencia. E., Rajkovic, Rodriguez. M., Solano, Huaraca. M., Villar, Aquino, J, J, (2025). El Estrés Académico y la Salud Mental en Estudiantes de Educación Secundaria. *Ciencia y Reflexión - Revista Científica Multidisciplinar*. (4)1, pp.1413-1434. DOI: <https://doi.org/10.70747/cr.v4i1.132>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approach* (5th ed.). SAGE Publication.
- Dilthey, W. (2006). *Introducción a las ciencias del espíritu*. Madrid. España. Ediciones Alianza.
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., & Pachan, M. (2021). A meta-analysis of after-school programs that seek to promote personal and social skills in children and adolescents. *American Journal of Community Psychology*, 45(3), pp. 294–309. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20300825/>
- Durlak, J. A., Weissberg, R. P., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Echenique, Marrugo. S. Del C. (2024). Estrategia de prevención y confrontación del acoso escolar (Bullying) en las instituciones educativas desde herramientas de gestión de proyectos. Corporación Universitaria Minuto de Dios. Programa Especialización.

<https://repository.uniminuto.edu/server/api/core/bitstreams/81d91f26-50f9-4b95-b85f-34413e17f5aa/content>

Gadamer, H.-G. (2005). Verdad y método. Doceava edición. Salamanca. Ediciones Sígueme.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, P. (2023). Metodología de la investigación (7.^a ed.). Ciudad de México: McGraw-Hill.

Hurtado de Barrera, J. (2010). Metodología de la investigación: Guía para la comprensión holística de la ciencia (4^a ed.). Quirón Ediciones.

Jiménez Borja, B. E., Miranda Flores, C. E., y Lima Rojas, D. (2025). Riesgos psicosociales y clima organizacional en una institución pública de Ambato. Revista Iberoamericana de Psicología, 17(3), 45–53. <https://doi.org/10.33881/2027-1786.rip.17305>

Licona, Fernández. C. (2019). Acoso escolar y trastornos emocionales en estudiantes víctimas y agresores de los colegios públicos de Floridablanca (Colombia). Universidad Complutense de Madrid. Tesis doctoral. Portal de producción Científica. <https://produccioncientifica.ucm.es/documentos/5e7d3f4f2999524bdbbea6095>

López, Sánchez. M, Arrieta, Rivero. S., & Carmona, Alvarado. F. (2023). Educación física y convivencia escolar, una apuesta desde el currículo. Universidad de Valencia, España. Revista Retos. (47)1, pp. 25-34. <https://retos.ups.edu.ec/index.php/retos>

Mercader, Rovira, A. (2020). Problemas en el adolescente, mindfulness y rendimiento escolar en estudiantes de secundaria. Revista Propósitos y Representaciones. (8)1, e372. Scielo. Perú. <https://doi.org/10.20511/pyr2020.v8n1.372>.

Moreno, Silverio. D. R. (2023). Clima Escolar Como Factor de Calidad Educativa. Revista Praxis Pedagógica, 23(35), pp. 98-119. Corporación Universitaria Minuto de Dios. <https://doi.org/10.26620/uniminuto.praxis.23.35.2023.98-119>

Olweus, D. (1993). Bullying at School: What We Know and What We Can Do (Understanding Children's Worlds). Oxford: Blackwell Publishing. <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=1784440>

Organización Panamericana de la Salud. (2022). Informe Mundial sobre la salud mental. Transformar la salud mental para todos. ISBN: 9789240049338.

<https://iris.paho.org/server/api/core/bitstreams/a01bc606-f297-4b5b-b9bb-be0c64a34410/content>

- Pedraza Rosales, K. J., Rojas Céspedes, L. N., & Granados Cuéllar, M. (2023). Habilidades sociales de niños y niñas en relación con el acoso y la victimización escolar en una Institución Educativa de Floridablanca-Colombia. Trabajo de grado, presentado en la Institución Universitaria de Colombia. Repositorio Institucional. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/51203>
- Ruiz. J. C., Blanco I., Arboleda, G. (2021). Ruta Maestra - Educación y salud mental: Abordajes, experiencias y propuestas. Santillana Editorial Colombia.
- Salas Vilorio, K., & Cómbita Niño, H. (2017). Análisis de la convivencia escolar desde la perspectiva psicológica, legal y pedagógica en Colombia. *Cultura, Educación y Sociedad*, 8, 1–15. Corporación Universidad de la Costa. <https://hdl.handle.net/11323/8217>
- Tamayo y Tamayo, M. (2017). El proceso de la investigación científica. México: Ediciones internacionales Limusa.
- Virós, Martín. C., Jiménez, Morales. M., Montaña, Blasco. M., Bretones, Peregrina. Eva., & Establés, M. J. (2025). Adolescencia y salud mental: de la representación mediática a la prevención del estigma en las aulas. Biblioteca de la Universidad de Cádiz. <https://rodin.uca.es/handle/10498/35766>
- Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Dymnicki, A. B., Taylor, R. D., & Schellinger, K. B. (2011). The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. *Child Development*, 82(1), 405–432. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01564.x>
- Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., & Gullotta, T. P. (Eds.). (2015). Social and emotional learning: Past, present, and future. In J. A. Durlak, C. E. Domitrovich, R. P. Weissberg, & T. P. Gullotta (Eds.), *Handbook of social and emotional learning: Research and practice* (pp. 3–19). The Guilford Press. <https://psycnet.apa.org/record/2015-24776-001>