

## Cuando la educación abraza la salud mental

utpl

11/04/2025

Categorías:

Docentes, Investigación, UTPL

La discusión sobre salud mental en el ámbito de la educación a menudo se centra en el acoso escolar, y con razón. **Según el Ministerio de Educación, entre 2022 y 2024 se registraron 1.195 casos de acoso escolar en el país**, con 609 casos en 2022, 432 en 2023 y 154 en 2024. Aun así, más allá de las cifras preocupantes, el enfoque sobre este tema rara vez considera herramientas y estrategias para que tanto estudiantes como docentes aprendan a gestionar emociones frente a las presiones académicas y personales que viven a diario en las aulas.

Para abordar esta problemática, expertos compartieron su conocimiento a más de **300 docentes** de Loja, Zamora Chinchipe y El Oro, durante el **Primer Encuentro Internacional para la Educación Inicial “Inspira y Educa”**, organizado por el Ministerio de Educación y la **Universidad Técnica Particular de Loja (UTPL)**. En el espacio se trataron temas clave como la gestión de emociones en las aulas y el autocuidado para docentes y cuidadores en la Primera Infancia.

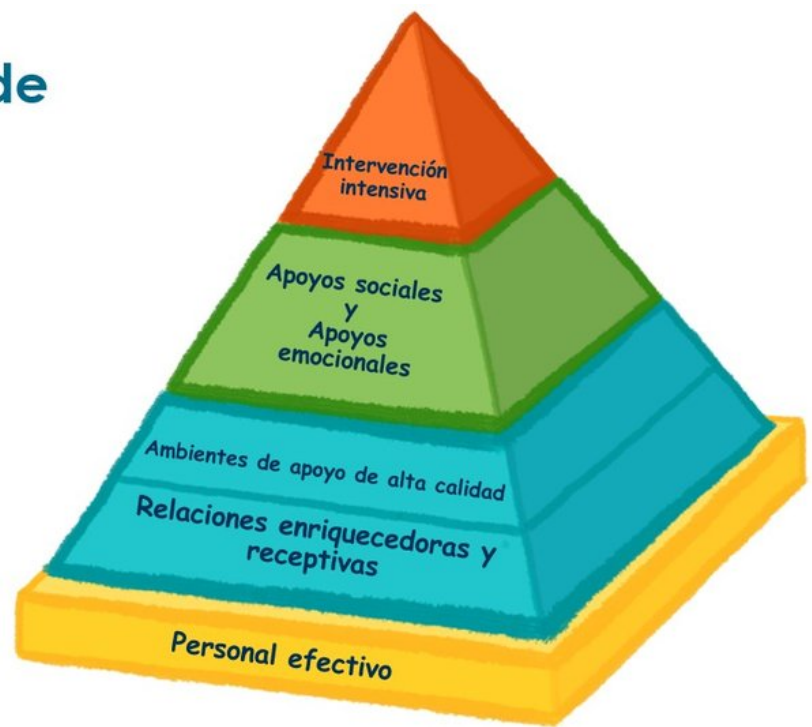
Aurora Díaz, master en Educación Emocional y del Carácter, presentó el **Modelo Pirámide Ecuador**, una metodología que tiene como objetivo principal **promover el desarrollo socioemocional en la educación [1] inicial** [1], al proporcionar a los docentes herramientas y recursos para fortalecer las competencias emocionales y sociales de niñas y niños.

“Si un niño aprende desde pequeño a reconocer sus emociones, a pedir ayuda y a resolver conflictos de manera positiva, estamos previniendo futuras problemáticas sociales”, explicó Díaz.

## El modelo pirámide



National Center for  
**Pyramid Model  
INNOVATIONS**



Modelo Pirámide.

El modelo, implementado en varios países y respaldado por el **Pyramid Model Consortium**, propone un enfoque estructurado con **cuatro niveles de acción**:

1. **Personal efectivo**: la base de la pirámide enfatiza la importancia de establecer relaciones afectuosas y receptivas entre educadores, niños y familias. Estas conexiones son fundamentales para crear un entorno seguro y de apoyo.
2. **Ambientes de apoyo de alta calidad**: este nivel se centra en la creación de entornos educativos bien organizados y estructurados que promuevan el aprendizaje y el desarrollo socioemocional. Incluye prácticas como horarios consistentes, rutinas predecibles y espacios físicos seguros y estimulantes.
3. **Enseñanza de habilidades socioemocionales**: aquí se enfocan las estrategias para enseñar explícitamente habilidades como la identificación y manejo de emociones, la resolución de conflictos y la interacción social positiva.
4. **Intervención intensiva**: en la cúspide de la pirámide, se encuentran las intervenciones dirigidas a niños que requieren apoyo adicional para abordar comportamientos desafiantes o necesidades específicas, mediante la aplicación de planes personalizados basados en evaluaciones funcionales.

“El gran desafío es lograr que estas estrategias no se queden en una capacitación, sino que se institucionalicen en las escuelas. Ahí está el verdadero cambio”, agregó Díaz.

## Bienestar y autocuidado para docentes y cuidadores en la Primera Infancia

El autocuidado comprende prácticas y decisiones cotidianas que las personas adoptan para

mantener su salud y bienestar integral. Para los docentes y cuidadores, esto implica reconocer sus propias necesidades y establecer límites saludables para prevenir el agotamiento y el estrés crónico. [Al priorizar su bienestar \[2\], no solo mejoran su calidad de vida, sino que también están en mejores condiciones para ofrecer un cuidado atento y de calidad a los niños.](#) Sonsoles Perpiñán, psicopedagoga y especialista en formación docente, recordó que

“un educador emocionalmente agotado no puede sostener el bienestar emocional de otros. Cuidar a quienes cuidan no es un lujo, es una política urgente”.



Estrategias para el cuidado emocional de docentes.

Un docente o cuidador que practica el autocuidado está mejor preparado para enfrentar los desafíos

diarios, lo que se traduce en un ambiente educativo más positivo y enriquecedor para los niños. Además, al modelar comportamientos saludables, **enseñan a los niños la importancia del bienestar personal y la gestión emocional.**

“Cuando una escuela abraza la salud mental como parte de su proyecto educativo, los cambios se notan: menos violencia, más participación, más aprendizaje”, añadió [Luz Zabetala Costa](#) [3], directora de [Psicopedagogía](#) [4] de la [UTPL](#) [5].

**Cuidar a quienes cuidan es esencial para el desarrollo saludable de la primera infancia.** Al conmemorarse el Día del Maestro, recordamos la importancia de **implementar prácticas de autocuidado y promover el bienestar entre docentes y cuidadores.**

**UTPL, la universidad más innovadora del Ecuador. Sumérgete en nuestro entorno de aprendizaje sostenible, dinámico e innovador.**

[Revisa la oferta académica UTPL](#)

[5]

**Source URL:** <https://noticias.utpl.edu.ec/cuando-la-educacion-abraza-la-salud-mental>

### Links

[1] <https://noticias.utpl.edu.ec/educacion-para-cambiar-el-mundo-desde-la-ninez>

[2] <https://noticias.utpl.edu.ec/desafios-que-enfrenta-la-educacion-inicial-en-ecuador>

[3] <https://investigacion.utpl.edu.ec/lizabaleta>

[4] <https://www.utpl.edu.ec/carreras/psicopedagogia>

[5] <http://utpl.edu.ec>