

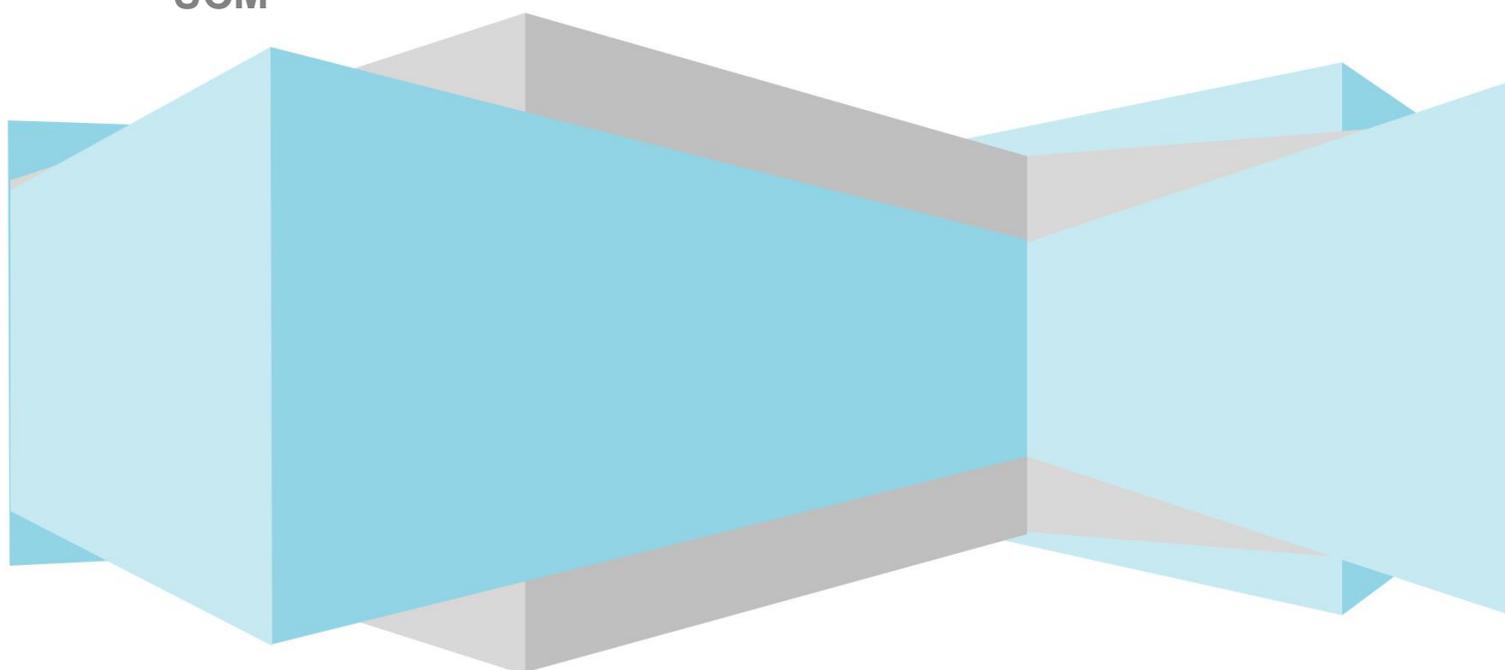
Universidad Complutense de Madrid



# GUÍA DE APOYO AL PROFESORADO

## RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA EL PROFESORADO QUE TIENE ESTUDIANTES CON PROBLEMAS DE SALUD MENTAL EN LAS AULAS

Oficina de inclusión para las personas con diversidad  
UCM



**Antonia Durán Pilo**

Técnico de la Oficina para la Integración de Personas con Discapacidad (OIPD)

**Rosario Mogo Zaro**

Técnico de la OIPD

**Concepción Gómez Esteban**

Prof. Titular del Departamento de Sociología V de la UCM

**Aima Tafur**

Técnico auxiliar de la OIPD

**Ismael Pérez Báez**

**Eika Cuji Cuji**

Becarios de colaboración de la OIPD

# GUÍA DE APOYO AL PROFESORADO

RECOMENDACIONES PRÁCTICAS PARA EL PROFESORADO QUE  
TIENE ESTUDIANTES CON DISCAPACIDAD Y NECESIDADES  
EDUCATIVAS ESPECÍFICAS EN LAS AULAS



UNIVERSIDAD COMPLUTENSE DE MADRID

VICERRECTORADO DE ATENCIÓN A LA COMUNIDAD UNIVERSITARIA

## **INDICE**

1. DEFINICIÓN .....	5
2. PAUTAS GENERALES.....	6
3. LA INTERACCIÓN EN EL AULA.....	7
4. ASPECTOS DOCENTES .....	8
4.1 Programación y Metodología .....	8
4.2 Tutorías .....	9
4.3 Trabajos.....	10
4.4 Procedimiento de Evaluación .....	11
5. DIRECCIONES DE INTERÉS.....	12

# 1. DEFINICIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) describe la salud mental como un estado de bienestar en el que el individuo es consciente de sus capacidades, puede enfrentarse a las exigencias normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera, y es capaz de contribuir a su comunidad.

La salud mental está condicionada por múltiples factores, entre ellos los de carácter biológico (por ejemplo, factores genéticos o en función del sexo), individual (experiencias personales), familiar y social (el hecho de contar con apoyo social) o económico y medioambiental (la categoría social y las condiciones de vida).

Dentro del concepto de problema de salud mental, existen muchas patologías diferentes, y no encontraríamos un modelo específico sobre el comportamiento de una persona con un problema de salud mental en el aula (el cual variará según su diagnóstico o si está o no compensado).

Todos podemos tener alguna alteración mental en algún momento de la vida y ser más vulnerables ante determinados acontecimientos vitales estresantes.

Conviene saber que no todo el estudiantado diagnosticado con un problema de salud mental van a exteriorizar síntomas y, por lo tanto, no precisarán de más recomendaciones que el resto de los estudiantes, ya que con el tratamiento adecuado sus capacidades cognitivas y relacionales van a ser las mismas al resto de sus compañeros. Sólo un pequeño porcentaje de estos/as estudiantes pueden presentar algunas demandas específicas y, muy a menudo, en momentos puntuales.

La mayoría de las veces ni nos enteraremos cuando un estudiante presente algún tipo de problema de salud mental, ya que con un tratamiento adecuado sus capacidades cognitivas y de relación serán parecidas al resto del estudiantado.

Es fundamental que en clase los profesores intenten no “poner etiquetas” ni se dejen llevar por estereotipos tan llamativos y sensacionalistas como los que fomentan a veces los medios de comunicación.

La estigmatización de las personas con problemas de salud mental como personas “violentas” no se ajusta a la realidad, no más que el resto de personas de la sociedad.

## **2. PAUTAS GENERALES**

La mayor dificultad que se pueden encontrar estos/as estudiantes es el miedo al rechazo que suele provocar su discapacidad, casi siempre por desconocimiento. Hay que actuar siempre con la mayor normalidad posible.

Algunas recomendaciones que pueden hacer más fluida la comunicación con las personas con problemas de salud mental son las siguientes:

1. Al entrar en contacto con la persona, conviene mantener el contacto ocular, y permitir que se sienta escuchada.
2. Intente comunicarse con empatía, es decir, la capacidad para entender las reacciones emocionales de una persona en consonancia con el contexto, sin juzgarla, al tiempo que respetamos los silencios y el ritmo de la misma.
3. Sea paciente: tenga en cuenta que algunos/as de estos/as estudiantes tardan más tiempo en dar una respuesta ajustada al proceso de comunicación.

La mayoría de las veces no tendrán necesidades distintas al resto del estudiantado, sólo en un pequeño porcentaje habrá que atender a demandas específicas:

1. La medicación psiquiátrica conlleva muchos efectos secundarios que en algunos casos puede producir enlentecimiento fisiológico y/o cognitivo.
2. Igualmente pueden ser más vulnerables y vivir con mayor ansiedad sucesos habituales y potencialmente estresantes (pérdidas, exámenes...) y su respuesta puede ser inadecuada: de aislamiento, de evitación y en contadas ocasiones desinhibida.

3. En ocasiones pueden presentar baja tolerancia a la frustración, lo que les condiciona a la hora de iniciar tareas o les supone muchas dificultades a la hora de ejecutarlas, llegando a mostrar conductas de evitación y negación por miedo al fracaso.
4. En ocasiones pueden presentar problemas de concentración y/o falta de interés y motivación, incluso se puede producir el abandono de las clases por temporadas.
5. Algunos/as estudiantes suelen presentar pobreza en las relaciones interpersonales y dificultades en la expresión de los sentimientos.
6. El aislamiento social impide el acercamiento a los profesores y a sus compañeros, bien por miedo a ser rechazados/as, bien por no sentirse comprendidos/as, y en muchas ocasiones se sienten juzgados/as en clase.

### **3. LA INTERACCIÓN EN EL AULA**

No identifique en el aula al estudiante como una persona con problemas de salud mental, salvo que tengamos permiso del mismo para informar al resto del estudiantado. Tenga en cuenta que estos datos son confidenciales entre el/la estudiante y usted.

Está terminantemente prohibido su cesión o comunicación a otras personas, como lo recoge la Ley Orgánica 15/1999, de 13 de diciembre, de Protección de Datos de Carácter Personal.

Tienen la misma capacidad intelectual que cualquier otro estudiante. Sin embargo, el tratamiento farmacológico que reciben puede reducir sensiblemente el rendimiento académico.

Trátele exactamente igual que a los demás, pero sin invadir espacios ni preguntarle por sus síntomas.

No se adelante a sus demandas pensando que necesitan un trato especial, para evitar la sobreprotección o el encasillamiento.

Algunos/as estudiantes pueden tener dificultades o pánico escénico que le reduce la capacidad a la hora de comunicarse. Por lo que las exposiciones no las podrán realizar en el aula, las harán delante del profesor y sin los compañeros/as.

Sepa que es posible que en algunos casos se puedan producir ausencias a clase en períodos de descompensación, asistencia a consultas o ingresos hospitalarios.

Permitir salir del aula en caso de que el estudiante manifieste una posible crisis.

## **4. ASPECTOS DOCENTES**

### **4.1 Programación y Metodología**

A principio de curso es conveniente entrar en contacto con el/a estudiante para ayudar a afrontar sus dificultades específicas de aprendizaje, y promover una programación y metodología adecuadas que favorezcan su integración en la dinámica de la asignatura.

En la planificación docente, debería tener en cuenta aquellas situaciones de aprendizaje más favorables para los estudiantes con discapacidad por problemas de salud mental, como el trabajo en grupos pequeños, o en solitario y potenciar otras posibles vías de acceso a los objetivos y contenidos de la asignatura.

En la medida de lo posible, establezca un plan de tutorías con estos/as estudiantes para seguir sus avances en la materia.

Proporcione al inicio del curso la programación de la asignatura, el horario de las tutorías, las fechas para entregar los trabajos, las fechas de exámenes y cualquier otra información relevante.

Procure facilitar textos, apuntes, lecturas y todo el material que se utilizará en el aula de forma estructurada al inicio del curso.

Utilice documentos visuales en las explicaciones orales: láminas, gráficos, transparencias, etc. El uso de estos materiales puede facilitar el aprendizaje.

Compruebe que va siguiendo la exposición de la información, dándole la oportunidad de preguntar cuando no entienda.

Promueva la colaboración entre compañeros/as en actividades como el préstamo y la toma de apuntes. Fomente la inscripción en el Programa de Reconocimiento de Créditos de la Oficina para la Integración de Personas con Diversidad, con el que aquellos/as estudiantes que apoyen a sus compañeros con discapacidad reciben créditos optativos.

Permita la grabación de las clases; la grabadora puede manejarla el profesorado por si no se quiere dejar constancia de algunos de los comentarios que se realiza.

Igualmente permita las ayudas técnicas que necesite utilizar normalmente el estudiante.

## **4.2 Tutorías**

Utilice las tutorías como una estrategia educativa de apoyo al proceso formativo y de integración en la Universidad. Un mayor contacto tutorial nos permitirá orientar al estudiante y posibilitará la conclusión de su carrera con éxito, dentro de los plazos previstos.

Informe del horario de tutorías y las acciones que pueden realizarse en la misma, y si es preciso, su frecuencia.

Las tutorías son un buen momento para trabajar metas realistas respecto a la asignatura, así como dirigir hacia una buena planificación y orientación en el

aprendizaje. Es decir, explicar de forma directa y personalizada las ideas y nociones que son básicas dentro de las disciplinas curriculares: en qué consiste la actividad, cómo se debe presentar, qué se pide, cómo se evaluará o cuándo ha de entregarse.

Utilice las tutorías para ayudar al estudiante a descomponer las tareas del aula, trabajos, etc. en pasos más pequeños, pues las limitaciones en las funciones ejecutivas obstaculizan el rendimiento de las personas con problemas de salud mental durante la ejecución de tareas largas y complicadas. Para compensar estas limitaciones y facilitar la tarea, es importante estructurarla en pasos pequeños y secuenciados.

Las tutorías nos permitirán identificar las dificultades referentes a las asignaturas, clarificar conceptos, resolver dudas, ampliar contenidos..., así como promover un seguimiento más exhaustivo para comprobar cuál es la evolución del estudiante. Además de las posibles modificaciones metodológicas del programa en función de las dificultades surgidas.

Un buen recurso puede ser utilizar las nuevas tecnologías, correo electrónico, foros, etc., para intercambiar dudas, información u otras cuestiones relacionadas con la materia. Señalice recursos y medios tecnológicos apropiados para conseguir la diversificación de conocimientos y la ampliación de ideas que provoquen la innovación y la creatividad personal.

### **4.3 Trabajos**

Avise con bastante antelación en qué van a consistir los trabajos y la fecha de entrega para que pueda organizarse convenientemente.

En ocasiones es recomendable flexibilizar los plazos en la presentación de trabajos. Los/as estudiantes muy medicalizados presentan un ritmo de estudio y de producción escrita más lenta.

Indique con precisión cómo debe presentar los trabajos solicitados.

En los trabajos individuales, y siempre que sea necesario, se proporcionará tiempo más prolongado para su exposición oral. Recuerde que si el/la

estudiante le ha manifestado dificultades o pánico para la exposición oral, debe permitir que no las realice en el aula.

En ocasiones, estos/as estudiantes presentan grandes dificultades para la realización de trabajos grupales, permítale hacerlos de forma individual.

#### **4.4 Procedimiento de Evaluación**

Informe al estudiante con antelación tanto de fechas aproximadas de las pruebas a realizar, como de la materia que entrará en cada evaluación para que pueda planificarse con tiempo y evitar situaciones de estrés innecesarias.

En los exámenes, siempre que sea posible, utilice las mismas técnicas de evaluación que con el resto de sus compañeros/as.

Para algunos/as estudiantes los exámenes suponen un momento de estrés muy difícil de controlar, esto hace que en ocasiones no se presenten a las pruebas.

Proporcione al estudiantado las instrucciones precisas para la realización de las pruebas y la modalidad de examen.

Cualquier modificación, como un cambio en la fecha del mismo, puede suponer mucha ansiedad para el estudiante con enfermedad mental y probablemente no lo pueda ejecutar.

Valore la posibilidad de realizar el examen a solas, en un lugar diferente que el resto de sus compañeros/as (despacho del profesor, aula aparte, departamento, etc.) o si lo hace con sus compañeros/as, permita que se siente cerca de la salida.

Si el/la estudiante presenta dificultades para la escritura o su letra es poco legible, permita el uso de ordenador para la realización de los exámenes. La OIPD proporciona un portátil libre de documentos.

Puede realizar una adaptación de tiempo para la ejecución del examen, desde la OIPD recibirá un informe con las necesidades de adaptaciones curriculares para la evaluación.

Contemple la posibilidad de aplazar la prueba o cambiarla de fecha debido a tratamientos médicos, intervenciones, revisiones o posibles estancias en hospitales del estudiante, siempre con justificante adecuado e información previa de la situación por parte del estudiante.

En caso de crisis, una vez comenzado el examen, se debe permitir la salida del estudiante del aula.

Para concluir este apartado reseñamos que estas pautas están supervisadas por la Federación Madrileña de Asociaciones Pro Salud Mental, FEMASAM.

## **5. DIRECCIONES DE INTERÉS**

ABM, Asociación Bipolar de Madrid:

<http://asociacionbipolar-demadrid.com/>

ALUSAMEN, Asociación en lucha por la salud mental y los cambios sociales: <http://alusamen.org.es>

AMAFE, Asociación Madrileña de Amigos y Familiares de Personas con Esquizofrenia: <http://www.amafe.org>

CERMI, Comité Español de Representantes de Personas con Discapacidad: <http://www.cermi.es>

FEMASAM, Federación Madrileña de Asociaciones Pro Salud Mental: <https://consaludmental.org/tag/femasam/>

Confederación Salud Mental España.

<https://consaludmental.org/>