

## Noticias y consejos para una buena salud emocional

### *¡No quiero ir a la escuela!*

La mayoría de los estudiantes tienen sus días en los que no quieren o quisieran ir a la escuela. Aún así los padres los llevan a la escuela. Pero para algunos estudiantes esta conducta se convierte en un problema más complejo, llamado **School Avoidance o Evasión Escolar**.

La **evasión escolar** es un patrón donde el ausentismo escolar se asocia a la ansiedad emocional y física. Los niños que presentan **evasión escolar** muchas veces tienen ansiedad por no estar, o dejar a sus padres, preocupaciones por cómo relacionarse con sus compañeros, y se angustian por no tener un buen desempeño académico. Estas angustias y preocupaciones, la mayoría de las veces no expresadas, los llevan a no querer ir a la escuela, o a la **evasión escolar**.



Si al estudiante le es permitido quedarse en casa, puede que presente una mejoría durante el día, pero esta mejoría es temporera y provee alivio por poco tiempo. Mientras más tiempo el estudiante esté en casa, fuera de la escuela, más difícil se le hará al volver. Su ansiedad y el ausentismo aumentarán rápidamente. Muchas veces los padres piensan que enviando al estudiante a la escuela empeorará la situación, pero la verdad es que los estudiantes necesitan estar en la escuela todos los días.

Si esta condición, **evasión escolar**, no es tratada y empeora resultará en ausentismo escolar, bajo aprovechamiento académico y también afectará cómo el estudiante hace y se relaciona con sus amigos en la escuela. Para tratar la **evasión escolar** es importante la colaboración entre los padres y la escuela. En muchos de los casos profesionales de salud mental pueden ser parte del grupo de apoyo.

Escrito por: Renee Ladwig RN, CNS, LMFT - Jane B. Pettit Pain and Headache Center - Children's Hospital of Wisconsin



Noviembre 2016

### Síntomas o señales de evasión escolar:

- Aumento en tardanzas y ausencias
- Ausencias los lunes y después de días festivos
- Quejas o incapacidad para levantarse de la cama en la mañana
- Lloro o hace rabieta cuando se le levanta para ir a la escuela
- Pide que se le deje en la casa con promesa de ir el próximo día

*Padres:*

### *¿Cómo pueden ayudar?*

- ◊ Sea firme en que su hijo(a) tiene que asistir a la escuela todos los días.
- ◊ Si tu hijo(a) se queja de dolor o enfermedad, llévalo a un doctor o proveedor médico.
- ◊ Esté atento para reconocer los síntomas de la **evasión escolar**.
- ◊ Notifique a la escuela de su hijo(a) y pida ayuda. En la escuela se le dará el apoyo necesario.

Estos consejos son provistos por la asociación entre la escuela y la comunidad para a salud mental de la cual MPS es parte integral.