



Consejos para ofrecer una consulta de salud mental eficaz en contextos que cambian continuamente

La pandemia por el COVID-19 ha causado que muchos niños, familias y personal de Head Start experimenten estrés prolongado o crónico, traumas y pérdidas significativas. Muchas otras condiciones también presentan un desafío para su salud mental, como son los problemas de racismo e injusticia económica de larga duración, fenómenos meteorológicos devastadores y acontecimientos nacionales o locales dramáticos.

Las Consultas de salud mental para bebés y niños en la primera infancia (IECMHC, sigla en inglés) ayuda a garantizar que los niños, las familias y el personal reciban los apoyos de salud mental necesarios. El consultor de salud mental ayuda a elaborar estrategias y guiar los servicios específicos que ofrece cada programa de Head Start y Early Head Start, adaptados a su propia situación y comunidad.

Se requiere que los programas Head Start y Early Head Start proporcionen un continuo de servicios de salud mental conforme a las Normas de Desempeño del Programa Head Start ([45 CFR §1302.45](#)). Estos servicios incluyen la promoción y prevención de la salud mental, la identificación temprana de problemas de salud mental y las remisiones para el tratamiento de niños y familias. Con la ayuda de su consultor de salud mental, los programas deciden cómo implementar la continuidad de servicios de manera que respondan a las necesidades únicas de las familias a las que sirven.

Décadas de investigación muestran que las IECMHC son eficaces. Los consultores de salud mental ayudan a desarrollar una cultura que promueva la salud mental mediante el fomento de la capacidad de los adultos para fortalecer y apoyar el desarrollo social y emocional saludable de los niños, de forma temprana y antes de que sea necesaria la intervención. Los programas de Head Start pueden crear servicios de IECMHC sólidos siguiendo los siguientes consejos.



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

Consejo 1: Proporcione servicios en todos los niveles del programa Head Start.

Los consultores de salud mental pueden hacer contribuciones positivas en múltiples aspectos del programa Head Start, desde la planificación del programa hasta la prestación de servicios. Algunas de las muchas responsabilidades que pueden guiar los consultores de salud mental son:

- Ayudar a desarrollar las políticas y los procedimientos de bienestar del programa.
- Contribuir a la planificación para el desarrollo de la fuerza laboral.
- Participar en los esfuerzos de mejora de la calidad.
- Asociarse con los líderes del programa, el personal y las familias para garantizar que el programa apoye y promueva la salud mental de los niños.
- La siguiente tabla proporciona más descripción del trabajo multidimensional del consultor de salud mental.

Gama de servicios ofrecidos por el consultor de salud mental

Enfoque de los servicios	Función
El niño y la familia	<ul style="list-style-type: none">• Colabora con las familias y el personal para comprender y responder de manera eficaz a las necesidades de salud mental, las dificultades en el comportamiento y los desafíos de desarrollo de un bebé o niño pequeño.• Se asocia respetuosamente con las familias y el personal para comprender el contexto y la naturaleza de la vida de una familia en particular para mejorar el bienestar del niño y de la familia.
Salón de clases y hogar	<ul style="list-style-type: none">• Colabora con las familias y el personal para promover relaciones equitativas, cálidas y de confianza, rutinas consistentes e interacciones en los salones de clase y los hogares.
Programa	<ul style="list-style-type: none">• Se centra en temas que afectan la calidad y la equidad en la prestación de servicios del programa.• Ayuda a los administradores y al personal a crear un ambiente social y emocional óptimo.• Apoya el desarrollo y la implementación de políticas que creen experiencias equitativas, inclusivas y cultural y lingüísticamente apropiadas para todos los niños, familias y personal.
Sistema	<ul style="list-style-type: none">• Trabaja a través de sistemas que proveen servicios a bebés, niños pequeños y familias (p. ej., sistemas que ofrecen servicios educativos, nutricionales, de vivienda, de empleo y otros).• Ayuda a integrar los conceptos y apoyos de equidad y salud mental en todos los sistemas.• Trabaja para fortalecer los puentes entre los sistemas para facilitar un cambio positivo y mejorar el acceso a una atención integral e integrada.

Adaptado del [Centro de excelencia para la consulta de salud mental en bebés y en la primera infancia \(en inglés\)](#).

Consejo 2: Demuestre la capacidad de respuesta cultural.

No hay dos programas de Head Start que sean idénticos en cuanto a su diseño o a los niños, familias y personal que atienden. Por lo tanto, los consultores de salud mental que son eficaces deben estar familiarizados con las culturas, entornos y experiencias únicas relacionadas con la equidad y la discriminación, dentro de los programas y las comunidades a las que sirven.

Los consultores de salud mental deben conocer y comprender los contextos históricos, políticos y socioculturales que dan forma a las percepciones, experiencias y comportamientos de búsqueda de ayuda en las comunidades a las que sirven. También es importante que sean conscientes de los temas sobre raza y racismo, poder y privilegios, y variaciones culturales. Tener este conocimiento ayudará a los consultores a entender las diferencias culturales y a ser culturalmente receptivos.

Los consultores de salud mental pueden encontrarse con personas que no desean recibir servicios formales de salud mental cuando se recomiendan. Las personas pueden variar en sus niveles de comodidad con un consultor de salud mental u otro proveedor de salud mental. En algunos casos, las personas pueden preferir el apoyo informal y comunitario de aquellos que no son proveedores formales de salud mental, como familiares, amigos, asesores religiosos o curanderos naturales. [Los Principios informados sobre la diversidad para el trabajo con bebés, niños y familias \(en inglés\)](#) sugieren que es necesario “reconocer y respetar los cuerpos de conocimiento no dominantes, las fuentes de fortalezas y las rutas de curación dentro de las diversas familias”. De hecho, hay muchas maneras de promover la salud mental y el bienestar de los niños, la familia y el personal.

Consejo 3: Utilice la tecnología como sustituto o complemento de los servicios presenciales.

Un familiar está en cuarentena en casa debido a la exposición al COVID-19. Un funcionario compagina sus responsabilidades laborales con el cuidado de un hijo enfermo en casa. Una familia de Head Start está de luto por la pérdida de un ser querido. Estos son tres ejemplos en los que las herramientas y estrategias tecnológicas pueden involucrar a las familias y al personal en servicios de salud mental que de otra manera no podrían ser alcanzados. Algunas herramientas y estrategias basadas en la tecnología que los consultores de salud mental pueden ayudar a implementar los programas incluyen:

- Controles virtuales para conectar con los padres y el personal.
- Cafés virtuales de padres para el apoyo entre pares.
- Intercambio de recursos en línea sobre temas como la atención plena o la reducción del estrés.
- Capacitaciones virtuales en vivo o grabadas para el personal.
- Actividades virtuales de bienestar del personal.
- Muchas de estas ideas funcionan bien mientras todos están a distancia, pero también se pueden continuar como un complemento a los servicios en persona.

Al seleccionar una estrategia virtual, los programas deben considerar si el público objetivo (familias o miembros del personal) tiene acceso a las herramientas tecnológicas. ¿Tienen una computadora o un teléfono inteligente? ¿Saben cómo utilizarlos, por ejemplo, cómo unirse a una videollamada o abrir un PDF?

Consejo 4: Manténgase al día sobre la gama de recursos de salud mental.

Los consultores de salud mental ayudan a las familias compartiendo información, estrategias de prevención e intervención y haciendo remisiones para servicios de salud mental y otros servicios de apoyo. Los consultores de salud mental también pueden apoyar las necesidades de los niños a los que sirven al proporcionar información a los adultos que los cuidan sobre temas como el desarrollo normal, las habilidades sociales y emocionales y la resolución de problemas. Los consultores deben estar preparados para ayudar a las familias a acceder y navegar por una variedad de apoyos locales de salud mental disponibles, tanto formales como informales. Estos pueden incluir servicios de salud mental, grupos de crianza y apoyo, servicios orientados a lo espiritual, clases de yoga u otros ejercicios y espacios de meditación.



Consejo 5: Proporcione desarrollo profesional continuo a todo el personal.

Los consultores de salud mental pueden evaluar las necesidades de capacitación de los programas e identificar temas específicos de interés entre el personal. Esta es una forma de responder a las necesidades, preferencias y barreras identificadas por los programas y las comunidades. Además de adaptar el contenido, los consultores de salud mental podrían ayudar a desarrollar o facilitar comunidades de aprendizaje, que ofrecen oportunidades para la autorreflexión y el apoyo entre pares en los programas.

Para que los consultores de salud mental sigan siendo eficaces en la prestación de servicios a los programas, es importante apoyar también su desarrollo profesional y sus necesidades. Esto puede incluir el aprendizaje continuo para comprender a los niños, las familias y el personal, y la autoexploración para comprender cómo los propios antecedentes, creencias y valores afectan el trabajo. [Las prácticas reflexivas y la supervisión \(en inglés\)](#) pueden ser una estructura y un espacio de apoyo para mejorar la autoconciencia, la toma de perspectiva, el autocuidado y la competencia profesional.

Para más información

- [Consulta de salud mental infantil y de primera infancia: Participación con las familias](#)
- [La herramienta de consulta de la salud mental](#)
- [Centro de Excelencia para la consulta de salud mental en bebés y en la primera infancia \(en inglés\)](#)
- [Consulta de salud mental en la primera infancia \(en inglés\)](#)



National Center on
Health, Behavioral Health, and Safety

1-888-227-5125
health@ecetta.info
<https://eclkc.ohs.acf.hhs.gov/health>

Agosto 2021