



Proyecto SENSIBLES

Personas comprometidas

La Fundación Rey Ardid desarrolla actividades orientadas a acompañar a personas vulnerables en su integración a una sociedad más rica y diversa. Desde hace más de 30 años atendemos a personas al borde de la exclusión social, personas afectadas por enfermedades mentales, personas mayores dependientes y personas con Alzheimer y otras demencias.

Nos gusta poner a la persona en el centro, desempeñando nuestra labor con honestidad y transparencia. A través de una óptima gestión de los recursos nos adaptamos a cada necesidad, con programas y servicios innovadores. Siempre con la vista puesta en crear entornos que favorezcan la dignidad personal y abiertos a la colaboración con administraciones públicas y entidades con objetivos comunes

Somos



Humanos

Trabajamos con respeto a la dignidad de la persona, recibiendo formación y dando la orientación que cada caso precisa.



Flexibles

Nos adaptamos a las necesidades y expectativas de las personas que atendemos.



Impulsores

Generamos áreas de mejora en nuestro desempeño diario y en la motivación a los usuarios.



Rigurosos

Desempeñamos una labor de honesta y de calidad, actuando siempre con la máxima transparencia.

- ✓ **Soñamos con una sociedad mejor**, en la que todos estemos incluidos.
- ✓ **Creemos en una sociedad más justa** y con menos personas vulnerables
- ✓ **Apostamos por una sociedad más diversa** y por una vida digna y plena

Más de 30 años de actividad



DESDE
1991

Somos especialistas en gestión de residencias, centros de día y servicios en el domicilio para personas mayores y personas con enfermedad mental.



ESPECIALISTAS
EN GESTIÓN
RECURSOS
SOCIOSANITARIOS

Somos especialistas en gestión de residencias, centros de día y servicios en el domicilio para personas mayores y personas con enfermedad mental.



1.500
PERSONAS

Más de **1.500 personas** trabajando y aportando valor a la sociedad.

RESUMEN EJECUTIVO

El proyecto “Sensibilización” se ha desarrollado durante el curso 2024–2025 en centros educativos y espacios comunitarios de Zaragoza, Calatayud, Illueca y Belchite. Su objetivo principal ha sido promover la salud mental infantojuvenil mediante acciones de sensibilización, prevención y formación dirigidas a estudiantes, familias y profesionales de la educación.

A través de talleres, espacios de diálogo y actividades comunitarias, se ha trabajado en la eliminación del estigma asociado a los trastornos mentales, la mejora de la convivencia escolar y la difusión de recursos de apoyo. Se ha alcanzado a más de 13.000 personas, incluyendo 800 adolescentes y jóvenes de diferentes niveles educativos, y se han promovido acciones de empoderamiento con personas con discapacidad asociada a problemas de salud mental, beneficiando 500 personas de la comunidad.

Desde su creación en 1991, Fundación Ramón Rey Ardid ha sido un referente en Aragón en la defensa de los derechos de las personas con problemas de salud mental. Con una trayectoria comprometida desde 1996 en la sensibilización, rehabilitación y empoderamiento de este colectivo, Fundación Rey Ardid ha desarrollado una red de recursos que incluye unidades de media estancia, pisos tutelados, centros de día, programas de formación e inserción laboral, y empresas sociales que promueven la autonomía y la inclusión. Su enfoque comunitario, centrado en la persona, ha permitido atender a más de 15.000 personas al año gracias al trabajo de más de 1.800 profesionales y cerca de 200 voluntarios. Fundación Rey Ardid defiende la salud mental como un derecho humano fundamental, luchando contra el estigma y fomentando la participación activa de las personas en sus propios procesos de recuperación.



INTRODUCCIÓN

La salud mental infantojuvenil se ha convertido en una prioridad de salud pública, especialmente tras el impacto de la pandemia de COVID-19. Diversos estudios (UNICEF, OMS, Centro Reina Sofía) alertan sobre el aumento de trastornos como la ansiedad, la depresión y las autolesiones entre adolescentes. La escuela, como espacio de socialización y aprendizaje, se presenta como un entorno idóneo para la promoción del bienestar emocional.

Este proyecto nace con la intención de fortalecer la alfabetización en salud mental, fomentar la resiliencia y crear una red de apoyo entre los distintos actores de la comunidad educativa. La intervención se ha adaptando las acciones a las necesidades específicas de cada grupo (alumnado, profesorado y familias).

A lo largo de la historia, el abordaje de la salud mental ha atravesado profundas transformaciones que pueden entenderse como cuatro grandes revoluciones:

1. Primera revolución (siglo XIX): el reconocimiento de la enfermedad mental

Durante el siglo XIX, se produjo un cambio fundamental en la comprensión del sufrimiento psíquico. La locura dejó de ser vista como posesión o castigo divino, y comenzó a considerarse una enfermedad susceptible de tratamiento. Este giro dio lugar a la creación de hospitales psiquiátricos y al desarrollo de las primeras teorías médicas sobre la salud mental.

2. Segunda revolución (mediados del siglo XX): la medicalización y el uso de psicofármacos

Con el descubrimiento de los primeros psicofármacos en los años 50, se abrió una nueva etapa en la atención psiquiátrica. La posibilidad de tratar síntomas mediante medicación permitió reducir los internamientos prolongados y facilitó la reintegración social de muchas personas. Sin embargo, este enfoque también generó críticas por su excesiva biologización del malestar psíquico.

3. Tercera revolución (desde los años 70): el enfoque comunitario, los derechos humanos y la recuperación

Esta etapa marcó un giro hacia la desinstitucionalización, la atención comunitaria y el respeto por los derechos humanos de las personas con trastornos mentales. En Aragón, la Fundación Ramón Rey Ardid ha sido pionera y referente en esta transformación, liderando el desarrollo de servicios comunitarios, programas de inclusión sociolaboral y espacios de participación activa para personas con experiencia en salud mental. Su labor ha contribuido decisivamente a consolidar un modelo centrado en la recuperación, la autonomía y el vínculo con el entorno.

4. Cuarta revolución (actualidad): salud mental digital, ética y personalizada

En el contexto de la Cuarta Revolución Industrial, la salud mental se enfrenta a nuevos desafíos y oportunidades. La incorporación de tecnologías como la inteligencia artificial, las aplicaciones móviles y el análisis de datos permite ofrecer intervenciones más accesibles, preventivas y personalizadas, pero también plantea interrogantes éticos sobre la privacidad, la deshumanización del cuidado y la equidad digital.

Desde Fundación Ramón Rey Ardid, aspiramos a ser también pioneros en esta cuarta revolución, alineando nuestras acciones con una visión ética, inclusiva, preventiva y tecnológicamente avanzada. En esta línea, el proyecto Sensibles se plantea como una iniciativa estratégica que busca avanzar en esta dinámica, promoviendo el uso responsable de herramientas digitales, el respeto por la neurodiversidad, la participación activa de las personas en el diseño de los cuidados y el fortalecimiento de la prevención como eje fundamental en salud mental.



OBJETIVOS

Objetivo General

Desarrollar un proyecto de sensibilización en salud mental infantojuvenil en centros educativos del entorno rural y urbano de la zona sanitaria de Calatayud y Zaragoza, que promueva la prevención de problemas de salud mental, mejore la convivencia en el aula y en la comunidad, y elimine el estigma asociado a estos temas.

Objetivos Específicos

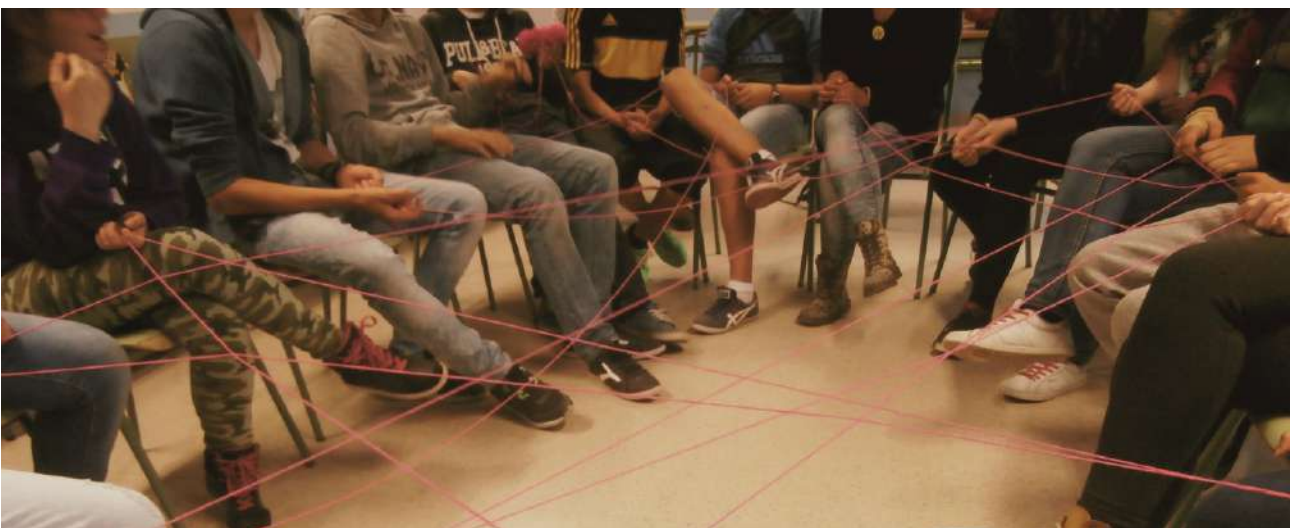
- Fomentar la prevención de problemas de salud mental en estudiantes de ESO, Bachillerato y Formación Profesional.
- Eliminar el estigma relacionado con la salud mental infantojuvenil mediante actividades formativas y talleres participativos.
- Difundir recursos de apoyo para la salud mental, garantizando el acceso a información clara y accesible para toda la comunidad educativa.
- Promover la igualdad de trato y la inclusión de personas con discapacidad asociada a problemas de salud mental.

METODOLOGÍA

El proyecto se ha basado en un enfoque integral y participativo, estructurado en tres niveles de prevención (universal, selectiva e indicada). Las acciones se han desarrollado a través de:

- Talleres psicoeducativos para alumnado, profesorado y familias.
- Encuentros de reflexión y supervisión con docentes.
- Espacios de diálogo diferenciados por grupo destinatario.
- Actividades comunitarias como ferias, campañas y jornadas.
- Evaluaciones iniciales y finales mediante cuestionarios ad-hoc.

El equipo multidisciplinar ha estado compuesto por profesionales de psicología, educación y trabajo social, con formación específica en salud mental infantojuvenil.



DESARROLLO DEL PROYECTO

Las actividades se han llevado a cabo en más de 15 centros educativos y comunitarios, incluyendo:

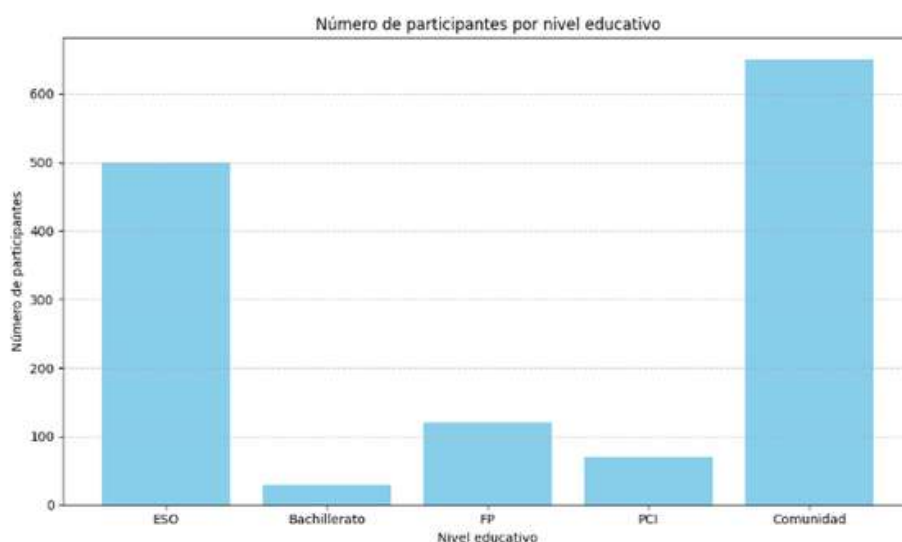
- ESO: IES Leonardo de Chabacier (Calatayud), IES Virgen de la Sierra (Illueca), IES Tiempos Modernos (Zaragoza), IES Benjamín Jarnés (Belchite).
- Bachillerato: Colegio Santa Ana, IES Juan de Lanuza.
- Formación Profesional: IES Comunidad de Daroca, IES Luis Buñuel, Fundación Ramón Rey Ardid, Fundación San Valero, Centro Océano Atlántico.
- PCI: Fundación Ramón Rey Ardid.
- Comunidad: Desfile ETIQUET@2, Mercadillo solidario PINGO'S MARKET, Feria Avempace, Programa +Infancia de Calatayud, formación para monitores del IAJ.

Las sesiones se han adaptado a cada grupo, con dinámicas participativas, gamificación y espacios de reflexión. En algunos casos, surgieron preguntas espontáneas que enriquecieron el contenido previsto.

Alcance del programa

- Más de 800 adolescentes y jóvenes sensibilizados en salud mental.
- Más de 13.000 personas alcanzadas en total.
- 500 personas beneficiadas por acciones de empoderamiento.
- Participación de más de 500 alumnos de ESO, Bachillerato y FP.
- Implicación de docentes, orientadores, familias y usuarios en todas las fases del proyecto.

La participación activa y el interés mostrado por los distintos colectivos refuerzan la importancia de continuar desarrollando este tipo de iniciativas, ampliando su alcance y consolidando su presencia en los centros educativos.



SENSIBILIZACIÓN

CURSO 2024-2025



+ de 800 adolescentes
y jóvenes sensibilizados
en salud mental



+ de 13.000 personas
alcanzadas en total



500 personas
beneficiadas por acciones
de empoderamiento



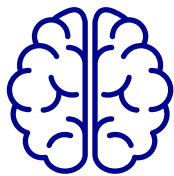
Participación de **+ de 500** alumnos de ESO,
Bachillerato y FP



Implicación de
+ de 500 alumnos de
ESO, Bachillerato y FP

Implicación de docentes, orientadores,
familias y usuarios en todas las fases
del proyecto

SENSIBILIZACIÓN DESDE 1996



**+ de 16.000 jóvenes
sensibilizados en salud
mental**



**+ 260.000 personas
alcanzadas en total**



**10.000 personas
beneficiadas por acciones
de empoderamiento**



**Participación de + de
10.000 alumnos de ESO,
Bachillerato y FP**

**Imprimación de docentes, orientadores, familias y
usuarios en todas las fases del proyecto**

EL PROYECTO EN REDES

Instagram

Iniciar sesión

Instagram

Iniciar sesión



fundacionreyardid • Seguir
Audio original

fundacionreyardid 20 sem
👉 Sensibles a una vida mentalmente sana.

El arte y la empatía se dieron la mano en un nuevo taller del proyecto #DiCapacidad.

📍 Esta vez, los alumnos del ciclo de Integración Social del FP Océano Atlántico fueron quienes guiaron una sesión de manualidades con usuarios de Fundación Rey Ardid. Juntos, modelaron con plastilina un lugar seguro, un animal y un objeto con el que se sintiesen identificados.

Cada figura fue un reflejo de sus emociones, vivencias y fortalezas. Porque la salud mental también se trabaja desde la conexión y el vínculo.

88 Me gusta
22 de abril

Inicia sesión para indicar que te gusta o comentar.



fundacionreyardid y iestiosmodernos
Audio original

fundacionreyardid 15 sem
La salud mental es salud. Hablemos.

Hace unos días vivimos en el @iestiosmodernos una jornada llena de emoción, conexión y aprendizaje compartido. Personas usuarias de salud mental de Fundación Rey Ardid y alumnado del centro colaboraron en una experiencia única: juntos pintaron un mural 🎨, jugaron al fútbol ⚽ y, sobre todo, derribaron barreras.

Además, otros estudiantes tuvieron la oportunidad de participar en una charla donde se habló y desestigmatizó la salud mental. Porque comprender es el primer paso para incluir.

👍 🗨 🔄 📌



INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN PARA JÓVENES

El cuestionario fue respondido por estudiantes, incluyendo tanto alumnado del grupo general como del grupo de diversificación. El objetivo principal fue recoger percepciones, conocimientos y preocupaciones relacionadas con la salud mental y otros temas de sensibilización social que afectan directamente al bienestar emocional de los jóvenes.

Desde una perspectiva estadística, los datos muestran una participación significativa, con predominancia de estudiantes de 15 y 16 años. La distribución por género es relativamente equilibrada, aunque ligeramente inclinada hacia el masculino. Un dato especialmente relevante es que más de una cuarta parte del alumnado (26,5%) ha experimentado problemas de salud mental, y un 31,6% adicional no está seguro de ello. Esto sugiere que más de la mitad podría estar atravesando o haber atravesado dificultades emocionales sin una clara identificación o diagnóstico.

Los problemas más frecuentes entre el alumnado son los trastornos del sueño (75,5%), la ansiedad (65,3%) y la dependencia al móvil (57,1%), lo que refleja un alto nivel de activación emocional y dificultades para desconectar o regular el estrés. También se observan porcentajes preocupantes en síntomas más graves como la depresión (36,7%), el aislamiento social (33,7%) y las autolesiones (21,4%), así como en conductas de riesgo como el consumo de sustancias (27,6%) y las ideas suicidas (14,3%).

Desde la psicología, estos datos evidencian una carga emocional significativa en el alumnado, influida por factores como el rendimiento académico, la incertidumbre sobre el futuro y las relaciones familiares y sociales. La preocupación por la imagen corporal y la autoestima también es notable, lo que puede estar vinculado a la presión social y a la exposición constante en redes. Comentarios como “sentimiento constante de crítica social y burla” revelan experiencias de malestar que podrían estar relacionadas con dinámicas de grupo, acoso o inseguridad personal. Este tipo de expresiones deben ser tomadas en cuenta para diseñar intervenciones más empáticas y centradas en la realidad emocional del alumnado.

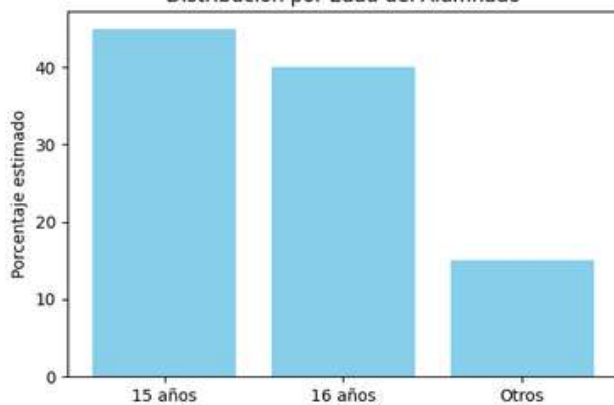
Desde el trabajo social, se destaca la necesidad de abordar estos problemas desde un enfoque comunitario e inclusivo. La alta incidencia de malestar emocional y la demanda de apoyo evidencian la importancia de fortalecer los vínculos entre escuela, familia y comunidad. Es fundamental garantizar que todos los estudiantes, independientemente de su contexto socioeconómico o familiar, tengan acceso a recursos de salud mental adecuados. Además, el hecho de que el 100% del alumnado valore el apoyo de amigos y familiares subraya la relevancia de trabajar con las redes de apoyo naturales, promoviendo espacios de escucha, acompañamiento y prevención. El trabajo social también puede facilitar la detección precoz de situaciones de vulnerabilidad y canalizar recursos institucionales y comunitarios para atenderlas.

La percepción de insuficiencia en los programas actuales y el deseo mayoritario de contar con más espacios dedicados a la salud mental (71,4%) refuerzan la necesidad de diseñar intervenciones integrales que combinen atención psicológica, actividades grupales, educación emocional y participación activa del entorno familiar y social. La participación general en el cuestionario fue muy positiva, con un bajo porcentaje de no respuesta (1%), lo que demuestra interés y disposición del alumnado a implicarse en procesos de reflexión y mejora.

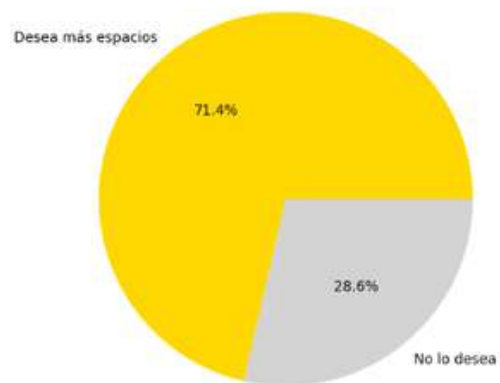


INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN PARA JÓVENES

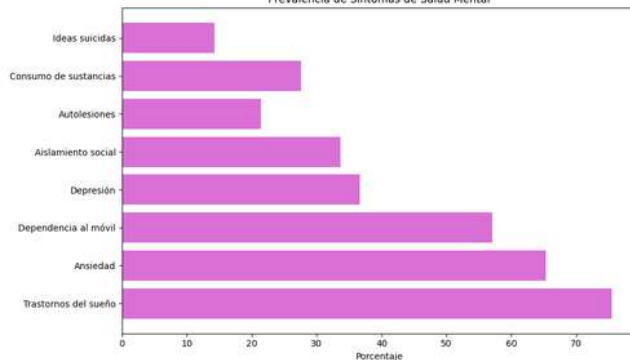
Distribución por Edad del Alumnado



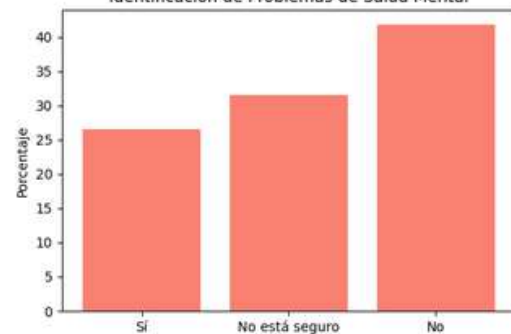
Percepción sobre programas de salud mental



Prevalencia de Síntomas de Salud Mental



Identificación de Problemas de Salud Mental



INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN PARA JÓVENES

Necesidades detectadas y propuestas de actuación

A partir del análisis de los datos recogidos en el cuestionario, se identifican varias líneas de actuación prioritarias:

- ✓ **Fortalecimiento de la atención emocional en el entorno educativo**
Los altos porcentajes de estudiantes que presentan síntomas de ansiedad, problemas de sueño y dependencia al móvil evidencian la necesidad de implementar programas de educación emocional, gestión del estrés y promoción del autocuidado. Se recomienda incorporar talleres regulares sobre salud mental, espacios de escucha activa y actividades que fomenten el bienestar psicológico.
- ✓ **Acceso equitativo a recursos de salud mental**
Desde el trabajo social, se subraya la importancia de garantizar que todos los estudiantes, independientemente de su contexto familiar o económico, puedan acceder a apoyo psicológico. Esto implica reforzar los servicios de orientación, establecer protocolos de derivación accesibles y colaborar con entidades comunitarias que ofrezcan atención especializada.
- ✓ **Prevención de conductas de riesgo**
La presencia de autolesiones, ideas suicidas y consumo de sustancias en los resultados requiere una respuesta preventiva coordinada. Es necesario desarrollar campañas de sensibilización, formación del profesorado en detección temprana y protocolos de intervención ante señales de alarma.
- ✓ **Impulso de redes de apoyo naturales**
El hecho de que el 100% del alumnado valore el apoyo de amigos y familiares como esencial indica que las intervenciones deben incluir a las familias y fomentar dinámicas grupales positivas. Se propone crear espacios de encuentro intergeneracional, actividades de cohesión social y formación para familias en acompañamiento emocional.
- ✓ **Revisión y ampliación de los programas existentes**
La percepción de insuficiencia en los programas actuales y el deseo mayoritario de contar con más espacios dedicados a la salud mental (71,4%) justifican la revisión de las políticas educativas en este ámbito. Se recomienda evaluar los recursos disponibles, ampliar la oferta de actividades y asegurar su continuidad y sostenibilidad.

INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN EN FAMILIAS

El cuestionario fue respondido por familias, incluyendo tanto del alumnado del grupo general como del grupo de diversificación. El objetivo principal fue recoger percepciones, conocimientos y preocupaciones relacionadas con la salud mental y otros temas de sensibilización social que afectan directamente al bienestar emocional de los jóvenes.

Desde una perspectiva estadística, los datos muestran que el 57,1% de las personas encuestadas ha experimentado problemas de salud mental en el último año, mientras que el 42,9% no. Este dato es especialmente relevante, ya que indica que el malestar emocional no solo afecta al alumnado, sino también a su entorno más cercano, lo que refuerza la necesidad de intervenciones que incluyan a las familias como parte activa del proceso de acompañamiento.

Los temas que las familias consideran más importantes para trabajar en las sesiones con sus hijos son la ansiedad (42,9%), la dependencia al móvil u otros dispositivos (28,6%) y, en menor medida, el aislamiento social y las ideas suicidas (14,3%). Estas preocupaciones reflejan una percepción clara de los factores que afectan al bienestar emocional de los adolescentes, especialmente aquellos relacionados con la presión social, la hiperconectividad y la salud mental. También se identificaron como situaciones generadoras de malestar familiar la incertidumbre sobre el futuro (28,6%), el rendimiento académico (28,6%), las relaciones familiares (14,3%), el bullying (14,3%) y el impacto de las redes sociales (14,3%). Estos datos coinciden con los recogidos en el cuestionario del alumnado, lo que sugiere una sintonía entre las preocupaciones de los jóvenes y las de sus familias.

Desde la psicología, estos resultados evidencian una creciente conciencia familiar sobre los factores de riesgo emocional y la necesidad de herramientas para abordarlos. La ansiedad aparece como un eje transversal tanto en las preocupaciones como en los contenidos deseados para las sesiones, lo que indica la urgencia de intervenir en la gestión emocional y la prevención del estrés.

Desde el trabajo social, se destaca la necesidad de un enfoque comunitario e inclusivo que fortalezca el papel de las familias como agentes de apoyo emocional. Es fundamental garantizar que todas las familias, independientemente de su nivel educativo o situación socioeconómica, tengan acceso a espacios de formación, escucha y acompañamiento. El hecho de que el 100% de las personas encuestadas considere insuficientes los programas actuales y exprese el deseo de contar con más espacios dedicados a la salud mental subraya la importancia de diseñar estrategias participativas y sostenibles.

La percepción de insuficiencia en los programas existentes y el deseo unánime de mejoras refuerzan la necesidad de revisar las políticas educativas en este ámbito. La participación, aunque limitada en número, fue altamente comprometida, lo que demuestra una disposición clara a implicarse en procesos de mejora.



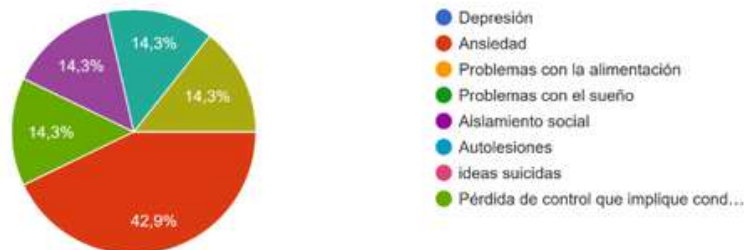
INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN EN FAMILIAS

A partir del análisis de los datos recogidos, se identifican varias líneas de actuación prioritarias:

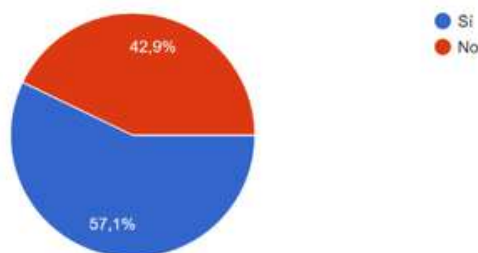
- ✓ **Inclusión activa de las familias en los programas de salud mental**
Las familias no solo demandan más espacios, sino que desean participar activamente en ellos. Es necesario diseñar sesiones específicas para familias que aborden temas como la ansiedad, la gestión de conductas impulsivas, el uso de dispositivos y el consumo de sustancias.
- ✓ **Revisión y fortalecimiento de los programas escolares existente**
La percepción de insuficiencia es unánime. Se recomienda evaluar los recursos actuales, ampliar la oferta de actividades y asegurar su continuidad, incorporando la voz de las familias en el diseño de las intervenciones.
- ✓ **Prevención y detección temprana desde el entorno familiar**
La coincidencia entre las preocupaciones del alumnado y las familias sugiere que estas pueden ser aliadas clave en la detección precoz de señales de malestar. Se propone ofrecer formación básica en salud mental y estrategias de acompañamiento emocional.
- ✓ **Promoción de redes de apoyo comunitarias**
Es necesario fomentar espacios de encuentro entre familias, centros educativos y servicios sociales, que permitan compartir experiencias, generar apoyo mutuo y construir respuestas colectivas ante los desafíos emocionales de la adolescencia.

INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN EN FAMILIAS

En relación a sesiones dirigidas a familias, ¿Qué contenidos consideras imprescindibles a tratar?



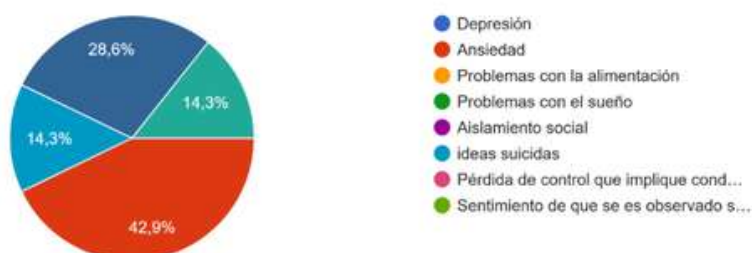
¿Has experimentado problemas de salud mental en el último año?



¿Cuáles de estas siguientes situaciones le podrían generar a tu familiar mayor malestar? (puedes elegir más de una opción)



En relación a las sesiones con tu familiar en los centros educativos, ¿Cuál crees que sería el contenido imprescindible a tratar? (puedes elegir más de una opción)



INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN EN ORIENTADORES/AS

Este cuestionario fue respondido por profesionales de la orientación educativa en centros de Educación Secundaria Obligatoria (ESO). Su objetivo fue recoger la visión de los orientadores/as sobre la edad adecuada para implementar programas de salud mental, así como los contenidos prioritarios a tratar en sesiones dirigidas al alumnado, profesorado y familias. Las respuestas recogen tanto propuestas concretas como reflexiones cualitativas que aportan una mirada experta sobre las necesidades emocionales en el entorno escolar.

Desde una perspectiva estadística y cualitativa, los datos muestran una coincidencia generalizada en la necesidad de comenzar las intervenciones en salud mental a edades tempranas, especialmente entre los 12 y 13 años (1º y 2º de ESO), aunque algunos profesionales consideran que debería iniciarse incluso antes. Se reconoce que la adolescencia es una etapa crítica del desarrollo neurológico y emocional, y que intervenir a tiempo puede prevenir problemáticas futuras.

Los contenidos más frecuentemente mencionados como imprescindibles para trabajar con el alumnado incluyen la gestión emocional, la higiene del sueño, la alimentación saludable, la prevención de adicciones (especialmente a redes sociales y dispositivos), la identificación de señales de alarma (como ansiedad, fobias, TCA o depresión), y la educación para la salud en general. También se destaca la importancia de abordar el aislamiento social derivado del uso excesivo de tecnologías.

Desde la psicología, estos datos evidencian una preocupación por el impacto emocional que viven tanto el alumnado como el profesorado. Se señala que los docentes deben gestionar ratios con alta diversidad y, en ocasiones, con niveles elevados de conflictividad, lo que puede generar desgaste emocional. Comentarios como “soy humano, no soy una máquina” revelan la necesidad de trabajar el autocuidado docente, la gestión del tiempo y la exposición a pantallas, así como la validación emocional del profesorado.

Desde el trabajo social, se destaca la necesidad de un enfoque comunitario e inclusivo que fortalezca el papel de las familias como agentes de apoyo emocional. Se propone abordar temas como la hiperparentalidad, la falta de estímulos afectivos, el uso de TIC en casa, y los prejuicios o mitos sobre la salud mental. Es fundamental garantizar que todas las familias, independientemente de su nivel educativo o situación socioeconómica, tengan acceso a espacios de formación, escucha y acompañamiento. El hecho de que se considere imprescindible que todo lo trabajado con el alumnado se traslade también a las familias subraya la importancia de una intervención coherente y compartida.

La percepción general es que todos los contenidos relacionados con la salud mental son relevantes y deben ser tratados de forma integrada, sin excluir ninguno. La participación de los orientadores/as fue activa y comprometida, aportando propuestas concretas y reflexiones profundas que refuerzan la necesidad de una intervención estructurada y sostenida en el tiempo.



INFORME DEL CUESTIONARIO DE SENSIBILIZACIÓN EN ORIENTADORES/AS

A partir del análisis de los datos recogidos, se identifican varias líneas de actuación prioritarias:

- ✓ **Inicio temprano de los programas de salud mental**
Se recomienda comenzar las intervenciones desde el primer ciclo de la ESO o incluso antes, aprovechando la plasticidad del desarrollo adolescente para fomentar hábitos saludables y prevenir riesgos.
- ✓ **Educación emocional y para la salud como eje transversal**
Es necesario integrar contenidos como la gestión emocional, la higiene del sueño, la alimentación, el uso de pantallas y la prevención de adicciones en el currículo y en las actividades complementarias.
- ✓ **Formación específica para el profesorado**
Se propone ofrecer formación sobre salud mental del alumnado y del propio docente, incluyendo estrategias de autocuidado, detección de señales de alarma y gestión de la diversidad en el aula.
- ✓ **Implicación activa de las familias**
Las sesiones dirigidas a familias deben abordar tanto la salud mental de sus hijos como la suya propia, promoviendo una comunicación afectiva, el establecimiento de límites sanos y el acompañamiento emocional.
- ✓ **Enfoque integral y coordinado**
Se recomienda que las intervenciones en salud mental sean compartidas entre alumnado, profesorado y familias, con contenidos coherentes y adaptados a cada grupo, y con una visión común que promueva el bienestar colectivo.

CONCLUSIONES

Desde Fundación Ramón Rey Ardid, tras el análisis de los resultados de nuestra encuesta y del estudio nacional **Health Behaviour in School-aged Children (HBSC-2022)**, se ha identificado una necesidad urgente de formación en salud mental en los centros educativos.

Los datos reflejan carencias significativas en el conocimiento, la detección precoz y el abordaje de los problemas de salud mental entre adolescentes, así como en el acompañamiento emocional por parte de docentes y familias.

Ante esta realidad, nuestros equipos multidisciplinares desarrollan e imparten charlas formativas dirigidas a alumnado, familias y profesionales educativos, con contenidos adaptados a cada grupo.



Un elemento diferenciador y de alto impacto en estas sesiones es la **participación activa de personas con discapacidad psicosocial**, quienes comparten sus vivencias en primera persona.

Esta intervención genera un efecto transformador en los asistentes, al:

- **Humanizar la salud mental desde la experiencia directa.**
- **Romper estigmas y prejuicios mediante el testimonio real.**
- **Fomentar la empatía y la comprensión en el entorno educativo.**
- **Impulsar el cambio cultural hacia una visión más inclusiva y respetuosa.**

Esta metodología no solo sensibiliza, sino que moviliza emocionalmente a los participantes, convirtiendo la formación en una experiencia significativa y duradera.

CHARLAS FORMATIVAS

Prevención salud mental y estigma

Bullying

Adicciones: tóxicos y juego

Pantallas y redes sociales

Relaciones sociales y familiares

Ansiedad / exámenes

EQUIPO

El equipo que impulsa estas charlas está formado por profesionales de Fundación Ramón Rey Ardid con amplia experiencia en salud mental, intervención comunitaria y sensibilización. Trabajamos desde un enfoque participativo, inclusivo y adaptado a las necesidades de cada grupo.

Nos apasiona generar espacios de reflexión, aprendizaje y transformación social a través del diálogo y la educación.

CONTACTO

Si estás interesado/a en solicitar alguna charla, colaborar o recibir más información sobre el proyecto, puedes escribirnos o llamarnos:



www.reyardid.org

[@fundacionreyardid](https://twitter.com/fundacionreyardid)

Avenida Gertrudis Gómez de Avellaneda, 67, Bajo (Zaragoza)

976 51 39 79

atencion@reyardid.org

Contratar nuestros servicios y productos con lleva grandes ventajas para ti:

- ✓ Te acoges a las medidas alternativas a la reserva del 2% de personas con discapacidad.
- ✓ Contribuyes a la creación de empleo para personas con discapacidad o en riesgo de exclusión social.
- ✓ Fomentas la responsabilidad social de tu empresa.
- ✓ Contratas personal formado y debidamente cualificado
- ✓ Cuentas con la garantía de la Fundación Rey Ardid: sustitución en caso de baja laboral, gestión de ayudas...



Pero también existen otras formas de ayudar:



Contratación de servicios y compra de productos

Te acoges a las medidas alternativas a la reserva del 2% de personas con discapacidad.



Voluntariado corporativo

Para que los empleados tengan la oportunidad de practicar acciones dirigidas a un fin social



Integración laboral

De personas con discapacidad o en riesgo de exclusión con planes de colocación y adaptación



Cesión gratuita de bienes y servicios

Que pueden valorarse y ser deducibles y nos permiten ahorrar y dedicar recursos a nuestros proyectos



Financiación de proyectos

Desarrollando proyectos conjuntamente que se ajusten a la cadena de valor de cada empresa

*¿Quieres tener la
sensación de recibir más
de lo que aportas?*





FUNDACIÓN REY ARDID



Guillen de Castro 2-4
50018 Zaragoza



976 740 474



fundacion@reyardid.org

NAVE MULTIACTIVIDAD

Carretera Cogullada, 2
50014 Zaragoza
Tel. 671 439 510

DELEGACIÓN TERUEL

C/ Amantes, 17
44001 Teruel
Tel. 664 488 382

DELEGACIÓN HUESCA

C/José María Lacasa, 15, bajos
22001 Huesca
Tel. 976 286 995

DELEGACIÓN LA RIOJA

C/ Marqués de Murrieta, 9, entrpt
26009 Logroño
Tel. 618 167 079



www.reyardid.org