



autor: Ludwig Santana
título: Underwater
año: 2010

Concepción y manejo de la ansiedad en la escuela: reflexiones sobre una experiencia



Volumen 9 N.º 60
enero – junio de 2026
ISSN: 0122-4328
ISSN-E: 2619-6069
e23714

Conception and
Management of
Anxiety in School:
Reflections on an
Experience

Concepção e manejo
da ansiedade na
escola: reflexões sobre
uma experiência

Iván Darío Cárdenas-Molina*  

Fecha de recepción: 31-08-2025

Fecha de aprobación: 29-04-2026

CÓMO CITAR

Cárdenas-Molina, I. D. (2026). Concepción y manejo de la ansiedad en la escuela: reflexiones sobre una experiencia. *Nodos y Nudos*, 9(60), e23714. <https://doi.org/10.17227/nyn.vol9.num60-23714>

* Doctor en Educación, Universidad de Baja California. Maestro en Educación, Instituto Tecnológico de Monterrey. Psicólogo, Universidad Nacional de Colombia. Docente Orientador, Secretaría de Educación de Bogotá. ivan.cardenas@jga.edu.co





Volumen 9 N.º 60
 enero - junio de 2026
 ISSN: 0122-4328
 ISSN-E: 2619-6069
 e23714

RESUMEN

Este artículo presenta algunas consideraciones acerca del abordaje conceptual y la atención de la ansiedad en la escuela a partir del análisis de una experiencia desarrollada en el Colegio Julio Garavito Armero I.E.D. de Bogotá-Colombia. Se examina cómo la importación indiscriminada del término clínico ansiedad al ámbito educativo generó errores categoriales como la cosificación, la falacia nominalista y la hiperindividualización del malestar emocional. Se argumenta que este fenómeno puede derivar en intervenciones inefectivas ya que se desvía la atención hacia conceptualizaciones impertinentes y se omiten las variables contextuales de las dificultades escolares. Se diseñó e implementó una intervención que contribuyó a resignificar el término ansiedad en el colegio, lo que evidenció una disminución significativa en la prevalencia y la frecuencia de casos reportados a orientación escolar, así como la generación de procesos de manejo de crisis emocionales más adecuados. Se concluye que un análisis contextual de las dificultades de los estudiantes, que incluya su reconceptualización y propuestas de abordaje específicos, puede contribuir al desarrollo de procesos de formación emocional y atención de afectaciones más efectivos y pertinentes.

Palabras clave: salud mental; ansiedad; educación socioemocional

ABSTRACT

This article presents some considerations about the conceptual approach and management of anxiety in schools, based on an analysis of an experience developed at the Julio Garavito Armero I.E.D. School in Bogotá, Colombia. It examines how the indiscriminate importation of the clinical term "anxiety" into the educational field generated categorical errors such as reification, the nominalist fallacy, and the hyper-individualization of emotional discomfort. It argues that this phenomenon can lead to ineffective interventions because it diverts attention to irrelevant conceptualizations and omits the contextual variables of learning difficulties. An intervention was designed and implemented to contribute to redefine the term "anxiety" in schools. It demonstrated a significant decrease in the prevalence and frequency of cases reported to school counselors, as well as the development of more appropriate processes for managing emotional crises. It can be concluded that a contextual analysis of students' difficulties, including their reconceptualization and a proposed specific approach, can contribute to the development of more effective and relevant processes for emotional development and addressing difficulties.

Keywords: mental health; anxiety; social emotional learning

RESUMO

Este artigo apresenta algumas considerações sobre a abordagem conceitual e o manejo da ansiedade nas escolas, com base na análise de uma experiência desenvolvida na Escola Julio Garavito Armero I.E.D., em Bogotá, Colômbia. Examina como a importação indiscriminada do termo clínico "ansiedade" para o campo educacional gerou erros categóricos como a reificação, a falácia nominalista e a hiperindividualização do sofrimento emocional. Argumenta-se que esse fenômeno pode levar a intervenções ineficazes, pois desvia a atenção para conceitualizações irrelevantes e omite as variáveis contextuais das dificuldades de aprendizagem. Uma intervenção foi planejada e implementada, o que contribuiu para a redefinição do termo "ansiedade" nas escolas e demonstrou uma diminuição significativa na prevalência e frequência de casos relatados aos orientadores escolares, bem como o desenvolvimento de processos mais adequados para o manejo de crises emocionais. Conclui-se que uma análise contextual das dificuldades dos alunos, incluindo sua reconceitualização e uma abordagem específica proposta, pode contribuir para o adiantamento de processos mais eficazes e relevantes para o desenvolvimento emocional e para o enfrentamento das dificuldades.

Palavras-chave: saúde mental; ansiedade; aprendizagem socioemocional

Introducción

La escuela, campo interdisciplinario esencial para la interacción social (Ribes-Iñesta, 2013), integra con frecuencia términos que son ajenos al contexto educativo. Conceptos como estimulación, motivación o redes neuronales recientemente se han naturalizado en el discurso escolar, aunque su origen pertenece a campos diferentes. Esta extrapolación puede enriquecer las interacciones educativas, tal como demuestra Jiménez (2025) al analizar el concepto de "adolescente escolar" desde la filosofía, la psicología y la pedagogía. Pero también puede ocurrir que algunos términos que son empleados en contextos diferentes al original tengan variaciones en su significado inicial, con implicaciones importantes para las nuevas situaciones de uso.

El auge de la educación socioemocional (Grijalba Quiroz *et al.*, 2021) y la necesidad de implementar ajustes razonables para estudiantes con trastornos o discapacidad (Hurtado, 2016), han contribuido a institucionalizar el uso escolar de varias palabras del lenguaje de la medicina y la salud mental. Es habitual escuchar a los maestros, familias o a los propios estudiantes hablar de forma cotidiana de diagnósticos, síndromes, trastornos o enfermedades. Incluso, los propios estudiantes manifiestan a sus compañeros y docentes que padecen X o Y síndrome o que la enseñanza debería adaptarse para los compañeros que tienen ansiedad, estrés o depresión.

La incorporación de dichos términos, en ocasiones, mantiene coherencia con su uso en el contexto clínico, pero también puede derivar en el desarrollo de significados completamente distintos. Tal caso no se considera un problema en sí mismo, pues como manifiesta Bambrough (1994), el uso de una expresión en un contexto no puede juzgarse como adecuado o no por el hecho de que se emplee o se origine en otra situación. Sin embargo, es importante reconocer que un término adquiere sentido en la lógica de una disciplina, práctica profesional o forma de lenguaje particular. Como consecuencia, el uso de conceptos en contextos diferentes a aquellos donde se originan muchas veces conlleva sentidos diferentes, aunque la palabra empleada sea la misma. Ignorar este proceso

puede dar lugar a confusiones que conduzcan en ocasiones a prácticas impertinentes o inefectivas.

Este escrito analiza el uso de la palabra *ansiedad* en una institución educativa de la ciudad de Bogotá. Su empleo en las interacciones educativas cotidianas, desligado del contexto de la salud mental, generó situaciones que influyeron significativamente en los procesos formativos. Para abordarlas de modo efectivo, fue necesario revisar con la comunidad la manera como se concebía la ansiedad, promoviendo la resignificación del término y desarrollando procesos de atención pertinentes. Esta experiencia mostró que en ocasiones las intervenciones escolares necesitan revisar la forma en la cual se habla de las situaciones y el cómo se abordan, pues allí se puede encontrar la raíz de algunos problemas que a diario se enfrentan en las instituciones educativas.

¿Cuál fue la situación?

En el Colegio Julio Garavito Armero I.E.D., de la localidad de Puente Aranda en Bogotá, los estudiantes han evidenciado regularmente situaciones que afectan sus emociones. Según la caracterización institucional del año 2022, liderada por el departamento de Orientación escolar, un 43,5% de los estudiantes expresaron sentir episodios de una fuerte exaltación emocional. Los síntomas reportados en la encuesta y revelados en entrevistas de acompañamiento incluían el llanto, dificultades para respirar, inquietud motora y alteraciones en el tono de voz. En otros casos, se observaba miedo intenso, tristeza profunda o desolación. Algunos jóvenes expresaron tener crisis "incontrolables" que les dificultaba sus interacciones familiares o escolares, o incluso manifestaron afectación emocional al practicar deporte o estar con sus amigos. Ante estas conductas, que aumentaron tras el retorno a las aulas después de la pandemia, se preguntó a los estudiantes por la forma como definían dichas situaciones. La mayoría categorizó sus alteraciones bajo el término ansiedad.

Según el manual de diagnóstico clínico de salud mental DSM V, el trastorno de ansiedad generalizada presenta síntomas como la agitación, el nerviosismo, la dificultad para relajarse, el cansancio o el agotamiento, los cuales deben experimentarse durante

al menos seis meses continuos para ser diagnoscable. El trastorno de pánico, de acuerdo al mismo manual, implica la aparición repentina y frecuente de miedo intenso, acompañado de palpitaciones, temblores, problemas para respirar o sensación de ahogo, entre otros síntomas. El trastorno mixto de ansiedad y depresión combina algunos síntomas de los mencionados con tristeza profunda, anhedonia, llanto frecuente o desesperanza, sin que el evaluador pueda identificar con claridad alguno de los problemas como predominante (Tortella-Feliu, 2014).

Dentro de los estudiantes que presentaban afectaciones emocionales se evidenciaron dos situaciones. Algunos de los alumnos presentaron reportes médicos en donde se confirmaba el diagnóstico de ansiedad mientras que otros no. El grupo de estudiantes que recibió confirmación del padecimiento de trastornos de ansiedad fue vinculado a tratamientos pertinentes por parte de profesionales de la salud. En contraste, el grupo de estudiantes con afectaciones emocionales que no contaba con diagnóstico presentaba una situación heterogénea: algunos manifestaban síntomas similares a los de la ansiedad, mientras que en otros casos las afectaciones no correspondían con los criterios diagnósticos de este trastorno. Sin embargo, en el colegio se generalizó la expresión "el estudiante tiene una crisis de ansiedad", cada vez que se presentaba cualquier síntoma de alteración emocional. Cuando algún alumno lloraba, sentía temores, tristeza, desolación o simplemente experimentaba malestar, usaba la expresión "tengo ansiedad"; o los docentes referían que tenían en el salón "un estudiante que está teniendo un ataque de ansiedad"; o los padres de familia expresaban que en la casa un joven experimentaba "episodios de ansiedad".

La situación alcanzó tal punto, que algunos estudiantes expresaron padecer ansiedad cuando no habían experimentado siquiera afectación emocional alguna. En los pasillos del colegio se recuerda el caso de una estudiante que en el año 2022 solicitó apoyo en Orientación escolar debido a que padecía, según ella, crisis de pánico, un tipo de trastorno de ansiedad. Comentó a sus compañeros y docentes que en cualquier momento podría sufrir un ataque con consecuencias terribles para sí misma y para

quienes la rodeaban. La situación llegó a generar una gran expectativa, incluso temor o prevención, en los maestros, directivos y compañeros con los que interactuaba. El orientador escolar citó a la mamá de la estudiante con el fin de conocer el diagnóstico y generar estrategias efectivas de atención. En la cita, después de escuchar atentamente el relato del profesional, la acudiente preguntó si en alguna ocasión se había presenciado una crisis de las que la joven había referido padecer. La respuesta por parte de la institución fue negativa: nunca nadie había visto una sola manifestación en la estudiante. La madre de familia comentó que había notado alguna vez en su casa ciertos comportamientos de su hija, que la joven denominaba crisis de ansiedad, pero que según su criterio no correspondían con ello. La señora era enfermera y trabajaba en un pabellón psiquiátrico de un hospital reconocido de la ciudad. De acuerdo con su experiencia, consideraba que tenía criterios suficientes para identificar con claridad cuándo una persona experimentaba una crisis de pánico, y expresaba que su hija no las tenía, a pesar de que la joven insistía, con toda certeza, padecer el trastorno.

Este ejemplo muestra cómo el término ansiedad se integró al lenguaje cotidiano del Colegio Julio Garavito para significar el malestar emocional. La denominada "ansiedad" podía incluir experiencias de miedo intenso, pero también tristeza y llanto profundo, consternación, frustración o desconcierto, entre otras muchas y diversas manifestaciones. A veces, estudiantes afligidos por una situación familiar, o frustrados por haber perdido un examen o una competencia deportiva, mencionaban sufrir episodios de ansiedad. Este uso difiere de la aplicación que tiene la ansiedad en el contexto de la salud mental, aun cuando en ocasiones existieran coincidencias sintomáticas parciales (Chacón-Delgado *et al.*, 2021). La situación ilustra lo que puede suceder cuando una palabra ajena a la escuela se vuelve parte de su lenguaje cotidiano con un significado diferente del que tiene en su contexto original.

El término ansiedad, en la cotidianidad del colegio, describió distintas afectaciones emocionales y además se constituyó como una dificultad con existencia propia en el imaginario escolar. Con su uso

frecuente, el término ansiedad se estableció como un padecimiento cargado de emociones negativas, miedos e inseguridades, que afectó la cotidianidad de docentes, estudiantes, directivos y familias. La comunidad empezó a catalogarla como una entidad activa causante de muchas dificultades escolares: bajo rendimiento, conflictos de convivencia, o problemas de adaptación escolar. Se creó un fantasma simbólico, cuya eliminación se constituyó en uno de los imperativos esenciales para el proceso educativo desarrollado por la comunidad.

Conversación entre dos idiomas diferentes

La palabra ansiedad no es un término originario del ámbito escolar. Según Sarudiansky (2015), su etimología remite al latín *anxietas*, derivado de la raíz indoeuropea *angh* (de donde viene también el vocablo *angustia*). Su uso, presente ya en autores clásicos como Cicerón o Virgilio, evolucionó hasta convertirse en patrimonio casi exclusivo de la salud mental a partir del siglo XIX.

La educación escolar y la salud mental comparan la designación como modos de conocimiento aplicados según la denominación de Ribes-Iñesta (2013), en tanto prácticas que responden a necesidades de los individuos y cuyo criterio de validez es la efectividad de sus acciones para resolver problemas cotidianos (Ribes-Iñesta, 2010). Sin embargo, un análisis, incluso muy general, revela que son campos de acción muy diferentes. La práctica médica psiquiátrica y terapéutica se enfoca en mitigar el sufrimiento y las dificultades de interacción mediante el cuidado de la salud y la atención a las afectaciones mentales o emocionales. En contraste, la educación prioriza la formación integral y el desarrollo de competencias para el saber, el hacer, el ser y el convivir (Lerma, 2007). Si bien se perciben puntos de convergencia, como el cuidado de la salud en tanto proceso de aprendizaje, o la práctica médica desde la enseñanza de habilidades para la vida saludable, el proceso educativo busca desarrollar habilidades y competencias mientras que la medicina persigue el cuidado de la salud y la atención de la enfermedad. Son entonces campos profesionales distintos, con objetivos, metodologías y criterios de efectividad diferentes.

Según López Valadez (2015), cada campo disciplinario o profesional establece un conjunto de conceptos cuyo sentido se establece en una relación teórica interna con otros. Por ello, el significado de un término se da únicamente dentro de la práctica disciplinar o profesional donde se emplea y nunca como concepto aislado. Las relaciones válidas entre conceptos en un determinado juego de lenguaje, como lo denominaba Wittgenstein (2009), se comprenden como la lógica o contexto de esa forma de vida o de conocimiento. Las teorías funcionan como relaciones entre conceptos, llevadas a cabo en las disciplinas teóricas o los campos profesionales, que evidencian formas lógicas de articulación simbólica para comprender, interpretar o transformar las realidades.

Emplear un concepto fuera de su contexto implica establecer relaciones con otros términos en lógicas distintas. Expresiones clínicas como diagnóstico, comorbilidad o etiología, entre otras, tienen un sentido concreto en el ámbito médico, mientras que expresiones como competencias, logros, habilidades o cognición, adquieren un sentido particular en el contexto educativo. La importación y uso para situaciones diferentes trasciende los principios lógicos originales para su comprensión y casi siempre resultan usándose con sentidos diferentes.

Ribes-Iñesta (2024) sostiene que existe una relación de inconmensurabilidad entre las concepciones teóricas de diversos campos del conocimiento, de forma tal que una palabra usada en un contexto con dificultad tiene el mismo sentido al ser empleada en otro. Por ello, cuando una expresión se usa en dos marcos disciplinares distintos, es probable que se esté haciendo referencia a cosas diferentes. Se puede incurrir en un error al considerar que una palabra originada en un contexto concreto se está empleando en el mismo sentido en un marco disciplinar completamente distinto; ello puede llevar a confusiones, imprecisiones y prácticas inefectivas al abordar los fenómenos (Ryle, 2009).

Lo anterior puede describir lo ocurrido en el colegio Julio Garavito Armero con el concepto de ansiedad. La palabra, anclada en un principio al marco teórico de la clínica, la terapia, y la psiquiatría con un sentido específico (Chacón-Delgado *et al.*, 2021), se

usó fuera de contexto, distanciándose de su sentido original e influyendo significativamente en la cotidianidad de las prácticas formativas escolares.

¿Cómo influyó la inclusión del término ansiedad en el proceso educativo?

Es posible identificar al menos 3 situaciones que surgieron de esta introducción de la palabra ansiedad a la cotidianidad del Colegio Julio Garavito. La primera se denomina cosificación o reificación, en la cual una serie de características o modos de actuar se consideran como una entidad con existencia propia independiente de los fenómenos a partir de los cuales se observa (Pérez-Almonacid, 2019).

Ryle (2009) menciona que en ocasiones se cometen errores de tipo categorial cuando algunas palabras que designan conjuntos de acciones o características del comportamiento, tales como el alma, la inteligencia o la mente, se consideran esencias con existencia propia. Este fenómeno, denominado reificación o cosificación, se evidencia en algunas disciplinas o campos aplicados de conocimiento en donde términos que describen acciones o formas de actuar se consideran como entidades (Antolínez, 2024; Piña-López, 2009). La reificación genera desviación de las investigaciones hacia problemas inexistentes, origen de preguntas impertinentes y el diseño de acciones inefectivas en la aplicación del conocimiento a situaciones concretas.

La ansiedad como trastorno clínico no es una entidad o sustancia con existencia propia, sino una categoría descriptiva de un conjunto de eventos a nivel conductual, cognitivo y fisiológico. Según Pérez-Almonacid (2019), el término designa un conjunto de síntomas, como miedo intenso, taquicardia o sudoración, que se presentan ante situaciones que no deberían evocarlos. La categoría ansiedad no refiere a una "cosa" que el individuo posee, sino a una manera específica de actuar y reaccionar observable en su comportamiento. Es un error categorial, en el sentido de Ryle (2009), afirmar que una persona manifiesta síntomas como los mencionados y simultáneamente tiene algo llamado ansiedad. Sin embargo, en la literatura científica se identifica este error con

frecuencia. En algunos artículos se encuentran consideraciones de la ansiedad como estados mentales que se manifiestan a través de preocupaciones intensas o de respuestas complejas al estrés (Pacherre Coveñas, 2025). También se dice que la ansiedad se manifiesta como un temor intenso y persistente a ser evaluado o excluido en diversos contextos sociales (Hidalgo Pizango y Cruz Bobadilla, 2025). En estas expresiones se observa que la ansiedad se conceptualiza como "algo", una entidad en algún sentido que se manifiesta con algunos síntomas, cuando en realidad es la designación de los síntomas. La reificación o cosificación parece ser un error común en el campo educativo cuando se importan conceptos de otros contextos, tales como la depresión, ansiedad o estrés. Al desvincularlos de forma acrítica de su sentido original, la comunidad educativa termina por tomarlos como entidades o esencias con existencia autónoma de los comportamientos que describen.

Una segunda situación es incurrir en lo que Pérez-Almonacid (2019) denominó como la falacia nominalista: el establecer que un término que describe un conjunto de situaciones es una explicación de ellas mismas. Un ejemplo puede verse en el uso del término autoestima. Si un joven es tímido, tiene pocas habilidades sociales, baja autoeficacia y prefiere no socializar, se dice que tiene baja autoestima. Pero surge la falacia nominalista cuando la autoestima, convertida en una entidad, adquiere carácter causal. Es decir, se incurre en un error cuando se dice que un joven tiende a no asumir riesgos, ser tímido y tener pocas habilidades sociales debido a su baja autoestima, cuando esta categoría simplemente describe su comportamiento.

Al respecto de la ansiedad, Méndez *et al.* (2025) afirman que este padecimiento puede considerarse como un detonante del trastorno emocional y afectar de forma negativa el rendimiento académico de los estudiantes. Mamani Huanca y Quispe Leque (2025) expresan que la ansiedad se constituye en una variable psicológica cuya manifestación (se evidencia la reificación) impacta de manera sustancial la autoevaluación y la autoestima de los adolescentes. De esta manera, se percibe que se crea una instancia concreta, en este caso la ansiedad, a la cual se le otorga poder causal de los propios síntomas y de otras

situaciones como el bajo desempeño académico, los problemas de convivencia o la baja autoestima, entre otros (Pacherre Coveñas, 2025).

La reificación de la ansiedad y su categorización como causa de múltiples fenómenos lleva a una tercera situación: el desarrollo de planes de intervención que pueden resultar inefectivos. La cosificación de la ansiedad como entidad y la falacia nominalista de atribuirle propiedades causales deriva en lo que algunos filósofos contemporáneos plantean como hiperindividualización (Han, 2024). Al tratar la ansiedad como un "algo", que además reside en el sujeto, se asigna a la persona la responsabilidad para manejarla o eliminarla, desvinculándola de los factores contextuales que la originan o mantienen. Este enfoque no solo puede promover la estigmatización y el aislamiento del estudiante, sino que limita seriamente un manejo integral de las situaciones, al separar el fenómeno de su entorno social y educativo, anulando la capacidad de la institución para intervenir sobre las causas contextuales de la problemática.

Un ejemplo de lo anterior ocurrió en un colegio de la ciudad de Bogotá. Una estudiante migrante sufrió acoso por parte de sus compañeros, quienes le ponían apodos, la insultaban, golpeaban y le quitaban sus pertenencias. La estudiante comenzó a presentar síntomas como miedo intenso al colegio, taquicardia, sudoración excesiva y percepción de riesgo, signos evidentes de un posible trastorno de ansiedad. Al considerar la existencia de una entidad en el interior de la joven como causa de los comportamientos que ella experimentaba, se diseñó por parte de la entidad de salud una intervención basándose casi de manera exclusiva en técnicas de relajación y medicamentos. Se pasó por alto que los síntomas de la joven podían estar en relación con las condiciones de maltrato que experimentó en su colegio, y se centró la atención en el manejo de los síntomas emocionales, sin atender el contexto de la estudiante. Al final, la joven continuó siendo víctima de las mismas agresiones y, como no se abordaron las circunstancias contextuales que originaron la dificultad emocional, no se vio una mejoría en su condición.

El énfasis casi exclusivo en las técnicas de relajación de algunos programas formativos para el

manejo de las emociones suele omitir las situaciones contextuales que afectan a los estudiantes. Si bien dichas técnicas son útiles para la regulación emocional, no se evidencian resultados contundentes a largo plazo cuando se aplican de forma aislada (Velásquez Rodríguez y Zambrano Benavides, 2025). Algunos de los lineamientos para la formación socioemocional de la Secretaría de Educación de Bogotá y del Ministerio de Educación Nacional corren el riesgo de limitarse a la regulación fisiológica de síntomas emocionales, tal como se observa en algunos de los manuales propuestos en el sitio web de Colombia Aprende. En contraste, las estrategias educativas que combinan el análisis de los contextos, las narrativas de los estudiantes (Chaverra-Álvarez y Leyton-Agudelo, 2023), las técnicas de relajación y la formación en herramientas para afrontar situaciones ambientales, sociales, escolares o familiares que los afectan emocionalmente, muestran resultados mucho más efectivos y duraderos (Moya López *et al.*, 2025).

Las emociones no existen como estados independientes del comportamiento de los individuos y de los elementos, personas o situaciones del entorno con los cuales se interactúa. Los comportamientos, que incluyen pensamientos, acciones y estados de ánimo, no se explican poniéndoles un título abstracto, como la ansiedad o la depresión, ignorando las variables ambientales con las cuales se relacionan. Una comprensión más adecuada de las interacciones escolares exige ir más allá de las reacciones fisiológicas; se requiere observar contextos y situaciones donde se emplean los términos, qué comportamientos describen, y de qué situaciones dependen o con qué variables se relacionan. Este enfoque facilitará el diseño de estrategias educativas que contribuyan a la adquisición de aprendizajes para mejorar, disminuir o enfrentar adecuadamente las afectaciones de la vida cotidiana de los individuos. Quizá la experiencia que se narra a continuación ilustre un poco al respecto.

¿Qué se hizo con la ansiedad en la institución educativa?

Con el fin de atender las dificultades por alteración emocional rotuladas como ataques o crisis de ansiedad, el área de Orientación escolar del Colegio Julio

Garavito Armero I.E.D. diseñó e implementó intervenciones que incluyeron estrategias de diagnóstico, charlas, talleres y evaluaciones. El proceso permitió generar conocimiento e influir en las interacciones escolares, con lo cual, puede enmarcarse como una investigación-acción (Herreras, 2004).

La experiencia de evaluación e intervención buscó generar cambios en la concepción de la comunidad educativa al respecto de la categorización de afectaciones emocionales como eventos o trastornos de ansiedad, así como la divulgación e implementación de estrategias para afrontarlas de forma apropiada. Para observar si la experiencia de intervención generaba algún tipo de influencia en las interacciones escolares, se realizó una comparación histórica de grupos no equivalentes (Ballester Brage *et al.*, 2022). Como línea de base, se registró el número de casos remitidos a Orientación escolar por dificultades categorizadas como trastornos de ansiedad y la frecuencia de crisis emocionales en estudiantes pertenecientes a los grados décimo y undécimo durante el primer semestre académico (desde febrero hasta junio) de los años 2022 y 2023. En el 2024 se realizó la intervención con los estudiantes de los grados noveno y décimo, así como con docentes y directivos. En el primer semestre del 2025 se realizó una medición post intervención para estudiantes ahora matriculados en décimo y undécimo (grupos intervenidos en el 2024) de porcentaje de casos remitidos a orientación por dificultades de ansiedad y frecuencia de crisis emocionales, haciendo las comparaciones para observar un posible efecto de la intervención.

¿En qué consistieron las intervenciones?

Después de analizar las crisis de los estudiantes atendidos en el 2022 y el 2023, de dialogar en profundidad con ellos y sus acudientes, y de observar la manera en la cual los directivos y docentes concebían

la situación, el departamento de Orientación escolar encontró que posiblemente había confusiones en cuanto a aquello que se denominaba como ansiedad. Las expresiones recogidas evidenciaban las dificultades mencionadas antes: cosificación, falacia nominalista (atribución de causalidad) e hiperindividualización (considerar que es responsabilidad de cada uno encargarse porque es un problema en su interior). Ante ello, se consideró importante iniciar con la clarificación de la designación de la ansiedad y una recategorización de las situaciones reportadas, para continuar con el diseño de estrategias de afrontamiento de las crisis emocionales.

La intervención en el 2024 se desarrolló en tres momentos. Inicialmente, se evaluaron los conocimientos previos de los estudiantes sobre la ansiedad, los síntomas, las situaciones en las que se evocan y algunas estrategias de manejo de crisis. Luego, se realizaron tres talleres con los estudiantes, para aclarar el sentido médico de la palabra ansiedad, analizar las condiciones en las cuales se presentaban las crisis emocionales en la escuela y compartir estrategias para aplicar en el caso de padecer o presenciar alguna situación de este tipo. Por último, con los docentes y directivos, se compartieron infografías y se hicieron charlas en donde se brindaron claves para identificar crisis emocionales en los estudiantes, especificando en qué consisten los casos de ataques de ansiedad en contraste con otras alteraciones y proporcionando herramientas para manejar las crisis a manera de primeros auxilios psicológicos.

Algunos resultados

En la tabla 1 se muestran datos acerca de la prevalencia de la ansiedad en los estudiantes de grados décimo y undécimo de los tres años observados (primeros semestres escolares de los años 2022, 2023 y 2025), así como la frecuencia de las crisis emocionales remitidas como ansiedad para atención en Orientación escolar.

Tabla 1
Comparación de número, porcentaje y frecuencia de casos reportados a Orientación escolar por presuntas dificultades de ansiedad para los primeros semestres académicos del 2022, 2023 y 2025

Variable	1S-2022	1S-2023	1S-2025
Población total (N)	240	229	210
Casos reportados (n)	15	34	7
Porcentaje (%)	6,25 %	14,85 %	3,33 %
Frecuencia promedio de crisis	1-2 quincenal	1-2 semanal	1-2 mensual

La tabla 1 muestra una disminución significativa en las remisiones de casos por presuntas dificultades de ansiedad y frecuencia de crisis emocionales en el primer semestre del año 2025 con respecto al mismo periodo en los años 2022 y 2023. Se observa que durante el primer semestre del año 2025 se remitieron para orientación un total de 7 casos bajo la designación de dificultades de ansiedad, en contraste con 15 del 2022 y 34 del 2023. Solo se atendieron 1 o 2 situaciones de crisis emocional mensual en promedio durante el primer semestre del 2025 en los grados décimo y undécimo, mientras que en el 2022 las crisis se presentaban quincenalmente, aumentando a semanalmente en el primer semestre del 2023. Los 7 casos atendidos en el 2025 corresponden a cerca del 4% de los estudiantes matriculados en grados décimo y undécimo para ese año, en contraste con 15 casos en el 2022 (6,25%) y 34 en el 2023 (14,85%). Se destaca que, tras la intervención del 2024, el 85% de los casos remitidos en el 2025 (6 de 7) contaban con un diagnóstico clínico y tratamiento externo previo. Este aumento en la precisión diagnóstica, sumado a la reducción estadística, sugiere que las estrategias de recategorización y afrontamiento implementadas pudieron contribuir a cambios en el uso del término "ansiedad", llevando a una atención más pertinente de los casos diagnosticados por el sector salud, y a un tratamiento más adecuado de las otras situaciones de afectación emocional de los estudiantes en el contexto escolar.

Análisis y discusión

Si bien se muestra una disminución en la prevalencia y frecuencia de reportes a Orientación escolar por dificultades de ansiedad en los estudiantes, no es posible atribuir este resultado exclusivamente a las intervenciones realizadas. Las poblaciones comparadas corresponden a estudiantes diferentes, y es difícil controlar las posibles variables que afectan los procesos escolares en meses de interacciones educativas y sociales. Afirmar con mayor contundencia que la intervención fue determinante en los resultados requeriría una investigación con grupo control o diseños pre y post (Hernández *et al.*, 2007), la cual es difícil de desarrollar en un entorno escolar cotidiano. Sin embargo, en un proceso de investigación-acción, las variaciones pueden interpretarse como indicadores de una posible tendencia.

Según lo anterior, se podría considerar que alguna de las siguientes situaciones influyó en la disminución en el número de casos remitidos y la frecuencia de las crisis:

- » La aclaración del significado del término ansiedad en el contexto de la salud mental.
- » La descripción de las situaciones de la cotidianidad escolar que se estaban denominando como ansiedad.
- » El análisis de los síntomas establecidos para el diagnóstico clínico de la ansiedad y su comparación con las características de las situaciones de alteración emocional identificadas en la escuela, que reveló que no siempre existe coincidencia entre unos y otros.
- » El acuerdo tácito para la denominación como crisis emocionales o situaciones de afectación emocional a las dificultades evidenciadas, dejando el término ansiedad para referirse solamente a los casos diagnosticados por entidades de salud como tales.
- » La socialización y divulgación de herramientas para abordar las situaciones de afectación emocional, tales como la respiración profunda, la escucha activa, la focalización de la atención

en el aquí y ahora, entre muchas otras, con su respectiva implementación por parte de los estudiantes, docentes, orientadores y directivos.

- » El diseño e implementación de estrategias de formación socioemocional, que permitieron a los estudiantes comprender los contextos en los cuales se presentaban situaciones de afectación emocional y el desarrollo de herramientas para prevenirlas y afrontarlas efectivamente más allá del control inmediato de síntomas fisiológicos.
- » La remisión para atención externa a los estudiantes que presentaban crisis emocionales de manera frecuente, la cual llevó a diagnósticos y procesos de atención terapéutica por parte de los profesionales de salud a los estudiantes que lo requirieron.

Es posible considerar que la clarificación del sentido médico de la ansiedad y su uso restringido a estudiantes con diagnóstico e intervención externa influyó en la comunidad. El análisis de los síntomas clínicos de la ansiedad pudo ayudar a comprender que las situaciones experimentadas por los estudiantes no coincidían siempre con ese trastorno del estado de ánimo. El análisis de los padecimientos emocionales generales de los estudiantes y las circunstancias en las que se experimentaban generó propuestas de intervención que trascendieron lo fisiológico y lo inmediato. Ello pudo contribuir con la clara identificación de las situaciones que se estaban presentando, predecirlas con mayor precisión y usar herramientas para afrontarlas, con lo cual, es probable que disminuyan las situaciones de afectación emocional en los estudiantes (Pérez-Almonacid, 2019).

Un efecto relevante de la intervención en la comunidad educativa fue la transformación en el uso del lenguaje. Al referirse a alteraciones afectivas, los estudiantes, docentes y familias ya casi no emplean la expresión "está padeciendo una crisis de ansiedad". Más bien, se refieren a las situaciones como "el estudiante se siente mal", "la joven está alterada o afectada emocionalmente" o tan solo se menciona que alguien necesita un momento para relajarse, calmarse o ser escuchado. Con ello, es posible considerar que se dio una resignificación simbólica a las situaciones

de afectación emocional, al pasar de considerarlas como situaciones patológicas a eventos en donde los estudiantes requerían apoyo. Estas observaciones y conclusiones podrían guiar intervenciones para el manejo y atención de situaciones de alteraciones emocionales en los estudiantes, sean categorizadas o no como crisis de ansiedad.

Algunas consideraciones finales

El proceso formativo llevado a cabo a diario en las instituciones educativas implica trascender el desarrollo de habilidades académicas y competencias cognitivas. Se ha revelado recientemente la necesidad de la enseñanza de habilidades de manejo de situaciones de afectación emocional para lograr una educación integral. Sin embargo, es necesario identificar en qué consisten esas situaciones y cómo se conciben en el contexto educativo donde se espera intervenir. Un análisis detallado de los síntomas o comportamientos que se evidencian, en qué contexto se presentan y con qué elementos ambientales o personales se relacionan, permitirá su manejo integral, la remisión para atención externa en caso de ser necesario y el diseño de planes y proyectos de intervención efectivos.

Es posible considerar que cuando no se hace este análisis en detalle, sino que se toman términos de contextos ajenos al educativo, de forma escueta, se pueden generar instancias o entidades abstractas (cosificación o reificación) que se consideran como agentes que afectan la vida de los estudiantes (falacia nominalista), entorpeciendo los procesos y relaciones en la escuela. Ello no ocurre porque se use una palabra fuera de contexto, pues como expresa Bambrough (1994), no necesariamente el traslado de un contexto a otro de algunos conceptos debe ser problemático, sino tal vez porque no se comprende que esa importación de términos puede generar nuevos significados y tener una incidencia importante en los contextos de nuevo uso.

En este escrito se analizó lo ocurrido con el término ansiedad, tomado de las prácticas de la salud mental, y usado en ocasiones de manera descontextualizada en el Colegio Julio Garavito Armero I.E.D. Se consideró que al usar términos clínicos en la escuela

puede incurrirse en equivocaciones, generar dificultades en su concepción y manejo, además de contribuir a la hiperindividualización y patologización del entorno formativo. Se mostró cómo una experiencia de intervención desarrollada en el colegio Julio Garavito llevó a la comunidad a comprender el sentido del término ansiedad en el contexto clínico, a definir las situaciones de afectación emocional que impactan sus interacciones cotidianas, a contrastar los diferentes sentidos que puede tener el término según el contexto (médico o educativo), a cambiar incluso la denominación para las afectaciones afectivas, a observar las circunstancias en las que se presentan las crisis emocionales y a generar formas pertinentes de abordarlas.

En esta época en donde la formación socioemocional se ha convertido en un imperativo para los colegios, es importante generar procesos de análisis de los conceptos y los marcos epistemológicos con los cuales se comprenden y bajo los cuales se orienta el manejo de las dificultades. De lo contrario, será difícil que la formación en estas áreas sea efectiva y que se logren los objetivos propuestos de contribuir a la educación integral de los estudiantes de nuestro país.

Referencias

- Antolínez, D. (2024). Res extensa como error categorial. *Cinta de Moebio*, (81), 152-164.
- Ballester Brage, L., Nadal Cristóbal, A., Amer Fernández, J. y Quesada Serra, V. (2022). *Métodos y técnicas de investigación educativa*. UIB.
- Bambrough, R. (1994). Dilemmas By Gilbert Ryle Cambridge. *Philosophy*, 69(269), 378-380.
- Chacón-Delgado, E., De la Cera, D. X., Fernández Lara, M. F. y Murillo Arias, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista cúpula*, 35(1), 23-36. <https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Chaverra-Álvarez, Y. M. y Leyton-Agudelo, G. A. (2023). Narrativas, técnicas para la investigación con niños y niñas. *Nodos y Nudos*, 8(55), 55-68. <https://doi.org/10.17227/nyn.vol8.num55-19142>
- Grijalba Quiroz, N. I., Pérez Canencio, Y. y García Cano, L. (2021). La formación socioemocional busca cupo en la escuela primaria en Colombia. *Foro educacional*, (36), 133-158.
- Han, B. C. (2024). *La sociedad del cansancio: Cuarta Edición Especial*. Herder .
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2007). *Fundamentos de metodología de la investigación*. McGraw-Hill Interamericana.
- Herreras, E. B. (2004). La docencia a través de la investigación-acción. *Revista iberoamericana de educación*, 35(1), 1-9.
- Hidalgo Pizango, M. y Cruz Bobadilla, R. O. (2025). *Factores asociados a la ansiedad social en adolescentes: Una revisión narrativa* [Trabajo de Especialización, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/8709>
- Hurtado, L. T. (2016). Inclusión educativa de las personas con discapacidad en Colombia. *Riberdis, CES, Movimiento y Salud*, 2(1), 45-55.
- Jiménez, A. (2025). El adolescente escolar: una deuda histórica de la pedagogía colombiana. *Nodos y Nudos*, 8(58), e21669. <https://doi.org/10.17227/nyn.vol8.num58-21669>
- Lerma, C. A. (2007). *El derecho a la educación en Colombia*. Flape.
- López Valadez, F. (2015). *Teoría de la conducta, modos de conocimiento y modos de conocer* [Tesis Doctoral], Universidad Veracruzana, Centro de estudios e Investigaciones en Conocimiento y aprendizaje Humano, Región Xalapa]. <http://cdigital.uv.mx/handle/123456789/41149>
- Mamani Huanca, F. R. y Quispe Leque, L. J. (2025). *Influencia de la ansiedad sobre la autoestima en adolescentes de Puno durante el 2024* [Tesis de grado, Universidad Peruana Unión]. <http://repositorio.upeu.edu.pe/handle/20.500.12840/8655>
- Méndez, C. R., Pisco Zambrano, O. E. y Abril Sotomayor, J. E. (2025). La ansiedad como trastorno emocional influyente en el rendimiento académico. *ARANDU UTIC*, 12(1), 1704-1720.
- Moya López, C. F., Maynaguez Canacuan, S. P., Espinoza López, L. A. y Arguello Muñoz, N. J. (2025). Eficacia de las terapias psicológicas de tercera generación en el trastorno de ansiedad y depresión: Una revisión bibliográfica. *Ciencia y Educación*, 6(8), 225-233. <https://doi.org/10.5281/zenodo.16938014>
- Pacherre Coveñas, L. A. (2025). Ansiedad rasgo-estado en adolescentes y jóvenes: una revisión sistemática. *Revista Tribunal*, 5(10), 383-402. <https://doi.org/10.59659/revistatribunal.v5i10.120>
- Pérez-Almonacid, R. (2019). A non-mediational approach to emotions and feelings. *Frontiers in Psychology*, 10, 181.
- Piña-López, J. A. (2009). Motivación en psicología y salud: motivación no es sinónimo de intención, actitud o percepción de riesgo. *Diversitas: perspectivas en psicología*, 5(1), 27-35.

- Ribes-Iñesta, E. (2010). Lenguaje ordinario y lenguaje técnico: un proyecto de currículo universitario para la psicología. *Revista Mexicana de Psicología*, 27(1), 55-64.
- Ribes-Iñesta, E. (2013). Una reflexión sobre los modos generales de conocer y los objetos de conocimiento de las diversas ciencias empíricas, incluida la psicología. *Revista Mexicana de Psicología*, 30(2), 89-95.
- Ribes-Iñesta, E. (2024). Inconmensurabilidad y Confusión Conceptual en la Psicología. *Acta Comportamentalia*, 32(3), 367-380.
- Ryle, G. (2009). *The concept of mind*. Routledge.
- Sarudiansky, M. (2015). Ansiedad, angustia y neurosis. Antecedentes conceptuales e históricos. *Psicología Iberoamericana*, 21(2), 19-28.
- Tortella-Feliu, M. (2014). Los Trastornos de Ansiedad en el DSM-5. *Cuadernos de medicina psicosomática y psiquiatría de enlace*, (110), 62-69.
- Velásquez Rodríguez, J. A. y Zambrano Benavides, T. J. (2025). *Estrategias de relajación para reducir la ansiedad en adolescentes usuarios de un Centro de Salud Pública en Pascuales del 2024* [Tesis de grado, Universidad Politécnica Salesiana del Ecuador]. <http://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/30151>
- Wittgenstein, L. (2009). *Philosophical investigations*. John Wiley & Sons.

Diálogo de conocimiento

El artículo aborda un problema pedagógico de gran relevancia contemporánea: la apropiación acrítica de terminología clínica —específicamente el concepto de ansiedad— en el contexto escolar colombiano, y las consecuencias conceptuales, prácticas e institucionales que ello genera. A través del análisis de una experiencia institucional concreta, el autor propone una reflexión epistemológica sobre la inconmensurabilidad entre el lenguaje de la salud mental y el lenguaje educativo. De manera notable, el texto logra una articulación entre la teoría filosófico-psicológica y la práctica pedagógica. Su enfoque no se limita a describir la prevalencia de la ansiedad en estudiantes sino que cuestiona la pertinencia de la categoría misma en el contexto escolar. Ello lo convierte en una propuesta epistemológica aplicada de considerable interés para la comunidad educativa. Los ejemplos narrativos empleados son eficaces y refuerzan la argumentación con claridad.

En suma, el artículo ofrece una contribución pertinente y reflexiva al campo de la educación socioemocional y la pedagogía crítica, con alto potencial de transferibilidad para otras instituciones. Con este análisis, se invita a los lectores a problematizar el uso, en el contexto escolar, de cierta terminología que desplaza el tratamiento pedagógico que concierne a los maestros.

Julio César Sepúlveda-Carvajal