realia
Research in Education and learning Innovation Archives

Universitat de València (Enero – Junio) No. 36. Pp. 67-79 / eISSN: 2959-9031 / DOI: 10.7203/realia.36.29265

ARTICLES / OPEN ACCESS

Desarrollo de la conciencia crítica y la salud mental en Bachillerato: un estudio de casos en Lengua castellana y Literatura

Developing Critical Awareness and Mental Health in Baccalaureate: a Case Study in Spanish Language and Literature

Desenvolupament de la consciència crítica i la salut mental en Batxillerat: un estudi de casos en Llengua castellana i Literatura

Joan Enric Casañ Escribá

Recibido: 17/07/2024 | Aceptado: 27/10/2025 | Publicado: 30/01/2026

RESUMEN: El presente artículo es una investigación de carácter exploratorio y cualitativa cuyo principal objetivo es reconocer cómo mediante el desarrollo de la conciencia crítica, la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede contribuir a la mejora del bienestar emocional y fortalecer la autoestima del alumnado de Bachillerato, a través de su formación como personas críticas y reflexivas en cuanto a la información que consumen sobre salud mental. Para abordar este tema, partimos del estudio de la conciencia crítica en el contexto de la información sobre salud mental y del impacto en la sociedad que tiene el uso de un lenguaje estigmatizador en los medios de comunicación y las redes sociales. Para relacionar salud mental y lenguaje, diseñamos e implementamos en aula una secuencia didáctica sobre los géneros periodísticos, cuyo producto final ha sido la creación de un pódcast en el que el alumnado realiza entrevistas sobre salud mental. Los resultados de estas entrevistas y de los informes finales del conjunto de estudiantes se contrastaron con los datos obtenidos de entrevistas a personas expertas. Tras analizar los datos, concluimos que la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede fomentar la conciencia crítica en estudiantes de Bachillerato. Esto se logra mediante la enseñanza del lenguaje emocional, el fomento de la lectura de obras literarias que abordan temas sobre salud mental y el desarrollo del pensamiento crítico a través del análisis de contenidos.

PALABRAS CLAVE: Lenguaje; salud mental; conciencia crítica; medios de comunicación; redes sociales.

ABSTRACT: This article is an exploratory and qualitative research whose main objective is to recognize how, through the development of critical consciousness, the subject of Spanish language and Literature can contribute to the improvement of emotional well-being and strengthen the self-esteem of high school students by forming them as critical and reflective consumers of mental health information. To address this issue, we start from the study of critical consciousness in the context of information on mental health and the impact on society of the use of stigmatizing language in the media and social networks. To relate mental health and language, we designed and implemented in the classroom a didactic sequence on journalistic genres, the final product of which has been the creation of a podcast in which students conduct interviews on mental health. The results of these interviews and the final reports of the group of students were contrasted with the data obtained from interviews with experts. After analyzing the data, we conclude that the subject of Spanish language and Literature can promote critical awareness in Baccalaureate students. This is achieved by teaching emotional language, encouraging the reading of literary works that address mental health issues, and developing critical thinking through the analysis of content.

KEYWORDS: Language; mental health; critical awareness; media; social networks.

Citation: Joan Enric Casañ Escribá. (2026). Developing critical awareness and mental health in Baccalaureate: a case study in Spanish language and Literature. *Research in Education and Learning Innovation Archives*, 36, 67–79. 10.7203/realia.36.29265

Copyright: The Authors. Open Access: This article is distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-NoDerivatives 4.0 International licence (CC BY-ND 4.0)

Sponsor / Funding: No funding declared in this research.

RESUM: El present article és una investigació de caràcter exploratori i qualitativa que té com a principal objectiu reconéixer com mitjançant el desenvolupament de la consciència crítica, l'assignatura de Llengua castellana i Literatura pot contribuir a la millora del benestar emocional i enfortir l'autoestima de l'alumnat de Batxillerat, mitjançant la seua formació en persones crítiques i reflexives respecte a la informació que consumixen sobre salut mental. Per a abordar este tema, partim de l'estudi de la consciència crítica en el context de la informació sobre salut mental i de l'impacte en la societat que té l'ús d'un llenguatge estigmatitzador en els mitjans de comunicació i les xarxes socials. Per a relacionar salut mental i llenguatge, dissenyem i implementem en aula una seqüència didàctica sobre els gèneres periodístics, el producte final de la qual ha sigut la creació d'un pòdcast en el qual l'alumnat realitza entrevistes sobre salut mental. Els resultats d'estes entrevistes i dels informes finals del conjunt d'estudiants es van contrastar amb les dades obtingudes d'entrevistes a persones expertes. Després d'analitzar les dades, concloem que l'assignatura de Llengua castellana i Literatura pot fomentar la consciència crítica en estudiants de Batxillerat. Això s'aconseguix mitjançant l'ensenyament del llenguatge emocional, el foment de la lectura d'obres literàries que aborden temes sobre salut mental i el desenvolupament del pensament crític a través de l'anàlisi de continguts.

PARAULES CLAU: Llenguatge; salut mental; consciencia crítica; mitjans de comunicació; xarxes socials.

Practitioner Notes

What is already known about this topic

- The current LOMLOE incorporates the concept of Emotional Education as a pedagogical principle and refers to the "critical spirit" as one of the objectives in the Baccalaureate stage.
- The Personal, Social and Learning to Learn Key Competence is one of the cross-curricular competences in Baccalaureate, which includes emotional competences.
- The Spanish Language and Literature curriculum in the Valencian Community Baccalaureate includes two Specific Competencies (Ethical Communication and Information Management) that highlight the importance of interpreting the information received by young people and adolescents in the current digital age.
- A significant number of teachers in Secondary Education (ESO) and Baccalaureate do not have sufficient training in socio-emotional skills to address the growing increase in mental health problems that are presenting in the classroom.

What this paper adds

- The implementation of a teaching sequence on journalistic texts in a Baccalaureate classroom, the final product of which is a podcast on mental health.
- The perceptions of some young people and adolescents in the province of Valencia regarding mental health.
- An expert perspective on teacher training, emotional education, and the role of Spanish Language and Literature in developing critical skills and managing mental health information.

Implications for practice and/or policy

- The article concludes with proposals on the potential of Spanish Language and Literature to help Baccalaureate students develop critical awareness and improve their emotional well-being.

1. INTRODUCCIÓN Y ESTADO DE LA CUESTIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define Salud Mental como "un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todo su potencial, aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a su comunidad. Tiene un valor intrínseco e instrumental y es un derecho humano fundamental" (OMS, 2025b). Es importante destacar que esta definición enfatiza la importancia de un enfoque positivo y proactivo para la salud mental, más que solo la ausencia de trastornos mentales. Asimismo, cabe resaltar la importancia de la capacidad de las personas para afrontar el estrés y las dificultades cotidianas, así como su capacidad para trabajar y contribuir a la mejora de la sociedad.

La OMS (2025a) establece que "en todo el mundo, uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún tipo de trastorno mental". Por ello, resulta imprescindible cuidar la salud mental del alumnado, teniendo en cuenta que "la mitad de los problemas

de salud mental aparecen antes de los 14 años" (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], s.f.).

Esta preocupación por la salud mental juvenil se enmarca en un compromiso internacional más amplio, tal como se refleja en la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible (Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030, 2021), impulsada por las Naciones Unidas, que establece un marco global de acción para hacer frente a los desafíos sociales, económicos y medioambientales de los próximos años.

En este contexto, el Objetivo de Desarrollo Sostenible número 3 de la Agenda 2030 se centra en garantizar una vida sana y promover el bienestar para todas las personas en todas las edades, incluyendo la promoción de la salud mental. En concreto, la meta 3.4 es: "De aquí a 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante su prevención y tratamiento, y promover la salud mental y el bienestar" (INE, s.f., p. 26).

En el marco de la legislación educativa, es relevante destacar la Ley orgánica 3/2020, de 29 de diciembre (en adelante LOMLOE). En su Preámbulo, esta ley habla de fomento del espíritu crítico y de educación emocional. En el ámbito educativo, la salud mental de cada joven se convierte en un factor fundamental para su éxito académico y su calidad de vida en general. La implementación de medidas que fomenten la salud mental en las escuelas, institutos y universidades se alinea con los principios de la Agenda 2030.

Con respecto a la conciencia crítica, es un concepto fundamental en la educación (Freire, 1997). Se trata de una habilidad esencial en la sociedad actual, donde a menudo los contenidos que consumimos en los medios de comunicación y redes sociales pueden estar manipulados. En el contexto de la salud mental, la conciencia crítica es especialmente importante, ya que la información errónea o incompleta sobre los trastornos mentales y sobre las personas que los sufren puede perpetuar estigmas y prejuicios negativos.

En este sentido, es transcendental educar en medios de comunicación. Ambrós y Breu (2011) destacan que el análisis crítico de la prensa es una necesidad que se debe afrontar desde la escuela. Resaltan que hablar al alumnado de su mundo es de suma importancia, a la vez que advierten del peligro de ser manipulados por los medios de comunicación al que se enfrentan jóvenes y adolescentes (pp. 94-95).

Por ello, este trabajo parte de la siguiente pregunta:

> ¿Cómo la enseñanza de Lengua castellana y Literatura puede contribuir al desarrollo de la conciencia crítica respecto a la información y el lenguaje sobre salud mental en los medios de comunicación y las redes sociales en el alumnado de Bachillerato?

1.2. Objetivos

Centrándose en la asignatura de Lengua castellana y Literatura, el objetivo general es reconocer sus posibles aportes al desarrollo de la conciencia crítica del alumnado de Bachillerato sobre el lenguaje y la información en relación con la salud mental que se consume en los medios de comunicación y las redes sociales.

De este objetivo general se desprenden los siguientes objetivos específicos:

1. Implementar y evaluar una secuencia didáctica sobre textos periodísticos en un aula de Bachillerato, cuyo producto final sea la creación de un pódcast con entrevistas sobre salud mental realizadas por el alumnado.
2. Analizar los datos obtenidos de las entrevistas elaboradas por el grupo de estudiantes participantes y de sus reflexiones finales tras la implementación de la secuencia didáctica.
3. Contrastar los datos obtenidos de las entrevistas y reflexiones del alumnado con la información proporcionada por personas expertas en salud mental, Lengua castellana y Literatura, y formación del profesorado.

2. MATERIAL Y MÉTODOS

La investigación, de carácter exploratorio, ha sido llevada a cabo mediante una metodología cualitativa y, específicamente, en un estudio de casos (Bisquerra, 2004).

En el presente trabajo, se distinguen dos casos de estudio: el trabajo de aula y las personas expertas. No obstante, dentro del trabajo de aula, también hay dos casos distintos. Por un lado, las opiniones de las personas entrevistadas y, por otro, la del conjunto de estudiantes participantes.

Para garantizar una comparación directa y equitativa de los datos recogidos mediante la secuencia didáctica y las entrevistas, se optó por igualar el número de participantes en el grupo de estudiantes (n=5) y el grupo de personas expertas (n=5), resultando en un total de 10 participantes en el estudio. Esta estrategia metodológica permitió analizar las perspectivas de ambos grupos bajo las mismas condiciones de representación.

El proceso investigativo con estudiantes se desarrolló en un IES de la provincia de València durante dos semanas. En paralelo y atendiendo a su disponibilidad horaria, se realizaron las entrevistas con personas expertas. El análisis de los datos se llevó a cabo posteriormente, en un plazo aproximado de un mes.

2.1. La secuencia didáctica

Para la realización de este estudio se ha implementado una secuencia didáctica siguiendo los criterios de Vilà i Santasusana (2005), cuyo producto final sería la creación de un pódcast sobre salud mental en el aula de Bachillerato de un IES.

Esta secuencia didáctica integró y adaptó las cuatro actividades propuestas por Casañ (2024) para desarrollar el pensamiento crítico del alumnado en torno a la información sobre salud mental en los medios de comunicación y redes sociales, en consonancia con la Competencia Clave de Personal, Social y de Aprender a Aprender.

El objetivo de la secuencia didáctica ha sido que el grupo de estudiantes fuera capaz de identificar y analizar los diferentes géneros periodísticos; contrastar la información y detectar noticias falsas. Así como saber producir un pódcast en castellano con fluidez y coherencia sobre un tema actual y relevante como es la salud mental, utilizando técnicas de entrevista y edición de audio.

Para la organización del proceso de enseñanza y aprendizaje de las actividades que se han llevado a cabo en la secuencia didáctica, se ha tenido en cuenta las distintas fases que menciona Rodríguez-Gonzalo (2022) en su artículo "Situaciones de aprendizaje para la reflexión interlingüística".

Las sesiones de cada una de estas fases se pueden observar en la Tabla 1: Fases de la secuencia didáctica sobre los textos periodísticos.

Tabla 1. *Fases de la secuencia didáctica sobre los textos periodísticos (elaboración propia)*

Observamos	Indagamos	Sistematizamos
Sesión 1. Análisis de géneros periodísticos	Sesión 3. ¿Qué es un pódcast?	Sesión 5. Producción y edición de un pódcast informativo
Sesión 2. *Las Fake News*	Sesión 4. El pódcast informativo (la entrevista)	Sesión 6. Autoevaluación sobre la calidad del pódcast producido

FASE DE OBSERVACIÓN

- Sesión 1. Se presentaron diferentes géneros periodísticos publicados en los medios de comunicación (cartas al director, editorial, noticias, reportajes, entrevistas, artículos de opinión, críticas y crónicas) para observar si el alumnado era

capaz de identificarlos. Para comprobarlo, se repartió un dossier de prensa a cada participante que debía detectar qué tipo de género periodístico era en cada caso. Seguidamente, el docente explicó los géneros periodísticos a partir de los conocimientos del alumnado.

- Sesión 2. Discusión en clase sobre la importancia de la objetividad y la verificación de fuentes en el periodismo. Se explicó al alumnado dónde documentarse, a qué fuentes acudir, cómo contrastar información y evitar las *Fake News*. Se entregó un dossier con varias noticias publicadas en diferentes portales de Internet para analizar si el alumnado era capaz de distinguir entre una noticia verídica y una noticia falsa.

FASE DE INDAGACIÓN

- Sesión 3. Se preguntó a cada estudiante qué sabía sobre el pódcast y, posteriormente, se explicaron sus características; así como las semejanzas y diferencias con la radio. Se exploraron los diferentes tipos de pódcast y temas que pudieran interesar al alumnado. Se empezó a desarrollar la actividad de producción de un pódcast: cómo crear un pódcast, diferentes herramientas, a qué público debe ir dirigido, el tipo de pódcast… Además, se introdujo el concepto de "Salud Mental" con la lectura de un artículo de prensa. Posteriormente, se realizó un debate en clase en el Día Mundial del Bienestar Mental para Adolescentes.
- Sesión 4. Se profundizó en la preparación y el desarrollo de un pódcast informativo. En concreto, elaborando una entrevista sobre salud mental, no sin antes explicarse las diferentes técnicas de entrevista. Cada estudiante seleccionó un perfil diferente de entrevistado (persona con experiencia vivida en salud mental, profesional sanitario, estudiante y familiar/persona responsable de alumnado). Finalmente, el grupo de estudiantes llevó a cabo la entrevista fuera del entorno escolar, debido a que las personas entrevistadas no formaban parte del grupo del aula.

FASE DE SISTEMATIZACIÓN

- Sesión 5. Edición del pódcast. El grupo de estudiantes editó con la ayuda del profesor la grabación de la entrevista y agregó música para crear un pódcast completo. Además, se repartió un documento explicativo sobre el *software* Audacity, con el que se realizaba la edición.
- Sesión 6. Evaluación de los pódcast por parte de la clase y del profesor. Cada estudiante presentó su pódcast y fue evaluado por el resto del alumnado y por el docente en términos de fluidez, coherencia y calidad de audio. Antes de terminar la sesión, el conjunto de estudiantes leyó un artículo de prensa sobre las mujeres más importantes de la historia, ya que se conmemoraba el Día Internacional de la Mujer. Posteriormente, también participaron en un debate sobre los avances conseguidos por las mujeres en la sociedad.

En resumen, esta secuencia didáctica ha servido para que el alumnado de Bachillerato desarrolle las habilidades necesarias para identificar y analizar los diferentes géneros periodísticos, así como a contrastar las fuentes de información y producir contenido multimedia de calidad. Asimismo, les ha brindado una oportunidad única para aplicar lo que han aprendido en una producción real de un pódcast informativo sobre un tema importante y actual como es la salud mental.

2.2. El informe individual del alumnado

Tras la realización de la secuencia didáctica, a las cinco personas que entregaron el pódcast sobre salud mental se les dio un informe con tres cuestiones. En primer lugar, se instó a que enumeraran tres cosas que destacarían de la producción del propio pódcast y tres cosas que destacarían de las respuestas de las personas entrevistadas. Después, se les preguntó en qué había cambiado su percepción sobre la salud mental tras la realización de la entrevista. Por último, se cuestionó sobre si la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede ayudar a formar una conciencia crítica sobre la salud mental y por qué.

Estos datos han sido muy valiosos, ya que nos permiten detectar si el grupo de estudiantes participantes han desarrollado una conciencia crítica.

2.3. Participantes

Se consideraron como participantes de la investigación tanto a estudiantes como a personas expertas. El alumnado que ha participado en la investigación estudiaba Bachillerato, en la modalidad nocturna, en un IES de la provincia de València.

Como se ha comentado anteriormente, paralelamente al trabajo de aula, se realizaron cinco entrevistas a personas expertas en salud mental, Lengua castellana y Literatura, y formación del profesorado, para poder contrastar los datos obtenidos del grupo de estudiantes. Massot (2001, en Bisquerra, 2004, p. 277) destaca la importancia de considerar a las personas integrantes de la realidad como participantes activas de la investigación. Por ello, es vital que las personas entrevistadas aporten conocimientos significativos para el estudio.

En este sentido, se ha entrevistado a un total de cinco personas expertas con los siguientes perfiles:

- Persona experta en psiquiatría y gestión de políticas de salud pública, con amplia trayectoria en el ámbito universitario y la investigación.
- Docente de Lengua castellana y Literatura, con experiencia en la gestión educativa dentro del contexto de educación secundaria.
- Profesional de la psicología y orientación en centros educativos.
- Persona experta en formación del profesorado y docencia universitaria, con especialidad en Educación Física.
- Profesional de la psicología y la gestión de la innovación educativa.

2.4. Instrumentos y análisis de datos

Tal y como se ha mencionado anteriormente, en primer lugar, se diseñó una secuencia didáctica con diferentes actividades sobre los géneros periodísticos y las *Fake News* que permitieron obtener los primeros datos para este trabajo.

El producto final de la secuencia didáctica fue la creación de un pódcast donde el alumnado entrevistaba a diferentes perfiles en materia de salud mental. De estas entrevistas, se recopilaron más datos para la investigación.

Se diseñó una entrevista de diez preguntas, tanto para las personas expertas como para las entrevistas que realizaría el alumnado. No obstante, las cinco personas expertas fueron cuestionadas con las mismas preguntas con el objetivo de poder comparar sus respuestas. En el caso de las entrevistas del alumnado, cinco de las diez preguntas fueron las mismas que se plantearon a las personas expertas. Sin embargo, las otras cinco han sido modificadas debido a que se consideró que debían ser adaptadas para personas no expertas.

Cabe destacar que dos de las cinco personas del grupo de estudiantes que realizaron la entrevista decidieron cambiar las preguntas que se les facilitaron. De antemano, se les dijo que tenían total libertad para utilizar esas preguntas o para añadir otras

cuestiones que consideraran oportunas en el desarrollo de su entrevista. Resulta interesante analizar qué estudiante cambió esas preguntas y el motivo por el cual se hizo, del mismo modo que comparar la extensión de cada entrevista, puesto que no se les dio un tiempo mínimo y máximo.

Por otra parte, las entrevistas del equipo experto siguen la misma estructura de contenidos. Primeramente, se cuestiona sobre el concepto de "Salud Mental" y su evolución en la sociedad a partir del confinamiento por el COVID-19. Después, se habla de la importancia de la educación emocional en el aula y de los principales problemas que afrontan cada joven y adolescente en la actualidad. Se hace hincapié en el lenguaje y la información que se consume en los medios de comunicación y redes sociales. Y, finalmente, se cierra la entrevista con la pregunta de investigación: ¿Cómo puede contribuir la enseñanza de Lengua castellana y Literatura a desarrollar una conciencia crítica en el alumnado?

Para analizar los datos obtenidos del equipo experto, se grabaron las entrevistas con la grabadora del teléfono móvil y, posteriormente, se transcribió el audio a texto utilizando un *software* de transcripción en línea.

Posteriormente, se generó una hoja de Excel con dos páginas. Por un lado, la página para las respuestas de las personas expertas y, por otro, la página para las declaraciones de las personas entrevistadas por el alumnado.

El grupo de estudiantes llevó a cabo sus entrevistas usando una grabadora de voz o teléfono móvil. Después, editaron las entrevistas con el *software* Audacity para convertirlas en pódcast. Una vez finalizado el proceso, se transcribió el contenido de las entrevistas y se colocaron los datos en la segunda página de la hoja de Excel.

A través del análisis de contenido, se han podido detectar los temas en los que coincidían las personas entrevistadas por el grupo de estudiantes y el equipo experto. A su vez, estos datos también se han cruzado con la información obtenida de los informes individuales del alumnado sobre sus reflexiones después de llevar a cabo la secuencia didáctica y, en concreto, la entrevista sobre salud mental.

3. ANÁLISIS Y RESULTADOS

3.1. Entrevistas sobre salud mental realizadas por el alumnado

Estudiante 1: entrevistó a un contacto personal, con formación en Magisterio Infantil y que ejerce la docencia de música. Esta persona piensa que, aunque el cuerpo docente tiene formación teórica para abordar problemas de salud mental, la práctica requiere adaptarse al contexto de cada estudiante. Propone charlas de profesionales de la psicología en las aulas para brindar apoyo y sugiere trabajar más en educación emocional desde Educación Infantil. También considera que la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede contribuir a la mejora de la salud mental del alumnado mediante lecturas o la escritura para expresar emociones.

Estudiante 2: entrevistó a una persona de la familia, profesional de la enfermería en un hospital. Esta persona opina que el cuerpo docente no está totalmente preparado para afrontar problemas de salud mental del alumnado y sugiere la necesidad de apoyo especializado. Menciona la importancia de la detección temprana de problemas para reducir suicidios en menores y destaca la relevancia de incluir la educación emocional en el currículo escolar. Además, considera que la enseñanza de Lengua castellana y Literatura puede actuar como terapia para mejorar la salud mental del alumnado.

Estudiante 3: entrevistó a una persona de la familia que estudia ingeniería. Esta persona enfatiza la importancia de acudir a un profesional de la psicología y compartir experiencias personales sobre salud mental. Opina que los medicamentos deben ser utilizados con cautela y que la ayuda de profesionales de la salud mental es esencial. Considera que buscar ayuda no implica estar loco, sino mejorar y crecer como persona.

Estudiante 4: entrevistó a un contacto personal de Venezuela. Esta persona destaca la importancia de la salud mental y critica la falta de atención hacia la comunidad LGTBI+ en su país. Piensa que la educación y las redes sociales pueden desempeñar un papel importante en la aceptación de las personas LGTBI+. No obstante, advierte de que el lenguaje inclusivo (como el pronombre "elle") podría ser contraproducente en países latinoamericanos, al ser susceptible de usarse como método de burla.

Estudiante 5: entrevistó a una persona estudiante de TSEAS. Esta persona cree que el cuerpo docente no está preparado para afrontar los problemas de salud mental del alumnado, a pesar de que tiene más conocimientos que otras personas por su experiencia con menores de edad. Opina que es necesario hablar más de psicología y problemas de salud mental para reducir suicidios en menores. Considera que la exposición a las redes sociales es el mayor peligro para la juventud. Finalmente, afirma que leer libros y adquirir conocimientos sobre salud mental a través de la literatura puede contribuir positivamente al bienestar emocional del alumnado.

3.2. Informe individual del alumnado

Estudiante 1: señala la importancia de aprender sobre salud mental a través de su entrevista con una persona graduada en Magisterio. De las respuestas de la persona entrevistada destaca que el personal docente es un referente para el conjunto de estudiantes y que se realizan actividades sobre salud mental en el aula. Tras realizar el pódcast, reconoce que la salud mental es más importante de lo que pensaba y cree que la asignatura de Lengua castellana y Literatura podría desarrollar una conciencia crítica en el alumnado sobre estos temas, trabajando con más textos sobre salud mental.

Estudiante 2: resalta que el pódcast le ha permitido tener una mejor percepción sobre los problemas de salud mental gracias a las respuestas de las personas entrevistadas. Ahora da más importancia a estos temas y se pone en la situación de otras personas para entender sus problemas. Cree que la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede ayudar al estudiantado a utilizar un lenguaje sin prejuicios ni estereotipos en relación con la salud mental.

Estudiante 3: subraya la libertad que ofrece el formato del pódcast para tratar un tema tan importante como la salud mental. Explica que cambió las preguntas de su entrevista para hablar de su situación personal, enfocándose en los medicamentos. Debido a sus vivencias personales, afirma que su percepción sobre la salud mental no ha cambiado, ya que siempre ha sido una persona muy concienciada con este tema. Considera que la salud mental es un tema transversal que depende más de la implicación del personal docente que de la asignatura en sí.

Estudiante 4: asegura que la salud mental es un tema cuya importancia no se comprende hasta que se trata. Al interactuar con la persona entrevistada, enfocó las preguntas en los problemas del colectivo LGTBI+ en Venezuela. Tras realizar el pódcast, se ha dado cuenta de que la juventud es el grupo más afectado por problemas de salud mental y que la mayoría del profesorado, según su opinión, no sabe cómo actuar. Cree que la salud mental debería trabajarse en todas las asignaturas, incluyendo Lengua castellana y Literatura, mediante más lecturas sobre temas relacionados con la salud mental.

De las cinco personas que realizaron la totalidad de las sesiones de la secuencia didáctica y el pódcast, solo una no entregó el informe individual sobre sus reflexiones. Por tanto, hay cuatro informes y no cinco.

3.3. Entrevistas a personas expertas

Persona experta en Psiquiatría: afirma que la sociedad ha evolucionado en salud mental, destacando el impacto de la pandemia. Subraya que la autoestima debe trabajarse una vez se salga del pozo y añade que la educación emocional debe abordarse desde la infancia, con apoyo de profesionales con formación específica en las aulas.

En este sentido, vincula el bienestar y la salud mental con un mejor rendimiento académico. Advierte que las redes sociales presentan graves problemas de desinformación para personas jóvenes y que los medios de comunicación pueden ayudar a eliminar estigmas, promoviendo una visión realista de los trastornos mentales. Finalmente, sostiene que la asignatura de Lengua castellana y Literatura es fundamental para desarrollar una conciencia crítica y expresar sentimientos.

Persona experta en Lengua castellana y Literatura: subraya la importancia de aceptar la salud mental como un problema de salud. Defiende trabajar la autoestima y la educación emocional sistemáticamente en el currículo escolar. Piensa que el uso indebido de las redes sociales y la pornografía son peligros para el público adolescente y matiza que los medios de comunicación tradicionales hacen una buena labor en general. Por tanto, propone enseñar a detectar la manipulación y la desinformación desde la asignatura de Lengua castellana y Literatura.

Persona experta en Psicología y orientación educativa: expresa la necesidad de no caer en la patologización y transmitir valores como la empatía y la aceptación. Expone que, si bien una materia específica es una opción, la educación emocional debe ser transversal en todas las materias y que el profesorado necesita más preparación en este sentido. Expone que las redes sociales son un grave problema para la juventud y que los medios de comunicación deben dar información clara para eliminar estigmas. Concluye que la enseñanza de Lengua castellana y Literatura debería incluir formación en vocabulario emocional y fomentar el pensamiento crítico mediante la lectura.

Persona experta en formación del profesorado: afirma que la sociedad ha avanzado en concienciación sobre salud mental, ya que tradicionalmente ha sido un tema del que no se hablaba. Asegura que la autoestima puede trabajarse en las escuelas y que la adquisición de hábitos emocionales debe empezar en la infancia. Considera que parte del cuerpo docente necesita más preparación para la diversidad en las aulas y que los medios de comunicación pueden ayudar a eliminar estigmas. Además, asevera que la asignatura de Lengua castellana y Literatura, sobre todo la literatura, contribuye al desarrollo de una conciencia crítica y la transmisión de sentimientos, abordando temas como la homosexualidad o la enfermedad mental.

Persona experta en Psicología e innovación educativa: considera que la sociedad ha roto muchos estigmas, pero cree que no se llegan a abordar las causas de los problemas mentales. Sostiene que la autoestima se trabaja en las escuelas a través del autoconocimiento y que la educación emocional debe integrarse transversalmente desde Infantil. Remarca la importancia de la formación del profesorado y de crear redes de apoyo. Argumenta que los medios de comunicación deben ofrecer información precisa y evitar el sensacionalismo. Para terminar, valora que la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede contribuir al desarrollo de una conciencia crítica y un análisis reflexivo sobre el poder del lenguaje, detectando sesgos y desarrollando un vocabulario positivo.

3.4. Coincidencias y diferencias entre alumnado, referentes y personas expertas

Un tema muy relevante versa en torno a la figura del profesorado en relación con los problemas de salud mental que se puedan observar en el aula. Tanto personal experto, como referentes para el grupo de estudiantes y el mismo conjunto de estudiantes coinciden en la necesidad de una mejor preparación del cuerpo docente en el manejo de la diversidad en las aulas y en la importancia de contar con apoyo especializado para abordar los problemas de salud mental que pueda tener el alumnado.

En cuanto a la educación emocional, las respuestas de las cinco personas expertas y de las personas referentes del alumnado cuestionadas sobre ello, revelan una convergencia en cuanto a su importancia en los colegios e institutos. Se destaca la necesidad de brindar al alumnado herramientas para comprender y manejar sus emociones, promoviendo así su bienestar personal. Asimismo, la relación entre educación emocional

y desarrollo de habilidades sociales es mencionada por todas las personas del grupo experto, quienes destacan que la educación emocional contribuye al desarrollo de habilidades de comunicación, empatía y resolución de conflictos. Algo que también han tenido en cuenta las personas entrevistadas por el alumnado.

Por otra parte, otro tema en el que ha habido unanimidad es el peligro que suponen las redes sociales en cuanto a la manipulación y desinformación que pueden sufrir las personas jóvenes o adolescentes. Por tanto, consideran vital que se aborde desde la educación y desde la asignatura de Lengua castellana y Literatura, en particular. Algo que está en línea con la LOMLOE y que se concreta en el currículo autonómico mediante las competencias específicas de Gestión de la Información y Comunicación Ética (Decret 108/2022, Anexo II, p. 44186).

Por lo que se refiere a las diferencias encontradas entre el grupo de estudiantes, Estudiante 3 y Estudiante 4 han demostrado tener más habilidades socioemocionales, algo manifestado en su autonomía para modificar las preguntas de la entrevista y personalizar sus contenidos.

Por otro lado, entre las personas expertas encontramos alguna diferencia de opiniones en cuanto a si la educación emocional debería aprenderse en las aulas al igual que las Matemáticas o la propia Lengua castellana y Literatura. La persona experta en Psiquiatría considera que la educación emocional es una carencia evidente, lo cual requiere acción, mientras que las dos personas expertas en Psicología coinciden en que debe ser un tema transversal. No obstante, la profesional de la orientación en centros educativos piensa que una materia sería una buena opción. A la vez, la persona experta en formación del profesorado y la persona experta en Lengua castellana y Literatura defienden el papel que tiene la educación emocional en las aulas, aunque no hablan de crear una asignatura. Precisamente, esta visión es lo que ya contempla la Competencia Clave de Personal, Social y de Aprender a Aprender de la actual LOMLOE.

Así, resulta significativo que el alumnado que ha demostrado estar más implicado en temas de salud mental (Estudiante 3 y Estudiante 4), coincide con el enfoque principal de las personas expertas en Psicología. Defienden que la salud mental debe ser un tema transversal y que lo más importante es la labor del profesorado frente a los problemas que puedan surgir en el aula.

Con respecto al manejo de la autoestima, la persona experta en Psiquiatría ha manifestado una perspectiva diferente, argumentando que la intervención debe implementarse con prudencia y principalmente cuando las personas con problemas de salud mental hayan alcanzado un nivel de recuperación que les permita abordar eficazmente la mejora de su autoestima.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Tras analizar de forma detallada los datos obtenidos de los informes individuales del alumnado, de las entrevistas que han llevado a cabo durante la producción del pódcast y de las entrevistas que se han realizado a las personas expertas, se procede a responder a la pregunta de investigación:

¿Cómo la enseñanza de Lengua castellana y Literatura puede contribuir al desarrollo de una conciencia crítica sobre la información y el lenguaje sobre salud mental en los medios de comunicación y redes sociales en estudiantes de Bachillerato?

La asignatura de Lengua castellana y Literatura puede contribuir a desarrollar una conciencia crítica en estudiantes de Bachillerato con relación a la información y el lenguaje sobre salud mental que consumen en los medios de comunicación y redes sociales. De este modo, se podría fomentar una mayor autoestima y un bienestar emocional en el alumnado, al tiempo que se contribuye a la disminución del estigma que afecta a las personas con trastornos mentales.

"Al fin y al cabo, mi presencia en el mundo no es la de quien se adapta a él, sino la de quien se inserta en él. Es la posición de quien lucha por no ser tan sólo un objeto, sino también un sujeto de la Historia" (Freire, 1997, p. 53). Esta frase del autor brasileño reafirma que el conjunto de estudiantes deben ser sujetos activos en la comunicación y para ello es vital que desarrollen una conciencia crítica.

Aunque no todo el alumnado desarrolla estas habilidades socioemocionales de la misma manera, se ha llegado a las siguientes conclusiones:

- **Lenguaje emocional y su impacto en la comunicación**
  Un vocabulario emocional correcto es una herramienta efectiva para abordar situaciones de conflicto y promover un ambiente más inclusivo y respetuoso en el aula. El uso de las palabras influye en la construcción de identidades, lo que ayuda a fomentar una conciencia crítica en el alumnado. Por ello, la asignatura de Lengua castellana y Literatura puede proporcionar herramientas para usar de forma correcta los conceptos y términos relacionados con la salud mental para que el alumnado dé nombre y comprenda sus emociones. Además, aprender a evitar términos despectivos y que estigmaticen es fundamental para cultivar un entorno de respeto mutuo entre estudiantes. Un vocabulario emocional adecuado no solo facilita la resolución de conflictos, sino que también puede mejorar significativamente la autoestima de jóvenes y adolescentes al permitirles expresar sus emociones de manera más precisa y constructiva.
- **Lectura de obras literarias sobre salud mental y bienestar emocional**
  La lectura no solo mejora las habilidades lingüísticas y de comprensión del alumnado, sino que también proporciona herramientas para comprender mejor el mundo que nos rodea. Desde la asignatura de Lengua castellana y Literatura se debe promover la lectura sobre temas como la diversidad de género, la igualdad, los sentimientos o los problemas psicológicos. Al ponerse en el lugar de los personajes, el alumnado puede sentir empatía y comprensión hacia las experiencias ajenas. La literatura también proporciona un espacio seguro para discutir y reflexionar sobre temas sensibles, ayudando a fomentar una conciencia crítica y un desarrollo personal profundo.
- **Análisis de contenidos para el desarrollo del pensamiento crítico**
  Enseñar al alumnado a realizar un estudio crítico de los contenidos relacionados con la salud mental que encuentran en los medios de comunicación y las redes sociales es esencial. Esto les permite discernir entre información veraz y noticias falsas, contribuyendo además a la lucha contra la estigmatización. También promueve una mayor conciencia sobre las diferentes ideologías y facilita la construcción de una opinión propia. El análisis crítico de textos capacita a cada estudiante para tener una visión más informada del mundo que le rodea. Desde la asignatura de Lengua castellana y Literatura se deben proporcionar herramientas para fomentar el pensamiento crítico y la participación informada en la sociedad.

En cuanto al lenguaje y la información sobre salud mental que se observa en los medios de comunicación y las redes sociales, los hallazgos de este estudio sugieren que una conciencia crítica es fundamental para analizar y evaluar la información que consumen las personas jóvenes tanto en la prensa como en Internet para así evitar la manipulación y desinformación; algo que ya defendían Ambrós y Breu (2011). En este sentido, los datos también arrojan la importancia de cuestionar la veracidad y confiabilidad de las fuentes de información, así como de identificar posibles sesgos y estereotipos. Igualmente, es vital utilizar un lenguaje positivo que fomente el bienestar emocional y evite perpetuar estigmas y prejuicios.

Por tanto, el conjunto de estudiantes de Bachillerato necesita desarrollar habilidades críticas y reflexivas para interpretar de manera adecuada la información sobre salud mental que encuentran en los medios de comunicación y las redes sociales;

de este modo, pueden tomar decisiones informadas en relación con su propio bienestar emocional.

Tal y como hemos podido observar a través de la secuencia didáctica impartida en aula, la mayoría de estudiantes han manifestado al docente estar mejor preparados para distinguir entre noticias falsas y verídicas en los medios de comunicación y redes sociales sobre temas relacionados con la salud mental. De este modo, también han asegurado haber mejorado su bienestar emocional. Así pues, el presente estudio cumple con el Objetivo de Desarrollo Sostenible número 3 de la Agenda 2030 y, en concreto, con la meta 3.4 que hace mención específica a la Salud Mental.

Cabe recordar que se registró el caso de una persona que no entregó el informe final requerido por el profesor. En relación con esto, la interpretación de textos sobre salud mental, la conciencia crítica y la capacidad de análisis requieren de una atención continuada para conseguir una reflexión crítica.

Así pues, los resultados de este estudio resaltan la importancia de la educación emocional, en línea con la consideración de la LOMLOE como un tema transversal en el currículo. Si bien su integración en todas las áreas es relevante, la asignatura de Lengua castellana y Literatura emerge como un espacio particularmente valioso para el desarrollo de la conciencia crítica y la mejora del bienestar emocional en el contexto de Bachillerato.

Por otra parte, el análisis de las entrevistas realizadas en este trabajo revela que, aunque se está haciendo un gran esfuerzo en los últimos años, una proporción considerable de docentes muestra la necesidad de una mejor preparación para abordar las dificultades actuales en los centros educativos en relación con los problemas de salud mental del alumnado. Por tanto, sería recomendable que el cuerpo docente siga formándose en disciplinas socioemocionales para saber identificar estos problemas y poder actuar en consecuencia; siempre teniendo en cuenta la figura de profesionales de la psicología y la orientación educativa de los IES. Esta formación es crucial, ya que, según la perspectiva experta, la mejora del bienestar mental puede optimizar el rendimiento académico.

REFERENCIAS

Ambrós A., & Breu, R. (2011). *10 ideas clave. Educar en medios de comunicación. La educación mediática*. Graó. Barcelona

Bisquerra, R. (coord.) (2004). *Metodología de la investigación educativa*. La Muralla. Madrid.

Casañ, J. E. (2024). Medios de comunicación y salud mental a través de Lengua castellana y su Literatura. Fomentando el pensamiento crítico en la sociedad digital actual. *Campus Educación Revista Docente, 36*, 33-37. https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/medios-de-comunicacion-y-salud-mental-a-traves-de-lengua-castellana-y-su-literatura/

DECRET 108/2022, de 5 d'agost, del Consell, pel qual s'estableixen l'ordenació i el currículum de Batxillerat. Diari Oficial de la Generalitat Valenciana, núm. 9404 del 12 de agosto de 2022, pp. 43159 a 44739. https://dogv.gva.es/datos/2022/08/12/pdf/2022_7578.pdf

Freire, P. (1997). *Pedagogía de la autonomía. Saberes necesarios para la práctica educativa*. Siglo XXI Editores. México D.F. y Madrid.

Instituto Nacional de Estadística (INE) (s.f.). Objetivos de desarrollo sostenible. Indicadores de la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. https://www.ine.es/ods/publicacion_ods.pdf

Ley orgánica 3/2020, de 29 de diciembre, que modifica la Ley orgánica 2/2006 de educación. Boletín Oficial del Estado, núm. 340 de 30 de diciembre de 2020, pp. 122868 a 122953. https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2020-17264

Ministerio de Derechos Sociales y Agenda 2030 (8 de junio de 2021). Estrategia de desarrollo sostenible 2030. https://www.dsca.gob.es/sites/default/files/derechos-sociales/eds-cast-acce.pdf

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2025a, 1 de septiembre). La salud mental de los adolescentes. Recuperado el 9 de noviembre de 2025, de https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2025b, 8 de octubre). Salud mental. Recuperado el 9 de noviembre de 2025, de https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Rodríguez-Gonzalo, C. (2022). Situaciones de aprendizaje para la reflexión interlingüística. *Textos de didáctica de la lengua y la literatura*, *97*, 41-46.

UNICEF (s.f.). Siete mitos sobre la salud mental. Separar la realidad de la ficción. https://www.unicef.org/parenting/es/salud-mental/siete-mitos-sobre-salud-mental

Vilà i Santasusana, M. (coord.) (2005). *El discurso oral formal: contenidos de aprendizaje y secuencias didácticas*. Graó. Barcelona.