

## Para educadores

---

 [emerge.org.au](https://emerge.org.au) / how-to-help / educadores /



### Información para los que trabajan en el sistema educativo y para los afectados para compartir con los educadores

---

Mantener una educación, ya sea en la escuela primaria, secundaria o en una institución terciaria mientras esté enfermo de EM / SFC es una posibilidad desafiante por muchas razones. Los estudiantes se atrasan rápidamente debido a la cantidad de días / semanas / meses, incluso años, que deben dejar de asistir a las horas escolares normales.

Incluso cuando están en la escuela, los estudiantes estarán agotados física y emocionalmente y sufrirán problemas cognitivos, o “niebla de cerebro”, lo que llevará a un aprendizaje deficiente. La mayoría de las veces se sentirán aislados de todo el tiempo que han despegado y tendrán problemas serios para reconectarse con sus compañeros.

La siguiente hoja informativa está dirigida a [educadores en escuelas y educación superior](#) .

### Hallazgos y consejos del estudio de la Dra. Kathy Rowe (RCH)

---

En [un seminario para jóvenes que viven con EM / SFC](#) , celebrado el 24 de julio de 2014, dirigido por Emerge Australia, la Dra. Kathy Rowe, pediatra del [Royal Children's Hospital](#) (RCH) de Melbourne , habló sobre la relación

entre EM / SFC y la educación y el desafíos en el mismo. El Dr. Rowe tiene una amplia experiencia trabajando con jóvenes con EM / SFC.

El Dr. Rowe explicó que junto con el progreso académico demorado o severamente interrumpido, los jóvenes experimentan muchos desafíos, como una mayor dependencia de otros como sus padres (justo en el momento en que se supone que están aprendiendo un grado de independencia), una falta de confianza, menos oportunidades de socializar, enfrentar un futuro incierto (sin embargo, esto es común para todos con EM / SFC) y menor capacidad para los deportes y otras aficiones.

## La buena noticia: los jóvenes son más propensos que los adultos a recuperarse por completo

---

En su clínica en el RCH, la Dra. Rowe hizo un seguimiento de hasta 800 pacientes entre 1991 y 2009 y encontró algunos resultados prometedores. Para aquellos que fueron seguidos durante más de 12 años, el 88% reportó recuperación, donde la duración promedio de la enfermedad es de 5 años (el rango es de 1 a 16 años).

Significativamente, el 90% de los estudiantes que tuvieron EM / SFC durante sus años escolares completaron la educación postsecundaria y se estaban gestionando bien en términos de llevar "vidas relativamente normales". Se encontró que la mayoría de los jóvenes en el estudio del Dr. Rowe se volvieron adultos fuertes, resistentes y determinados, con muy pocos abandonos de sus cursos.

## Entonces, ¿qué se hace mejor para ayudar a alcanzar los objetivos educativos?

---

Según el Dr. Rowe, el objetivo debe ser reducir las consecuencias de tener una enfermedad crónica y ayudar a los jóvenes a controlar sus síntomas, su estilo de vida y sus niveles de energía, acompañados por un amplio apoyo familiar y emocional.

Los maestros (y otros) pueden jugar un papel en la discusión con un estudiante para lograr sus aspiraciones y enfrentar posibles obstáculos. Las preguntas para hacerle al joven incluyen:

- ¿Cuáles eran sus aspiraciones antes de que se enfermaran?
- ¿Cuáles son los requisitos mínimos para alcanzar estos objetivos?
- ¿Quiénes son los profesores que les gustan y qué asignaturas les gustan?
- ¿Qué materias necesitan para alcanzar sus metas?
- ¿Cómo se ajustan a estos requisitos el calendario y la cantidad de tiempo que pueden administrar en la escuela?

Tal vez controvertido para los maestros, el Dr. Rowe observó que la cantidad de "trabajo ocupado" en la escuela a menudo eclipsa el trabajo de

calidad que se puede lograr (es decir, la cantidad sobre la calidad parece ser valorada). Esto sugiere la necesidad de una mayor flexibilidad en la escuela para los jóvenes con EM / SFC.

Todo el personal de la escuela puede hacer lo siguiente para ayudar:

- Comunicar sobre ME / CFS a todo el personal
- Proporcionar una carga de estudio realista y manejable.
- Llevar a cabo reuniones regulares con la familia y el estudiante.
- Asegurar que los horarios, las tareas y las excursiones de los estudiantes sean apropiados y manejables
- Haga de la salud la prioridad, crea en la persona joven y comprenda lo que espera lograr.

## La participación en la educación es importante para el desarrollo social

---

Además de perder años de estudio académico, lo más importante de lo que debe preocuparse según el Dr. Rowe, es que se pierden los aspectos sociales que ofrece la escuela. El Dr. Rowe descubrió que los años 7 a 10 podrían ponerse al día con su educación, pero muchos sienten que se han quedado atrás con sus compañeros en entornos sociales.

Los maestros, y otros, deben apoyar las amistades de los jóvenes y alentarlos a participar en la educación por sus aspectos sociales también.

## Recursos en línea

---

- [Chronic Illness Alliance](#) tiene una página titulada [School Strategies](#) for Schools and Teachers para ayudar a los estudiantes con ME / CFS;
- El sitio web del Gobierno de Victoria The [Better Health Channel](#) tiene consejos generales para [sobrellevar en la escuela una enfermedad crónica](#) .