

Comunidad educativa cuenta con herramienta que fortalecerá su salud mental

- “Diarios de Emociones” una herramienta dirigida a escolares y docentes
 - En marco del Día Mundial de la Salud Mental (10 de octubre)

13 de octubre, 2025. La comunidad educativa cuenta con la herramienta educativa “Diarios de Emociones”, diseñada para fortalecer el bienestar emocional de niños, niñas y docentes en escuelas públicas del país.

El recurso es elaborado de manera conjunta entre el Ministerio de Educación Pública (MEP), la Fundación PANIAMOR, la empresa Jiménez y Tanzi y FIFCO, en el marco del Día Mundial de la Salud Mental, que se conmemora cada 10 de octubre.

“Diarios de Emociones” es derivado de la campaña “Lala camina hacia la paz”, y busca integrar la gestión emocional en las prácticas cotidianas del aula. El objetivo es fortalecer la salud mental de la comunidad educativa y contribuir a la construcción de entornos escolares más empáticos, seguros y resilientes.

El recurso se compone de dos diarios:

Diario para estudiantes: Dirigido a niñas y niños de 6 a 9 años, promueve el autoconocimiento emocional, enseñándoles a identificar, expresar y gestionar sentimientos como la alegría, el enojo, el miedo o la empatía. Su diseño invita al diálogo y la conexión emocional.

Diario para docentes: Titulado “Navegando hacia mi mundo interior”, ofrece a las y los educadores un espacio personal para reflexionar, conectar con sus emociones y practicar el autocuidado, reconociendo que su bienestar es clave para acompañar el de sus estudiantes de manera más consciente y efectiva.

Desde FIFCO, María Pía Robles, directora de Relaciones Corporativas también destacó el valor de esta propuesta. *“Este proyecto refleja nuestra visión de sostenibilidad expansiva: una que genera bienestar más allá de la empresa y contribuye a una ciudadanía más empática, consciente y solidaria. En alianza con el MEP y PANIAMOR, ponemos nuestras capacidades al servicio de una causa nacional: el fortalecimiento de la salud mental desde edades tempranas”.*

“Cuando reconocemos y acompañamos nuestras emociones, echamos raíces fuertes que nos permiten crecer juntos y construir comunidades empáticas y saludables. Al hacer florecer los Diarios de Emociones, reafirmamos nuestro deseo profundo de que niñas, niños



y docentes tengan espacios seguros, sensibles y humanos”, compartieron desde la Escuela Llorente de Flores, lugar donde se presentó oficialmente la iniciativa.

Por su parte, Oscar Valverde, director ejecutivo de la Fundación PANIAMOR, comentó la relevancia de este trabajo en conjunto: *“En el Día Mundial de la Salud Mental, reafirmamos nuestro compromiso con la niñez y la educación costarricense. Los Diarios de Emociones son una herramienta para que estudiantes y docentes potencien su bienestar emocional y construyan aulas más empáticas, respetuosas y resilientes”.*

Gustavo Jiménez, gerente de Jiménez y Tanzi, agregó *“nos sentimos profundamente honrados de haber contribuido a dar vida a los libros del programa “Lala camina hacia la paz”, que promueve una cultura de paz desde la primera infancia. Con más de 65 años de trayectoria, creemos en el poder de la educación y la lectura”.*

El insumo es producto de la articulación entre instituciones públicas, sector privado y sociedad civil, en respuesta a los desafíos de salud mental que enfrenta la niñez costarricense. Al mismo tiempo, impulsa herramientas que priorizan el bienestar emocional de la comunidad educativa, como base para una educación más humana, integral y transformadora.

Los instrumentos serán entregados a las instituciones educativas de acuerdo con un plan de trabajo 2025-2026: criterios estratégicos de selección y distribución a los centros educativos públicos del país.

Acerca de FIFCO

Es una empresa de bebidas y alimentos con 117 años de trayectoria, tiene operaciones en Costa Rica, América Central, República Dominicana, México, y Estados Unidos, 5 plantas de producción y 13 centros de distribución. Posee 3 divisiones de negocio que incluyen “Florida Bebidas” (alimentos y bebidas), “FIFCO Hospitalidad” (sector inmobiliario) y “FIFCO Retail” (ventas al detalle). Exporta a más de 10 países en todo el mundo y cuenta con un portafolio de más de 2.000 productos.