

**SALUD MENTAL Y DETERMINANTES SOCIALES DE SALUD EN JÓVENES DE
LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO**

ESTUDIANTES

**CHELANNY JAJAIRA BENITEZ CORTES
DIEGO FERNANDO BRAVO FIGUEROA
LOREN FERNANDA DIAZ RIVERA
MARÍA FERNANDA GUERRERO ESTRADA
MARIO JAVIER HERNANDEZ THOMAS
ERICA NATHALIA MERA ROMO
EMELIN BRISBANY MOMPOTES PANTOJA
ANGIE CATHERINE RUIZ IMBAQUIN
FREYDER CAMILO TUTALCHA ANDRADE**

DOCENTES

**NADIA SEMENOVA MORATTO VÁSQUEZ
CRISTOBAL OVIDIO MUÑOZ ARROYAVE**

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

GRUPO DE INVESTIGACIÓN PSICOLOGÍA, SALUD Y SOCIEDAD

SAN JUAN DE PASTO

DICIEMBRE DE 2023

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN	5
ABSTRACT	5
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	7
Pregunta de Investigación.....	16
REFERENTE TEÓRICO	16
Salud Y Salud Mental.....	16
Determinantes Sociales De La Salud.....	24
Determinantes Sociales de la Salud Mental	34
Juventud.....	37
OBJETIVOS.....	46
General.....	46
Específicos.....	46
METODOLOGÍA.....	47
Paradigma	47
Enfoque de Investigación	47
Tipo de investigación	48
Participantes	49
Procedimientos Para La Generación De Datos.....	51
Entrevista semiestructurada.....	52
Grupos focales	53
Instrumento cuantitativo: Escala de bienestar psicológico de Ryff.....	54
Procedimientos para el análisis de los datos.....	54
Tensiones y recomendaciones del trabajo de campo.....	54
Organización De La Información	56
Procedimientos De Análisis	59
CONSIDERACIONES ÉTICAS.....	62
RESULTADOS	69
Categoría 1: Ser Joven, una construcción desde el auto reconocimiento y la capacidad de agencia.....	69
Metas	75

Desafíos/Dificultades – Oportunidades	80
Categoría 2: Condiciones de vida: La lucha por la adquisición de recursos para vivir y sobrevivir	90
Categoría3: Salud mental, construcciones desde el tejido sociocultural	112
Capacidades	112
Potencialidades	118
Bienestar	124
Autonomía	124
Relaciones positivas	129
Control del entorno.....	131
Autoaceptación	135
Propósito de vida y crecimiento personal.....	137
DISCUSIÓN.....	139
REFERENCIAS	146
ANEXOS	161
Anexo 1. Consentimiento informado	161
Anexo 2. Rutas de atención (PPT)	165

LISTA DE TABLAS

Tabla 1. Características sociodemográficas de los participantes.....	51
Tabla 2 Archivos utilizados para proceso de análisis.....	56
Tabla 3 Codificación de los participantes.....	57
Tabla 4 Categorías y subcategorías de análisis	58
Tabla 5. Mitigación de las molestias o riesgos esperados	66

LISTA DE GRÁFICOS

Figura 1 Categorías Iniciales de Investigación.....	59
Figura 2 Tipos y Nivel de Riesgo.....	165
Figura 3 Nivel de Riesgo y seguimiento	165

SALUD MENTAL Y DETERMINANTES SOCIALES DE SALUD EN JÓVENES DE LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO

RESUMEN

De manera creciente en la población mundial se establecen diagnósticos en salud y de manera particular la incidencia psicopatológica es cada vez mayor y según reportes de la literatura científica se ven afectados principalmente países de ingresos medios y bajos, como lo es el caso de Colombia. En este sentido, si la salud obedece a un constructo integral que compromete el bienestar físico, social y mental, el abordaje de la misma es necesario en función de su complejidad. Así las cosas, pensar la salud mental y/o el deterioro de la misma conlleva a preguntarse por los determinantes sociales implicados, es decir, si la pobreza e inequidad socioeconómica, así como los sesgos raciales, étnicos entre otros, están fuertemente relacionadas a un mayor riesgo de padecer una enfermedad mental. Para lograr lo anterior esta investigación que opta por un enfoque cualitativo pretende explorar los determinantes sociales y la salud mental de Jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto, es decir, intenta conocer más a fondo la realidad de la población joven, sus necesidades, su dinámica, comportamientos e interacción en el medio, de modo tal que a partir de los resultados, los entes gubernamentales cuenten con antecedentes que permitan diseñar proyectos de promoción de la salud mental, motivar a la población a apropiarse del tema y reconocer sus necesidades y demandas.

ABSTRACT

Health diagnoses are increasingly being established in the world population and, in particular, the incidence of psychopathology is growing and, according to reports in the

scientific literature, it is mainly middle and low income countries, such as Colombia, that are affected. In this sense, if health is an integral construct that involves physical, social and mental well-being, it is necessary to address it in terms of its complexity. Thus, thinking about mental health and/or its deterioration leads us to wonder about the social determinants involved, i.e., whether poverty and socioeconomic inequality, as well as racial and ethnic biases, among others, are strongly related to a higher risk of suffering from mental illness. In order to achieve the above, this research, which opts for a qualitative approach, intends to explore the social determinants and mental health of young people in the city of San Juan de Pasto, that is, it tries to learn more about the reality of the young population, their needs, dynamics, behaviors and interaction in the environment, so that from the results, government agencies have a background to design projects to promote mental health, motivate the population to take ownership of the issue and recognize their needs and demands.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización de las Naciones Unidas – ONU-, aprobó en 2015, La Agenda 2030 de Desarrollo sostenible, con el propósito de promover acciones para “poner fin a la pobreza y encauzar al mundo en el camino de la paz, la prosperidad y oportunidades para todos en un planeta sano” (ONU, 2020, p.2). En correspondencia a lo anterior, se establecieron 17 objetivos de desarrollo sostenible -ODS- para garantizar el respeto y la promoción de los derechos humanos a nivel global. Específicamente el objetivo 3, aborda la salud y el bienestar, con una propuesta que se orienta a desarrollar alternativas que permitan garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos los grupos etarios, sobre todo, tomando como precedente la crisis desencadenada por la pandemia y el confinamiento por el Covid 19, situaciones que han desencadenado repercusiones negativas en la salud, es decir, en el estado completo de bienestar de las personas a nivel físico, social y mental (OMS, 1948).

Tal es así que, actualmente se registra un incremento considerable en el desbordamiento de los servicios esenciales de salud, situación que según la ONU (2020), genera consecuencias riesgosas y, en algunas ocasiones hasta fatales, debido a la ineficacia tanto de las estrategias sanitarias para asumir dichas situaciones, como a la influencia que adquieren los factores sociales, económicos y políticos circundantes en su abordaje. Así las cosas, la tasa de mortalidad materna e infantil, creció de “9,8% a 44,8% de muertes de niños menores de 5 años por mes y un aumento de 8,3% a 38,6% de muertes maternas por mes, en un período de 6 meses” (ONU, 2020, p.28), en 118 países de ingresos bajos y medios (ONU, 2020). De igual manera, se registró en los últimos dos años, un incremento en la tasa de embarazos no deseados a causa de la limitación de suministros para

planificación familiar y las dificultades para realizar estrategias de promoción de comportamientos sexuales y reproductivos sanos.

De la misma manera, “La crisis de la COVID-19 ha interrumpido los esfuerzos de inmunización infantil a nivel mundial, con consecuencias potencialmente mortales” (ONU, 2020, p.29), privando a aproximadamente 19,4 millones de niños en el mundo, de los esquemas de vacunación esenciales durante el primer año de vida, exponiéndolos a la presencia de enfermedades como la poliomielitis, el sarampión, la fiebre amarilla, el cólera, el rotavirus, el virus del papiloma humano (VPH), la meningitis A y la rubéola (ONU, 2020). Lo anterior, respalda los hallazgos de las investigaciones desarrolladas a partir de la crisis causada por la pandemia actual, los cuales develan la gran influencia que tienen los factores políticos, económicos, socioculturales y las particularidades de los sistemas sanitarios de cada contexto, en las desigualdades del manejo e implementación de los mecanismos y estrategias de promoción y prevención de la salud en el mundo.

Específicamente, en relación a la salud mental, la OMS (2022), afirma que actualmente la prevalencia de trastornos mentales a nivel mundial es alta, cifras que se encuentran exacerbadas como consecuencia de la pandemia. Aproximadamente una de cada ocho personas en el mundo padece alguna patología mental y, a nivel mundial, se registra que de cada cien fallecimientos al menos uno corresponde a un suicidio, siendo esta, además, una de las principales causas de muerte en la población joven (OMS, 2022). En palabras de la OMS (2022), los trastornos mentales alteran negativamente la calidad de vida de las personas, su salud en general y, adicionalmente, están significativamente interrelacionados con el manejo de los asuntos sociales, económicos y políticos propios de cada contexto, debido a que “las intervenciones en salud mental adolecen en todo el mundo

de importantes deficiencias y desequilibrios en materia de información e investigación, gobernanza, recursos y servicios (OMS, 2022, p.4).

De esta manera, para generar comprensiones sobre salud mental, es imperante identificar los elementos que la subyacen, pues ésta “depende de la interacción de múltiples factores sociales, políticos, económicos, culturales y científicos” (Alcantara, 2008, p. 95), y por consiguiente, la idea de salud mental, está sujeta a la interacción e interdependencia multisectorial, y por lo tanto, la salud se considera como un fenómeno de interacción social que se imbrica con condiciones históricas específicas en un momento y contexto determinado.

Lo anterior permite inferir el porqué de las inequidades en salud y salud-mental, aun cuando se sabe que estas se establecen como un derecho fundamental para los seres humanos. Queda claro que, la salud y la calidad de vida, depende de las “circunstancias en las que las personas nacen, crecen, trabajan, viven y envejecen, incluido el conjunto más amplio de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013, p. 21), es decir, se definen desde los determinantes sociales que las demarcan y las consecuencias pueden ser diferentes para cada grupo o subgrupo poblacional.

Ante lo anterior, es pertinente mencionar que el declive social de la salud dentro de los países y las desigualdades sanitarias entre los mismos, están provocadas por una distribución desigual a nivel mundial y nacional de poder, de los ingresos, los bienes y los servicios y por las consiguientes injusticias que afectan a las condiciones de vida de la población en forma inmediata y visible (López, Escudero y Carmona,2008). Según los mismos autores, la corriente de Medicina Social – Salud Colectiva Latinoamérica, asume que los asuntos de salud están vinculados con los asuntos políticos, es decir con las

decisiones colectivas e individuales y por ende con las relaciones de poder, que definen el curso de vida de los grupos sociales y los procesos de salud y bienestar, mismos que están relacionados con la vida y que políticamente deben propiciar acciones y medidas sociales a favor de la dignidad, la salud, la justicia y el bienestar (p.328).

En la misma línea, es preciso entender que los determinantes sociales de la salud operan de forma diferenciada según el curso de vida de las personas, en la infancia, la adolescencia y la adultez, y de acuerdo con esto, pueden llegar a impactar su salud con inmediatez o en momentos posteriores. De la misma manera, no es igual el impacto según la región en la que la persona resida, diferenciado claramente las consecuencias a nivel rural o urbano, al igual que de acuerdo al nivel educativo, los ingresos económicos, el acceso a servicios básicos, entre otros (Álvarez, 2009).

Ahora bien, taxativamente para el caso de Colombia, un país golpeado por el conflicto armado interno por más de 50 décadas, gesta situaciones sociopolíticas, ellas el desplazamiento forzado, que según el Registro Único de Víctimas (RUV) a mayo de 2018, más de un millón de víctimas de desplazamiento forzado en donde cerca del 40% son adolescentes o jóvenes menores de 29 años. En ese sentido la salud mental de la población joven, como lo manifiesta la OMS (2022), se ve alterada de manera negativa debido a su condición de vulnerabilidad. Según Pereda (2012) sostiene que la población de adolescentes y jóvenes es frágil frente a la violencia y las consecuencias de ésta, dado su estatus de individuos en proceso de crecimiento y desarrollo, cuyas estructuras básicas de la personalidad y su visión del mundo se encuentran en construcción. Esto sumado a los cambios culturales, la percepción de la realidad y en la calidad de vida, deteriora la construcción de la identidad en los jóvenes

En general, la población joven, se considera un grupo etario con alta vulnerabilidad al estar expuesto biológica, histórica y socialmente a diversos factores considerados como riesgosos, que bien, aunque podrían corresponder de manera inherente a las características propias del desarrollo, desencadenan problemáticas emergentes características de esta etapa, y generalmente guardan relación con el desarrollo de hábitos socioemocionales, la resolución de problemas cotidianos, el establecimiento de relaciones filiales, la presión laboral, el desarrollo del proyecto de vida, el inicio de la independencia económica y psicológica, la exploración y consolidación de la identidad, etc.(OMS, 2017). En este sentido, la salud mental de los jóvenes está determinada por el contexto de interacción, la familia, los pares, el ámbito y las oportunidades laborales, la educación, la política, las diferencias individuales, los medios de comunicación, el estrato socioeconómico, entre otros, aspectos que inevitablemente, tienen efecto sobre el bienestar y la calidad de vida de esta población.

En Colombia, según los reportes del Departamento Administrativo Nacional de Estadística, DANE, (2021), una cuarta parte de la población total del país, es joven. De acuerdo con la ley Ley 1622 de 2014 o Ley de Juventud, esta etapa está comprendida entre los 14 y 28 años de edad, y las personas se encuentran en “un proceso constante de consolidación de su autonomía intelectual, física, moral, económica, social y cultural, hacen parte de una comunidad política y en ese sentido ejerce su ciudadanía” (DANE, 2021, p.8). Ahora Bien, analizar esta población dentro del marco de un país como Colombia, que ha estado permeado por una historia de conflicto armado interno por más de cincuenta décadas, situaciones de desplazamiento forzado y condiciones socioeconómicas y culturales propias de un país considerado como tercermundista, permite dilucidar los efectos que los

denominados determinantes sociales tienen sobre la salud mental de los jóvenes colombianos.

De acuerdo al el Registro Único de Víctimas RUV (Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas, 2021), para mayo de 2018, se reportaron más de un millón de víctimas de desplazamiento forzado en donde cerca del 40% son jóvenes expuestos a condiciones de vulnerabilidad, violencia, pérdida de identidad y sentido de pertenencia, cambios culturales, dificultades económicas y demás situaciones que afectan, de acuerdo con Pereda (2012), el desarrollo de las dinámicas sociales, culturales, familiares y personales, los procesos de consolidación de estructuras psicológicas y sociales, y por ende, su salud mental y bienestar.

Asimismo, de acuerdo con diversas las investigaciones (Quiróz, 2013; Policía Nacional de Colombia, 2019; El Tiempo, 2020), afirman que, a causa de las desigualdades e inequidades sociales, las dinámicas familiares, las relaciones entre pares, el contexto y la cultura se ha evidenciado que los jóvenes en Colombia cada vez más son partícipes de actos delictivos relacionados con microtráfico, robos, extorsión, estafas y homicidios. El fenómeno de las pandillas juveniles, especialmente en las grandes ciudades se ha convertido en un foco y desafío de estudio e intervención obligatorio para autoridades, instituciones y organizaciones académicas y sociales. Los datos arrojados por el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario, INPEC, en la última década afirman que “los jóvenes hombres y mujeres reclusos en las diferentes instituciones carcelarias y penitenciarias, asciende a 45.718, que representa el 37,8% del total de la población. De este número, el 93,6% son jóvenes de sexo masculino, mientras que el 6,3% son del femenino” (Instituto de Bienestar Familiar, ICBF, 2015, p. 25)

De igual manera, los registros del DANE muestran que, en Colombia, la población joven en edad de trabajar entre 15 a 28 años equivale a casi a 11,35 millones de ciudadanos en el país, sin embargo, solamente 4.89 millones de jóvenes, es decir, menos del 50%, actualmente tienen empleo, situación que cobra importancia, debido a que se ha demostrado que el desempleo impacta fuertemente en la vida y el bienestar personal sobre todo si esta condición se sostiene en el tiempo. Tal es así que, en palabras de Tomás, Gutiérrez y Fernández (2017), el desempleo o las escasas oportunidades laborales, están relacionados con la presencia de “problemas de confianza, depresión y pérdida de recursos psicosociales” (p.8), deficiencias que afectan directa y negativamente la salud mental de los jóvenes en Colombia, más aún cuando en 2020 se registró el mayor índice e incremento de desempleo a causa de la crisis generada por la pandemia (DANE, 2021).

Así las cosas, el DANE (2021) reporta que los jóvenes entre los 14 a 28 años, quienes no estudian ni trabajan registraron más sentimientos negativos: entre julio de 2020 y julio de 2021, el 40,7% de los jóvenes que no estudian ni trabajan han sentido preocupación o nerviosismo, el 16,8% tristeza, el 13,7% dificultades para dormir, el 10,2% irritabilidad y el 8,7% soledad; todos son porcentajes mayores que los registrados por los jóvenes que si estudian o trabajan. (p.79)

En ese sentido, según el Ministerio de Salud y Protección (2022), la población joven tiene una alta tendencia a presentar comorbilidades y se estima que, en un porcentaje considerable, dicha población manifiesta alteraciones y patologías duales tanto a nivel psicológico o mental como físico, uso y abuso de sustancias psicoactivas, dificultades

interpersonales, bajo rendimiento académico o profesional y disfuncionalidad familiar y social.

Específicamente, a nivel de bienestar y salud mental, la emergencia sanitaria y económica que generó el COVID-19, en el periodo entre enero y abril de 2021, incrementó en los jóvenes en un 19% la sensación de soledad, estrés, preocupación excesiva, trastornos emocionales, de comportamiento y de la conducta alimentaria, acciones de violencia -como víctimas y victimarios- y en general, la percepción negativa del futuro y la construcción del proyecto de vida, hechos que guardan estrecha relación con el desempleo o la falta de ocupación, y por ende, con la situación económica y el logro de oportunidades de progreso (Rojas-Bernal, Cataño Pérez, Restrepo Bernal, 2018). Así las cosas, en Colombia anualmente fallecen aproximadamente 2.363 personas a causa del suicidio, de los cuales, en promedio, 399 corresponden a jóvenes (DANE, 2022). Además, según los registros del DANE (2022), en el transcurso del primer trimestre de 2021 “se registraron 289 muertes por lesiones autoinfligidas intencionalmente y secuelas (suicidios) en personas entre los 15 y los 29 años, es decir, un incremento de 35,7% respecto a las muertes registradas por esta causa en el primer trimestre de 2018” (DANE, 2022, p. 77).

En concordancia con lo anterior y de acuerdo a las proyecciones demográficas, en Pasto para 2018, la población joven entre los 15 a 29 años corresponde a 114. 662 personas, quienes representan la cuarta parte de la población total del municipio (Alcaldía de Pasto, 2019). En teoría, el estado de la salud mental de los jóvenes de Pasto guarda correspondencia con los indicadores nacionales; así mismo Villalobos-Galvis, Ojeda-Rosero y Luna-Tascón (2018), investigadores regionales, resaltan que, en el municipio, para los jóvenes “los mayores niveles de riesgo en salud mental están asociados con depresión, seguida de eventos vitales estresantes y desesperanza” (p. 170)

Aunado a lo anterior, de acuerdo a las atenciones realizadas por Pasto Salud ESE, frente a los seguimientos de casos de afectación en la salud mental de los jóvenes en la ciudad, se ha identificado una serie de causales por las cuales esta población presenta afectación en la salud mental, siendo las conductas autolesivas una de las consecuencias más notables. Asimismo, se destaca como puntos etiológicos de dichas alteraciones las dinámicas familiares, sociales, culturales y económicas (Pasto Salud ESE, 2022). En este sentido, para septiembre de 2022 se reportaron en Pasto, 127 casos de ideación suicida, de los cuales 18 corresponden a jóvenes entre 16 a 20 años, 11 a jóvenes entre 20 a 25 años y 16 casos de jóvenes entre 26 a 30 años. El informe indica que, entre las causas asociadas a esta situación, las que más representativas son problemas familiares, consumo de SPA, pautas de crianza, dificultades económicas, situaciones sentimentales o de pareja, antecedentes psiquiátricos y trastornos depresivos (Pasto Salud ESE, 2022).

Evidentemente, la situación genera preocupación en el marco de la prevención y promoción de la salud mental en Pasto, sobre todo, porque la contingencia por COVID-19 ha desencadenado múltiples problemáticas durante y después de pandemia llevando a profesionales de la salud y particularmente de la Salud mental a plantear necesidades de investigación pertinentes y acordes con el contexto, como lo es la presente investigación que dado que no existen pesquisas en el municipio que logren dar cuenta de los determinantes sociales y la salud mental de Jóvenes de la ciudad, pretende cuestionar si existen o no relaciones entre los DSS de los diferentes grupos poblacionales de jóvenes y la salud mental desde el modelo de bienestar psicológico.

Pregunta de Investigación

¿Cuáles son los determinantes sociales y cómo se encuentra la salud mental de Jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto?

REFERENTE TEÓRICO

Salud Y Salud Mental

La OMS (1948) definió la salud como un estado completo de bienestar físico, psíquico y social, enfatizando en la necesidad de trascender su visión limitada como ausencia de enfermedad o minusvalía, impulsando de esta manera una noción integral de salud. Así pues, el concepto de salud abarca situaciones de índole subjetivo; entendiendo esto, como el bienestar físico mental y social; y objetivos desde el funcionamiento del ser humano, que han ido transformándose a través del tiempo desde una mirada social y un enfoque médico.

Por tanto, la salud requiere dinamismo, de tal manera que exige una nueva racionalidad haciendo referencia a la salud en términos positivos, principalmente con relación a las capacidades humanas y no desde un modelo biomédico. (Muñoz, 2016). Así las cosas, la salud en los seres humanos no solo se abarca en cómo se sienten físicamente; si no en como utilizan los recursos tanto personales y sociales para adaptarlas a una adecuada condición de salud. De ahí que, Carvalho y Marchiori (2008) establecen que: Las diferentes visiones sobre salud, y sobre lo que significa estar sano, no sólo provienen de las necesidades físicas y mentales que cada uno requiere durante su respectiva etapa en el ciclo biológico, sino que agregan valores culturales que, en nuestra sociedad

contemporánea, son cada vez más difundidos por los medios de comunicación de masas.

(p.10)

Así pues, De la Guardia y Ruvalcaba (2019) mencionan que:

La salud es derecho humano fundamental y en la Carta de Ottawa se destacan determinados prerrequisitos para la salud, que incluyen la paz, adecuados recursos económicos y alimenticios, vivienda, un ecosistema estable y un uso sostenible de los recursos. El reconocimiento de estos prerrequisitos pone de manifiesto la estrecha relación que existe entre las condiciones sociales y económicas, el entorno físico, los estilos de vida individuales y la salud. (p.83)

Así como también, se logra dimensionar que la salud es un tema de gran impacto a nivel global, del cual, se tiene en consideración que la principal forma de generar transformación colectiva es por medio del trabajo entre los entes de gobernanza y liderazgo, por medio de programas y planes de acción que direccionen el compromiso con la salud mental, generando así el empoderamiento de la comunidad.

Ahora bien, el estar sano requiere realizar actividades para optimizar un adecuado funcionamiento. Dichas actividades requieren identificar factores que le permitan pensar, sentir y actuar frente a la vida, las cuales se asocian a su salud mental.

Si se habla específicamente de Salud Mental, resulta imprescindible reconocer la existencia de factores que resquebrajan y determinan las habilidades y destrezas de los sujetos, colocándolos en una posición de vulnerabilidad ante las situaciones sociales involucradas en las enfermedades prevalentes en los distintos contextos. Por tanto, la Salud Mental puede ser entendida como capacidad, recurso y competencia, desde un proceso cambiante debido a constantes transformaciones del universo; pues la sociedad en sí es dinámica y la salud debe adaptarse a las diferentes problemáticas sociales que le puede

permitir tener un direccionamiento de carácter orientador hacia el movimiento progresivo del bienestar apoyando las directrices, programas y proyectos nacionales. (Lluch, 1999).

Teniendo en cuenta, la definición de SM de la OMS (2018): “salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente, contribuir a la mejora de su comunidad”, con lo anterior podemos decir que las personas en su adaptación al medio contribuyen a su comunidad en aportar vivencias y entablar relaciones con el fin de lograr un desarrollo social y cultural.

Por otra parte, para lograr el empoderamiento de los seres humanos en temáticas de salud, es necesario que sea reconocido así mismo como un ser social que se encuentra en un espacio y tiempo cambiante, que lo lleva a pensar que el entorno donde este se encuentre inmerso es crucial y provoca cambios relevantes, que generan factores y potencialidades que permitan tener salud mental positiva promoviendo la orientación de nuevas políticas públicas suscitando más espacios de bienestar. (Lluch, 1999)

De este modo, se debe tener en cuenta que, en la salud mental, la adaptación a nuevos cambios y retos sociales en espacios concretos desde las relaciones, criterios y valores sociales, cuyo eje debe ser el bienestar y la salud mental la cual no puede ser entendida como tener constantemente experiencias positivas, sino la capacidad de generarlas por sí mismo, aun si esto no depende de la misma persona. (Fierro, 2004)

Así pues, la comprensión de la salud mental implica recurrir a la evolución del ser humano y su constante cambio en formación y conocimiento, donde este sujeto pueda o logre identificar cualidades y capacidades objetivas. Teniendo en cuenta, que el ser humano estará inmerso en situaciones de “pobreza y tiranía, oportunidades económicas escasas y

privaciones sociales sistemáticas, falta de servicios públicos, intolerancia y sobre actuación de estados represivos” (Sen, 2000).

La OMS identifica una serie de enfoques vinculados a la salud mental positiva (SMP) los cuales están enfocados principalmente en alejarse de aquellos modelos biomédicos y comportamentales que se aplican en los sistemas de salud, por tanto, la SMP siendo un campo en construcción prioriza la conducta humana, el cómo o cuando orientar al desarrollo de las capacidades, metas y aspiraciones dirigido a una forma de intervención en la salud, buscando una comprensión más amplia de la (SMP), desde una perspectiva potencial que conlleva a generar habilidades dirigidas al desarrollo individual y social.

En cuanto a esto y abordando el tema de los sistemas de salud, este se comprende desde un enfoque en la promoción y la prevención, el cual busca un incremento en la calidad y las condiciones de vida de las personas procurando de esta manera identificar hábitos saludables que impacten de manera positiva en la sociedad; sin embargo, esta apreciación no ha sido implementada en los sistemas de salud, los cuales actualmente parten desde un estudio de la enfermedad, por ello, aproximadamente desde el año 2000 el tratamiento, la rehabilitación y parte de la prevención, han sido los principales aspectos a tomar en cuenta en el diagnóstico individual como punto de partida en países occidentales, en base a esto podemos inferir que la salud no es ausencia de enfermedad sino también de bienestar. (OMS, 1979)

La atención primaria se entiende como una prioridad de los sistemas nacionales de los países, haciendo hincapié en la prevención de la salud. Es necesario replantearse la situación sanitaria, con el fin, de un avance en este servicio, puesto que, no toda la sociedad presenta calidad en el acceso, de tal manera que diversos grupos de población se ven

inmersos en diferentes problemáticas, a lo cual, no existe un compromiso directo para mejorar este derecho fundamental de los seres humanos.

En este sentido, debe permitirse la atención primaria como herramienta de formulación de políticas, estrategias y planes de acción, de tal manera que se logre observar un continuo trabajo con los distintos sectores nacionales, el abordar un trabajo colectivo no es relativamente sencillo sino por el contrario, requiere responsabilidad y compromiso, de igual manera, el llegar a un entendimiento nacional análogo requiere un compromiso mayor de la atención primaria debido a un sistema complejo de salud cuyo objetivo debería ser construir salud para todos. (OMS, 1978)

Por tanto, para construir salud se debe tener en cuenta como eje fundamental la promoción, que de acuerdo a la OMS, (1986):

La promoción de la Salud consiste en proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado de bienestar físico, mental, y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente. (p.1)

Por su parte, Blanco (2005) trae a colación aspectos de bienestar, donde se identifica el bienestar social cuyos aspectos radican en las valoraciones que pueden hacer los seres humanos de las circunstancias de su medio social, de aquello que se logra percibir que manifieste bienestar de vivir en armonía, cuyo crecimiento personal se enmarca en un desarrollo humano y funcionamiento social de acuerdo con la autonomía, objetivos vitales, auto aceptación, relaciones positivas con otros, dominio ambiental y crecimiento personal (Ryff y Keyes 1995).

En este sentido, es relevante recordar que “en la declaración final de la primera reunión de la OMS sobre promoción de la salud realizada en Ottawa, se afirmó que la salud es un recurso de la vida cotidiana, subrayando la importancia de los recursos sociales, personales y las capacidades físicas del individuo” (OMS 1986, citado por Muñoz 2021, p.152) comprendiendo de igual forma, que los sujetos al ser conscientes de esas capacidades enfrentan positivamente las barreras que se puedan presentar, al igual que ejerce labores productivas que brindan servicio a su comunidad, a ello se suma las condiciones socioeconómicas para un óptimo desarrollo de la vida, que a su vez mejora considerablemente la salud mental. Muñoz (2021)

Complementando lo anterior, es preciso mencionar que las capacidades no dependen estrictamente del individuo sino también del contexto de desarrollo, crianza y las oportunidades, por tanto, “La noción de capacidades le permite ocuparse del valor de las posibilidades que tienen las personas para lograr funcionamientos valiosos en la vida” Muñoz (2022). con ello, podría desarrollar recursos de resolución de problemas y adaptación a los diferentes ambientes y entornos sociales.

Así entonces, es prudente comprender que el control sobre el entorno social se convierte en un determinante para el adecuado progreso de la salud mental positiva, así como también es reconocido como una de las dimensiones del modelo integrado de desarrollo personal que Carol Riff propone, el cual tiene como fin darle al individuo la capacidad de manejar las actividades y oportunidades del contexto en el que se desenvuelve, así como también de crearlos y sacar provecho de ello. Muñoz (2021).

La importancia de la anterior dimensión y las otras pertenecientes al modelo de Riff, como lo son la autoaceptación, autonomía, propósito de vida, crecimiento personal, y relaciones positivas con los otros, recae en una visión integral del ser humano para el cual

se busca una vida bien vivida, teniendo en cuenta todos estos factores que afectan directa o indirectamente en su formación a lo largo de su existencia y con ello en el desarrollo de su salud mental positiva y su ciclo vital que trascienden sus experiencias de vida de un pensar cognitivo a un sentir positivo. Llunch (2015).

Es así, que se debe tener en cuenta que mediante el bienestar psicológico se busca un óptimo desarrollo del potencial humano, lo que permite adentrarse a una mirada que va más allá y logra una observación más cercana e íntima del individuo y que tan satisfecho se encuentra o puede ser con su forma de vida pese a los sentimientos negativos o positivos que conllevan a una percepción de la felicidad en la cual comienzan a influir ciertos aspectos denominados por Diener como "dominios de satisfacción" los cuales son la familia, trabajo, ocio, salud, ingresos y los demás; que se convierten en aspectos fundamentales para el desarrollo integral del ser humano. Muñoz (2021)

De igual forma, se entiende la influencia de estos factores en la condición de vida de las personas, como sienten su realidad o condiciones dentro de su contexto, permitiendo una postura diferente de la satisfacción de acuerdo a cómo perciben la vida y su deseo de vivirla, que puede derivarse también de las situaciones experimentadas, las cuales pueden ser tanto positivas como negativas y que podrían contribuir a una percepción contraria a la de los demás. (Muñoz, Cardona y Restrepo, 2022)

Junto a estos dos modelos se puede abarcar a la salutogenesis, la cual integra los aspectos físicos, mentales y sociales de las enfermedades o del estado de salud mental de una persona, especialmente desde una mirada positiva y de motivación y automotivación de afrontar los obstáculos y diversas problemáticas que se presentan en la vida de las personas. Este modelo se maneja desde la promoción y prevención, llevándolo de una manera más flexible y dinámica que permita una mayor visualización y aceptación. (Rodríguez, 2016)

Este modelo se adapta con el comportamiento y el medio en el que se desenvuelven las personas, participando de esta manera en contextos familiares y más sociales, lo que permite que los sujetos reclamen la responsabilidad de su salud a los entes externos que componen su realidad. Este modelo trabaja de manera interventiva que no se enfoca específicamente en los factores de riesgo, la meta de este método es conseguir que las personas surjan en su contexto y con los recursos y herramientas que poseen o que pueden conseguir de acuerdo con sus capacidades personales, familiares, laborales, mentales, físicas, sensoriales, etc. (Rodríguez, 2016)

Por lo dicho anteriormente, es pertinente mencionar que el mayor interés que surge para la salutogenesis, más que la enfermedad como tal, es el contexto donde se localiza, los cuáles junto a los factores de riesgo con los que se encuentran y en definitiva qué herramientas o determinantes se presentan para el manejo preventivo de la enfermedad o su regulación adecuada.

En concreto (Antonovsky, 1993, citado por Hernan et al. (2010)

Considera que la salud no es un estado de equilibrio pasivo, sino más bien un proceso inestable, de autorregulación activa y dinámica. El principio básico de la existencia humana no es el equilibrio y la salud; sino el desequilibrio, la enfermedad y el sufrimiento. Es decir, la desorganización y la tendencia hacia la entropía están omnipresentes en el organismo humano, como en cualquier otro sistema. (p.14)

De esta forma, los individuos que poseen recursos como “dinero, el conocimiento, la experiencia, la autoestima, los hábitos saludables, el compromiso, el apoyo social, el capital cultural, la inteligencia, las tradiciones y la visión de la vida” (Hernan, Morgan y Mena 2010) poseen una mayor probabilidad de enfrentar los desafíos que se le puedan presentar y construir de manera coherente su percepción y experiencia de vida.

No obstante, el uso adecuado y racional de los recursos anteriormente mencionados es la clave para el desarrollo salutogénico, el tener la capacidad de comprenderlos, manejarlos y darles un sentido correctamente conveniente, dirige a un mayor nivel de obtener una visión coherente de la vida. (Hernan, Morgan y Mena, 2010)

Este uso adecuado de los recursos encontrados en el entorno despierta en la persona un sentido de coherencia que a su vez mejora gradualmente su bienestar psicológico, su bienestar subjetivo, su bienestar social y con ello su salud mental, lo que lo conducirá a la obtención y manejo de la calidad de vida, y que a su vez le permite enfrentarse equilibradamente a las enfermedades y construir un manejo adecuado del estrés. (Malagón 2013)

Determinantes Sociales De La Salud

Históricamente el ser humano se ha preocupado por las causas, condiciones o circunstancias que determinan la salud, lo que se conoce como “determinantes”; como es el caso, estos abarcan factores ambientales, biológicos, conductuales, sociales, económicos, laborales, culturales y también servicios sanitarios como respuesta organizada y especializada de la sociedad para prevenir la enfermedad y restaurar la salud. (Acebedo et. al, 2013)

En ese sentido se ha tratado de comprender la relación existente entre salud-enfermedad como una dialéctica en la que no se entiende la una sin la otra, para ello, ha estudiado los diferentes contextos y en ellos resalta las particularidades de cada uno, en aras de intervenir en él y conseguir avances con relación a los fenómenos latentes en la sociedad. En este sentido, es preciso entender que los contextos se comportan como un sistema y en él, la interacción de sujetos está dada según las prácticas culturales, las

costumbres, la identidad con el grupo y el grado de afinidad con los miembros de este. Lo anterior, implica que se generen vínculos afectivos y sociales como resultado de dicha interrelación, proporcionando desarrollo en el sujeto dentro de todos los ejes que abarca el continuo salud-enfermedad.

Si bien hasta ahora se han trabajado diversas definiciones de los determinantes sociales en salud, es importante tener en cuenta los cambios en la comprensión y abordaje del término en concordancia con el momento histórico, dado que estos se insertan como fuertes influencias en los escenarios de interacción de los sujetos y de las sociedades. En este sentido, el estudio y desarrollo conceptual de los Determinantes Sociales en Salud, se originó de la siguiente manera en orden cronológico:

1. El informe Lalonde en 1974, en el cual se reconoció la influencia del ambiente, del estilo de vida y de lo social en la salud. Fue el primer documento gubernamental de occidente que pone el foco fuera del sector salud para alcanzar la misma.

2. La declaración de Alma Ata, en 1978, sostiene que la salud es un derecho humano, por tanto, universal.

3. La primera conferencia de la OMS sobre promoción de la salud y la Carta de Ottawa en 1986, a partir de la cual, se identificaron ocho elementos específicos, necesarios para la salud: paz, ambientes eco sustentables, comida, abrigo, ingresos, educación, justicia social y equidad

4. Segunda conferencia internacional sobre promoción de la salud y la declaración de Adelaida en 1988, que identifica como áreas prioritarias el apoyo hacia la salud de la mujer y toma las políticas públicas como derechos de la ciudadanía.

5. Tercera conferencia internacional sobre promoción de la salud y la Declaración de Sundsval en 1991 en Suecia, que da énfasis a la interdependencia entre salud y ambiente

favorable. Apareciendo nuevamente el tema de desigualdades sociales de la salud, y se incluye, además de la dimensión física, la social, la política y económica.

6. La Comisión de la OMS sobre determinantes en el año 2005 y la publicación en el año 2008, de las recomendaciones para mejorar las condiciones de vida y el trabajo, y cambiar la distribución inequitativa de dinero, poder y recursos.

De esta manera, el estudio de lo que determina la salud, se ha convertido en objeto de análisis de las distintas disciplinas según su interés particular, teniendo en cuenta aspectos relacionados con el funcionamiento del cuerpo humano y de las estructuras psíquicas, la incidencia de las estructuras o sistemas sociales en las relaciones interpersonales, la estructuración de los procesos mentales, el desarrollo de las capacidades y habilidades de cada sujeto según sus condiciones en el entorno en el cual se desenvuelve, la distribución de los recursos, la organización social, entre otros.

De acuerdo con la National Library Of Medicine (Leiva-Peña, González, Parada, 2021), la salud y la salud-mental, se ven influenciadas por las condiciones biopsicosociales en las que se desenvuelven las personas. Por ello, la Organización Mundial de la Salud (2005) estableció la Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud, los cuales son definidos como:

Aquellas condiciones en las que las personas viven, nacen, crecen, envejecen, trabajan y se desenvuelven cotidianamente, incluida su sistema de salud. Estas circunstancias impactan en la salud y explican muchas de las inequidades sanitarias existentes, que aumentan o disminuyen el riesgo de enfermar. (p. 2)

Así mismo, en el campo de la bioética, se explican los determinantes bajo el principio de justicia y equidad, enfatizando en las condiciones de desventaja que emergen debido a la discriminación en el sistema social. Las anteriores perspectivas, conllevan a

plantear que los determinantes sociales en la salud mental están permeados por un componente interinstitucional además de cultural, social, económico y político, entendiendo que el primero representa la corresponsabilidad del estado hacia el bienestar integral de los sujetos, los cuales a través de las políticas públicas buscan un respaldo para afrontar las diversas dificultades en el área de la salud física y mental.

Todo esto, cobra sentido una vez se profundice en cada uno de los enfoques, teniendo en cuenta que para hablar de determinantes de salud mental se requiere de una visión interdisciplinaria y transdisciplinaria en aras de generar conceptos más amplios e intervenciones concretas orientadas a promover y visibilizar la salud como un área primordial de la vida de los sujetos.

Para tal fin y con el objetivo de facilitar la conceptualización, comprensión y abordaje de los determinantes sociales, la OMS (2009), establece el Modelo de Determinantes Sociales de la Salud a partir de la clasificación de los mismos en dos subgrupos: Determinantes estructurales y Determinantes intermedios, cada uno con características e indicadores específicos a saber.

En palabras de, De La Guardia y Ruvalcaba (2020), los determinantes estructurales guardan relación con la organización estructural de la sociedad, desde la cual, se define el proceso de estratificación social, y con ello, la posición socioeconómica de los individuos, siendo ésta, un reflejo de la calidad del estado de salud de una persona o de un grupo social. Por consiguiente, según los autores “el adjetivo estructural recalca la jerarquía causal de los determinantes sociales en la generación de las inequidades sociales” (De La Guardia, Ruvalcaba, 2020 p., 85); inequidades que sientan sus bases en la distribución de los ingresos económicos, los procesos de educación, el género y el grupo étnico. En concordancia con lo mencionado, los ingresos económicos, se constituyen como los

recursos financieros que se disponen para generar un proceso de comercialización de un bien o un servicio (Pernalet, 2015).

Desde la perspectiva de los determinantes sociales, la forma en que se distribuye dichos ingresos revela panoramas de equidad y bienestar en una sociedad o por el contrario inequidad y pobreza (OMS, 2009); ecuación que tiene una relación directamente proporcional con la salud. Tal y como lo afirma (Pernalet, 2015), “la desigualdad en las condiciones y calidad de vida de los seres humanos, marcan la diferencia en la manera de enfermar, padecer, vivir y morir” (p. 59), es decir, los ingresos económicos - desde el manejo estatal hasta las posibilidades individuales- determinan la forma y el grado de satisfacción de las necesidades básicas, y el acceso a servicios o bienes que garanticen el acercamiento a oportunidades, para que un individuo o una sociedad, generen desarrollo, obtengan bienestar y salud, y logren una vida con calidad (OMS, 2009).

Por su parte la educación, es un derecho fundamental y como “proceso humano y cultural complejo” (León, 2007, p. 596) es determinante en la construcción de la salud, y se puede establecer desde dos vertientes: la educación formal y la sanitaria -informal-. La educación formal se concibe como un factor indispensable para el desarrollo tanto individual como colectivo, debido a su función social. Díaz. T, Alemán. P, (2008). En este sentido, la educación cobra importancia pues en su trasfondo -independientemente del marco académico- tiene como fin generar transformaciones de la realidad social, a partir del aprendizaje y aplicación de conocimientos y capacidades específicas, orientadas a intervenir y optimizar la construcción de una sociedad y su desarrollo continuo. Díaz. T, Alemán. P, (2008).

En la misma línea, la educación sanitaria, centra sus objetivos en la adquisición de saberes relacionados con la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, con el

objetivo de generar procesos educativos que conlleven a “hacer de la salud un bien colectivo” (De La Guardia y Ruvalcaba, 2020, p. 87), mediante la aplicación de estrategias que promueven la participación activa de los sujetos, la responsabilidad social, el empoderamiento de las sociedades, la transformación de conductas perjudiciales y la asunción de hábitos saludables.

De acuerdo con Choque, R. y Ramos, M. (2007):

la educación es la estrategia por excelencia para “avanzar en los derechos económicos, sociales y culturales”, y posibilita desde su función social, el acceso a mejores condiciones laborales e ingresos económicos, la preservación y cuidado de la salud, la adopción de patrones de alimentación adecuados, el fomento de toma de decisiones asertivas y en general, el desarrollo óptimo de capacidades para el ejercicio de los derechos humanos, puesto que la educación es el medio privilegiado para asegurar un dinamismo productivo con equidad social, tender puentes de comunicación en sociedades multiculturales, y fortalecer democracias basadas en el ejercicio ampliado y sin exclusiones de la ciudadanía (p. 16).

De esta manera, la función social de la educación tiene como primacía la erradicación de la inequidad y la pobreza y, la preservación, el desarrollo y la promoción de la equidad, el bienestar colectivo y el desarrollo humano desde un proceso de culturización social (Díaz. T, Alemán. P, 2008).

Por otro lado, dentro de los determinantes estructurales, el género se ha tornado en un asunto importante en los procesos sociales y de salud. Al ser definido como una “construcción social de los roles y conductas, así como las interacciones entre hombres y mujeres” (Ramos et al., 2014, p.4), éste determina el establecimiento de las relaciones de poder que definen los procesos de socialización, los cuales, muchas veces están marcados

por discriminación e inequidad. En palabras de Ramos et, al., (2014) “la expresión de las relaciones de género incluye la segregación por género en la fuerza laboral, la discriminación en salarios, las normas de higiene, las expectativas con respecto a la conducta sexual y la violencia, entre otras” (p.4).

Ahora bien, teniendo en cuenta lo anterior, cabe resaltar que pese a los esfuerzos y políticas que promueven la equidad entre géneros, existe una brecha entre hombres, mujeres y población catalogada como comunidad LGTBIQ+, que evidencia que los esfuerzos aún son insuficientes, pese a reconocer que las inequidades -sociales y sanitarias- en función de género son injustas, evitables y prevenibles. Las inequidades asociadas al género, se ven reflejadas en la toma de decisiones en torno a la salud sexual y reproductiva, la participación en cargos públicos, la contratación laboral, la remuneración económica, la atención en salud y salud-mental, la naturalización de la violencia -física, psicológica, económica, obstétrica, entre otras- (Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas, DANE, Consejería Presidencial para la Equidad de la Mujer CPEM,, Entidad de las Naciones Unidas para la Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres ONU Mujeres, 2022).

Situación similar ocurre con los grupos étnicos, es decir, aquellos colectivos considerados como minorías -Afrocolombianos, Comunidad Negra, Indígenas, Raizales y Palenqueras, Comunidad Rrom o Gitano- y que por “sus particularidades requieren que el Gobierno desarrolle acciones que hagan efectivo el ejercicio pleno de sus derechos” (Departamento Nacional de Planeación DNP, 2016, p.14). De esta manera, la etnia se constituye en un determinante estructural, puesto que define las características específicas de las condiciones de vida, cultura, prácticas, formas de expresión, educación y cosmovisión de un grupo determinado, factores “indispensables para el abordaje y

entendimiento del proceso salud enfermedad” (González, Genes, Mendoza, Mera, Gaitán y Salazar, 2017, p.44).

Lo anterior, permite poner en discusión, la pertinencia de las decisiones -políticas y económicas-, empleadas para organizar la distribución de los recursos, las acciones sociopolíticas y las interacciones socioculturales, que tienen como objetivo la inclusión social, el trato digno e igualitario desde la aceptación de la diferencia, la diversidad y la no discriminación, la igualdad de oportunidades y la satisfacción de las necesidades básicas - entre ellas la salud y salud mental- desde el enfoque diferencial (DNP, 2016; González, et al., 2017).

En este sentido, las condiciones de salud mental no se establecen al azar; por el contrario, están mediadas y dependen de las acciones políticas, el establecimiento de poderes, la implementación de programas sociales y los acuerdos económicos que configuran la organización social, a partir de diferencias sistemáticas que generan como consecuencia “disparidad en las condiciones de vida” (OMS, 2009, p.26), de tal manera que, el impacto en la equidad en salud, su promoción y el bienestar de una sociedad y de su tejido social, se dinamiza en gran medida, a partir de los llamados factores o determinantes estructurales.

Ahora bien, de acuerdo con De La Guardia y Ruvalcaba (2020), los determinantes intermedios también se denominan como personales y están relacionados con el grado de protección o vulnerabilidad que un individuo tiene ante diversas situaciones que pueden afectar su desarrollo. En este sentido, se orientan hacia la comprensión de las condiciones de vida-psicosociales y materiales-, las condiciones laborales, las pautas o hábitos comportamentales, el acceso al sistema sanitario y la cohesión social (OMS, 2009).

En este orden de ideas, las condiciones de vida engloban tanto factores sociales como materiales. En cuanto a los asuntos materiales, se determina como un factor de análisis, en primer lugar, la calidad de vivienda en cuanto a la ubicación geográfica-, terreno seguro/inseguro, distancia, exposición a contaminación ambiental- el acceso a servicios básicos -agua, energía, condiciones sanitarias- los materiales de construcción y la distribución interna -hacinamiento. (OMS, 2009, citador por De la Torre et al, 2014).

En segunda instancia, se encuentran las posibilidades o el potencial de consumo, que define la capacidad de obtener los medios económicos necesarios para acceder a una alimentación saludable que supla las necesidades individuales y familiares, y la capacidad adquisitiva que garantice la consecución de todas las medidas de protección y supervivencia -ropa adecuada, elementos de uso personal. (OMS, 2009, citador por De la Torre et al, 2014).

Por su parte, los factores psicosociales, dan cuenta de todas aquellas situaciones que afectan la salud mental y física -procesos de salud y enfermedad- de un sujeto y su entorno. De esta manera, se analizan variables como la existencia de entornos saludables -ocurrencia o no de tensiones y estresores-, el tipo y características de las relaciones interpersonales - familiares y del grupo social-, la presencia de redes de apoyo social, el vecindario y el grado de cohesión social (De la Torre et al, 2014).

Por otro lado, dentro de los determinantes intermedios, las condiciones laborales se definen como las normas y exigencias a partir de las cuales se establecen las relaciones laborales y las condiciones de empleo. La forma en la que este conjunto de variables se articula, influye y determina de manera significativa, la percepción de un trabajador sobre su entorno laboral y el desempeño de este (Matabanchoy, 2012).

Asimismo, teniendo en cuenta, el tiempo que un trabajador invierte diariamente en responder a sus responsabilidades laborales, las condiciones laborales, se configuran como un factor decisivo -de riesgo o de protección- en los procesos de salud y enfermedad. En palabras de Cacia-Barreto, Carvajal- Villamizar y Hernández (2017) las condiciones laborales influyen “en la salud, el desempeño ocupacional y las actividades extralaborales, específicamente las relacionadas con el entorno sociofamiliar” (p.101).

En este sentido, las condiciones laborales guardan relación con el tipo de trabajo - formal o informal-, la relación contractual, las horas laborales, la remuneración, las condiciones internas del trabajo, el equilibrio entre la vida familiar y laboral, la protección contra el acoso y la violencia laboral, el acceso a elementos básicos, las condiciones físicas, y los periodos de descanso, la posibilidad de ascenso y los planes de carrera, entre otros (Ministerio de Educación Nacional de Colombia MEN, 2020)

En cuanto a los comportamientos de la población como determinantes sociales, Guerrero y León, (2010), mencionan que existen diversas perspectivas para analizar las formas de actuar. Por un lado, los patrones comportamentales establecidos por un individuo o un grupo social, pueden asumirse como la “libre elección de conductas” (Guerrero y León, 2010, p. 288), perspectiva desde la cual, las personas tienen total responsabilidad sobre sus actos. Por el contrario, desde otra mirada, las acciones y conductas están determinadas tanto por las diferencias individuales y personales -libertad personal en el elección- como por los patrones socioculturales y educativos característicos del medio, en el cual están inmersos los sujetos y grupos sociales, es decir, existe una responsabilidad compartida entre lo individual y el medio ambiente.

De esta manera, los factores personales que median las conductas y la estructuración de los hábitos de vida como “patrones de comportamientos colectivos de salud” (Álvarez,

2012, p.96), están permeados por componentes psicológicos -resolución de conflictos, autorregulación, intereses, motivaciones, edad, entre otros -componentes biológicos - genética y metabolismo- y componentes socioculturales -normas, prejuicios, estereotipos, ideales, determinantes sociales estructurales, entre otros- (Montoya y León, 2010; Álvarez, 2012), que finalmente, se articulan en una reacción insoluble y determinan las opciones y oportunidades de vida de un individuo o grupo social.

Por tanto, en cuanto al sistema sanitario, es preciso señalar que OMS (2009), lo define como la interacción de organizaciones e instituciones, cuyo objetivo principal, es generar procesos orientados hacia la mejora de la salud. En este sentido y para dar cumplimiento a dicho objetivo, es necesaria la articulación de recursos materiales, financieros y humanos, que den respuesta y satisfagan las necesidades tanto para prevenir y abordar la enfermedad como para promocionar la salud. No obstante, el sistema de salud está “condicionado por variables como la accesibilidad, eficacia y efectividad, centros y recursos, así como la buena praxis y cobertura” (De La Guardia y Ruvalcaba, 2020, p. 83), desencadenando en la praxis de la salud, inequidad y vulnerabilidad, sobre todo en los grupos minoritarios, con escasos recursos económicos o bajo nivel educativo.

Determinantes Sociales de la Salud Mental

Según estudios de la OMS demuestran que la salud mental se ha tornado como una de las problemáticas a nivel público que producen gran afectación en la calidad de vida de los sujetos, por tal motivo no es pertinente abordarla solamente desde lo individual, sino más bien desde un componente social, que necesita una mirada atenta desde los diferentes

entornos en los que se desarrolla un sujeto; Díaz, Nino, Ramírez y Gómez (2016), expresan que es importante tener en cuenta que un problema mental o emocional determinado en adolescentes puede ser el resultado de las diferentes situaciones que se viven en el contexto donde estos se encuentran inmersos.

En Colombia prevalecen las afectaciones mentales en niños, adolescentes y adultos jóvenes, lo cual repercute en el rendimiento académico, la producción económica y en el capital global (Posada, 2013). Es por ello que, la promoción de la salud mental se conforma como una estrategia vital para un país como Colombia que presenta problemáticas psicosociales como el conflicto armado y las circunstancias climáticas que han provocado emergencias y desastres en la actualidad (Posada, 2013).

La salud mental, “es un derecho poco atendido, a pesar de que se reconoce su papel decisivo en el desarrollo del individuo, incluso para su autocuidado y el cuidado de los demás” (Alvarado, 2011, p.84). De tal manera que estudiar las condiciones sociales que afectan la salud es cada vez más necesario, sin embargo, el tema de los determinantes sociales de la salud es poco abordado desde el ámbito biomédico; de tal forma que cuando se observan desde este modelo médico clínico problemas del desarrollo, neuroconductuales y de salud mental, resulta reduccionista y limitado (Figuroa y Campbell, 2014).

De acuerdo con Figuroa y Campbell (2014) “se requiere crear mayor conciencia en el personal de salud y educativo de la relevancia de los determinantes sociales de la salud, con la finalidad de que dispongan de una mayor comprensión de los problemas de salud mental” (p.74). Asimismo, en los programas desarrollados para la promoción y prevención en relación con los determinantes de la salud mental la OMS (2008) refiere que es imperante acoger medidas no solo del sector salud, sino que se deben incluir sectores como la educación, el trabajo, justicia, transporte, vivienda, protección social y medio ambiente.

Del mismo modo, es preciso recalcar que la salud mental también es producto de la corresponsabilidad ética entre los padres, docentes, comunidades educativas y científicas quienes deben velar por el beneficio de desarrollar un bienestar mental (Alvarado, 2011). Esto significa que, factores como las dificultades socioeconómicas, condiciones de pobreza, el bajo nivel educativo, dificultades en las condiciones laborales, la discriminación de género, los estilos de vida poco saludables, la violencia y la violación a los derechos humanos se conforman como condiciones para la salud mental.

Simultáneamente, Ruiz (2014) menciona que “la manutención de la salud mental, está relacionada con la salud mental de cada individuo en el seno de la familia y con el estilo de vida de la familia” (p.5). Por ende, la familia es el principal entorno de donde un individuo adquiere diversos aprendizajes, tales como creencias, cultura, costumbres, valores, entre otros; los cuales le permiten una interacción activa en la comunidad. En relación a eso, Rodríguez (2016) expresa que el sistema de creencias o vivencias de espiritualidad de una familia o de un sujeto, interviene en la salud mental, ante lo cual el autor refiere que la fe en un orden superior puede ejercer un papel protector en los determinantes sociales de la salud en tres formas. En primer lugar, porque otorga un sentido de valor como persona moral. En segundo lugar, por la pertenencia a una comunidad de fe que ejerce apoyo. En tercer lugar, el ejercicio de una buena espiritualidad puede llevar a una vida con hábitos saludables y ayudar a pensar saludablemente. En salud mental, estos tres elementos cobran una importancia aún mayor en buscar una estabilidad mental (Rodríguez, 2016, p.197).

Por otro lado, Figueroa y Campbell (2014) determinan que “los padres que perciben menores ingresos corren mayor riesgo de sufrir una variedad de perturbaciones psicológicas, incluso sentimientos negativos de autoestima y síntomas de depresión” (p.74).

Esto está estrechamente relacionado con la pérdida del empleo, el cual se resalta como otro factor de riesgo ante la presencia de afectaciones en salud mental, donde es evidente síntomas como la ansiedad, el insomnio, la depresión y las conductas disociales y autolesivas en individuos que padecen de la situación de desempleo (Espino, 2014).

No obstante, las condiciones del ámbito laboral también son capaces de afectar o fortalecer el aspecto emocional y la salud mental de un sujeto, puesto que, no es lo mismo disponer de un trabajo fijo que de una labor eventual, adecuado o no a los conocimientos profesionales, que este bien o mal remunerado económicamente, entre otros elementos a tener en cuenta en el desarrollo laboral (Espino, 2014).

Finalmente, es posible evidenciar que el estudio de los determinantes sociales de la salud mental, son de vital importancia para conocer realmente y a profundidad, cuáles son los aspectos que condicionan el desarrollo del estado de bienestar del sujeto, el cual necesita estar inmerso en un contexto particular para estructurar, desarrollar y potencializar todas y cada una de sus habilidades frente a las oportunidades que le brinda su entorno a nivel familiar, educativo, laboral o social.

Ahora bien, teniendo en cuenta la conceptualización y clasificación de los determinantes sociales de la salud, es importante operacionalizar dichas categorías (Tabla 1), con el fin de especificar los indicadores asociados a las diferentes áreas que permean el desarrollo de los sujetos.

Juventud

Para la presente pesquisa, es de gran importancia conocer y definir el concepto de juventud, dado que esta etapa del desarrollo contempla la población con la que se pretende

iniciar un proceso de indagación; por tanto, el traer a colación conceptos y autores que ayuden a definir este componente será de gran importancia para el desarrollo de la misma. En Colombia de acuerdo con la Ley 1622 de 2013 se entiende por joven a la persona entre 14 y 28 años de edad y para Villa (2011) emerge “Como un fenómeno sociológico que, en consecuencia, hay que entender desde la órbita de la reflexión sobre lo social humano y del devenir histórico” (p.149).

Como puede verse no sólo es una etapa evolutiva, sino que a esta la atraviesan aspectos sociales que se exteriorizan de acuerdo con el momento en el que el joven se encuentre a través de la época. En ese sentido, las aproximaciones teóricas a la juventud han evolucionado y se encuentran ligadas a la situación histórica, al papel de los jóvenes en la sociedad, al mismo desarrollo de los movimientos juveniles y en función de las teorías predominantes en cada momento de las ciencias sociales.

Margulis (2001), por su parte menciona que, al involucrar un componente social, la unidad biológica no determina si la persona es joven o no, tampoco su edad o el tiempo transcurrido en su ciclo vital, por tanto, juventud puede identificarse como un sistema de interacción desde diferentes contextos. En ese orden de ideas desde su definición este autor plantea que el concepto juventud forma parte de “El sistema de significaciones con que en cada marco institucional se definen las identidades” (p.42). Así las cosas, es importante no hablar específicamente del concepto juventud sino más bien de “juventudes” las cuales están construidas históricamente y determinadas por diferentes aspectos como el sexo, el género, la condición social, la experiencia, la cultura y el estrato.

Por otra parte, Alba (1975):

Hace referencia al concepto de juventudes como una relación de poder del joven con su contexto; en ese sentido el concepto de juventudes se asocia a lo que la sociedad

identifica como juventud lo que las y los jóvenes piensan y sienten acerca de sí mismos y sí mismas, y lo que el mundo de los/as adultos/as piensan y sienten acerca de las y los jóvenes de su época. (p.16).

Así las cosas, la juventud es determinada desde la mirada social y las características propias del individuo, teniendo en cuenta las particularidades del desarrollo evolutivo de joven.

Ahora bien, no se puede identificar al joven solo como un componente social, y es aquí, donde se debe tener en cuenta su unidad biológica; para Brito (1996) es importante concebir al joven como un proceso biológico que transita desde la niñez y que se involucra en un proceso social transitando hacia la adultez. Para este autor este paso de lo biológico a lo social involucra la asimilación de las normas que le permiten la cohesión social. Por su parte Epstein (1998) en sus investigaciones encuentra dos dimensiones: cultural y sociológica, que ofrecen información sobre cómo el joven construye su identidad según la cultura dominante derivada de las relaciones de poder basadas en la edad y la subcultura que surge de las relaciones entre una misma generación que se distribuye en diversos grupos sociales no homogéneos simbólicamente, ni en sus expresiones materiales de estilos de vida.

De acuerdo con lo anterior, estas dimensiones logran identificar que las definiciones de juventud son parciales y que resulta complejo realizar una definición completa en realidades concretas; esto se sostiene sobre la confusión nombrada por Reguillo (2009) entre el “SER” y el “DEBER SER”, ya que gracias a estas perspectivas se logra basar el concepto de juventud establecido desde la evolución y el cambio del análisis de las dimensiones antes nombradas. Desde esta perspectiva surge la posibilidad de que el joven

genere su propia identidad, construyéndola desde su propio presente confrontándose con el adulto futuro, generando de esta forma una “Batalla Generacional”.

Según Feixa, (1993) y Passerini, (1996), el concepto juventud se asocia a diversos problemas que preocupan a la humanidad, como desempleo, crisis de valores, adicción a drogas ilegales, inseguridad ciudadana, violencia, delincuencia común, pandillismo, entre otros. Contrario a lo planteado por Halbwachs (2004), quien establece que esta es una generación de sueños, metas y proyectos, y la asocia con alegría, energía, fuerza, especificando que en esta etapa es posible realizar infinidad de actividades que incluso más adelante pueden llegar a ser difícil de ejecutar. Beck (2006), afirmando lo postulado por el anterior autor, define a los jóvenes como “Hijos de la Libertad” los cuales tienen la posibilidad de disfrutar y divertirse, individuos con pocas obligaciones y más tiempo libre.

Si bien hasta ahora se han contemplado definiciones dicotómicas que involucran aspectos negativos y positivos de la juventud, dicha categoría ha de ser mirada o concebida como una construcción social, histórica, cultural y relacional, para designar con aquello la dinamicidad y permanente evolución/involución del mismo concepto. Ante ello Morch (1996) resalta que:

Es preciso tener en consideración que la conceptualización de la juventud pasa necesariamente por su encuadramiento histórico, en la medida en que esta categoría es una construcción histórica, que responde a condiciones sociales específicas que se dieron con los cambios sociales que produjeron la emergencia del capitalismo, el cual otorgó el denominado “espacio simbólico” que hiciera posible el surgimiento de la juventud. (p.90).

Así mismo Sandoval (2002), menciona que “la juventud es concebida como una categoría etaria (categoría sociodemográfica), como etapa de maduración (áreas sexuales, afectiva, social, intelectual y físico/motora) y como subcultura”. (p.159-164). Lo anterior se

puede articular en función de dos conceptos: lo juvenil y lo cotidiano. Lo juvenil remite al proceso psicosocial de construcción de la identidad y lo cotidiano al contexto de relaciones y prácticas sociales en las cuales dicho proceso se realiza, con anclaje en factores ecológicos, culturales y socioeconómicos.

La potencia de esta óptica radica sustancialmente en ampliar la visión sobre el actor, incorporando la variable sociocultural a la demográfica, psicológica o a categorizaciones estructurales que corresponden a las que tradicionalmente se han utilizado para su definición, incluyendo la variable vida cotidiana que define la vivencia y experiencia del período juvenil. Lo anterior en palabras de Reguillo (2000), es menester no dicotomizar “para no quedar atrapados en los análisis de juventud que nos dejan de un lado con sujetos sin estructura; y del otro, de estructuras sin sujeto” (p. 45)

Esta mirada permite reconocer la heterogeneidad de lo juvenil desde las diversas realidades cotidianas en las que se desenvuelven las distintas juventudes. De esta manera posibilita a su vez asumir que en el período juvenil tienen plena vigencia en todas las necesidades humanas básicas y otras específicas, por lo que resulta perentorio reconocer tanto la realidad presente de los jóvenes como su condición de sujetos en preparación para el futuro.

Esto supone la posibilidad de observar a la juventud como una etapa de la vida que tiene sus propias oportunidades y limitaciones, entendiéndola no sólo como un período de moratoria y preparación para la vida adulta y el desempeño de roles predeterminados, tal como define la perspectiva clásica o eriksoniana. Hechas estas precisiones, es imperativo señalar que el proceso de construcción de identidad se configura como uno de los elementos característicos y nucleares del período juvenil, donde dicho proceso se asocia a condicionantes individuales, familiares, sociales, culturales e históricas determinadas.

Lo anterior no supone que el desarrollo juvenil es un proceso complejo que se constata en diversos niveles simultáneamente. Se ha distinguido la preocupación por identificarse a un nivel personal, generacional y social. Tiene lugar un reconocimiento de sí mismo, observándose e identificando características propias (identidad individual); este proceso trae consigo las identificaciones de género y roles sexuales asociados. Además, se busca el reconocimiento de un sí mismo en los otros que resultan significativos o que se perciben con características que se desearía poseer y que se ubican en la misma etapa vital. Ello constituye la identidad generacional.

También existe un reconocimiento de sí mismo en un colectivo mayor, en un grupo social que define y que determina a su vez en el compartir una situación común de vida y convivencia. La identidad refiere obligatoriamente al entorno o el ambiente. Los contenidos que originan la identidad generacional implican modos de vida, particularmente prácticas sociales juveniles y comportamientos colectivos. También involucran valores y visiones de mundo que guían esos comportamientos.

Ahora bien, contextualizando el concepto en la presente investigación con los jóvenes de la ciudad de Pasto, se encuentra que en el año 2019 se actualiza y adopta una política pública para la adolescencia y juventud, la cual en el ARTICULO SEGUNDO “Establece el marco institucional para garantizar a todos los y las jóvenes el ejercicio pleno de la ciudadanía juvenil en los ámbitos, civil o personal, social y público, el goce efectivo de los derechos reconocidos en el ordenamiento jurídico interno y lo ratificado en Tratados Internacionales, y la adopción de las políticas públicas necesarias para su realización, protección y sostenibilidad; y para el fortalecimiento de sus capacidades y condiciones de igualdad de acceso que faciliten su participación e incidencia en la vida social, económico, cultural y democrática del país.” (p.6). Lo anterior entonces se esboza como una

herramienta de planeación para orientar de manera efectiva la formulación y ejecución de procesos permanentes de desarrollo de planes, programas y proyectos para la juventud.

Por su parte, el Departamento Administrativo Nacional de Estadística, en adelante DANE, para el año 2018 reporta diferentes estadísticas relacionadas con la población de la ciudad de Pasto, desde la cual el tamaño de la población total del municipio fue de 455.678 habitantes de los cuales 220.492 son hombres y 235.186 mujeres. De esta población, 381.494 habitantes pertenecen a la zona urbana y 74.184 pertenecen a la zona rural. En relación con la población adolescente y joven ubicada entre los 15 a 29 años, se reporta un total de 114.662 personas, representando aproximadamente la cuarta parte de la población total, es decir, el 25%. De esta cifra el 51% (58.125) corresponde a hombres y el 49% (56.537) mujeres.

Desde el componente educativo el DANE (2018) reporta que desde el año 2008 Pasto en infraestructura educativa cuenta con 269 establecimientos educativos de los cuales: 25 eran instituciones educativas urbanas oficiales; 14 eran instituciones educativas rurales oficiales. 10 eran centros educativos rurales oficiales y 107 eran establecimientos educativos privados, así mismo, 7 universidades, 1 pública y 6 privadas.

De acuerdo con el último Corte de información brindado por el DANE (2018) a febrero de 2018, en PASTO hay 68.422 estudiantes matriculados, de los cuales el 74,1% (50.697) corresponde a matrícula oficial, el 0,0% (00) corresponde a matrícula contratada y el 25,9% (17.725) corresponde a matrícula no oficial. Según el reporte histórico, en 2009 se registró la mayor matrícula Total (90.965). Entre 2009 y 2018 (febrero 2018) la matrícula ha disminuido en -22.543 estudiantes. En el sector oficial la matrícula ha disminuido en -17.626 estudiantes, en el sector contratado la matrícula ha disminuido en -5.903 estudiantes y en el sector No oficial, la matrícula ha aumentado en 986 estudiantes.

En cuanto a infraestructura hospitalaria este mismo departamento reporta que cuenta con instituciones que permiten su acceso y servicio como: hospital Departamental, San Pedro, Infantil los Ángeles, San Rafael y Perpetuo Socorro. Adicionalmente cuenta con las siguientes clínicas: clínica Fátima, clínica Coosalud, clínica San Juan de Pasto, Clínica Cardioquirúrgica de Nariño, Clínica San Ignacio, Clínica Neurovascular Pabón, Clínica Bellatrix, Clínica Hispanoamérica, Clínica Praga, Fundación de la Visión. En lo que respecta a Centros de salud cuenta con centro de salud Pandiaco, San Vicente, Tamasagra, La Rosa, Lorenzo de Aldana y El Calvario. Adicionalmente cuenta con centros de salud especializados en ginecología, oftalmología, endocrinología, cardiología entre otros.

El acceso a la salud, como un derecho fundamental de la población adolescente y joven de Pasto se ve reflejado en las cifras según el régimen de salud al cual está afiliada la población referida. Según el DANE (2018) en el municipio de Pasto el aseguramiento de salud, afiliados al régimen contributivo se encuentran 174.777 equivalente a un 43.03%, al régimen subsidiado 218.364 equivalente a 53.7% y a regímenes especiales 13.027 correspondiente al 3.21% de la población en el año 2017. Así mismo, la población en estado de aseguramiento ha tenido un incremento del 1.53% de 2017 a 2018, en el régimen subsidiado el incremento ha sido de 2.76% desde diciembre de 2017 a diciembre de 2018 y en el régimen contributivo el incremento ha sido de 0.49%; de esta manera la población asegurada total tuvo un incremento de un 1.53%, con un porcentaje de aseguramiento de 88.95% al año 2018.

Ahora bien, el DANE (2018) menciona que dentro de sus escenarios de recreación la constituyen primordialmente el estadio Libertad, el coliseo Sergio Antonio Ruano, el coliseo Suroriental y además los centros deportivos. En cuanto a parques deportivos el municipio cuenta con los siguientes: Chapalito, Bolívar, Infantil, Capusigra, Tamasagra y

las reservas para la conformación de parques en los predios de las lomas del Centenario y Praga; ampliación parque Chapalito, parque lineal Guachucal, Altamira, meandro José Ignacio Zarama y oriental frente al barrio Popular. Es importante destacar también la estancia del escenario recreativo conocido como Teatro at Aire Libre la concha acústica Agustín Agualongo; además de importantes y reconocidos espacios en zonas rurales como Cabrera, la Laguna, San Fernando Museos: existen nueve museos: Alfonso Zambrano, museo Taminango, museo Juan Lorenzo Lucero, museo del Oro, museo Maridiaz museo Maria Goretti, museo Antropológico del Banco Popular, museo de Historia de Nariño y Museo Rosero del barrio Centenario. Por otra parte, las bibliotecas públicas existen y funcionan las siguientes: Casa de la Divina Providencia, Julio César Puyana, Banco de la República, Casa de la Cultura de Nariño, Universidad de Nariño y Universidad Mariana. Se incluye las bibliotecas barriales de Santa Barbara, El Triunfo, Lorenzo y barrio Popular entre otras.

Finalmente, la población Adolescente y Joven del Municipio de Pasto es un sector potencialmente fuerte para organizarse e incidir, sin embargo, su débil articulación con otras organizaciones de jóvenes, actores sociales y escasa participación en instancias de importancia los mantiene relegados, acentuando hábitos de autoexclusión. La estigmatización de la que son objeto muchos de las tribus urbanas y su moda a la autoexclusión ha generado un reto para las y los jóvenes y para las instituciones que buscan fortalecer la participación y la capacidad de incidencia de la población adolescente y joven.

OBJETIVOS

General.

Explorar los determinantes sociales y la salud mental de Jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto.

Específicos

Identificar los determinantes sociales que afectan a los grupos poblacionales de jóvenes residentes en la ciudad de San Juan de Pasto.

Establecer el bienestar psicológico de los jóvenes de diferentes grupos poblacionales residentes en la ciudad de San Juan de Pasto

Analizar las relaciones existentes entre los DSS de los diferentes grupos poblacionales de jóvenes y la salud mental desde el modelo de bienestar psicológico.

Esbozar líneas de acción en relación con la promoción de la salud mental de los jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto.

METODOLOGÍA

Paradigma

La investigación se desarrolló bajo el paradigma hermenéutico, el cual se caracteriza por interpretar la realidad social, manifestar las evidencias obtenidas y analizar los datos con el fin de describir la realidad tal como la experimentan los participantes (Alzina, 2004).

Enfoque de Investigación

El presente proyecto de investigación optó por el enfoque de investigación cualitativa, la cual según Bonilla y Rodríguez (1989) “intenta hacer una aproximación global de las situaciones sociales para explorarlas, descubrirlas y comprenderlas de manera inductiva. Es decir, a partir de los conocimientos que tienen las diferentes personas involucradas en ellas. Esto supone que los individuos interactúan con los otros miembros de su contexto social compartiendo el significado y el conocimiento que tiene de sí mismos y de su realidad” (p.119). Al tiempo, Jiménez-Domínguez (2000) resalta que los métodos cualitativos parten del supuesto básico de que el mundo social está construido de significados y símbolos y por tanto la intersubjetividad constituye pieza clave en este proceso de investigación.

En sintonía con lo anterior, su alcance obedece a un plano interpretativo, lo que implica describir los fenómenos desde la perspectiva de los sujetos participantes en diálogo con los horizontes de sentido de quienes investigan, al tiempo que también se busca avanzar

en la construcción de relaciones complejas entre la información que posibiliten no sólo saber qué está sucediendo sino también por qué (Coffey y Atkinson, 2003).

Se adoptó este enfoque, ya que el tipo de información que se desea obtener por parte de los participantes da cuenta de sus conocimientos y percepciones frente a los DSS y la salud mental siendo habitantes de la ciudad de San Juan de Pasto.

La investigación por ser cualitativa es flexible, actúa entre los eventos y su interpretación sin limitarse a técnicas y etapas fijas en su desarrollo, generando un equilibrio entre lo teórico y lo práctico; es decir, permite que se vaya nutriendo el conocimiento a partir de la interacción con los sujetos (Vega, Ávila, Camacho, Becerril & Leo, 2014).

Tipo de investigación

Se desarrolló una Investigación descriptiva y exploratoria. Es descriptiva dado que se basa en la inducción a partir de un contexto; de modo que los enunciados de un fenómeno son narrativos. El objetivo de la investigación descriptiva consiste en llegar a conocer las características del objeto de estudio (Hurtado de la Barrera, 1998) a partir de la representación exacta de las actividades, objetos, procesos y personas; para este caso, se pretende identificar los determinantes sociales que afectan a los grupos poblacionales de jóvenes y describir el bienestar psicológico de los mismos.

A su vez esta investigación es Exploratoria, dado que consiste en proveer una referencia general de la temática, a menudo desconocida, presente en la investigación a

realizar, para el caso los determinantes sociales y la salud mental de Jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto.

Participantes

La presente investigación se enfocó en los Jóvenes de 18 a 28 años que residan en el municipio de San Juan de Pasto (con un tiempo mínimo consecutivo de permanencia en el municipio de 3 años), lo anterior dado que al ser Pasto una ciudad capital, la permanencia de muchos jóvenes es itinerante y se requiere de un proceso de conocimiento del contexto para poder explorar su realidad.

Se realizó un muestreo de diferentes grupos entre los que se encuentran:

- a. casos políticamente relevantes: Consejo municipal de la juventud de Pasto (Grupo focal y entrevistas)
- b. A través de los integrantes del Consejo Municipal de la juventud identificaremos líderes juveniles (porteros) que representen o participen los siguientes grupos
 - Víctimas de conflicto armado
 - Población LGTBIQ+
 - Grupos étnicos
 - Universitarios
 - Trabajadores
- c. A través de los porteros se identificó a los jóvenes que participaron de los grupos focales, buscando que pertenezcan a diferentes comunas y corregimientos de Pasto.

Al final se contaron con 37 jóvenes en los 5 grupos focales distribuidos del siguiente modo:

- Víctimas de conflicto armado: 5
- Población LGTBIQ+: 8
- Grupos étnicos: 16
- Universitarios: 4
- Trabajadores 4

Así mismo se tuvieron en cuenta cuatro variables sociodemográficas en las que se encuentran: El Sexo con un total de 100% distribuido de la siguiente manera: Hombres con un total de 16 participantes correspondiente al 43% de la población y 21 mujeres correspondientes al 57%.

Dentro de los participantes se tuvieron en cuenta 6 grupos poblacionales distribuidos de la siguiente manera: Población víctima con un total de 5 participantes correspondientes al 13% de la población; LGTBIQ+ con un total de 8 participantes correspondiente al 22 % de la población; Afro con un total de 12 participantes correspondiente al 32% de la población; Indígenas con un total de 4 participantes correspondiente al 11% de la población; de igual manera Universitarios con una total de 4 participantes correspondientes al 11% de la población y finalmente trabajadores con un total de 4 participantes correspondiente al 11% de la población; lo anterior corresponde a un total de 100% de participación activa dentro de la investigación.

En una tercera variable se encuentra el Nivel Educativo donde se identifica que del 100%, 30 personas corresponden a estudiantes universitarios relacionados al 81% de la población, de igual manera se encuentra 6 personas correspondientes al nivel profesional

relacionadas al 16% y finalmente se encuentra la población bachiller con un total de 1 participante relacionada al 3%.

Como ultima variable para tener en cuenta se relacionan los Trabajadores, donde de su 100% de la participación, 8 personas se encuentran laborando, relacionadas al 22% y 29 participantes no se encuentran laborando actualmente, con un total del 78% de la población participante; como se muestra en la tabla.

Tabla 1. Características sociodemográficas de los participantes

CATEGORÍA		N°	%
SEXO	Hombres	16	43
	Mujeres	21	57
Total			100
PARTICIPANTES	Victimas	5	13
	LGBTIQ	8	22
	Afro	12	32
	Indígenas	4	11
	Universitarios	4	11
	Trabajadores	4	11
Total			100
NIVEL EDUCATIVO	Estudiantes Universitarios	30	81
	Profesionales	6	16
	Bachiller	1	3
Total		100	
TRABAJADORES	SI	8	22
	NO	29	78
Total			100

Procedimientos Para La Generación De Datos

La recolección de la información se llevó a cabo mediante un plan que se crea con base en las preguntas de investigación; las técnicas de generación de información

seleccionadas para el presente estudio, se enfocan en describir la complejidad del fenómeno de estudio en su contexto mismo, con la mayor información posible, respetando la perspectiva de los actores sociales implicados. No obstante, partiendo del interés por entender el caso en su totalidad, el plan para obtener la información puede variar, si las preguntas inicialmente planteadas no funcionan, o si aparecen nuevos temas o si se incluyen otros sujetos, etc. (Parlett y Hamilton, 1976).

Las técnicas utilizadas son entrevista *semiestructurada* y *los grupos focales*.

Entrevista semiestructurada

En relación con la **entrevista semiestructurada** se tiene que consiste en una técnica basada en la conversación para obtener información; es flexible, ya que parte de preguntas planeadas que pueden adecuarse a los sujetos entrevistados y al hilo conductor de la conversación. Se realiza a partir de una guía previa de entrevista que se adaptará acorde al rol que cada actor desempeña en el caso, ya que se espera que cada entrevistado haya tenido experiencias únicas y diferenciadas que pueda contar; ésta guía se construye con base en la organización de categorías desde el marco teórico, que permita dar cuenta de sus perspectivas respecto a las barreras actitudinales, institucionales y financieras existentes para lograr la implementación del programa de promoción y prevención “familias fuertes”; no obstante, en el desarrollo de ésta se pueden generar diversas preguntas que podrán incluirse si otorgan información relevante para la investigación.

Las categorías que se definieron para el diseño de la entrevista se diseñaron a partir de una estructura conceptual basada en la revisión de antecedentes, no obstante, pueden

presentarse las llamadas categorías emergentes, que como lo explica Elliot (1990, citado por Cisterna, 2005) son aquellas que surgen desde el levantamiento de referenciales significativos a partir de la propia indagación, resultando una diferenciación interesante del proceso de investigación entre “conceptos objetivadores” (categorías apriorísticas, construidas antes de la recolección de la información) y “conceptos sensibilizadores” (categorías generadas producto del proceso investigativo).

Grupos focales: Los grupos focales son entrevistas grupales detalladas que emplean grupos relativamente homogéneos para proporcionar información sobre temas especificados por los investigadores (Hughes & DuMont, 1993). Los grupos focales proporcionan a los investigadores acceso directo al lenguaje y conceptos que los participantes utilizan para estructurar sus experiencias, y para pensar y hablar sobre un tema designado. Así, los grupos focales enfatizan las perspectivas de los participantes y permiten al investigador explorar los matices y las complejidades de las actitudes y experiencias de los participantes (Hughes & DuMont, 1993).

Los grupos focales se realizan comúnmente entre una pequeña muestra de participantes que comparten una o más características de interés para el investigador (Hughes & DuMont, 1993). En el caso del estudio propuesto, los participantes serán partidarios (“stakeholders”) con intereses establecidos o recursos necesarios que sean pertinentes para el enfoque propuesto del programa. La selección de la muestra para los grupos focales es intencionada y se basa más en la idoneidad y disponibilidad que en la representatividad (Hughes & DuMont, 1993).

Instrumento cuantitativo: Escala de bienestar psicológico de Ryff

El modelo de Ryff (1989) ha recibido mayor atención y apoyo empírico (Ryff Y Keyes, 1995:719). Éste sugiere 6 dominios fundamentales del funcionamiento óptimo: 1) La autonomía que se refiere a la capacidad de resistir presiones sociales, a la autorregulación en las opiniones y en la toma de decisiones; 2) La autoaceptación, que se refiere a la actitud positiva respecto a uno mismo, reconocimiento y por ello la aceptación de los aspectos positivos y negativos; 3) El control ambiental, que alude a la sensación de control y competencia sobre las circunstancias que le rodean; 4) El crecimiento personal, que incide sobre la sensación de percibir que uno evoluciona y progresa de forma continua; 5) Las relaciones positivas con otros, que evalúa la presencia de relaciones íntimas, cálidas con otros y la preocupación por otras personas y 6) El propósito de vida, que se refiere a la presencia de objetivos vitales, la sensación de llevar un rumbo y de que la vida tiene un sentido. (Ver Anexo 4)

Procedimientos para el análisis de los datos

A continuación, se relata todo el proceso iniciando con las tensiones percibidas para la realización del trabajo de campo con los participantes seleccionados.

Tensiones y recomendaciones del trabajo de campo

Se hacen unas recomendaciones para el trabajo con jóvenes ya que esta es una población con diferentes características, económicas, sociales, educativas, laborales, etc. Que generan dificultades a la hora de hacer una investigación.

Se recomienda para el trabajo con jóvenes víctimas del conflicto armado que es un grupo poblacional, tener registro PAPSIVI. Certificado indispensable para el trabajo con esta población. Debido a que es una población protegida. De igual manera, se evidencio que los espacios académicos cuentan con registros y bases de datos que ayudan a la ubicación de la población, generando así una mayor participación.

Por otra parte, la experiencia recogida en el trabajo de campo se pone de manifiesto la dificultad para el trabajo con jóvenes. Se logra identificar que hay dos momentos que generaron tensiones a la hora del trabajo de investigación:

En primer lugar, tensiones en la convocatoria. Se optó por buscar un portero quien haría un acercamiento con la población. Durante el proceso se dificulto encontrar al líder, ubicarlo, así como dificultad para tener una comunicación clara con este. Lo que genero desinformación a la hora de encontrar a los participantes. Así mismo la difusión, aunque fue clara se presentaron dificultades al no ser oportuna, debido al poco tiempo con el que contaban los participantes. Para este punto se recomienda utilizar las bases de datos de las universidades ya que facilita lo localización de la población.

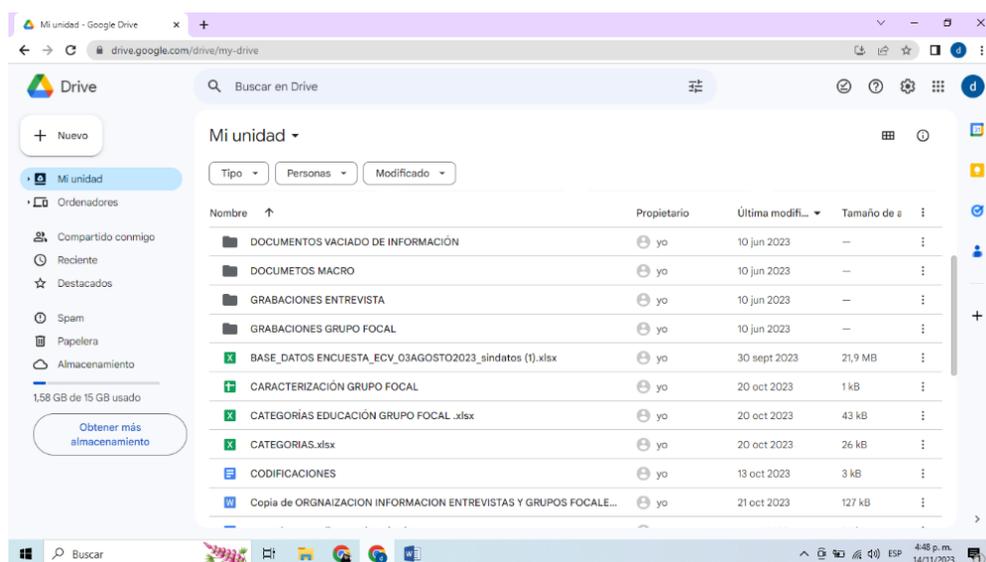
En segundo lugar, Tensiones en el momento de realizar los grupos focales. Se logro identificar que la extensión de las preguntas, creó malestar en los participantes, así mismo el manejo de la intervención y el recorte de la intervención, genero inconformidad. En ese sentido la grabación presento afectación debido a que todos querían participar a la vez. Generando inconvenientes a la hora de hacer las transcripciones. Por último, la participación, en algunos grupos focales, se presentó que jóvenes no deseaban hablar.

Se recomienda hacer pruebas piloto de las entrevistas para verificar consistencia de las preguntas y tiempo de respuesta. De esta manera se podría reducir el malestar por la extensión de las preguntas.

Organización De La Información

Para mantener una organización de la información más clara, se creó un correo electrónico al que todos los investigadores tuvieran acceso, con él, se construyó un drive en el cual se dividió carpetas para cargar toda la documentación y recolección de información, estas carpetas se dividieron por proceso, como, grabaciones de entrevistas, otra de grupos focales, una carpeta para lo correspondiente al vaciado de información, tanto de entrevistas, como de grupos focales en su respectivo orden. Adicionalmente, se encuentran subidos todos los documentos de soporte, como lo son consentimientos informados, cartas de solicitud, escalas de bienestar y matrices.

Tabla 2 Archivos utilizados para proceso de análisis



Nombre	Propietario	Última modif...	Tamaño de s
DOCUMENTOS VACIADO DE INFORMACIÓN	yo	10 jun 2023	—
DOCUMENTOS MACRO	yo	10 jun 2023	—
GRABACIONES ENTREVISTA	yo	10 jun 2023	—
GRABACIONES GRUPO FOCAL	yo	10 jun 2023	—
BASE_DATOS ENCUESTA_ECV_03AGOSTO2023_sindatos (1).xlsx	yo	30 sept 2023	21,9 MB
CARACTERIZACIÓN GRUPO FOCAL	yo	20 oct 2023	1 kB
CATEGORÍAS EDUCACIÓN GRUPO FOCAL .xlsx	yo	20 oct 2023	43 kB
CATEGORIAS.xlsx	yo	20 oct 2023	26 kB
CODIFICACIONES	yo	13 oct 2023	3 kB
Copia de ORGNAIZACION INFORMACION ENTREVISTAS Y GRUPOS FOCAL...	yo	21 oct 2023	127 kB

Posteriormente, se procedió a realizar la nomenclatura de las entrevistas y los grupos focales, es decir, se le asignó un código a cada una de ellas teniendo en cuenta las técnicas, su tipo, los participantes y características específicas de los mismos.

Tabla 3 Codificación de los participantes

ENTREVISTAS		GRUPO FOCAL	
ENTREVISTAS	CÓDIGO	GRUPO FOCAL	CÓDIGO
Dirección de Juventud	PE DAJ	Víctimas del conflicto armado	PG VIC 1
Dimensión salud mental	PE DSM	Población LGTBIQ+	PG LGT
Universitario público	PE UPUB	Indígenas	PG INDG
Universitario privado	PE UPRIV	Comunidad Afro	PG AFRO
Docente	PE DOC	Universitarios	PG UNIV
Líderes	PE LÍDER	Trabajadores	PG TRAB
Representante comunidad ESC bajo	PE COM 1	Líderes	PG LÍDER
Representante comunidad ESC alto	PE COM 2		

Luego de esto, se realizó el vaciado de información, que consiste en transcribir las grabaciones de las entrevistas y los grupos focales, de manera exacta en archivos de Word, y con la creación de una tabla donde se encuentran las preguntas de cada categoría y alado las respuestas de todos los participantes, con su debida codificación.

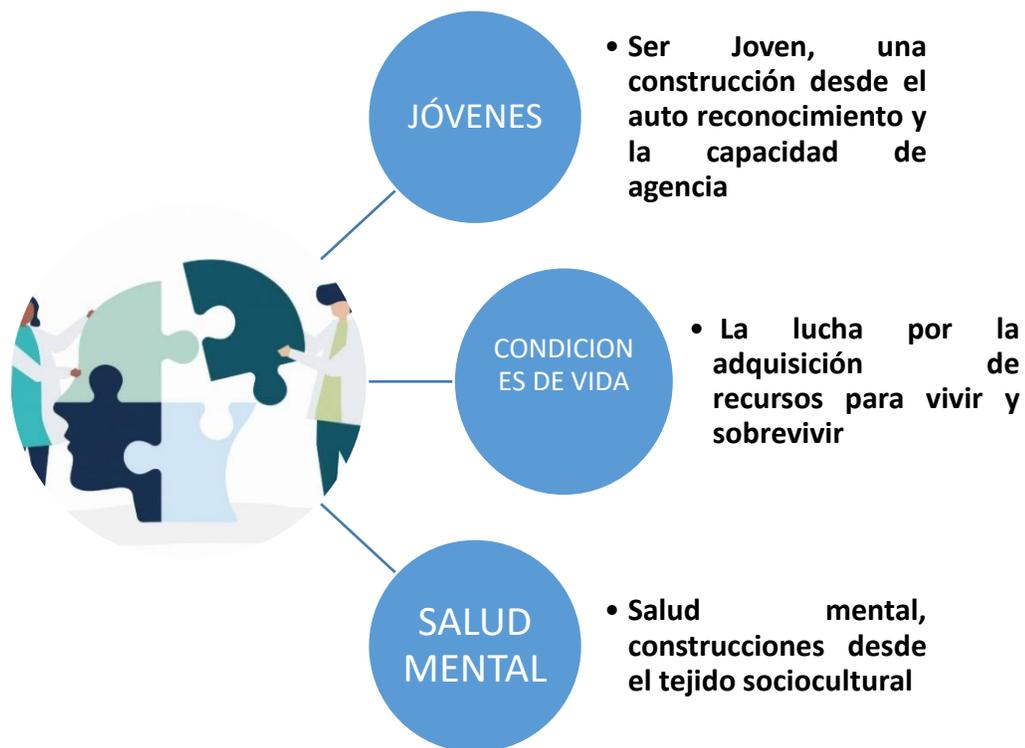
Tabla 4 Categorías y subcategorías de análisis

EJE / DIMENSIONES	CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
Eje I JÓVENES	Ser joven	Ser Joven Joven En Pasto
	Metas	Metas de los Jóvenes Gestión para los jóvenes de Pasto
	Desafíos Dificultades	Barreras o dificultades Recursos de afrontamiento
	Oportunidades	Oportunidades o Recursos Aporte desde su rol para los jóvenes Estrategias o Políticas públicas. Oportunidades para los jóvenes
Eje II CONDICIONES DE VIDA	Contexto económico	Actividad Económica Inversión de sus recursos
	Cultural	Espacios de participación cultural Entidades que promueven la participación Apoyo para los jóvenes artistas Proyectos de apoyo a la vinculación de jóvenes
	Educativo	Oportunidades de ingreso Barreas para el ingreso Intereses Educativos Instituciones a las que acuden
	Salud	Accediendo a los servicios de salud Servicios más solicitados Practicar saludables Oportunidades de acceso Barreras de acceso
	Político	Participación Política de los jóvenes Intereses políticos Participación en políticas públicas Programas para juventud
	Condiciones Sanitarias	Servicios Públicos Quehaceres del hogar Garantías Laborales Entornos Saludables Tensores/estresores Redes de Apoyo Participación en comunidad
	Recreación y deporte	Apoyo de entidades públicas y privadas Diversión para los jóvenes
	Eje III SALUD MENTAL	Capacidades
Recursos		Recursos para el cuidado de la SM Lugares/personas Prácticas de cuidado en SM

	Potencialidades	Prácticas de autocuidado Factores que promueven la SM
	Bienestar	Autónomos en la vida cotidiana Toma de decisiones

Seguido a esto, se crea una tabla donde se evidencian las categorías de la investigación y las respuestas que dieron los participantes de todos grupos focales frente a las mismas preguntas, para lograr una perspectiva más amplia de la información recolectada.

Figura 1 Categorías Iniciales de Investigación



Procedimientos De Análisis

La codificación: Una vez obtenido un conjunto de datos a través de alguno o varios de los procedimientos antes mencionados, la primera operación a desarrollar consiste en

comparar la información obtenida, tratando de dar una denominación común a un conjunto de datos que comparten una misma idea. Es lo que llamamos codificar. Codificar supone leer y releer nuestro dato para descubrir relaciones, y en tal sentido codificar es ya comenzar a interpretar. Este tipo inicial de codificación es la que se ha denominado codificación abierta [open coding]. Los códigos pueden provenir tanto de las lecturas y la formación teórica del investigador (pre-codificación) o, lo que es más rico, del lenguaje y las expresiones utilizadas por los actores (códigos in vivo).

Al principio se compara entrevista (u otra fuente de datos) contra entrevista (u otra fuente): de aquí surgen las categorías. Luego, cuando la teoría emerge, se comienzan a comparar los nuevos datos que se van recolectando con las categorías teóricas. Esto es lo que se denomina la comparación constante.

Codificar supone siempre un corte o fractura de los datos. Por un lado, permite identificar y agrupar información descontextualizándola, es decir extrayéndola del texto original. Por otro lado, admite recuperarla en un nuevo texto (recontextualización) y comenzar a interrogarla para descubrir sus propiedades y dimensiones (sub-categorías). Esto supone dos operaciones analíticas complementarias:

a. La búsqueda activa y sistemática de propiedades. Es lo que se denomina codificación axial.

b. La escritura de notas (memos) para registrar las ideas y relaciones que vayan surgiendo durante la codificación. Básicamente los memos son notas que uno se escribe a sí mismo para retener las ideas y relaciones que le van surgiendo a partir de la lectura y comparación de los datos.

Codificación abierta: El investigador genera categorías de información iniciales sobre el fenómeno estudiado segmentando la información. Dentro de cada categoría, el

investigador encuentra diversas propiedades, o subcategorías, y busca información para dimensionar, o mostrar las posibilidades extremas de la propiedad dentro de un continuum.

Codificación axial: El investigador reúne la información en nuevas formas después de la codificación abierta. Esto es presentado usando un paradigma de codificación o diagrama lógico en el cual el investigador identifica una categoría central sobre un fenómeno.

Es importante aclarar que no se expone el uso de la codificación selectiva, puesto que la pretensión exploratoria no es la generación de teoría, como lo es el caso de este Macro.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

Las consideraciones éticas del presente estudio fueron formuladas a partir de la Resolución 8430/93 del Ministerio de Salud (Colombia).

La presente se clasifica dentro de la categoría de investigación “con riesgo mínimo”, ya que los participantes no fueron expuestos a procedimientos invasivos o de diagnóstico ni tampoco se manipuló la conducta del sujeto. Si bien es cierto, existe la posibilidad de que se presenten riesgos o incomodidades derivadas del trabajo de campo, estos riesgos no comprometen la vida, la seguridad o la dignidad de los participantes. Adicionalmente existen mecanismos y estrategias que permiten prevenir o mitigar dichos riesgos. Finalmente, los riesgos y malestares a los que se hace referencia tienen un carácter transitorio.

Durante la investigación, se llevaron a cabo entrevistas semiestructuradas de manera individual y grupos focales con diferentes grupos poblacionales (Victimas del conflicto armado, grupos étnicos y población LGBTI, universitarios, trabajadores y líderes de organizaciones sociales, deportivas y culturales), en los que no se solicitó información personal o íntima, por el contrario, se busca profundizar en la percepción de los jóvenes sobre los “determinantes sociales de la salud mental positiva”. Se realizaron grabaciones de audio y registros mediante diarios de campo, para lo cual se solicitó consentimiento informado por escrito de los participantes (Anexo 1) y se contó con la aprobación escrita de las instituciones u organizaciones en las que se realizaron las diferentes actividades del trabajo de campo.

En el consentimiento informado se informó a los jóvenes acerca de las formas de registro de la información, los fines de dichas formas de registro, su custodia y su uso.

A continuación, se exponen las consideraciones éticas del estudio:

a. Derecho a la información: se brindó a los participantes información detallada con relación a los propósitos, procedimientos, instrumentos de recolección y análisis de los datos, en el momento que lo estimen conveniente. Así mismo, los investigadores se comprometieron a clarificar oportunamente cualquier duda sobre la investigación que sea expuesta por los participantes.

b. Derecho a la no-participación: los participantes tienen plena libertad para abstenerse de responder total o parcialmente las preguntas que le fueron formuladas o de participar en las actividades propuestas y a prescindir de su colaboración cuando a bien lo consideren. El investigador evaluó continuamente el deseo de los participantes para continuar en la investigación, de modo que se garantizara la voluntariedad y la autonomía. No se ejerció ningún tipo de presión ni coacción para participar en la investigación por parte de los investigadores, o cualquier otra persona que ejerza autoridad sobre los jóvenes.

c. Confidencialidad: la investigación garantizó el anonimato de los participantes debido a la importancia y respeto a la dignidad y valor del individuo, además el respeto por el derecho a la privacidad. El investigador se comprometió a no informar en sus publicaciones o actividades de divulgación, ninguno de los nombres de los participantes o las instituciones, ni otra información que permitiera su identificación.

d. Compromiso de proporcionar información actualizada obtenida durante el estudio: el investigador se comprometió a socializar los resultados de la investigación con los participantes y con las instituciones u organizaciones. Para tal fin se desarrollaron las estrategias que permitan la apropiación social del conocimiento generado.

e. Remuneración: los fines de la presente investigación son eminentemente académicos y profesionales y no tienen ninguna pretensión económica. Por tal motivo, la colaboración de los participantes fue totalmente voluntaria y no tuvo ningún tipo de contraprestación económica ni de otra índole.

f. Divulgación: los resultados de la investigación serán divulgados mediante su presentación en eventos académicos nacionales e internacionales, y a través de artículos publicados en revistas académicas. No obstante, en estos procesos de divulgación el secreto profesional se mantendrá sin que se pudiera dar lugar al reconocimiento de la identidad de los participantes.

g. Disponibilidad de tratamiento: Dado que la investigación no contempla ningún tipo de diagnóstico o intervención y que no se modificará la conducta de los participantes no se abordaron temas relacionados con la intimidad que puedan afectar emocionalmente a los participantes, la investigación no contempló la disponibilidad de ningún tipo de tratamiento.

h. Molestias o riesgos esperados: Dada la naturaleza del tema y de la población es posible que se evidenciaran algunos riesgos o incomodidades los cuales se presentan a continuación, así como las estrategias previstas para prevenirlos o mitigarlos:

Tabla 5. Mitigación de las molestias o riesgos esperados

Riesgos e incomodidades	Formas de prevención o mitigación
Condiciones de seguridad de los contextos en los que va a desarrollar el trabajo de campo	<ul style="list-style-type: none"> • Análisis previo de las condiciones de seguridad de los contextos • Contar con el apoyo de líderes de la zona que puedan servir como “porteros” para el acceso al campo • Desarrollar las actividades en instituciones que brinden adecuadas condiciones de seguridad y comodidad para los participantes y los investigadores
Incomodidades relacionadas con la dinámica grupal en el caso de los grupos focales	<ul style="list-style-type: none"> • Los entrevistadores recibirán el entrenamiento necesario para el manejo de los grupos focales tanto a nivel metodológico como de la interacción • Se realizará un encuadre detallado del grupo focal en el que se exponen las condiciones de participación, de tal modo que se eviten situaciones incómodas para los participantes (presión de grupo, intimidación, etc). • Los investigadores validarán permanentemente la disposición de los participantes para permanecer en el grupo focal y reiterará que la participación es completamente voluntaria.
Dado el carácter emergente de las técnicas cualitativas en las cuales las preguntas que se formularán a los participantes dependen de lo que surge en el contexto de la conversación, existe un riesgo	<ul style="list-style-type: none"> • Se realizará una guía previa de entrevista, validada por expertos, que sirva de orientación para el desarrollo de la entrevista. • Los entrevistadores contarán con una conceptualización y una

<p>asociado a preguntas no previstas que puedan desviarse del foco de la investigación o que puedan formularse de tal manera que genere incomodidad para los participantes</p>	<p>contextualización que permita mantener el foco de la investigación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se realizará un entrenamiento previo a través de simulación con los entrevistadores para prepararlos en el manejo de preguntas emergentes
<p>Dada la naturaleza del tema y de la población es posible que se evoquen pensamientos o sentimientos que generen alguna incomodidad o malestar a los participantes, relacionadas con experiencias previas</p>	<ul style="list-style-type: none"> • En el encuadre del trabajo de campo con los participantes se dejará claro que la investigación no busca indagar por experiencias personales, sino por la percepción que ellos tienen sobre el problema de investigación. Así mismo se enfatizará en la libertad que tienen los participantes para responder o no a las preguntas que les sean formuladas • Si llega a presentarse algún tipo de afectación emocional por parte de los participantes, los entrevistadores tendrán el entrenamiento en primeros auxilios psicológicos para realizar la contención emocional del participante. • En caso de que se considere necesario, los investigadores orientarán a los participantes acerca de las rutas de atención (Ver Anexo) que pueden seguir para recibir atención profesional.
<p>Inclusión dentro de la muestra a personas que pertenecen a grupos vulnerables (Población LGTBI, grupos étnicos, víctimas del conflicto armado)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La condición de vulnerabilidad a la que se hace referencia no es el objeto de la investigación, sino un criterio metodológico para la selección de los participantes buscando abarcar un amplio rango de condiciones juveniles. • La información que se recogerá en la investigación no se refiere entonces de manera específica a su condición de vulnerabilidad sino a la visión que los participantes tienen acerca de los DSS y su relación con la Salud Mental Positiva.

i. Beneficios que puedan obtenerse: Generar conocimiento científico que permita entender los determinantes sociales de la salud mental positiva para orientar políticas e intervenciones en el ámbito público y privado. También, comprender los determinantes sociales de la salud mental positiva de los jóvenes en el contexto específico de la ciudad de Pasto, además de permitir tomar en consideración la voz de los jóvenes en torno a la problemática, incluyendo diversas perspectivas juveniles y condiciones sociales.

Por otro lado, los beneficios para los participantes de la investigación son los siguientes: La posibilidad de sentirse escuchados e incluidos al abordar problemáticas relacionadas con sus modos de vida y sus condiciones sociales; tanto la reflexión durante el trabajo de campo como la apropiación de los resultados de la investigación fortalece la condición de ciudadanía juvenil y la reflexión crítica de los jóvenes.

j. Custodia de la información: La información física derivada de la generación de datos con los participantes (grabaciones, transcripciones, consentimientos, etc.) serán almacenados en un archivo de la institución investigadora, bajo llave, con acceso restringido al equipo de investigación. La información digital se guardará encriptada y las contraseñas solo las tendrán los investigadores del proyecto. Tanto la documentación física como la digital se conservará por un periodo de 10 años; luego se destruirá y se realizará el acta de destrucción

k. Aval de la institución: en aquellos casos en los cuales los grupos que participarán en la presente investigación tengan una filiación institucional, se solicitará el

aval escrito a las instituciones correspondientes y se le informará permanentemente a la institución acerca del curso de la investigación.

Revisar Consentimiento Informado (Anexo 1)

Revisar Rutas de atención (Anexo 2)

RESULTADOS

Categoría 1: Ser Joven, una construcción desde el auto reconocimiento y la capacidad de agencia.

Ser joven implica la exploración constante de uno mismo y del mundo que lo rodea. Es un viaje de autodescubrimiento donde los jóvenes se sumergen en la búsqueda de su identidad, tratando de comprender quiénes son, cuáles son sus valores y cuál es su lugar en la sociedad.

Uno de los aspectos más distintivos de la juventud es la energía palpable y la sed insaciable de conocimiento. Los jóvenes están ávidos de aprender, experimentar y desafiar las normas establecidas. Este período se caracteriza por la valentía de explorar territorios desconocidos, ya sea en el ámbito académico, cultural o personal. La juventud es el tiempo de hacer preguntas, cuestionar y buscar respuestas que den forma a sus creencias y perspectivas únicas.

Sin embargo, este viaje no está exento de desafíos. La presión social, las expectativas familiares y las incertidumbres sobre el futuro son sombras que se ciernen sobre la experiencia juvenil. La búsqueda de identidad a menudo se ve entrelazada con la necesidad de encajar en un mundo que puede parecer desconcertante y exigente. Los jóvenes enfrentan decisiones cruciales sobre sus diferentes entornos, lo que añade un nivel adicional de complejidad a esta etapa de la vida.

En resumen, ser joven es un viaje dinámico y multifacético lleno de posibilidades y desafíos. Es una etapa de crecimiento, autodescubrimiento y construcción de conexiones significativas. Aunque implica enfrentar incertidumbres y presiones, la juventud es también

un tiempo de empoderamiento, donde la creatividad y la pasión pueden florecer, allanando el camino para contribuciones valiosas y un futuro lleno de promesas.

En ese sentido, los participantes hacen un reconocimiento de sí mismo y de su identidad, confrontándose con el adulto futuro, como refiere: PG AFRO 9 la juventud es “como descubrir, descubrirme como persona quién soy”, de esta manera, se construye una identidad generacional capaz de hacerse cargo de su entorno e incluso de su propia condición.

Lo anterior permite inferir, que los jóvenes enfrentan una sociedad de transformación cuya velocidad no tiene precedentes, de este modo ellos generan su propia construcción de identidad a partir de las dinámicas sociales, como lo que piensan y sienten acerca de sí mismos y sí mismas, infiriendo sobre las inequidades sociales, de esta manera la juventud según PG LGTIQ5 es tomada como la etapa de “auto reconocimiento”, en este sentido una forma de auto reconocimiento es estar en una etapa de crisis de identificación, donde se empieza a tomar decisiones que implican asumir una posición frente a los cambios físicos y mentales que trae consigo la transición de la adolescencia a la adultez.

De igual manera, siguiendo la idea del párrafo anterior el participante PG LGTIQ4 hace alusión a ser joven como la etapa de “autodescubrimiento”, el cual es alusivo por los participantes como reconocer las habilidades y destrezas que se tiene para enfrentar a una sociedad conservadora con unos limitantes y prohibiciones a nivel social, que involucran valores y visiones del mundo que guían esos comportamientos en la sociedad.

Esta mirada permite reconocer y comprender la juventud como proceso de transición, el cual se puede aludir a una resistencia al cambio: PG LGTIQ4 refiere “toca por así decirlo madurar, volverse un adulto”, lo cual puede expresar incertidumbre o dificultad, generando asimismo, cuestionamientos de comprensión de formas propias de ver el mundo,

y con ello dificultad de adaptación al entorno, por otra parte, un participante PG LGTIQ2 menciona que el ser joven es “la transición de lo que estamos dejando hacia lo que queremos llegar”, que está relacionado con las habilidades y destrezas que se tenga para desarrollar los proyectos de vida, lo mencionado con anterioridad permite el descubrimiento y la reflexión crítica de lo que se quiere ser, la difícil construcción de la juventud como identidad independiente y autoconstructiva.

De este modo, podemos decir que la transición de la juventud conlleva y atraviesa aspectos sociales que se exteriorizan de acuerdo con el momento en el que el joven se encuentre, este evoluciona a sí mismo y presenta asimilación de las normas que le permiten la cohesión social, como menciona PG AFRO 3 que ser joven “es la etapa de aprender a conocer”, estructurando simbólicamente los diferentes cambios y su propia identidad, construyéndola desde su presente y confrontándose con el futuro adulto.

Por tanto, el abordaje de la juventud es individual, el sujeto se ve a sí mismo en una etapa de descubrimiento, de aprender a conocerse, es así que, los jóvenes pastusos tienen sueños que pueden estar relacionados con brechas de inequidades sociales a nivel gubernamental de políticas públicas, donde existe desigualdad asociado a diversos problemas que preocupan a la humanidad como el desempleo, crisis económica, adicción a drogas ilegales, inseguridad ciudadana, violencia, entre otros, son determinantes que según PG LGBTIQ 3 refiere que “ser joven en pasto es como una lucha diaria contra todos los contextos, contra todos los ámbitos que nos rodean, económicos, sociales, políticos, personales”, la lucha constante de la inequidad social que trae consigo luchas y resistencia frente a los procesos sociales.

Para tal fin y con el objetivo de comprender la inequidad social, que involucra aspectos negativos de la juventud, que la preceden condiciones culturales y

socioeconómicas que en la actualidad se presenta, tal como refiere el siguiente testimonio de PLGTIQ2:

“no sabemos si podemos estudiar algunos, otros tienen que trabajar otros tienen que mantener su familia, otros son padres, madres o están en el proceso de identificación personal, de su orientación sexual, proceso gradual el cual puede estar influenciado por factores biológicos, sociales y culturales”.

De esta manera posibilita a su vez asumir que en el periodo juvenil actual existen todas las necesidades humanas básicas y otras específicas, que convierte a la juventud como sujetos en preparación para el futuro adulto que está en construcción y formación, y ya tiene unas condiciones sociales que posibilitan esta etapa de la vida con oportunidades y limitantes, como refiere PG LGBTIQ7 “es una sociedad completamente ansiosa, completamente depresiva y es por eso la ansiedad de saber qué voy a hacer en un futuro, que voy a tener un trabajo, que tengo que estudiar”, todo ello determina a la juventud a tener problemas de salud mental afectando su calidad de vida.

Ante lo anterior, se presenta una visión de la juventud desde un componente individual asociado a sus experiencias y formas de ver la vida; pero también, permite dilucidar que puede darse desde otra mirada, haciendo hincapié en lo social y la comunidad; identificando al joven desde lo colectivo, como un ser que se involucra en las prácticas de su entorno y su territorio según PG INDG 1 “el ser joven le llamamos así cari musu que significa hombre joven en hombre nuevo”, haciendo alusión a una cosmovisión de oportunidad en la juventud, y en conocer el significado de llegar a la sabiduría a través del aprendizaje de los adultos o taitas en sus comunidades.

Las prácticas y conductas sociales, se conciben en gran medida desde una visión social, con un reconocimiento de sí mismo en un colectivo mayor, en un grupo social, que

determina compartir las situaciones de vida e interacciones sociales en ese entorno, involucrando creencias, valores y visiones como factores protectores como refiere PG INDG 2 que ser joven “es como esa transición entre ser guagua y ser mayor, es la transición en la que uno aprende de la vida, en la que uno se puede equivocar, en la que uno se puede caer, en la que uno está aprendiendo, está experimentando de la vida para llegar a esa sabiduría”.

Ahora bien, la comunidad otorga un sentido de valor y de pertenencia que puede ejercer apoyo en aspectos emocionales y de salud mental de un sujeto, los cuales son de vital importancia para conocer realmente y a profundidad, cuáles son las causales de desarrollo del estado de bienestar del ser humano, puesto que este, esta relacionado con su interacción social de su entorno y comunidad, como menciona PG INDG 2 “ser un taita es ser una persona muy sabia, una personas que guarda la sabiduría y la comparte con su comunidad”, esto potencializa las habilidades frente a las oportunidades que brinda su entorno donde el conocimiento es trasmitido y genera un aprendizaje colectivo.

Como puede verse la juventud, siendo una etapa de trasformación, genera en los seres humanos evolución, en este sentido las interacciones sociales con su medio influyen de manera significativa la percepción de los jóvenes, específicamente las relacionadas con su entorno sociofamiliar y comunitario, el participante PG INDG 4 menciona “la juventud es sinónimo de eso de oportunidad llegar a más adelante el tener el conocimiento, pero es aquí donde usted se fundamenta, donde usted toma sus decisiones y observa hacia dónde quiere ir” es por ello, que el desarrollo de las dinámicas sociales, culturales, familiares y personales influyen en los procesos de consolidación de estructuras psicológicas y sociales, y por ende, su salud mental y bienestar.

En concordancia con lo anterior y de acuerdo a las diferentes reflexiones, en estas experiencias el sujeto se ve así mismo desde dos ejes: uno individual y otro social o en comunidad, ejerciendo gran importancia el entorno de relación donde este se encuentre, es por ello que, desde otro eje tenemos a un entorno rural y urbano el cual determina unas condiciones sociales diferentes en los jóvenes como refiere PG INDG 2 el “acceso a mejor educación, tal vez acceso a mejores oportunidades de ocupar su tiempo libre en algo productivo”, donde se enfatiza lo rural como un factor de posibilidades por la cercanía de su entorno social y lo urbano de acuerdo a las oportunidades de acceso a educación, tecnología, acceso a la información entre otros, es por ello que las barreras e inequidades sociales determinan condiciones de oportunidad de acceso.

Por otra parte, en cuanto a los comportamientos de la población como determinantes sociales, existen diversas formas de actuar, como pueden ser los comportamientos establecidos por un individuo o un grupo social, que están permeadas por componentes psicológicos como la resolución de conflictos, autorregulación, intereses y motivación, es por ello, que debemos conocer qué realiza en la cotidianidad un joven pastuso, donde un participante refiere PG LGBTIQ 2 “lo que hace un joven usualmente es mucho, la cuestión académica de estudiar, relacionarse con las demás personas ir formando sus grupos académicos y comenzar a estudiar, puede ser el colegio, puede ser la universidad”, en este sentido, hay unos recursos que se convierte en un factor protector como es la educación, aprendizaje e interacción con el entorno.

Por tanto, la juventud es dinámica y sus comportamientos se relacionan con los contextos puesto que son diferentes, de ante mano, existen determinantes culturales donde se encuentran jóvenes con destrezas y habilidades para la cultura haciendo alusión al carnaval de blancos y negros, los jóvenes son activos en distintos contextos generando

competencias de adaptación y de identidad a usos y costumbres generacionales, para ello PG LGBTIQ1 refiere “yo me he dado cuenta que aquí Nariño los jóvenes son muy activos en cuanto a la parte política, la parte social, la parte cultural”, donde los jóvenes se involucran en las prácticas culturales del municipio de Pasto (N), lo cual contribuye a lograr desarrollo social y cultural tanto individual como colectivo.

Finalizando en la temática de juventud, es necesario reconocer que existen factores sociales que influyen o determinan la toma de decisiones, lo cual puede deberse desde la exploración y acercamiento a experimentar el consumo de sustancias psicoactivas como una forma de interacción social, lo cual puede afectar la calidad de vida de los jóvenes, generando problemáticas a nivel de su salud mental, proyecto de vida y aumento de patologías; según PG INDG 3 los jóvenes pastusos “pues ellos sean optado por tomar rumbos como el alcoholismos, la drogadicción o a veces incluso lo miran como algo ellos novedoso”, es así que, como en los jóvenes se pueden dar condiciones de bienestar como lo es la cultura, el deporte, la educación; también se presentan condiciones que determinan problemáticas como lo son el consumo de sustancias psicoactivas y problemáticas en salud mental.

Metas

En la juventud, es crucial desarrollar un proyecto de vida que incluya propósitos y metas. Estos, influenciados por el entorno y el contexto, involucran la organización de ideas vocacionales, académicas, familiares y culturales con el fin de establecer objetivos a corto, mediano y largo plazo. El lugar de residencia adquiere una importancia significativa, ya que tiene consecuencias directas que pueden tanto frenar como motivar al joven en la búsqueda y consecución de sus metas. Además, contribuye a definir la dirección de sus

esfuerzos, aclarando el rumbo hacia el cual se orientan y cuáles son los propósitos que se pretenden alcanzar con ellos. Comenta:

PE CONS: ... “esta es una meta con preocupación, porque una gran cantidad de jóvenes cuando uno los aborda, los socializa, la meta que tienen es salir de Pasto, no ven un desarrollo económico, no ven un desarrollo prospero dentro de sus vidas en una ciudad como Pasto, reconocen que es una ciudad “buena para vivir” que tiene una amplitud socioeconómica y demográfica muy amplia, muy extensa y que eso permite que sea una ciudad aceptable, acogible, pero hay una gran posición y una gran mayoría de jóvenes que quieren vivir procesos fuera de la ciudad...”

En consecuencia, este elemento influye en la integración de la identidad personal y social en un contexto transitorio. La identidad se funda como un aspecto crucial al considerar acciones específicas para concebir un proyecto significativo, que no solo proporcione satisfacción personal, sino también generosos ingresos. Este último se destaca como uno de los objetivos primordiales entre los jóvenes en Pasto.

De igual forma, PE COM 1: ... “la estabilidad laboral yo creo que es lo principal, la meta de nosotros los jóvenes en este momento aquí en Pasto, yo creería que es poder tener garantizado la estabilidad laboral una estabilidad de ingresos”. Por lo tanto, resulta fundamental establecer metas a corto, mediano y largo plazo, elaborando ya sea un plan de negocios o un plan de estudios; donde la formación académica se destaca como otra de las metas significativas entre los jóvenes de Pasto, al igual que estar cursando una carrera profesional, Así lo refiere PE DAJ: “El proyecto de vida, para mí es ser profesional en cualquiera de los perfiles, siempre, tratan de brillar por su estudio. O sea, nunca, nunca se quedan en lo técnico, siempre van a incidir en lo profesional; ese es un joven Pastuso...”

Para completar lo anterior también se resalta lo siguiente PE DOC: “... ser el alguien en la

vida, es ser un profesional, porque creo que a nosotros nuestros padres nos han dicho, que la mejor inversión es la educación y eso está enmarcado en nuestro día a día”. Se logra identificar que algunos jóvenes escogen metas académicas, por satisfacer las necesidades de sus padres y cumplir sus demandas.

Por lo tanto, resulta crucial que los jóvenes reciban orientación en la definición de sus metas, ya sea por parte de padres, docentes, grupos sociales de orientación vocacional, entre otros. Aunque esta orientación es esencial, las metas deben ser establecidas por los propios jóvenes, no por terceros. Esta autonomía repercute directamente en la satisfacción de sus necesidades personales y profesionales, permitiéndoles trazar pasos específicos para cada meta y alcanzar un mayor autoconocimiento de sus intereses más profundos en la vida.

Por otra parte, algunos jóvenes refieren, que se necesita mejorar la calidad de los proyectos o escenarios donde se observan oportunidades de emprendimiento. Como lo refiere:

PE UPUB: “..en cuanto a gestión por ejemplo debería haber un mejor manejo en cuanto a dirección de juventud, que ha abierto muchas posibilidades y ha abierto muchas plataformas, por ejemplo los CMJ – los consejos municipales de juventud, sé que hay una mesa de juventudes, si mal no estoy, que han sido, creo yo, escenarios donde han permitido posicionar la voz de los compañeros y las compañeras y que hasta cierto punto el gobierno de Pasto en este momento, ha tratado de gestar; sé que hay estos escenarios, pero si el tema de corrupción atraviesa absolutamente todo, y si bien hay esos escenarios donde se apertura la participación, y donde se generan, veo yo, o en lo que yo he podido percibir, temas un poco más relacionados a emprendimiento, si son los chicos y las chicas y la

juventud en general quienes tienen que auto gestionar sus propios procesos, sus propios recursos, cuestiones para sacar adelante ideas o cumplir estos sueños de transformación”.

Asimismo, comenta PE DOC: “creo que la meta de nuestros jóvenes de la región tiene, es que ellos quieren salir adelante, ya sea por sus emprendimientos, ya sea por su formación, es una región de mucha cultura, y todos nuestros jóvenes quieren prepararse, continuamente, aunque nuestra región no brinda esas posibilidades, ellos buscan la posibilidad, de formarse...” En este sentido, se evidencia el empoderamiento de los jóvenes en la ciudad de Pasto al buscar activamente los recursos necesarios para alcanzar sus objetivos. Esto implica potenciar sus habilidades en áreas como ideas de negocios o estudios, así como fortalecer la toma de decisiones basada en sus recursos tanto internos como externos.

Sin embargo, es claro que se requiere un impulso desde el ámbito político para desarrollar proyectos más significativos relacionados con la educación superior y las iniciativas emprendedoras. Esto permitiría articular de manera efectiva las oportunidades proporcionadas con los intereses particulares de los jóvenes.

Teniendo en cuenta lo que menciona, PG LGBTIQ2: “Pues personalmente trabajo y pues yo creo que todos los jóvenes a fin de cuentas buscan algunos un poco de estabilidad no solamente pues con el trabajo sino también con sus vidas personales, tener más tranquilidad también...”

En este sentido, es crucial resaltar la importancia de la interrelación entre las metas establecidas en cada faceta de la vida, ya sea en el ámbito laboral, familiar, académico, económico o personal. Este rumbo se sustenta en la preservación del bienestar personal, contribuyendo al equilibrio emocional durante la consecución de sus objetivos. Para

muchos jóvenes, la estabilidad familiar juega un papel fundamental en su bienestar, ya que esta esfera está vinculada al reconocimiento de metas donde la familia, especialmente los padres, orienta a los jóvenes para articular sus habilidades y áreas de mejora. De esta manera, el joven construye un plan adaptado a su realidad, lo que le brinda mayores posibilidades de éxito.

En otras palabras, la familia desempeña un papel motivador fundamental en la vida de los jóvenes de Pasto, ya que juega un papel clave en el proceso de establecimiento de metas. Es crucial destacar que cuando las dinámicas familiares son saludables y asertivas, los jóvenes tienen la capacidad de construir proyectos de vida sólidos, alineados con los valores y principios que les han inculcado. Por otro lado, en situaciones familiares disfuncionales, los jóvenes enfrentan dificultades para articular sus ideas y propósitos, lo que a menudo resulta en decisiones equivocadas, como elegir estudios o una profesión que no les gusta o apasiona. En los casos más graves, estos desafíos pueden llevar a desperdiciar sus vidas debido a problemas relacionados con adicciones.

Sumado a lo anterior, los jóvenes también inician una etapa importante para su futuro y se empiezan a encontrar con sus propias limitaciones, como las de no sentirse capaces, sentir presión, miedos, entre otros, lo que puede ser muy frustrante para ellos.

En este contexto, la situación previamente descrita subraya la vital importancia de la salud mental en los jóvenes. En este escenario, los profesionales de la salud mental juegan un papel crucial al brindar acompañamiento y fortalecimiento para el crecimiento personal. Es a través de un trabajo minucioso sobre los determinantes sociales que han influido en sus vidas, tales como la familia y condiciones sociales como la educación, salud, trabajo, violencia y cultura, que se teje el entramado de propósito de vida en los jóvenes. Este

enfoque integral no solo aborda los desafíos presentes, sino que también sienta las bases para un crecimiento sostenible y un bienestar mental duradero como lo reafirma:

PG VIC4: “De mis compañeros siempre escuchaba de las metas que tenían para salir adelante, ayudar a la familia, enfocarse en la familia y simplemente a veces decían que no podían porque no tenían tanto el apoyo emocional y a veces se bajonean y todo eso, así que pues, supongo que primero que todo en la familia darles ese apoyo de salir adelante y todo eso, y desde ahí es cuando ellos se empiezan a enfocar en su futuro”.

Para lograr el cumplimiento de metas, resulta fundamental que cada joven se proponga objetivos realistas y alcanzables. De esta manera, construyen sus propósitos de vida de manera más efectiva, adaptándolos a sus habilidades y capacidades. En este proceso, la autenticidad y la autoevaluación desempeñan un papel crucial para garantizar que dichos objetivos sean genuinamente significativos para el individuo. Al trazarse metas que reflejan su verdadera esencia, los jóvenes no solo optimizan sus posibilidades de éxito, sino que también experimentan un mayor sentido de satisfacción personal y logro. En última instancia, este enfoque permite a cada joven no solo alcanzar sus metas, sino también construir un camino hacia una vida más plena y auténtica.

Desafíos/Dificultades – Oportunidades

Los jóvenes, en su travesía hacia la adultez, se enfrentan a una serie de desafíos y dificultades que moldean su camino hacia el futuro. La búsqueda de identidad y propósito puede resultar abrumadora en un mundo marcado por la incertidumbre y la rápida evolución de las expectativas sociales. Las presiones académicas, la competencia laboral, la

búsqueda de estabilidad financiera y el deseo de ser reconocidos son solo algunas de las complejidades que los jóvenes deben gestionar. Por tanto, los jóvenes identifican como un desafío principal sus recursos personales; el identificar en ellos que salir de su zona de confort se ha convertido en un reto para acceder a ciertas oportunidades, genera incertidumbre sobre el futuro y el miedo al fracaso. En ese orden de ideas, la sociedad a menudo enfatiza el éxito inmediato y la competencia, lo que puede generar dudas en los jóvenes respecto a sus habilidades y elecciones; por tanto, esta inseguridad puede paralizar su capacidad para aprovechar oportunidades, ya que temen equivocarse o no estar a la altura de las expectativas. El superar estas barreras mentales implica fomentar un entorno que valore la autenticidad, la exploración y el aprendizaje continuo, permitiendo a los jóvenes desarrollar una mentalidad abierta y receptiva a las oportunidades que les permitirán alcanzar su máximo potencial; así como lo menciona: PG TRAB 2: "...también están esas barreras mentales, "yo no puedo", "tal vez si lo hago pierdo", y a veces en la vida hay que arriesgar, si no arriesgas, no ganas y yo creo que al joven pastuso en general sí le da temor arriesgar...."

Adicional a esto y complementando lo anterior podemos añadir:

PG TRAB 2: "...yo siento y he sido partidario de que todos nos levantamos con miedos, con inseguridades, con temores, con muchas cosas que nos llevan a cuestionarnos sobre nuestra vida, entonces yo siento que un joven, por la razón en la que está digamos que viviendo y todo lo que vive, cada vida es diferente, cada uno de nosotros es un universo diferente, entonces tiene muchos problemas y a veces esos problemas influyen demasiado en la vida cotidiana..."

La visión asociada a un pensamiento negativo ejerce una influencia considerable que, en muchos casos, incapacita al joven para identificar y comprender plenamente su

entorno. Esta barrera se encuentra fuertemente influenciada por diversos factores, tales como su contexto cultural, tradiciones arraigadas y la perspectiva única desde la cual perciben el mundo. En este sentido, las posibilidades y oportunidades disponibles pueden volverse virtualmente inexistentes, ya que la perspectiva negativa actúa como un filtro distorsionador que oscurece la percepción de las potenciales vías de desarrollo y crecimiento personal, donde retomamos a: PE COM 1: "...la primera que yo veo es la mentalidad; yo creo que el día que logremos acoplarnos a esa visión más global, más globalizada del mundo, podemos tener mejores oportunidades..."

En este contexto, los desafíos que enfrenta la juventud emergen como barreras significativas que obstruyen la capacidad del individuo para llevar a cabo procesos reflexivos de autoevaluación. Esta limitación se traduce en una dificultad para reconocer situaciones de riesgo, las cuales podrían incidir de manera directa o indirecta en sus dinámicas relacionales. En consecuencia, se ven abocados a una categorización que ha sido etiquetada como la "Generación de Cristal", un término que sugiere una fragilidad perceptible en la capacidad de afrontar adversidades; así como ellos mismo la han denominado:

PG VIC 4: "Pues a veces, se puede decir que una barrera es la parte mental de cada uno, pues como tienen catalogado que esta generación es la generación de cristal de los adolescentes, entonces la gente no tiene ese apoyo y fácilmente al punto de la depresión, digamos que una persona está estudiando y tenga su universidad todo eso, y llegan a punto hasta que la depresión, hasta el mismo lo pone a consumir y deje eso a un lado y se enfoque en ese vacío que queda, que supongo que el obstáculo sería la mente de cada uno".

Es imperativo fomentar la creación de espacios y entornos que posibiliten a los jóvenes vislumbrar un futuro lleno de promesas, propiciando así un cambio sustancial en sus percepciones y perspectivas de vida. A menudo, afirmaciones como la expresada en el contexto de Pasto, como PE COM 2: “Las dificultades que tienen los jóvenes de acá de Pasto serían, una sería la falta de oportunidades...”, sugieren un estancamiento palpable, una sensación de quedarse atrapados, con limitadas posibilidades de avanzar y progresar. Este tipo de afirmaciones, al hacer hincapié en las carencias y limitaciones, tienden a erigir una barrera representada por el "NO", transformándose en una puerta cerrada que obstaculiza el pleno desarrollo de las capacidades y habilidades de la juventud pastusa. Es esencial, por lo tanto, no solo reconocer estas dificultades, sino también trabajar activamente en la creación de oportunidades y ambientes que inspiren a los jóvenes a superar esos obstáculos y alcanzar su máximo potencial; así como se expresa: PE DAJ: “Nosotros si nos dicen un no, o sea, de una decimos no esto ya no, no lo hacemos, hagamos otra cosa. O sea, no terminamos de hacer una actividad, pues, o sea, los jóvenes más que todos nos desmotivamos mucho al decirnos no. Pensamos que es el fin de todo, pero no seguimos modificando nuestros proyectos”.

En ese sentido, la autodeterminación en los jóvenes es crucial; porque esto les permite desarrollar independencia, tomar decisiones y asumir responsabilidades; permitiendo fomentar la construcción de una identidad sólida, fortaleciendo la confianza en sí mismos y promoviendo habilidades de resolución de problemas. Además, la autodeterminación les brinda la capacidad de establecer metas personales y perseguir sus aspiraciones, contribuyendo así un crecimiento personal significativo y a la formación de adultos autónomos y empoderados.

La consecución de lo expuesto previamente se vuelve posible cuando el joven efectúa un cambio en su perspectiva hacia las diversas situaciones que acontecen, con el objetivo de abrirse paso hacia las oportunidades que el entorno le brinda. Es evidente que dicho acceso está condicionado por diversos factores, los cuales pueden potenciar o reducir las posibilidades y el ingreso a distintos escenarios de acción. En este sentido, la capacidad de adaptación y la disposición para reinterpretar las circunstancias emergen como elementos cruciales, ya que permiten al joven desbloquear vías antes no consideradas y explorar opciones que, de otra manera, podrían pasar desapercibidas.

PE CONS: El acceso es esencial, el acceso a esas posibilidades, y el acceso a esas posibilidades se generan es en materia económica o sea, hay unas metas, que fueron las que abordamos ahora, pero no hay los escenarios ni los espacios, entonces esa es la principal problemática que hoy tienen los jóvenes.

Relacionado a esto; muchos de los participantes destacan la influencia directa del factor económico en la vida de los jóvenes. La falta de identificación de oportunidades y la carencia para acceder a ellas se convierten en obstáculos que refuerzan la dificultad de visualizar un panorama amplio de actividades futuras; un testimonio claro de lo anterior se alude a: PE COM 1: "...creo que aquí en Nariño nos falta muchísimo ese aspecto de la creación de riqueza, aquí hay una visión muy linda, pero creo que es un poco obsoleta, yo creo que es el tema de la distribución de la riqueza; para uno poder distribuir la riqueza tiene que primero crearla, eso es lo básico, lo principal, para que nosotros los jóvenes podamos tener oportunidades..."

En este contexto, el acto de crear implica embarcarse en un proceso de aprendizaje constante, innovación y puesta en práctica de las habilidades y potencialidades de cada joven. En consecuencia, la educación desempeña un papel de suma importancia al contribuir a la identificación de desafíos que persisten, obstaculizando el logro de metas para los jóvenes. La educación, al nutrir y desarrollar las capacidades individuales, se erige como un vehículo esencial para empoderar a la juventud, capacitándola no solo para enfrentar los desafíos actuales, sino también para forjar un camino hacia metas significativas y sostenibles en el futuro; por tanto, uno de los participantes considera:

PG TRAB 1: “Yo creo que más que todo es en la educación, porque pues eso de, pues como para alcanzar las metas, por ejemplo, si uno quiere tener estabilidad financiera, uno tiene que estudiar, eso desde el comienzo y en las universidades, sobre todo públicas, eso no lo dan, entonces como decían, pues en Pasto, es muy limitado el trabajo y tenemos toda la materia prima para hacerlo y no la explotamos...”

La educación mencionada por la juventud comienza desde una edad temprana en los hogares y se consolida en el ámbito académico. No obstante, se vislumbra otro desafío vinculado a la educación en Pasto, específicamente en cuanto al acceso a la educación pública. Este obstáculo, en cierta medida, impide que un joven pueda desplegar sus capacidades al máximo nivel debido a la siguiente situación: PE DOC: “...si bien es cierto en nuestra región solamente contamos con una universidad pública, pero con un número muy pequeño de cupos; la oferta como tal de nuestros estudiantes aquí es muy corta, es muy pequeña, es muy limitada...” Además:

PG VIC1: "...pasto es el centro de todos los municipios y personas de los municipios que no cuentan con todos los recursos, debido a que las universidades públicas no cuentan con lo suficiente cupos para que los jóvenes puedan seguir estudiando, Por ende deben estudiar en universidades privadas y no tienen la capacidad económica, yo creería que es por esa parte, por falta de cupos en la universidad pública y recursos económicos".

Es evidente que los propios jóvenes reconocen la existencia de desafíos y dificultades al perseguir sus metas a corto, mediano o largo plazo. No obstante, son conscientes de que poseen y mantienen recursos personales que les permiten hacer frente a estas situaciones complejas y desarrollar plenamente sus capacidades; como se refiere a continuación:

PG VIC 1: "...en otros tiempos uno no miraba, o sea las diferentes problemáticas para resolver y no buscaba un psicólogo; en cambio ahora sí, quiero un psicólogo, quiero ver un psicólogo, entonces, eso es algo muy bueno, porque es algo como que se va quitando el tabú de que realmente todos lo necesitamos para que nos brinden una intervención adecuada dependiendo de lo que nosotros; de la falencia que tengamos en nuestra psique como tal".

Sin embargo, ese recurso personal tiene un valor agregado invaluable: la familia. Esta desempeña un papel crucial en este proceso, influenciando de manera tanto positiva como negativa la manera en que un joven enfrenta los desafíos de la vida cotidiana, tal como se ilustra a continuación:

PG VIC 2: “Hay cosas que uno tiene que hablarlas con otra persona y no sentir como esa mirada acusadora y juzgadora de la familia... En general pasa eso, uno no puede hablar con los papás o con la familia porque uno ya les cuenta algo y es cómo que lo quedan mirando, como que lo acusan con la mirada, mientras si usted recurre a un psicólogo él lo va a escuchar y no lo va a juzgar y yo creería eso...”

Este valor agregado puede ser percibido como un recurso positivo que brinda el apoyo necesario para los jóvenes. Sin embargo, es importante señalar que este respaldo está vinculado al factor económico, variando según el contexto socioeconómico en el que se encuentren los jóvenes, como es evidente en algunos casos:

PE COM 1: “...yo creo que también depende mucho de la situación socioeconómica de las familias... yo creo que todo va de un tema como de recursos, es feo decirlo así, pero depende mucho de recursos económicos entonces a veces cuando los recursos económicos están, es más fácil acceder, y tener acceso a mejor educación, a mejores oportunidades, etcétera”.

A pesar de los desafíos inherentes a la transición hacia la adultez, es crucial destacar que estas oportunidades otorgan a los jóvenes las herramientas necesarias para enfrentar los retos con resiliencia y determinación. Al aprovechar estas posibilidades, los jóvenes pueden no solo superar obstáculos, sino también convertirlos en escalones que los impulsen hacia un crecimiento personal y profesional significativo. No obstante, la eficacia en aprovechar estas oportunidades está intrínsecamente ligada a la intencionalidad de cada joven; en otras palabras, la búsqueda activa de oportunidades se traduce en mayores posibilidades de acceder a beneficios significativos: PE COM 1: “yo creo que oportunidades hay, uno tiene

que ser juicioso y ser lo suficientemente capaz de buscar muchas oportunidades, lo que hay son oportunidades; entonces, yo creo que como los jóvenes hay que saber es ubicarse...”

En este contexto, las oportunidades que los jóvenes anhelan deben ser activamente buscadas, tomando en consideración sus capacidades, habilidades y las enseñanzas transmitidas por la familia. Este proceso requiere un esfuerzo constante con el objetivo de fomentar el crecimiento personal, el cual se verá manifestado en diversas áreas de su interacción. En este sentido, es esencial tener en cuenta que para los participantes: PG LGBTIQ6 “...Por supuesto que el esfuerzo y la dedicación que uno le imponga va a influir mucho...”

El contexto, en consonancia con las posibilidades, brinda a los jóvenes una serie de oportunidades que, como se mencionó anteriormente, deben ser abordadas de manera intrínseca. Sin embargo, este esfuerzo individual debe ser cuidadosamente articulado con su entorno; de lo contrario, la falta de colaboración puede traducirse en insatisfacción y una evidente desmotivación por parte de los jóvenes:

PE CONS: “Bueno, Hay bastantes oportunidades, solamente que el acceso es limitado, por ejemplo encontramos a nivel de Pasto con más de 16 universidades privadas, entonces eso es una oportunidad para abordar... encontramos a nivel de fundaciones socioculturales cerca de 9, 10 fundaciones que trabajan con jóvenes en materia de cultura, esa es otra de las oportunidades, encontramos escuelas de fútbol que son estatizadas, que pertenecen a la institucionalidad... veo oportunidades acortadas, logro identificar dentro de los programas por ejemplo de las direcciones administrativas de juventud y la secretaria de juventud oportunidades muy pequeñas.

Es crucial reconocer la complejidad que enfrentan los participantes al intentar identificar las oportunidades que su entorno les ofrece. Sus afirmaciones revelan claramente la carencia de apoyo, ya sea por parte de las instituciones, sus familias o el contexto en el que se desenvuelven. Esto sugiere que su visión hacia las oportunidades se ve limitada, arrastrando consigo aspectos que no están directamente vinculados a las experiencias individuales de los jóvenes; tan como lo refiere:

PG VIC 1: “La verdad creo que no hay mucha oportunidad para los jóvenes, tanto así que en mi caso, para lograr tener una experiencia fui voluntaria en la Cruz Roja un año por tener experiencia, porque yo siento que en Nariño, o sea carece de oportunidades para los jóvenes y el hecho de que salgas apenas de la universidad, no tienes experiencia ¡Qué pena!; Yo siento que en esa parte se cierran las puertas”.

La reflexión sobre todo lo mencionado nos lleva a comprender cómo los jóvenes interpretan el mundo que los rodea. Este análisis abarca no solo su identidad personal, sino también cómo se perciben a sí mismos en relación con su entorno, las metas que persiguen y las barreras y oportunidades que encuentran en su contexto para alcanzar su autorrealización. Es evidente que este proceso de autodescubrimiento y desarrollo de metas es dinámico, requiriendo un esfuerzo continuo tanto a nivel individual como colectivo.

Desde la perspectiva individual, cada joven se embarca en una travesía única hacia la autorreflexión, enfrentándose a preguntas fundamentales sobre su propósito, sus fortalezas y debilidades, y cómo desean contribuir al mundo que los rodea. Este viaje interno es esencial para establecer metas significativas y, a su vez, superar los obstáculos que puedan surgir.

En un sentido más amplio, el enfoque colectivo hacia el bienestar integral implica reconocer la importancia de crear entornos de apoyo que fomenten el crecimiento personal y la autorrealización. Esto implica no solo la intervención de instituciones y comunidades, sino también la construcción de una cultura que valore la diversidad de metas y aspiraciones de los jóvenes.

En este contexto, se destaca la necesidad de brindar recursos y oportunidades equitativas para que cada joven pueda perseguir sus sueños sin importar las circunstancias que enfrenten. Al hacerlo, no solo se promueve el bienestar individual, sino que se contribuye al florecimiento colectivo de la sociedad.

En última instancia, este camino continuo tanto a nivel individual como colectivo no solo permite la autenticidad de cada joven, sino que también sienta las bases para un futuro donde todos tengan la oportunidad de alcanzar su máximo potencial. Así, la autorrealización se convierte en un viaje compartido hacia la construcción de comunidades más fuertes, inclusivas y resilientes, donde cada individuo puede florecer en su singularidad y contribuir al bienestar integral.

Categoría 2: Condiciones de vida: La lucha por la adquisición de recursos para vivir y sobrevivir

Las condiciones de vida implican la forma en que los sujetos viven de acuerdo a ciertos factores culturales, económicos, sociales, políticos, educativos y de salud, que determinan así mejores condiciones (oportunidades) de vida. Es así que contar con estudios

determinará una mayor posibilidad de acceder a un empleo ya sea en el ámbito público o privado. En este sentido, el testimonio del PE COM 1 indica que:

“Yo veo muchos jóvenes que trabajan en el sector público en el sector oficial especialmente la gente que ha estudiado las carreras de Humanidades se ubican de mejor forma en una carrera como de la administración pública”

De acuerdo con lo dicho por el participante, el ingreso a los diferentes sectores está permeado por aquellas personas que han logrado alcanzar un nivel de estudio superior. Generando así, que aquellas personas que no cuentan con esa oportunidad busquen otros medios de incidencia especialmente en el contexto económico.

Es así como, los mismos jóvenes han creado sus propias fuentes de trabajo informal para generar recursos, como lo expresa PLGBTIQ 4 “Los emprendimientos por ejemplo que se empezó como con el tiempito cuando de moda, ajá cuando la mayoría de personas se dedicaron a hacer las páginas como de vender maquillaje, así como de decoraciones yo creo que también ese tipo de emprendimientos es pues creo que es una fuente de ingreso”.

Por esta razón, desde las instituciones locales se fomentan espacios que permiten empoderar a los jóvenes con sus diferentes propuestas creativas como lo dice el PE DAJ “pasto compra joven se ha tratado de que los jóvenes emprendedores que realicen se visibilicen sus emprendimientos en unas ferias que se hacen anualmente”.

También existen trabajos informales, lo cuales son una fuente de ingreso para la población joven, donde el mototaxismo, la venta de hervidos, ventas en los semáforos y toques musicales en bares y calles, son una posibilidades de sustento diario para los jóvenes como los describe el PG VIC 5 “los hervidos, porque prácticamente ello, o son vendedores ambulantes digámoslo en sentido de comidas rápidas, digamos mecato, últimamente la más común en los parques es los hervidos...este es el sustento que es de lo

más común que hay en este momento qué son los vendedores ambulantes y los vendedores de hervidos”.

También, los jóvenes reconocen los trabajos formales como una fuente de ingreso, no obstante, describen el inconformismo existente con el tipo de contratación que algunos lugares manejan, es decir, prefieren contratar personal OPS para que sea el mismo trabajador quien pague lo correspondiente a seguridad social y salud; Así lo menciona el PG TRAB 4 “Y lastimosamente aquí en Pasto se da mucho el contrato OPS, somos pocos los que somos ya de nómina se podría decir, que nos pagan todo, pero en lo general es puro OPS, que ellos mismos tienen que pagar todo, entonces, o sea, eso es como una desventaja y da como tristeza se podría decir, ver esta difícil situación que están atravesando muchas personas”.

En esa misma línea, el trabajo en bares, panaderías, heladerías, cafeterías, son muy comunes para los jóvenes, sin embargo, manifiestan que no son bien pagos, así los dice el participante PQLGBTI3: “Los trabajos casuales son las principales fuentes, donde uno va a una heladería que lo explotan y te pagan con ese pago terminas comprándote una que otra cosa pues porque los trabajos casuales abundan”.

Por el contrario hay otros jóvenes específicamente los universitarios mencionan, que la totalidad de sus ingresos depende de lo que sus padres le provean, “ eso también depende del contexto en el que estén ubicados, por ejemplo aquí en la Universidad Mariana mmmm si es que no somos la mayoría mmm los que somos obviamente mantenidos por nuestros padres, muchos son foráneos, entonces dependen de esos ingresos que le manden mes a mes, eee muy pocos si! realmente muy pocos son los que trabajan y estudian o realizan otras actividades” (PG UNIV 3).

Por último, es importante resaltar lo dicho por el grupo poblacional LGTBIQ referente al trabajo sexual, donde lo identifican como una fuente de ingreso de la cual poco se dice pero que está latente entre la población; es así, que el trabajo en las plataformas digitales es también una opción para los jóvenes como lo manifiesta el siguiente participante:

“Yo creo que hay una fuente de ingreso de la cual no se habló bajo la parte sexual diversas o bajo la población lgtbi que es una de las poblaciones más diversas, pero a la vez más vulnerables” PLGBTIQ3.

Por otro lado, dentro de estas condiciones de vida que determinan de una u otra manera las posibilidades de los jóvenes al mejoramiento de su calidad de vida, ellos reconocen el componente educativo como aquello que les brinda un acceso al mundo laboral, no obstante, este campo educativo está permeado tanto por oportunidades como por barreras que poseen al momento de interesarse en alguna carrera profesional. Pues así lo refiere el PGLTBI3:

“Siempre tiene que haber una ponderación, entonces, primero es difícil entrar a la educación superior, puede que las personas que ya entramos hayamos tenido la suerte de tal vez en el primer intento pasamos. Puede que haya gente que en el segundo, tercero o cuarto que nunca se rinda, pero es que el problema de eso es que uno no siempre puede estar persistiendo y persistiendo porque volviendo al tema económico uno necesita trabajar, trabajar y si uno no está estudiando, una de 2 o en la casa le dicen a uno, tienen que salir a trabajar y traer algo porque no está haciendo nada o ya de plano de ir a buscar una educación como tal, superior en profesiones o Universidad, sino en tecnólogos o en técnicos. Entonces hacen como que las otras las otras posibilidades, pero como tal la educación entrar, lo que es entrar a la educación profesional es difícil”.

Es así como, este participante describe que una de las barreras para el ingreso a la educación formal radica en la calificación o ponderación que las universidades asignan para que la persona pueda acceder a una carrera universitaria, así lo ratifica también el PE DAJ “Pues yo considero que siempre ha sido difícil el acceso, por los puntajes que coloca y por la gran cantidad de jóvenes”.

En este sentido, siendo la educación un factor indispensable para el desarrollo individual y colectivo en el que se promueva la participación activa de los sujetos en los distintos escenarios a nivel social, se ve permeada en la ciudad de Pasto por la carencia de las ofertas educativas en universidades públicas, debido a que solo se cuenta con una, es así como el PE CON describe que “hoy el tema de participación en la universidad pública es minoritaria y si se quiere buscar una estatización se celebra obviamente que hayan procesos de nuevas convocatorias, de amplitud de cupos y demás pero, no alcanza la oferta es muy poca; esa es la principal barrera en temas de acceso es la oferta institucional, no hay ofertas, no hay capacidad de oferta institucional que puedan acceder los jóvenes”.

por tanto, aunque existe universidad pública en la ciudad de Pasto, los jóvenes consideran que no es suficiente dado a la dificultad que se tiene para acceder a ella; “Yo creo que el principal problema de aquí de Pasto, es que contamos solamente con una universidad pública, y aparte de eso que no tiene todas las carreras, entonces, apenas uno sale del colegio, ¡ha! y otra que es lo del icfes, que uno depende de ese puntaje para ingresar” (PG TRAB 1). Sin embargo, las barreras se agudizan aún más cuando se trata de jóvenes provenientes de la zona rural de la ciudad, según argumentan los participantes esto se debe al tipo de educación que se recibe en esta zona, el PGLBTIQ7 refiere que: “Es difícil porque el tema de la educación, es en gran parte es rural, aquí en Nariño y las

personas de lo rural llegan acá a Pasto, entonces al competir, digamos con una persona de una educación urbana, con una persona educación rural va a ser muy complejo”.

Así entonces, se describe la educación como una competencia teniendo en cuenta la forma en que se brinda de una zona a otra aun estando en el mismo territorio, es por esto que el mismo participante relata que “ese nivel educativo de lo rural a lo urbano es súper grande, es una brecha muy amplia, entonces también hay que mirarlo por esa parte es muy difícil entrar”.

Si bien es cierto los jóvenes describen las barreras que ellos consideran que pueden existir en la ciudad de Pasto para acceder a la educación, siendo estas, la poca oferta institucional, la calificación para el ingreso, la competencia entre jóvenes de zona urbana y zona rural dado a la adquisición de la educación, el factor económico, la cultura y la exclusión.

El factor económico, establece una barrera por cuanto no solo son los costos universitarios que tienen que asumir los jóvenes, sino también, la alimentación, el arrendamiento, los transportes, así lo manifiesta el PE DAJ “pues yo considero que la más difícil es la parte económica, porque si tiene para la matrícula no tiene para el transporte, es difícil para el acceso”, además de estos, los gastos que se desliguen de esta actividad educativa.

La cultura y la exclusión, son dos términos recurrentes entre los participantes de la comunidad LGBTIQ toda vez que consideran que en las instituciones no se tienen en cuenta las diferencias poblacionales, y desde este punto de vista, la cultura tiende a ser machista y clasista, pues, así como lo refiere el PLGBTIQ 2 “la exclusión, la cultura machista, el clasismo, no hay empaques diferenciales no se tienen en cuenta las poblaciones indígenas, la población lgbt”.

Por su parte, es relevante mencionar las oportunidades que los jóvenes vislumbran en el área educativa en la ciudad de Pasto, considerando la capacidad de financiación, el estudio online, la calidad de educación y las becas, como una congruencia para el acceso a esta.

El PEU PRIV refiere que “una buena calidad de estudio, de hecho, Nariño tiene la mejor calidad de estudio en comparación en el país, desde el colegio hasta la universidad”; así mismo, el PE COM 2 establece que “hay varios cursos o empresariales, o sino en línea online, o sino pues también jóvenes de aquí de Pasto varios están estudiando o estamos estudiando en el SENA”. En este sentido, los jóvenes no optan solamente por carreras universitarias, sino también, técnicas y tecnológicas, recurriendo así a otro tipo de instituciones de educación superior.

En este orden de ideas, la educación desde su función social busca construir sociedad a partir de las estrategias que promuevan la participación, la responsabilidad social, el empoderamiento y la transformación de los sujetos. Es así, como muchos de los jóvenes a pesar de las barreras sociales que hay en el sistema educativo trabajan activamente para acceder a este y tener mejores condiciones de vida.

Ahora bien, los seres humanos como sujetos sociales de derecho están permeados por una condición política como una cualidad que se construye socialmente en la que se busca dignificar a cada uno dentro de su entorno, y emerge de la interrelación humana, privilegiando la inserción en los espacios sociales a través de la participación individual y colectiva. Históricamente, lo político reconoce al otro como parte de la humanidad y en ese sentido, lo político no es de unos cuantos sino de todos, al considerarse como una condición inherente al ser. De ahí que, el PGLBTIQ7 manifiesta que “la política es algo muy diferente

a lo político, lo político somos todos, lo político es el bienestar, lo político es el ser humano, lo político es lo social”.

En cambio, la política aborda aspectos relacionados con la forma de gobierno, instituciones, formas de convivencia con relación a lo político. igualmente, la política ya es la acción de ejercer una democracia y es ahí donde los jóvenes como voceros de una nueva generación se involucren en el ejercicio de la política aportando ideas, construyendo y esbozando líneas de acción para el bienestar social sin distinción de género, sexo, clases económicas y/o cultura, así lo explica el PE COM 1 “yo creo que participamos en política, estamos involucrados, en distintas, sin importar la corriente”. en este mismo sentido, el PE UPUB refiere que:

siento que en este punto hemos logrado permear muchos escenarios donde no se nos daba la voz, donde se nos relegaba precisamente por esa noción de joven, que el joven tal vez es muy inmaduro, no tiene una perspectiva real de estas nociones de lucha, pero siento que si se ha venido ampliando y entender que la política implica muchísimas cosas; siento que hemos logrado generar varios entes de participación, desde diversos escenarios.

Es así como, los jóvenes de Pasto perciben en la política una oportunidad para liderar y representar su grupo, lo cual conlleva a la construcción de nuevas políticas públicas con base a sus necesidades y a las de su comunidad, en palabras del PE DAJ “nosotros tenemos la ley de ciudadanía, el Consejo Municipal de juventud y en ese Consejo Municipal hay 19 consejeros que son de partidos políticos. La implementación de la política pública, también semilleros de liderazgo”.

Es por esto que, ya hay todo un proyecto de temas de política donde nosotros incidimos como líderes y representantes; yo creo que ahorita somos los jóvenes los que estamos llevando la parada en temas de política (PE UPRIV).

Por otro lado, hay quienes no se interesan en la política por cuanto la describen como “apática” así lo manifestó el PG TRAB 4, basándose en las prácticas inadecuadas de estas, tales como la corrupción, lo cual hace que la población genere desconfianza al momento de participar en ámbitos políticos. El PG IND 1 refiere que “los jóvenes hoy en día están, estamos muy desinteresados a veces en el tema político... a veces se vende el voto por decisión”.

Por su parte, los jóvenes de Pasto han centrado su conocimiento en la cultura del municipio, basándose en las costumbres que por décadas han sido inculcadas por familiares, y el contexto, donde toman como base la danza, la música, comida tradicional, el deporte, la importancia de la teología y el acento pastuso que ante personas de otros lugares se identifica para la juventud y que para ellos puede ser algo significativo y de aprendizaje, y como lo manifiesta el participante PLGBTIQ2:

¿qué qué nos gusta?, la tradición, a mí por ejemplo me gusta el acento pastuso, dicen que es feo, pero a mí me gusta. Y cuando llega una persona de afuera y dice, y ¿esto qué significa? Y entonces cuando dicen, pero qué raro, ósea como que la palabra de lo significa no tiene sentido, es decir, la juventud no ha dejado que las enseñanzas de los ancestros se desaparezca, es más, ha llevado a que la ciudad de Pasto sea identificada por sus creencias, sobre todo en la teología, la cual se ha venido enseñando desde años anteriores por los padres, abuelos y esto ha llevado a que Pasto se identifique por ser una ciudad teológica y se podría decir que se debe a las diferentes eventos religiosos que se llevan a cabo en la ciudad, así como también, la cantidad de capillas y templos construidos

por la misma juventud y que esto permite que sean visitada en tiempos religioso por personas de diferentes lugares y es por eso que participante refiere que PLGBTIQ7

Creo que también, o sea, hay muchas personas que mira pasto, por ejemplo, una ciudad teológica también, como algo cultural, entonces hay muchos jóvenes que también están arraigados todavía en esta parte tradicional de lo de lo teológico también. además, hay que resaltar que la juventud se ha tomado el trabajo de desarrollar nuevas actividades y constituirse como parte de la cultura y esto ha dado pie para que entidades públicas y privadas opten por invertir en la construcción de diferentes escenarios para que los jóvenes desarrollen sus actividades, tal como lo menciona PE DAJ:

espacios físicos, el teatro imperial, el Aleph teatro en la parte cultural y hay otro por el Lorenzo, si no estoy mal, pero también está el teatro las bethlemitas que trae actos culturales muy buenos para los jóvenes, también el Centro Cultural Pandiaco. El contar con estos escenarios lleva a que los jóvenes tengan un espacio óptimo para desarrollar sus capacidades, habilidades y sobre todo que fortalezca la cultura a través de nuevas prácticas que ellos han construido por medio de sus conocimientos, experiencias aprendidas, así como lo refiere el participante PE UPUB: algunos compas que trabajan como en el tema de escritura, de poesía de compartir la palabra y que pues me ha parecido como bastante interesante.

Tanto así que, prácticas que años anteriores eran calificados como mal vistas, que formaban parte del vandalismo, hoy están tomado el significado que se merece y esto se ha logrado porque la juventud ha desarrollado proyectos que ha hecho que las instituciones públicas y privadas prioricen al joven, tal como lo manifiesta el participante PE UPUB *el tema de muralismo de grafiti, porque uno en la ciudad mira como un montón de tags.*

Es importante mencionar que, los jóvenes cuentan con oportunidades de fortalecer su conocimiento, donde cuenta con programas académicos desde los diferentes instituciones educativas, tanto públicas como privadas y estos conocimiento se vean reflejados en las diferentes actividades, no solamente desde el punto del carnaval, sino también en eventos deportivos, teatrales, entre otros, es así como el participante PG TRAB 2: *la universidad de Nariño con la licenciatura en artes, o si, o la carrera de arte visuales, entonces yo siento que esos espacios, si bien son accesibles para todos los jóvenes, pues hay jóvenes que están preparándose digamos, para, para buscar ¿no? la manera de aportar al arte y la cultura del municipio.* En otras palabras, la juventud a través de diferentes conocimientos académicos y prácticas aprendidos en su contexto, llevan la cultura pastusa a una mirada más amplia.

Cabe mencionar que, en todo se presentan dificultades y en este caso los jóvenes manifiestan estado de insatisfacción frente al escaso apoyo que las instituciones públicas le prestan y que en diferentes ocasiones es injustificables porque los jóvenes solo buscan es dejar en buen nombre la cultura de Pasto, tal como lo menciona el participante PG TRAB 4

Yo estuve en un grupo de colectivo, incluso a nosotros nos tocó pagar como \$300,000 por salir así uniformados el 3, 4, 5 y 6 de enero, o sea, allá más que todo va la gente, ya es por amor, por amor a Nariño, pero en sí, general, a uno mismo le toca sacar de su bolsillo, entonces eso no debería ser, aparte de que uno va a bailar, aguantar todo ahí, sol y todo y dedicar tiempo, porque eso no es de la noche a la mañana que tu sales allá, y aparte de eso, te toca comprar a ti, o sea, eso me parece injusto a mí y no hay apoyo realmente.

Sin embargo, se debe resaltar que los jóvenes de Pasto a pesar de las barreras que se presentan no se estancan, sino al contrario, buscan apoyo de entidades privadas o de grupos

que se encuentran desde años atrás constituidos, grupos de arte, fundaciones enfocada en el carnaval como en las diferentes actividades que hacen diferente a Pasto frente a las demás ciudades, tal como el participante, PE COM 2: *Pues algunas entidades que patrocinan esta cuestión son, serían los encuentros: Hip Hop por la Paz en colegios, el Galeras Rock que se viene haciendo año tras año en la ciudad de Pasto, algunos colectivos que fueron formados por artistas y jóvenes mismamente como sería la Familia Surprise City, esa sería una, otra también que yo he mirado y que apoyan en la cuestión esa, es el Festival Nueve que se realiza en Pandiaco o también una Fundación que apoya a las mujeres es el Venus Fest que también apoya empoderado solamente con mujeres, con talleres, emprendimientos, ollas comunitarias, danzas.*

Se puede decir que la cultura se ve afectada no solo por el escaso apoyo del gobierno y de posibles inequidades que se presenten, sino también por los mismos pastusos desde sus grupos, cuando se forman conflicto internos, hasta el punto de decidir quién puede ser parte del grupo y quien no , tal como lo refiere PG UNIV 2: *pero sé que también es un poco discriminativo porque hay veces que dan prioridad a otras cosas, como por ejemplo una vez tuve la ocasión que una amiga participará en carnaval, pues en un colectivo coreográfico, el hecho es que al momento de entrar, no! tu no haces parte de la comuna ni sé qué, entonces no, no puedes entrar, entonces, por ese lado lo mire discriminativo, es decir, la cultura pastusa presenta falencias desde lo institucional como desde los grupal. pero a su vez, se debe resaltar que los jóvenes manifiestan afecto hacia la cultura de Pasto ya que se toman el trabajo de no verse obstaculizados por la falta de apoyo de las instituciones públicas y por problemas internos de los diferentes grupos, sino que buscan diferentes formas de subsanar esas dificultades desde un punto positivo.*

salud

Dentro de las condiciones de vida el factor salud juega un papel indispensable ya que conlleva factores sociales, físicos y subjetivos, que conducen al sujeto a un estado completo de bienestar. en ese sentido la ciudad de Pasto cuenta con buenos servicios de salud, infraestructura, personal calificado y una amplia cobertura de su población así lo menciona el participante PE COM 1: pienso que en pasto tenemos unos servicios de salud buenos, hay fallas por supuesto, pero yo creo que hay un nivel de cobertura del nivel de salud que es rescatable.

En esa línea se resalta que en las instituciones públicas y privadas existen espacios que promueven el cuidado y mantenimiento de la salud como lo evidencia PE UPRIV: nosotros como jóvenes tenemos una prioridad que hay un proyecto que se llama jóvenes sanos, que invita a los jóvenes a la prevención en salud. también las EPS son instituciones que promueven la salud, como lo resalta el participante PG UNIV 4 creo que sí de pronto, por lo general, sí uno conoce bien la EPS uno se da cuenta de que haya le dan asesorías ósea una mujer embarazada hay beneficios para ella, servicios psicológicos, también hay ayudas para personas que están en discapacidad por ejemplo, pues eso es lo que yo sé, que hay bastantes ayudas.

Sin embargo, el actuar del joven está desligado al cuidado de la salud, ya que hay otras prioridades como el empleo, la educación como lo manifiesta el participante PE DSM: están tan enfocados en esas otras situaciones sociales, de buscar trabajo, estudiar, etcétera, que la salud se deja un poco a un lado; pero también a imaginarios culturales tal como lo manifiesta el participante PG INDG 3: eee, ahí si como dice mi comunidad “al joven nada le duele” eso es lo que muchas veces nuestros mayores nos han recalcado, y entonces como que siempre de alguna manera el acceso a la salud es muy mínimo, a veces

sino es por una enfermedad, algo que nos obliga accedemos a la salud, ya por obligatoriedad o por algún control, pero nosotros no lo hacemos de una manera voluntaria.

Es así que en el cuidado de la salud inciden otros factores como: conocimiento de rutas de atención, factores culturales y económicos, que determinan el actuar del joven, como lo manifiesta el participante PLGTBIQ8 No yo creo más que es por la cultura porque nos han enseñado que uno va al hospital cuando ya está mal entonces por eso mismo ha hecho que la gente acuda al hospital porque no lo hemos visto como algo que previene, sino que como cuando ya estamos muy mal vamos.

Se evidencia que la mayoría de los jóvenes de Pasto acuden al servicio de salud solo en casos de urgencias, o planificación, esto debido a factores como barreras en la atención, lo cual dificulta el acceso a los jóvenes; así lo manifiesta el participante

PG TRAB 4: Y muchas trabas que colocan, te hacen que llamar, no que ni sé qué, y luego te dan la cita, luego a veces te la cancelan y una vez que te la den, que reclame los resultados y si tienes por ejemplo en el contributivo, o otra vez pagar, pagar para que le lean los resultados y de ahí si te mandan alguna droga también sacar, no es que es mucha traba, mucha complicación en el tema de salud y para los subsidiados, peor es, unas trabas, por ejemplo cuando hay personas enfermas, una cirugía se demora un año o 6 meses, es muy compleja la situación en la salud, en todo Colombia se podría decir.

Estas barreras de accesos, costos, desconocimiento del servicio han llevado a la población joven a optar por otras alternativas como la tecnología para informarse sobre el cuidado de la salud. sin embargo esta práctica pone en riesgo a esta población debido a la utilización de fármacos automedicados, como lo manifiesta el participante PLGTBIQ7: No yo sí creo que o Bueno yo creo que al evitarlo lo que el error que cometemos la mayoría es automedicarnos

Por último, es importante resaltar que las barreras en salud afectan de manera diferente a cada grupo poblacional es el caso de la población LGTBIQ quienes deben realizarse procedimientos quirúrgicos que no están cubiertos por el sistema de salud. hacen que se recura a actividades como el trabajo sexual para cubrir estas necesidades, así lo manifiesta el participante PLGBTIQ3: Yo creo que hay una fuente de ingreso de la cual no se habló bajo la parte sexual diversas o bajo la población lgtbi que es una de las poblaciones más diversas, pero a la vez más vulnerables, los jóvenes cómo hacemos para pagar nuestras transformaciones, tránsitos, o transiciones, han tenido que optar a las explotaciones sexuales

En ese sentido el acceso a los servicios de salud en la población joven va a estar condicionada por factores culturales, económicos, que afectan una óptima prestación del servicio.

Por otra parte, la recreación y el deporte genera en los jóvenes beneficios que entre ellos se encuentra el aumento de niveles de energía, ayuda a mantener un ritmo de vida saludable, fortalece la socialización, une lazos familiares y proporciona el desarrollo de varias capacidades y habilidades físicas y mentales, por lo anterior, se puede decir que los jóvenes de Pasto obtienen estos beneficios por medio de las prácticas deportivas, que entre ellos se encuentra el Fútbol, patinaje, artes marciales, gimnasia, basquet, aeróbicos, ciclovía, entre otros.

A su vez, se manifiesta un sin sabor por parte de los jóvenes, donde se menciona que no se recibe apoyo significativo por parte de las entidades municipales, departamentales y nacionales, es decir, si los jóvenes desean practicar un deporte, cuenta con los elementos deportivos de la administración municipal, Sin embargo, si se presentan

convocatorias municipales o departamentales lo más seguro es que el joven tenga que costearse sus propios gastos, tal como lo menciona el participante PG UNIV 3:

Mi hermana está en un equipo de patinaje pasto patín, ellos no tienen ningún apoyo por parte de la alcaldía, todos los viajes que han hecho, ósea el último que hicieron a Medellín, para nada ósea ni siquiera para el bus y ellos que han tratado de gestionar eso, pero ni siquiera el mejor equipo de patinaje que es Asís del patín tienen apoyo por parte de la alcaldía.

Cabe resaltar que en la actualidad los jóvenes son recursivos, ósea, busca alternativas en sus familias, la comunidad y realizando actividades que generen ingresos económicos, que permitan que los jóvenes salgan adelante, en otras palabras no se obstaculizan, tal como lo da a conocer el participante PG UNIV 3 *“mi prima está en un equipo de dumping es un deporte que es super diferente, pero es muy chévere y ellos lo que hacen es preparar comidas, hacen rifas, todo ese tipo de cosas con ayuda de su comunidad para poder salir adelante, pero por parte de la alcaldía no hay ningún tipo de apoyo”*.

Por otra parte, están los problemas de infraestructura, es decir, la ciudad cuenta con escenarios deportivos en las diferentes comunas, pero algunos se encuentran en condiciones de abandono tanto por la comunidad como por la misma alcaldía, y esto genera que jóvenes que les gusta practicar el deporte se vean obligados abstenerse o trasladarse a otro sector, tal como lo menciona el participante PLGBTIQ 6 *“nosotros siempre íbamos a Santa Mónica que hay una cancha súper bacana pero estaba sucia siempre y nos tocaba ir al mercedario y pues la cancha no es la más adecuada”*

Es importante mencionar que, las entidades públicas cuentan con un presupuesto municipal, con el fin de realizar actividades deportivas como campeonatos, mantener activa

las escuelas deportivas públicas, el cuidado de las diferentes centros deportivos, realizar actividades en los diferentes sectores, en fin, pero se debe tener en cuenta que el presupuesto no son altos y que se debe repartir dentro del plan de trabajo enfocado en el deporte, tal y como lo manifiesta el participante PG INDG 1: *“ pues sino, hay el apoyo, aunque de pronto puede ser una cantidad mínimo, pero si se puede observar”*.

Es decir que se cuenta con recursos pero para solventar las necesidades básicas centradas en deporte y recreación en los jóvenes, que existe gestión por parte de dichas entidades pero no es lo suficiente para suplir la satisfacción de la juventud, tal como lo dice el participante PG UNIV 1 *“que siento que hay pasan una gestión por el deporte de ahora con las carreras y eso, existe un apoyo, existe una dotación, existen ciertas cosas, pero hay otras cosas que no, entonces no podemos meter las manos, si si apoya o no no apoyan, siento que hay parte y parte, apoya como no apoyan”*.

Cabe resaltar que la secretaria de juventudes que dentro de su plan de trabajo tiene como objetivo fomentar el deporte en los jóvenes de la ciudad, y según se evidencias se ve enfocado en el deporte extremo, dichas práctica conlleva a que los jóvenes utilicen su tiempo libre para desarrollar y potencializar sus capacidades y habilidades, tal como lo expresa PE DAJ:

Desde aquí de la dirección de juventud pues tenemos eh. Un proceso que se llama deportes extremos Y/O alternativos. Dentro de estos tenemos al momento 7 disciplinas. Que están entre ellas, eh, Los de las patinetas mhm. BMX Y hay un nuevo deporte que se llama ehmm se me olvidó el nombre ahorita, pero son unos chicos que. Tienen pesas en las bicicletas y en las motos. Y así competencias, pues. mm es un deporte extremo. Otro es el del Frisby y ellas hacen un. y ellas hacen un, o sea ya hay un grupo constituido de las personas que practican este deporte.

Así mismo, se realiza en los centros deportivos actividad física como aeróbicos, rumba sana, lo cual permite que la juventud sea partícipe y fomenta estas actividades con el fin de que los jóvenes ocupen su espacios libres en el deporte y que disfruten desde una perspectiva sana, tal como lo expresa el participante PLGBTIQ7 *“Pues yo sé que Pasto deporte siempre hace la jornada como de aeróbicos de rumba Y eso sí lo hacen en varios puntos en El Parque del carnaval el parque Bolívar El Tejar Bueno yo he visto como eso”*.

Además, existen entidades independientes a la alcaldía, la gobernación que contribuyen en el bienestar físico y mental de los jóvenes y por lo mismo, se ha preocupado por el bienestar de los jóvenes, tanto así, que esto ha llevado a que los jóvenes se preocupen por su salud física, y a su vez su salud mental y esto lo logra practicando los diferentes deportes, tal y como lo menciona el participante PE UPRIV: *“Sí por ejemplo eso de comfamiliar tiene en eso de bailoterapia patinaje bueno todo mejor dicho todo lo que usted quiera hasta yoga, entonces si hay de eso deportes fuertes y dentro de las instituciones y universidades si se le da prioridad como a los jóvenes que quieren ser deportistas o son deportistas”*. Por otra parte, los jóvenes cuentan con el apoyo que brinda las instituciones educativas, donde construyen programas enfocado en la salud, como la práctica de algún deporte donde la juventud no tiene que ser experto sino contar con la plena disponibilidad, tal y como lo menciona el participante PLGBTIQ 8:

Dentro de la propia universidad hay una promoción para el deporte desde los propios créditos que los estudiantes tienen que hacer de humanística Entonces claro hay uno que tiene que es y es obligatorio el deporte y es una forma en que puedes permitir que el estudiante vaya y participen por lo menos alguna actividad deportiva y que genere además también ese gusto, y pues también la universidad

tiene la oferta de muchas cosas en la oferta del entrenamiento de fútbol, de básquet, de micro y no necesita ser un duro para poder ir y participar en Estos espacios.

Se puede decir que, la juventud siempre ha contado con apoyo para hacer deporte y la recreación, donde las universidades, las entidades públicas y privadas, los mismos jóvenes buscan las alternativas para ser parte de convocatorias municipales, departamentales y nacionales.

ahora bien, la salud de las comunidades está determinada por diferentes factores entre ellos los relacionados con condiciones sanitarias, es decir, la prestación de servicio básicos como agua, alcantarillado, energía permiten que las personas tengan una mejor calidad de vida, sin embargo, en muchos de los barrios esto servicios son precarios así lo menciona el participante PG UNIV 2 *“en los jóvenes de Pasto, existen diferencias de estratos socioeconómicos. Hay algunos que tienen todos los servicios públicos, pero hay otros que tienen dificultades”*.

Es este orden de ideas, se evidencia que hay zonas donde cuentan con otros servicios como el acceso a gas domiciliario e internet así lo manifiesta el participante PG VIC 5 *“Diría que por zona, porque un joven del centro cuenta con todos agua, luz, internet, todo, entonces si nos vamos a las zonas más alejadas de Pasto, encontramos población donde hay menos recursos, donde escasamente tienen energía, el servicio al baño y ya”*.

En ese sentido, es importante mencionar que el internet se ha vuelto un servicio indispensable en las personas, así lo menciona el participante PG TRAB 3:

Pues ahora es indispensable, creo que para todos, es nuestro plan de internet, el plan de datos y minutos, porque uno ya no puede estar como si minutos o sin una recarga, entonces eso es algo elemental y junto con el internet, debido a que, bueno

en mi caso yo trabajo virtualmente, entonces debo tener una estabilidad de internet y también de datos como para tener un soporte.

Esto evidencia que estar ubicado en ciertas zonas de la ciudad garantizara mejor la prestación de los servicios básicos, sin embargo estos servicios básicos no cubre a toda la población, ya que algunos barrios no cuentan con los mínimos servicios; como lo menciona el participante PE COM 1 *“también yo creo que poco a poco vamos accediendo teniendo más acceso a lo que es el internet, creo que bueno la ciudad ha creado pues unos puntos que se llaman conecta”*.

Es así como, se observa que la ciudad ha mejorado en cuestión de servicios básicos en la población, pero aún falta avanzar en temas de alcantarillado, internet, agua potable, gas, ya que la zona en condición socioeconómicas bajas aún hay jóvenes que no cuentan con servicio en las viviendas así lo manifiesta el participante PE UPUB:

Bueno, al estar en una ciudad como Pasto que ya es un poco más desarrollada, pues creo yo que, pues es una necesidad ¿no? y que la mayoría de personas cuentan con estos servicios, pero si nos vamos a algunas zonas específicas de la ciudad, pues realmente es muy difícil. El tema del internet si, sobretodo en la juventud, siento yo que es una prioridad para cualquier situación, entonces si siento que la mayoría tal vez contamos con esto, pero iría muy de la mano con el estrato socioeconómico en el cual, la persona se ubique.

Por otra parte, el involucramiento de los jóvenes en las actividades familiares está relacionado con la dependencia a la familia, en el caso de los jóvenes hay una participación activa por razones culturales así lo menciona el participante PE COM 1:

Yo pienso que hay muchos jóvenes que sí se involucran en lo que es el día a día de la casa; desde mi caso personal soy una persona que se involucra mucho en las

actividades del hogar, y creo que ese arraigo familiar aquí en la ciudad pequeña es más es más fuerte que una ciudad grande; acá si tenemos de una buena forma una dependencia más a nuestra familia y creo que nos hace que estemos más presentes en el día a día de las actividades familiares en la mayoría de los casos.

Por consecuencia, la cultura y machismo es muy marcado, relegando a las labores domésticas a las mujeres así lo manifiesta el participante PE CONS:

Bueno tenemos una sociedad machista aun, y eso hace que las mujeres esencialmente aun sigan relegadas, vemos en hogares tradicionales que las mujeres se les ha impuesto una carga que no tendrían el deber de soportar respecto de las mismas familias y en la contribución del hogar, las mujeres tienen mayor participación en materia del hogar, el hombre es muy rara la ocasión que se presenta.

Sin embargo, se evidencia que la crianza es fundamental a la hora de ver la participación de los jóvenes participan en las actividades del hogar así lo menciona el participante PG UNIV 1 *“La participación de los jóvenes en las actividades cotidianas del hogar creo que es algo muy subjetivo porque depende de la crianza de cada persona, sin embargo, considero que lo esencial es el orden del cuarto, barrer o trapear y lavar la loza de la cocina”*:

Por otra parte, los jóvenes a la hora de buscar trabajo se encuentran con barreras como la experiencia, el tipo de contratación. se evidencia que el sector privado contrata más jóvenes para realizar actividades, a diferencia de las empresas públicas así lo manifiesta el participante PE CONS:

Bueno, en el sector privado, creo que hay un poco más de garantía frente a los jóvenes, cuentan con un rango especial y es que el empleador requiere gente

joven, de cualquier nivel, pero requiere gente joven por la vitalidad, por la proactividad, y muchas veces porque esas oportunidades relegan a los jóvenes en tener que soportar cargas, que quizás una persona mayor, una persona con más edad, no la soportaría o que situaciones como extensión de horarios, . Pero en el sector público sí creo que es muy relegado y creo que es muy partida esta situación, porque se mueve mucho el proceso de desestatización de acuerdo a la índole o a la carga que tenga cada persona entonces a veces el joven no es tan valorado en el sector público, a veces el joven está como relegado, incluso no encontramos hoy dentro de las administraciones jóvenes ocupando cargos de suma importancia, pese a que hay preparación.

En esa línea, los jóvenes se han visto afectados en los entornos laborales debido a la poca experiencia que tienen, llevándolos a aceptar cualquier empleo con tal de tener algo de experiencia así lo manifiesta el participante PG UNIV 1:

Las garantías de los jóvenes a nivel laboral son muy escasas y precarias debido a la estigmatización tan grande que sigue existiendo en nuestro país, lastimosamente es una realidad que el joven recién graduado sale al mundo laboral con nulas expectativas y con la idea de "regalar su trabajo" por adquirir experiencia, aunque hay casos excepcionales en los que algunos consiguen cargos en empresas con buenas condiciones laborales.

Teniendo en cuenta las narrativas de los participantes se evidencia la lucha por adquirir mejores condiciones de vida, sin embargo, el sistema social se convierte en un obstáculo al momento de incursionar en ciertos ámbitos ya sean laborales o educativos. Los

jóvenes reclaman participación, escucha y oportunidades de actuar en áreas que no son desconocidas para esta población.

Categoría3: Salud mental, construcciones desde el tejido sociocultural

Capacidades

El autocuidado de los jóvenes sobre su salud mental implica no solo el reconocimiento y la atención consciente de las propias necesidades, sino también el desarrollo activo de capacidades que les posibilite realizar acciones saludables de manera efectiva. El proceso de adquisición de dichas capacidades, responde a un continuo de aprendizaje que sienta sus bases en la familia, es decir, “parte desde la educación que los padres le hayan inculcado desde la casa” (GF INDG1), como primer escenario de interacción y desarrollo del ser humano. Así las cosas, para los jóvenes participantes de esta investigación, la familia se visibiliza como un medio determinante en el desarrollo de capacidades orientadas al cuidado de la salud mental, se concibe en gran medida, como una transmisión intergeneracional, tal y como lo expresa un participante de esta investigación

“la familia es bien importante, entonces vemos cómo uno se haya criado, entonces ¿qué capacidades de solución de problemas tiene cada persona? por ejemplo, en mi caso mi mamá no tiene buena resolución de problemas y por ende yo tampoco ..., si no tiene una persona que lo guíe que le diga hace esto hace, esto es más fácil ... pero creo que eso viene desde la casa” (PG VIC 5)

Por consiguiente, las dinámicas familiares influyen significativamente en la capacidad de toma de decisiones, puesto que la calidad de las interacciones familiares y el modelo de resolución de conflictos se observan directamente desde casa y esto impacta el desarrollo de habilidades para evaluar situaciones, considerar opciones y tomar elecciones informadas relacionadas directa e indirectamente con la salud mental.

Sin embargo, la relación entre capacidad de decisión y salud mental, puede volverse más compleja, al reconocer que la salud mental no es solamente una decisión individual; un punto de inicio para proponer un análisis desde dos perspectivas: una cultural y otra relacional. Desde la perspectiva cultural, la salud mental en Pasto aún es un tema de debate que toma como base un contexto arraigado a las tradiciones, impregnado de espiritualidad y marcado aún por un conservadurismo evidente. Las fuertes prácticas culturales, la preservación de valores y las estructuras sociales tradicionales, establecen un marco de lectura sobre la salud mental, y por lo tanto, para los jóvenes “el problema es que el tema de salud mental es algo de lo que no se habla tanto y que tiene mucho estigma” (PECOM1), o “cuesta mucho expresar lo que sienten, les cuesta mucho aceptar que están mal o aceptar que algo está mal en ellos, entonces si no se acepta que estoy mal, entonces no voy buscar un recurso” (PE LÍDER), y evidentemente, lo no dicho se convierte en algo desconocido, como lo menciona PE CONS “yo me atrevo a decir incluso que ni siquiera yo puedo conocer cuáles son las prácticas para cuidar la salud mental ... los jóvenes no sabemos cuáles son las prácticas sanas para cuidar la salud mental”, y desde esa posición, surgen claras dificultades en torno a la salud mental tanto a nivel individual como colectivo.

A veces simplemente el aislamiento también sabe ayudar, el no ser tan expresivo con las demás personas, el no brindarles tanta confianza, porque eso de brindar tanta confianza también lo puede usar en contra de uno mismo, llegar al punto donde nosotros en nuestra mente, ... o sea nuestras debilidades tenerlas guardadas entre nosotros, saberlas solo nosotros y solo demostrar nuestra parte fuerte, no hay que mostrar nuestras debilidades (PG VIC 4)

No obstante, desde la conciencia y el reconocimiento del contexto y sus características, emerge en los jóvenes de Pasto una posibilidad de desarrollo de capacidades. Son las mismas situaciones contextuales -favorables y desfavorables-, las que han posibilitado el fortalecimiento de procesos de adaptación y construcción social

Yo creo que somos una generación bien resiliente, el tema del rebusque nos ha propiciado también generar nuevas alternativas y frentes. Para cuidar la salud mental es bien complejo, ¿no?, y siento yo que si entendiéramos la salud mental desde una perspectiva amplia, pudiésemos entender que el contar con esas herramientas como lo es el arte que creo ha sido un punto central con el que trabajamos aquí ... el tema del carnaval, es un escenario donde nos permite sanar ... aplicar también un poco de nuestro autocuidado (PE UPUB)

La capacidad de resiliencia de los jóvenes de Pasto, además de sentar sus bases en la construcción sociohistórica de la ciudad, está estrechamente relacionada con la cultura artística de la región “yo resalto mucho lo del arte porque es, digamos, de los pocos municipios de Colombia diría yo, que resalta tanto el arte y la cultura, y no solo por el Carnaval de Blancos y Negros, sino que aquí también hay grandes artistas plásticos,

grandes escultores, grandes pintores (PG TRAB2). Los jóvenes, asumen el arte, como forma de expresión que sobrepasa lo lingüístico, lo dicho verbalmente, lo expresado de manera tradicional, rompe con esquemas normativos y se constituye como un recurso positivo para la salud mental.

En consecuencia, la capacidad artística que ellos tienen les posibilita distintas formas para manifestarse desde su propia cotidianidad, puesto que este tipo de manifestaciones hacen parte de la idiosincrasia del pueblo “estamos tan inmersos en el tema de lo cultural, de lo artístico ... tenemos como esas habilidades de danza, de realizar artesanías ¿no?, de involucrarnos siempre en estos eventos culturales y artísticos” (PE UIPRIV), y si bien, los pastusos tienen a reconocerse como personas introvertidas, el arte promueve un “un cambio sociocultural” (PE CONS) que se refleja directa y proporcionalmente, en la construcción de la salud mental de los jóvenes. De esta manera, la expresión artística en sí misma dentro del contexto nariñense, se asume como un recurso que repara y promueve la salud mental.

El arte pienso yo, el mismo carnaval, la danza, todo lo que tenga que ver con el arte, la mayoría de los jóvenes lo sienten como un lugar seguro, un lugar donde pueden sanar liberar o simplemente alejarse un rato de la realidad que están viviendo (PE LÍDER1)

Ahora bien, desde la perspectiva relacional, los jóvenes de Pasto establecen dos vertientes de interacción social que, en sí mismas, exponen dos tipos de escenarios que determinan el autocuidado de la salud mental. La capacidad de socialización de los jóvenes está mediada por procesos intra e interrelacionales. En este orden de ideas, la relación consigo mismo, es decir la autoconciencia, la autoreflexión, la autoaceptación y el autoconocimiento,

“ejercicios introspectivos” (PE LÍDER), desempeñan un papel crucial en la salud mental, “yo siento que el recurso ordinario es uno mismo, uno mismo llega a determinar qué está pasando con su vida, va a poder cambiarlo (PG TRAB 2).

Así, la comprensión de las propias emociones, pensamientos y necesidades, propicia el desarrollo de una base sólida para el bienestar psicológico porque “depende de cada persona ¿no?, entonces, creo que pues como tal, el joven algo principal que tiene es esa energía ese entusiasmo” (PG INDG 3). Por consiguiente, ese vínculo íntimo facilita la autogestión y la capacidad de agencia, elementos esenciales, aunque no únicos, para el mantenimiento de una salud mental equilibrada y sostenible, “es necesario, por ejemplo, tener un espacio donde uno diga, o sea, se sienta en paz consigo mismo ... es necesario tener un espacio propio como refugio de expresar las emociones, pero sin que nadie lo juzgue” (PE DAJ).

Desde otra mirada la interacción con el otro, facilita la construcción de conexiones significativas que fortalecen el sentido de pertenencia, la cohesión social y la percepción de apoyo, “crear red, y es creer que el que está a lado es compañero y compañera y que necesitamos generar autocuidado y cuidado entre nosotros y nosotras (PE UPUB), de tal manera que la inversión en relaciones interpersonales, se convierte en una valiosa estrategia de autocuidado, esencial para mantener y promover el equilibrio emocional y social en los jóvenes de Pasto..

Dichas interacción abarcan distintos niveles de acción. Desde el plano educativo, “cuando yo estuve en la universidad ... existía el bienestar social, es donde uno puede ir cuando tiene un problema de cualquier enfermedad psicológica ya sea porque tu necesitas anticonceptivos o que tu estés pasando por una situación bien complicada” (PG VIC 2), se

facilita a los jóvenes el acceso a programas de bienestar emocional, recursos de salud mental, ambientes saludables y promoción de actividades de autocuidado “en las universidades hay un área que se llama acompañamiento y permanencia, hay otra área que se llama, de bienestar, y asuntos estudiantiles, son espacios en donde los estudiantes pueden asistir,... tienen esos espacios para atención a los estudiantes, a los jóvenes” (PE DOC)

Por su parte, la interacción con instancias gubernamentales e institucionales públicas o privadas, encargadas de la promoción de la salud, de acuerdo a lo manifestado por algunos participantes de la presente investigación, abre posibilidades a los jóvenes para acceder a recursos que promuevan el autocuidado de su salud mental, a nivel individual y comunitario “el acceso básico a los servicios de salud, y ahí está la psicología, hace parte de uno de uno de los servicios básicos” (PE COM 1) o en palabras de PG VIC 2, los jóvenes pueden buscar apoyo en “profesionales como psicólogos en las EPS”.

Sin embargo, esta conexión que aparentemente facilita el autocuidado de la salud mental, se ve truncada por factores socioeconómicos puesto que “hay muchas barreras, por ejemplo, el tema económico” (PE UPUB), que dificultan el acceso eficiente a los distintos servicios de salud, de esta manera para los jóvenes es complejo asumir su salud mental puesto que “no cuentan con esos recursos, de hecho yo te diría que un joven piensa entre pagar una cita con un profesional especializado o algo, o ese mismo dinero invertirlo en otras situaciones...dificilmente el joven la va asumir desde sus propios costos, los que lo han hecho, ya es porque están en procesos crónico y en verdad lo necesitan (PE CONS)

Finalmente, en el orden familiar y social, el núcleo familiar desempeña un papel importante en el autocuidado de la salud mental, puesto que en la construcción de ésta se requiere “acompañamiento continuo por parte de los padres”(PE DOC), y por su parte, el apoyo

entre pares se concibe como “recurso de una buena amistad, de un buen consejo y pues de alguien que lo apoye también, es como un recurso que no tiene ningún costo y pues están ahí siempre”, lo cual evidencia y resalta fortalezas que caracterizan a los jóvenes y, que facilitan la consolidación de procesos identitarios a nivel individual y colectivo, como un recurso para el fortalecimiento y desarrollo de capacidades orientadas al autocuidado de la salud mental.

“Interactuar con otros jóvenes porque no es lo mismo que esos momentos o eventos llegue una persona cómo decirte qué hacer y cómo vivir la vida y así, sino que entre los mismos jóvenes saquen actividades y vean cómo aprovecharlas ... se crean entornos más creativos y más chéveres, entonces digamos cuando se hace un grupo de los jóvenes siento que sí tiene mayor incidencia a cuando son cosas que te lo dan” (PE UPRIV)

Potencialidades

Comprendiendo la Salud Mental como un proceso de constantes cambios, es posible reconocer que los jóvenes desarrollan ciertas prácticas cotidianas de autocuidado, donde deben enfrentarse a retos consigo mismos y con la sociedad, dado que cada persona ejerce un autocuidado en su salud mental de manera particular

Pues en esa parte ya sería independiente, desde cada persona, no podemos generalizar algunos cuidados, pero por ejemplo en mi caso, yo leo mucho... como para sentirme yo bien, ahorita se maneja mucho la parte de los podcast, audiolibros y a veces también como charlar, hablar, dialogar porque eso ayuda mucho como para librarse o salir de muchas cosas (PG TRAB 3)

Pese a que estas prácticas se desarrollan de una manera diferente en cada individuo o en la sociedad como tal, se puede observar un objetivo en común y es que los jóvenes constantemente están en la búsqueda de sentir bienestar y una de las prácticas que refieren es el diálogo con el otro o con los otros, así como lo describe “... yo creo que hablar es el principal, cómo empezar hablando, si uno tiene un problema” (PE COM 1)

Así las cosas, es imperante anclar estas prácticas desde el contexto en el que el sujeto se encuentra inmerso, ya que las condiciones del entorno facilitarían, limitarían o transformarían el desarrollo de dichas prácticas, es entonces que el ser humano se enfrenta a un medio externo que le pone en manifiesto una ardua labor de adaptarse, lo cual se percibe de los jóvenes en la ciudad de Pasto

en mi caso depende del contexto en que me encuentre, porque si me encuentro aquí en el entorno de ciudad, lo que yo haría en ese tiempo de recreación es a salir hacer esa parte de deporte, hacer esa parte de socialización, esa parte de encuentros, de conversatorios, donde uno le permita conocer, aprender pero también le permite reflejar la parte de su comunidad, pero si uno ya se encuentra en su entorno de su comunidad creo que es más accesible porque uno va a compartir con personas que ya, de alguna manera se encuentran con la misma compatibilidad de cultura, de patrimonios y todo ello, entonces en mi caso yo opto por acudir a la casa de cabildo, acudir a la parte de compartir con estudiantes indígenas donde compartimos nuestras experiencias, nuestras expectativas y hacemos un pequeño conversatorio y socialización (PG INDG 3)

En la actualidad, los jóvenes buscan realizar actividades llamativas para sí mismos, en todo sentido, pero en el autocuidado de la salud mental, la tecnología se ha convertido en parte

importante de ello, uno de los participantes manifiesta “Los juegos para la mente..., descargo juegos que te ayuden, pero a pensar, no para divertirte sino pensar..., entonces ahí piensas y al pensar pues te distraes, y eso te ayuda incluso hasta genializar, pues, nuevas ideas propias” (PG TRAB 4)

De hecho, el ámbito preventivo en salud insiste en el desarrollo de procesos en salud que preserven la calidad de vida del ser humano, en este sentido la salud mental se fomenta también desde la asistencia al servicio de psicología, ya sea accediendo desde el régimen subsidiado, contributivo o de forma particular, de tal forma que esto se puede resaltar en lo que menciona uno de los participantes

“yo cuido mi salud mental asistiendo periódicamente al psicólogo, entonces cuando yo tengo un problema que no lo puedo resolver sea a la EPS, sea particular o sea aquí voy periódicamente al psicólogo ... yo cuido mi salud mental con la música, porque yo me identifico bastante con la música hay momento que bueno que he tenido la oportunidad y he aprendido a tocar varios instrumentos...” (PG INDG 1),

Lo anterior, deja entrever que dentro de las prácticas de autocuidado también se fortalecen habilidades y capacidades en los jóvenes de la ciudad de Pasto, toda vez que, como el participante mencionado anteriormente ha dedicado parte de su tiempo en el aprendizaje de saberes ante los instrumentos musicales y otros jóvenes refieren también que el deporte es una práctica de autocuidado y con ello se hace más fuerte el desarrollo de una práctica en particular de acuerdo a los intereses que cada uno de los jóvenes tenga.

Por otro lado, resulta indispensable resaltar otros factores que influyen y determinan el cuidado de sí mismos en los jóvenes, lo que pone a la población que se encuentra en la

etapa de desarrollo en una situación de vulnerabilidad, pero que, desde el aspecto espiritual, les proporciona la experiencia de fortalecer su resiliencia ante las adversidades de la vida, emanando el reconocimiento de aspectos sociales y culturales que son inherentes a los jóvenes, PE LÍDER, describe que:

Ahí influye mucho la espiritualidad también, el ser creyente, pues para mi es fundamental en la salud mental, el ser creyente, el buscar información, como puede ser escuchar cosas de YouTube, audios, videos, también realizar como ese chequeo diario, decir bueno como me fue hoy, cómo me sentí hoy, porque me sentí así, que está pasando, y empezar a validar todo eso, eso pienso que es salud mental, porque no estamos jugándonos sino buscando realmente la raíz y a partir de ahí mirar que tanto se puede mejorar.

En función de lo planteado, la salud mental no debe ser comprendida en términos de positivismo o el experimentar situaciones confortables o positivas unicamente, sino que, le corresponde un significado mucho más profundo, dado que, el tener o no salud mental en los jóvenes proviene también de factores contextuales que la potencializan y la promueven, pero también se observan entornos que pueden afectar o limitar su desarrollo natural “ Yo creo que hay una actividad bien brava que se vive en muchos hogares, porque hay muchos padres de familia que no están contentos con la vida que llevan y eso directamente afecta al hijo, al estudiante, al joven que vive con ellos” (PG TRAB 2)

Ahora bien, si la familia se puede considerar como uno de los contextos donde se obtienen experiencias favorables y otras no tanto, hay otros espacios que pueden fomentar la salud mental y por ende el desarrollo del bienestar en los jóvenes de la ciudad de Pasto y son los

espacios públicos, tales como los parques, donde los jóvenes perciben un entorno que apoya e influye de una manera propositiva para que se produzca un aprendizaje y control emocional fundamentales en la salud mental “yo creo que los parques pueden ser un factor que promueve la salud mental porque, de una o de otra manera los jóvenes van y expresan sus sentires, sus emociones, se expresan deportivamente” (PG INDG 2).

Por ende, hay otros participantes jóvenes concuerdan con lo mencionado con anterioridad y añaden que desde la cultura sale a relucir la expresión emocional y corporal que simboliza salud mental e

pues también comparto esa opinión de mis compañeros, creo que de pronto los espacios públicos, pero también aquellos eventos culturales donde permiten la participación de los jóvenes y de alguna manera de presentarse en la parte de danza, de pronto en la parte folclórica, la parte deportiva y de alguna manera representar esa juventud (PG INDG 3)

Por otro lado, los jóvenes del grupo focal de indígenas tienen una percepción diferente de lo que va a fortalecer la salud mental en los jóvenes, y es que, a nivel cultural, desde sus tradiciones y sus procesos de salud-enfermedad, su medicina y su experiencia se asume con un enfoque ancestral y espiritual, desde lo cual explican el desarrollo y logro de su bienestar

en mi pueblo si se hacen bastante se hacen el tema de brigada para la salud mental, pero como les digo nosotros partimos desde la medicina propia, medicina tradicional, en mi pueblo el gobernador o el taita, el convoca a taitas yagiseo que vienen desde abajo que vienen desde la bota caucana o lo que es el amazonas, hacer brigadas de medicina

tradicional para todos los jóvenes, más que todo a personas o jóvenes que están en el colegio, para que uno pueda estudiar y puedan encontrar esa mejor camino y no se desvíen en el lapso que de pronto uno llega a cometer (PG INDG 1)

Ahora bien, potencializar la salud mental en los jóvenes, también depende de los entornos institucionales, dentro de los cuales desarrollan estrategias para fomentar bienestar desde el desarrollo de la salud mental en la juventud, debido a que actualmente se han incrementado las estadísticas frente a las dificultades en la resolución de problemas, adaptación a ambientes y espacios sociales, por ende, las instituciones desde el modelo preventivo fomentan la salud mental en los jóvenes

... el entorno institucional, de pronto se han preocupado por la tasa que se encuentra de suicidio y pues en su gran mayoría son jóvenes, entonces, de pronto han hecho investigaciones de pronto depende de los aspectos como emocionales y por ello se han preocupado las entidades por mover y hacer gestiones en cuanto en ayuda y en poder estar en salud mental (PG INDG 3)

En esta perspectiva, los jóvenes participantes proponen que la exploración de las oportunidades y las capacidades del ser humano, potencializan a los jóvenes en cuanto a la salud mental, esto visto desde un enfoque integral, es decir que, se fomenta la salud mental desde lo físico, mental y espiritual, teniendo en cuenta que el contexto puede proporcionar los recursos precisos para que ese proceso de potencialización no solo se produzca de manera unidireccional, sino que, el ciudadano joven considere desarrollarlo por sí mismo de forma autónoma

“El aprovechamiento de las potencialidades de las personas, eso genera la

potencialización respecto del cuidado de la salud mental, cuando se genera, el aprovechamiento de esas capacidades y se entregan los insumos necesarios entonces los jóvenes se potencializa porque crece espiritual, personalmente, mentalmente” (PE CONS)

De esta manera “el arte y la cultura son fundamentales” (PE UPUB) y para los jóvenes de Pasto, son aspectos contextuales indispensables en el logro de la salud mental, y es que el ámbito cultural manifestando una historia, la danza como expresión corporal y el carnaval como evidencia de costumbres y tradiciones de esta ciudad, es un recurso valioso que brinda posibilidades de crecimiento y transformación

El arte pienso yo, el mismo carnaval, la danza, todo lo que tenga que ver con el arte, la mayoría de los jóvenes lo sienten como un lugar seguro, un lugar donde pueden sanar liberar o simplemente alejarse un rato de la realidad que están viviendo (PE LÍDER)

Bienestar

Autonomía

Para los jóvenes, el bienestar en sí mismo, alude a un estado dinámico que depende del grado de satisfacción, equilibrio y armonía en la vida, y para este grupo etario, involucra aspectos físicos, mentales, emocionales y relacionales

Pues eso depende como el ámbito que se, que esté cada persona, ¿no?, entonces uno a veces tiene como una estabilidad y un hogar como bien conformado, entonces uno puede, puede estar muy bien y puede estar satisfecho con la vida de uno, pero a veces si está uno, en un ámbito un poco complejo, se puede decir como mal

emocionalmente, como en su núcleo familiar o su núcleo social, entonces afecta mucho que no esté satisfecho con la vida que uno tiene.

En este sentido, la percepción de autonomía, el establecimiento de relaciones sociales positivas, la capacidad de control del entorno, la autoaceptación, el propósito de vida y finalmente, la búsqueda del crecimiento personal son cruciales para el logro del bienestar. Por lo tanto, el bienestar es dinámico por naturaleza, puesto que se configura como el resultado de la convergencia de las experiencias, los contextos y los aprendizajes.

Así las cosas, la autonomía abarca la exploración y consolidación de la identidad individual y colectiva, como lo menciona PG TRAB 3 “es que somos una cultura un poco tímida ¿no? ... entonces queremos ser a veces como muy autónomos, pero a veces por nuestra misma cultura, como es como callada, como muy de casa, a veces se nos dificulta un poco, pero no quiero decir que no seamos autónomos”, y ésta configuración está estrechamente relacionada con el contexto en el cual los jóvenes están inmersos y a la cultura que los identifica, “no somos tan autónomos porque este, las dinámicas de la ciudad nos hacen muy conservadores, no digo que sea malo, pero nos genera cierta, dependencia a las creencias, una dependencia a la familia, que no es mala pero pues la independencia siempre es lo mejor” (PE COM 1).

Por esta razón, la percepción de los jóvenes de Pasto con respecto a su autonomía, está ligada a algunos aspectos que, de acuerdo a lo mencionado por los participantes, determinan el logro de esta capacidad. Así las cosas, debido a la presión e influencia social, para PLGBTIQ 2, “los jóvenes de pasto no son autónomos. Están muy influenciados como

por el contexto, como su ambiente, como su entorno ... todavía se dejan influenciar por la familia o por su pareja, entonces yo creo que eso obviamente afecta muchísimo la salud mental”. Además, la familia, como escenario de socialización primario, también determina, en gran medida la autonomía de los jóvenes, puesto que “eso influye aquí en Nariño, la sobreprotección de los padres, entonces eso nos genera ese miedo de ir más allá de las cosas, tienden a no ser, autónomos y seguros en la vida, es por esa protección (PG TRAB 4).

Ahora bien, desde una perspectiva intrapersonal, para los jóvenes, el nivel autonomía también está definido por la capacidad de autorregulación y autoeficacia percibida

yo también estoy de acuerdo en que los jóvenes de Pasto no somos autónomos, y no solo tiene que ver con eso que decían, como la falta de comunicación asertiva que veces presentamos, sino también esa falta de seguridad en nosotros mismos por qué, se muestra inseguro en muchas cosas, o sea, si te ponen a elegir un sí o un no, tu te demoras en responder, en muchos casos caemos en un talvez (PG TRAB 2)

Aunado a lo anterior, las expectativas sociales impuestas sobre los jóvenes, se establecen como condicionantes de su autonomía, de tal manera que si bien, “no seguir patrones de tus familias a pesar de que convivas con ellos, creo que eso es una diferencia bastante marcada; otra forma de la autonomía es cuando ya toman decisiones así la misma familia no esté en consonancia con ello” (PE UPRIV), para la algunos participantes “Ellos la demuestran cuando toman la iniciativa, de hacer las cosas, aunque están esperando la aprobación de otro” (PE DOC), es decir, es una capacidad que no se asume en su totalidad como propia o característica de los jóvenes como le refiere PE DOC 2: “para unas cosas son bien

autónomos, si, para otras si necesitan de la ayuda o apoyo de su núcleo familiar, entonces, parte y parte, yo diría que un cincuenta y cincuenta”

Ahora, la falta de autonomía claramente se refleja además de en las decisiones cotidianas, en la salud mental, puesto que los jóvenes

se dejan llevar mucho por las masas ... en cuanto a la Salud Mental perjudica mucho porque pues como ya dije, puede que dentro de esas personas que se quedan calladas, existen personas o de la comunidad o mujeres, que se siente muy incómodas de esos comentarios o con las acciones que las personas hacen, y pues al fin de cuenta sienten que su pensamiento no vale, pues porque tienen que quedar bien con el resto obligatoriamente, cuando pues al final descubrimos que hay muchas personas que realmente no quisieran seguir lo que todos quieren hacer (PG LGBTIQ 1)

Es decir, para los jóvenes la autonomía tiene una fuerte visibilización en la capacidad y libertad que ellos perciban sobre las posibilidades de autodefinirse, ser y hacer

Creo que la parte subjetiva los jóvenes no han podido quitarse las máscaras y aún viven en esa modernidad, en lo que la modernidad quiere o sea como que algo muy superfluo, como que listo, usted no piensa, siga las modas, haga esto sobreexplotese, no puede sentir dolor, no puede sentirse estresado, no lo hable, no lo exprese, sea feliz trabaje y produzca.

O de acuerdo a lo expresado por PG TRAB 3

A veces es muy duro decir lo que nosotros pensamos o creemos, a veces por

ejemplo, por temor a que nos critiquen o que nos digan eso está mal, no lo decimos y nos callamos, y ese es un defecto que se puede volver en un problema muy grande por el hecho de no saber decir las cosas

Este proceso de construcción y logro de la autonomía, a su vez determina la capacidad de los jóvenes para tomar decisiones, las cuales, sientan sus bases en la construcción de su autoconfianza, autoeficacia y autoconcepto que emergen a partir de la convergencia de múltiples condiciones “yo creo que todos los aspectos son importantes, aspectos económicos, el aspecto social, el aspecto familiar, todo está, está, involucrado, a la hora de tomar una decisión dura de vida o no dura importante en la vida de un joven” (PE COM 1)

De esta manera, la interacción con el entorno social, que incluye amigos, familia y ambiente laboral, desempeña un papel crucial en esta dinámica, puesto que un entorno que fomente la exploración segura y brinde apoyo emocional, puede ejercer una influencia positiva en la toma de decisiones en los jóvenes, posibilitándoles adquirir las habilidades necesarias para enfrentar los desafíos de su vida.

En concordancia con lo anterior, la familia sienta una base de acción para la toma de decisiones debido a que “influye mucho la crianza, porque eso va como le han enseñado los padres, en mi caso mis papás son iniciaste algo lo terminas y nunca tuve la necesidad de que mis padres me están revisando como voy en la universidad” (PG VIC 2), además, los estilos de crianza representan gran importancia en el desarrollo de la autonomía y la toma de decisiones “depende mucho, porque pues, en el hogar aprenden a ser autónomos de acuerdo con la crianza que hayan tenido” (PE DAJ).

Por otro lado, las decisiones de los jóvenes también se ven supeditadas al factor económico “ese es el principal, no se puede tomar decisiones si no se cuenta con el apoyo económico, o si no se cuenta con el estrato económico que permita generar una contribución o algo dentro de una materia.” (PE CONS), en esa medida, las limitaciones o facilidades financieras a menudo, establecen las opciones disponibles con las que un joven cuenta para alcanzar sus metas de vida. En esta etapa, la presión de asegurar la estabilidad económica puede llevar a decisiones pragmáticas, como la elección de carreras con mayores perspectivas salariales, incluso a expensas de intereses personales “porque si estas bajo un contrato que no te permite ser autónomo no, no lo puedes hacer, depende mucho la situación que te encuentres, no, no puedes generalizar” (PE DAJ1)

Relaciones positivas

La construcción de redes de apoyo implica *per se*, un factor de protección para la salud mental y el bienestar de los jóvenes. En torno a este tema, los participantes de esta investigación identifican dos polos en la construcción de relaciones interpersonales “hay relaciones que te impulsan a ser mejor persona, y que con lo que te propongas lo cumplas, pero hay unas relaciones que te destruyen mentalmente” (PG AFRO 6).

Las relaciones positivas entre jóvenes desempeñan un papel crucial en su desarrollo emocional, social y personal. Estas conexiones constructivas proporcionan un entorno de apoyo, que fomenta y fortalece tanto el desarrollo individual como social, aspecto que se hace evidente en el testimonio de PG TRAB 1, al afirmar

“el pastuso se caracteriza por crear relaciones muy afectivas, y eso es lo que se mira pues en todos los grupos de amistades, que a parte de tener como algo en común, uno siempre busca como ese cariño, ese afecto entre todos”

Así las cosas, la presencia de relaciones saludables nutre las habilidades sociales, promoviendo la empatía, la comunicación efectiva y la resolución de conflictos “en los grupos encuentran relaciones y amistades que se vuelven muy muy fuertes y que les aportan cosas buenas (PE LÍDER 1) y el intercambio de experiencias y aspiraciones en un contexto de apoyo mutuo contribuye al crecimiento individual y colectivo. En última instancia, las relaciones positivas entre jóvenes no solo enriquecen sus vidas a nivel personal, sino que también generan comunidades más sólidas y resilientes

“afectan el cien por ciento la verdad, somos seres sociales que estamos completamente influenciados no nos podemos desatar de ese vínculo que tenemos con la sociedad con las personas... seguimos conectados a los demás y genera mucho aprendizaje social” (PG UNIV 2)

Además, claramente el contexto y la cultura definen, en gran medida el tipo y la calidad de relaciones que construyen los jóvenes de Pasto, puesto que gracias a la tradición cultural “pueden encontrar un lugar seguro en la danza, en el carnaval y pueden encontrar amistades con las que pueden hablar, desahogarse y así pueden empezar a soltar todo eso que de pronto van guardando”(PE LÍDER 2)

Desde una perspectiva opuesta, para algunos participantes las relaciones que establecen los jóvenes de Pasto, en pareja, entre pares, con las familias y en otros contextos, tienen una

connotación más desfavorable “ Yo creo que hay mucha relación de dependencia... veo muchas relaciones tóxicas (PE COM 1), o como lo manifiesta PE DOC 3 “son unas relaciones bastante fuertes dependientemente... no solamente a depender de una aprobación sino a depender del acompañamiento de otra persona. creo que no nos gusta estar solos, o no les gusta a los jóvenes estar solos.. De acuerdo a lo mencionado, la presión e influencia social determina, en gran medida el carácter de la interacción social y desde esta mirada, se establecen relaciones “convenientes... negativas, tóxicas, desleales, dañinas, como que no nos interesamos por el amor propio, entonces no importa dañar al otro, falta de empatía, muy influenciables (PG UNIV 3).

Control del entorno

Dentro del marco de determinantes en el desarrollo de la salud mental en los jóvenes de la ciudad de Pasto, es importante abarcar el control sobre el entorno, ya que se concibe como un aspecto donde los jóvenes pueden dar manejo oportuno a las circunstancias o condiciones en las que el entorno social se presenta, en lo que compete a las entrevistas y grupos focales realizados en esta investigación, se encuentra que los jóvenes posiblemente tienen un control escaso frente a su entorno, el PG VIC 5 desde su experiencia como joven argumenta “yo digo que no son capaces, porque si hablamos de los últimos años eee la tasa de los suicidio de los jóvenes es muy alta”.

Del mismo modo, debemos tener en cuenta que los jóvenes a lo largo de su existencia adquieren experiencias significativas que permea directamente en el desarrollo de un bienestar psicológico que repercute en la calidad de vida que a futuro puedan visualizar, es por ello, que el pensar, sentir y actuar de los jóvenes estará al cercado por las condiciones de vida que cada uno pueda enfrentar; el PG AFRO 9 señala

Hay personas que ... están guiadas por las situaciones, o sea, es lo que le toca hacer y ya está, no buscan alternativas, y las estrategias de afrontamiento no son claras, entonces hacen lo que les toca, lo que les planteen eso desarrollan, más que buscar sus propias alternativas por su bienestar.

Igualmente, se pone en contexto situaciones que indirectamente afectan o benefician el potencial del ser humano, tal como el consumismo, la economía y aspectos globales que se producen a nivel nacional, pero que necesariamente deben ser distinguidos por nuestra ciudad, el joven PE UPUB alude "... estamos en un contexto social totalmente permeado por el capitalismo, la globalización que también frena mucho, que también limita el generar esos procesos de tal vez la toma un poco más del control"

En este momento, merece la pena exponer que, en contraposición a lo mencionado con anterioridad, existen otros jóvenes que se reconocen con la capacidad de oponerse ante una negativa y deciden enfrentar las condiciones que su entorno social les pone de manifiesto, esto, en acuerdo con el PE COM 1 quien afirma: "yo creo que somos muy capaces... de enfrentar los desafíos, tenemos todas las capacidades, habilidades para hacerlo", lo que deja observar que los jóvenes no se perciben en su totalidad como personas incapaces de ejercer un control sobre el entorno social.

Efectivamente, en el desarrollo integral del ser humano, se resaltan estrategias de afrontamiento que facilitan el proceso de adaptación a los cambios que se puedan observar durante su crecimiento físico y mental, toda vez que, adquieren un compromiso propio y las condiciones de vida las adecua a su necesidad mediante la resiliencia

a mí me gusta mucho eso de la resiliencia, poder soportar y donde estés en lo más bajo tienes que sacar la fuerza de donde no la hay para volver a subir, me gusta mucho ese concepto y creo que es algo que se debería trabajar... nadie esta excepto a una enfermedad, aún duelo, son cosas que pueden pasar, pero puedo manejarlo de una mejor manera, no me va dar tan duro pero tampoco me va troncar, pero tampoco estancar en mi proceso, creo que eso es importante (PG UNIV 1)

Por su parte otro participante, en concordancia con lo anterior, afirma que "...la disposición de las personas, la fuerza de voluntad" (PG UNIV 4), se interpone como estrategias de afrontamiento en los jóvenes de la ciudad de Pasto, estrategias que desempeña desde su experiencia individual y del significado que le proporciona a su desarrollo personal en relación a los demás, acogiendo como hábitos estrategias que influyen en el bienestar y ciclo de vida, es así que el PG VIC 1 revela que:

por ejemplo, en mi caso, solo es trabajar y digamos ya no tengo más que hacer, entonces me voy al gimnasio, me pongo hacer una artesanía, o bueno me pongo a buscar como tener la mente ocupada... obviamente hay que buscar ayuda, pero también buscar espacio donde tú te sienta mejor y sientas que a nivel emocional te va permitir estar en una forma más equilibrada.

Dichas estrategias, provienen de los aprendizajes de cada etapa de la vida de los jóvenes, por tal razón se deberían promover de manera constante en los diferentes entornos que se encuentra el ser humano, PE UPUB argumenta: "las juntanzas...el poder construir ese tejido, siento es un de las principales fuentes de poder afrontar estas nociones, porque el

individualismo es lo que nos ha traído hasta aquí...”, del mismo modo, para que un joven surja y fortalezca su actuar frente al aspecto social, “tocaría inculcar ... poner límites, o hablar desde el amor, desde la parte más tranquila” (PE LÍDER 2). Sin embargo, otros jóvenes exponen que no existen estrategias de afrontamiento, puesto que no es un aprendizaje que se haya adquirido desde el primer entorno de desarrollo, es decir la familia nuclear “Creo que nulas, porque no se los ha formado para esas cosas... es que ni siquiera los padres tienen esas herramientas o esas estrategias identificadas... el diálogo puede ser una estrategia, tener un confidente...” (PE LÍDER).

De esta forma, la salud mental se evidencia como un aspecto inestable en la vida de los jóvenes, donde tiene mucho que ver las actitudes que ellos permiten que la sociedad perciba, muchos de ellos prefieren mantenerse en una zona de confort, pero cuando deben salir de allí puede significar el tener que le mueve a generar y aprovechar nuevas oportunidades de vida, el participante PE UPUB menciona: “Yo creo que esta noción de resistencia, de generar acción, de innovar, de participar, de exigir” , así mismo , refiere que no se permite el conformarse con poco para estar satisfecho con su vida, “... pero sí siento yo que el joven pastuso no es conformista, por eso digo que nunca va a estar satisfecho”. (PG TRAB 2).

Por otro lado, con respecto a la satisfacción con la vida, los jóvenes resaltan que algunos se encuentran satisfechos en cuanto al aspecto económico, estabilidad en sus entornos sociales, el logro de metas, entre otros, pero la mayoría expresa que, a pesar de que un joven ya haya obtenido ciertos logros en su vida, quiere adquirir más logros a lo largo de su desarrollo, por lo cual no encuentran una satisfacción completa

“Yo creo que no, ... hay personas que tienen económicamente condiciones mejores y quizás eso les haga pensar que están satisfechos, Pero sinceramente yo creo que todos tenemos algún problema emocionalmente, entonces no podemos estar satisfechos 100%...” (PLGTBIQ 2)

De esta forma, relacionan el estar satisfechos a los recursos que cada uno puede identificar en su vida tanto individual como grupal, es así que, el entorno puede brindar un sentido diferente a la salud mental que cada uno puede tener frente a la satisfacción con la vida “me siento satisfecha con mi vida que ha sido como un proceso, he madurado, he logrado las cosas que he querido... no puedo decir que mañana me voy a sentir bien con mi vida porque puede pasar cualquier cosa...” (PG UNIV 1)

Autoaceptación

La autoaceptación como proceso psicológico es fundamental puesto que implica la apertura incondicional hacia uno mismo, incluyendo todas las facetas, características y experiencias, tanto positivas como negativas, no implica resignación ni conformismo, sino se orienta hacia un entendimiento compasivo y personal. Por consiguiente, la autopercepción de los jóvenes resulta ser parte de ese equilibrio y bienestar que buscan en el trayecto de su crecimiento físico y madurez mental, lo cual conlleva a una auto aceptación a la negación de la misma, ya que este concepto se produce de manera individual, el PG UNIV 3 resalta lo siguiente:

creo que es importante tener un buen autoconcepto para... desarrollar esa salud mental, si yo no me conozco, si yo no sé a dónde voy, que quiero hacer, obviamente

voy a estar confundida voy a tomar caminos que no son sanos, ese es el problema de todo el mundo.

Cada uno de los jóvenes de Pasto posee una historia particular, la cual proviene de sus costumbres, creencias y experiencias significativas, de lo que es posible referir aspectos que influyen en su bienestar psicológico, bienestar subjetivo y bienestar social, es por ello que las condiciones y situaciones de vida se deben observar de forma particular, el PE COM 1 describe: "... hay un montón de frustraciones que sienten los jóvenes de pasto... yo creo que dentro de todo poco a poco nos aceptamos más como somos estamos más conectados con la realidad y somos más conscientes de lo que pasa a nuestro alrededor..."

En este sentido, la juventud se ha tomado como una etapa donde se presentan inseguridades, temores y varias dificultades que no permiten que los jóvenes puedan reconocer su potencial, sus capacidades y el autocuidado a su salud mental, sin embargo, el joven busca e implementa habitualmente estrategias personales y sociales para enfrentar la vida misma, el PE LÍDER anexa: "La mayoría tienen muchos complejos, donde no se reconocen, no se aceptan, no se valoran tampoco, ni les gusta darse su lugar, la mayoría si tiene muchos complejos en general", por tanto, para desarrollar una salud mental enfocada en el equilibrio, estabilidad emocional y bienestar debe apuntar a la auto aceptación y satisfacción con la vida, en acurdo con PG TRAB 2 "... si no llega a aceptarse como es, sus miedos, sus culpas, su pasado, su presente, qué quieren en un futuro,... eso sí te va a dar salud mental, sí, no hay duda en que conocerse a uno mismo permite avanzar en el camino sin tantas pausas".

Propósito de vida y crecimiento personal

La felicidad se ha constituido entre los jóvenes como un objetivo común al cual no perder de vista, si bien unos le dan mayor importancia a lo sentimental y otros a lo material o incluso al reconocimiento, la mayoría de ellos resume su propósito de vida en sentirse bien consigo mismo y construir un algo que los haga sentirse plenos, lograr una estabilidad emocional, laboral o económica, estudiar, trabajar, sin dejar de lado el disfrute de la vida y dejar huella como lo menciona PG TRAB 4 “Para mí está en dejar huellas... todos queremos triunfar, pero queremos ser ese ejemplo para otros jóvenes” junto a ello, el deseo también de buscar un bien común y aportar en el crecimiento de las demás personas PG TRAB 2 “siento yo que está mucho en como tu usas tus talentos para servir a los demás”

De igual forma, el buscar esa felicidad también se construye desde lo material o económico visto como algo muy normal PE CONS, “el propósito que tiene es entrar en ese espectro normal de la vida, carrera, estabilidad laboral, estabilidad económica y a partir de ello, seguir creciendo”. En resumen y de una forma muy emotiva, a partir de la experimentación, del que venga lo que venga, de vivir el momento y dejar que fluyan las cosas, en su gran mayoría los jóvenes buscan llegar lejos, salir adelante y en especial, los jóvenes buscan “transformar y tener un mundo al tamaño de nuestros sueños.” (PE UPUB)

En esta perspectiva, buscan construir algo visible y en ocasiones tangible para poder decir o sentir que han crecido personalmente y que esto a su vez los lleve a sentirse bien consigo mismos, lo que permite reconocer que, si bien un parte material o económica es importante para ellos, también lo es la parte emocional

...el crecimiento personal también está en la realización de los objetivos, a nivel personal, familiar y social, el hecho de lograr resolver como tal, ciertos aspectos que uno quiere, eso te lleva al crecimiento personal, sentirse bien contigo mismo (PG VIC 1)

Asimismo, de una forma más concisa para PE CONS el propósito de vida de los jóvenes abarca la búsqueda de “oportunidades, sea de índole académico, personal o cualquier otra, es en general la búsqueda de cualquier oportunidad”, una tarea constante que se presenta en todo momento y en todos los contextos que rodean a la juventud, permite el aprendizaje continuo y arduo en el que siempre están inmersos, “he coincidido con más jóvenes que están en esa búsqueda de crecer personalmente y ¿cómo lo hacen?, pues aprendiendo de los errores más que todo” (PE LIDER), y para ello, otorgan gran importancia a la cultura, tradiciones y espiritualidad “creo que también influye mucho ser espiritual... la fortaleza de esas creencias pueden hacer mucho la diferencia en cómo proyectan su crecimiento”(PE LIDER),

Así las cosas, resulta interesante elevar la mirada a los intereses que pueden tener estos jóvenes, que si bien, debido a la gran diversidad que se encontraba en los diferentes grupos poblaciones y siendo ésta una respuesta un tanto subjetiva, muchos de ellos coincidían en “el crecimiento profesional y poder tener una estabilidad económica” (PE COM 1). Sin embargo, también se despliegan intereses colectivos, referentes en ocasiones a esa economía como de “poder darle la oportunidad a nuestros padres que no tuvieron” (PE UPUB) o como el mismo participante también refiere “gestar un mejor futuro para nosotros y en si para la comunidad en general” (PE UPUB)

Bajo la misma perspectiva de lo colectivo, se encuentra principalmente la familia “quiero estudiar para ayudar a mi familia, darles orgullo” (PG VIC 2), o incluso como lo expresa el participante PG VIC 4 “demostrarles a ellos de que si fuiste capaz de hacer todo lo que ellos decían que no podías” refiriéndose a las personas que algún momento sembró dudas frente a sus capacidades y habilidades. Y es importante también la opinión del participante PE CONS al afirmar que

el joven no estudia una carrera quizás por la pasión que le pueda generar sino, estudia una carrera porque en verdad quiere generar un estatus que le pueda permitir estar bien económicamente, porque es que so le genera plenitud en el desarrollo de la vida

Lo anterior permite reflexionar sobre a las múltiples razones que puede tener un joven de Pasto al momento de tomar una decisión y que esta se ve influenciada también de cierta manera por terceros, esto creyéndolo desde que sus intereses si bien se enfocan en prepararse académica o laboralmente con el fin de buscar una estabilidad económica, lo hacen pensando también en el otro, a nivel familiar o a nivel social con el fin de obtener un status y una posición social.

DISCUSIÓN

Esta investigación permite dilucidar que es necesario comprender a la salud y la salud mental como procesos que no necesariamente obedecen a leyes naturales objetivas o a procesos evolutivos propios de la especie y que como condición sine qua non se van a experimentar, sino por el contrario, como un producto de construcción social e histórica de

la forma como los sujetos se insertan dentro de las estructuras y dinámicas sociales. Lo anterior lleva a pensar entonces que la salud y la salud mental en particular, se ven influenciadas por diferentes factores socioculturales, ambientales, políticos, económicos entre otros, que la afectan, la potencializan o ponen al sujeto que la experimenta en una tensión desde la cual debe responder. En palabras de Galende (1997) “la salud y la salud mental están determinadas social e históricamente. Es un proceso resultante de las condiciones de vida, de la historia y de los proyectos de una sociedad. Cada cultura marca a sus miembros con el particular significado que le da a la realidad”

Así las cosas, en esta pesquisa se cuestiona el funcionamiento de las políticas públicas y salud mental en el municipio de Pasto, pues la evidencia muestra que es menester mejorar los programas y políticas de salud mental para los jóvenes, acotando que es necesario que estos guardan estrecha relación con la comprensión de los determinantes sociales y por ende de la multicausalidad en la aparición de posibles patologías o psicopatologías, así como de la adecuación de los mismos a las distintas realidades y necesidades locales.

Ahora bien, no es desconocido que existe un creciente reconocimiento del impacto de los determinantes sociales en la salud mental, pero lo anterior lleva a pensar que para tener en el radar los determinantes sociales de la salud, la política pública debe comprender el impacto de los modos de vida y la percepción de bienestar de la comunidad, es decir, no solo invertir en recursos de atención, sino de promoción efectiva.

Por otro lado uno de los factores que aparece con fuerza dentro de los resultados de investigación está relacionado con la empleabilidad de los jóvenes y la necesidad de cubrir

sus necesidades, a este respecto la informalidad laboral aparece como la más prominente, asunto que genera condiciones especiales de vulnerabilidad y al tiempo ello se asocia con salarios precarios y desprotección social, por tanto la atención en salud disminuye, tal como señala De Villavicencio (2000) los problemas laborales se ven reflejados en problemáticas de salud, expresadas en el deterioro de la salud física y mental y tienen relación directa con determinantes estructurales. Así las cosas, variables como la edad, el sexo, los estados nutricionales, la educación y el estrato socioeconómico, se configuran en los determinantes sociales estructurales e intermedios de la salud de los jóvenes en Pasto y condicionan la calidad de vida a nivel laboral y en su cotidianidad.

Derivado de las condiciones precarias en la consecución de dinero por parte de los jóvenes por falta de empleos formales, se deriva otra situación y es la de no tener las mismas oportunidades de acceder a los servicios de salud, ello deja ver que la posición social e incluso la estratificación son determinantes clave en la causalidad de esta desigualdad en el acceso y en la utilización de los servicios sanitarios. Lo anterior deja ver la brecha entre la demanda y la utilización de los servicios, es decir, el que los jóvenes de Pasto no cuenten con accesibilidad, entendida como la disponibilidad de recursos en el momento y lugar que se necesiten. Situación que se agudiza en la población LGBTIQ+ quienes consideran que la estigmatización se aúna a la imposibilidad de algunos tratantes para atender las necesidades de estos. Ante ello Link y Phelan, (2001) afirman que, frente a esta situación bien estructurada e injusta, el acceso y atención a las instituciones de salud, a la prevención de la enfermedad, al largo proceso de recuperación de la salud y a las políticas financieras que aseguren seguridad económica, no llegan a las minorías, por ende, el resultado de esta disparidad en los beneficios del acceso y atención a la salud y a la enfermedad, es más enfermedad.

Otro aspecto fundamental que se resalta en este trabajo es la percepción de cómo la cultura influye de manera decidida en procesos sociales y de salud de los jóvenes, en este sentido, la cultura constituye un determinante expresado en todas las formas y expresiones artísticas apalancadas en etnicidad, nivel educativo, género, lengua, creencias, costumbres y valores. En ello, se resalta el cómo en la ciudad de Pasto, los jóvenes encuentran en las expresiones artísticas y culturales una vía de potenciación de su salud mental, de afrontamiento ante la adversidad. Ante ello se ha evidenciado que entre el afrontamiento enfocado al problema y el bienestar psicológico existe una relación positiva y significativa (Romero et al. 2010), por tanto, la búsqueda de diferentes alternativas de afrontamiento como el arte contribuyen significativamente a lograr un alto nivel de bienestar (Cornejo y Lucero, 2005).

Se evidencia cómo diferentes factores de tipo social, cultural, organizativo y político inciden en el derecho al goce efectivo de la salud y la salud mental de la población indígena, ya que aspectos como la cultura, las creencias, los usos y costumbres de estos proporcionan el establecimiento de un significado propio al concepto de salud y por ende de acciones frente a las mismas, asunto que implica pensar en implementar modelos de salud que atiendan necesidades integrando las creencias y costumbres.

LÍNEAS DE ACCIÓN EN RELACIÓN CON LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL DE LOS JÓVENES DE LA CIUDAD DE SAN JUAN DE PASTO.

La presente propuesta se sustenta en las disposiciones de la Ley 1616 de 2013 en la cual se garantiza el ejercicio pleno del derecho a la salud mental de la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la atención integral e integrada en salud mental, en consonancia con lo preceptuado en el artículo 49 de la Constitución Política.

En el Plan de Acción sobre Salud Mental, la Organización Mundial de la Salud destaca que los determinantes de la salud mental y de los trastornos mentales incluyen factores sociales, culturales, económicos, políticos y ambientales. La evidencia latinoamericana corrobora lo anterior al indicar que, por lo general, el estatus socioeconómico se relaciona negativamente con indicadores de trastornos mentales, y la falta de escolaridad se relaciona con síntomas de depresión, intento de suicidio, trastornos mentales, del estado del ánimo y ansiedad (Ortiz; López & Borges)

En este sentido, se hace necesario plantear el análisis de las desigualdades sociales y su implicación directa con los alcances y demandas de la salud y por supuesto de la salud mental, en términos de reconocer que las “diferencias en salud producidas socialmente, se distribuyen de forma sistemática entre la población y son injustas” (OMS)

Atendiendo a las anteriores delimitaciones conceptuales y territoriales, los lineamientos en torno a la promoción de la Salud mental de jóvenes en la ciudad de Pasto que se proponen son los siguientes:

1. **Estrategia “TE ESCUCHO”:** se propone tener espacios en lugares estratégicos del municipio en los que se brinda asesoría, consejería y acompañamiento psicológico gratuito a todos los habitantes de la ciudad. La idea es permitir acercamientos oportunos a las necesidades de los jóvenes y mitigar problemas o eventos en salud mental.
2. **Estrategia “Razones de vida”:** Dada la alta prevalencia de ideación e intento suicida se requiere una estrategia que capacite a las comunidades educativas en la prevención del comportamiento suicida en los estudiantes, a partir de espacios pedagógicos y de reflexión. Esta estrategia va dirigida a los docentes, directivos, adolescentes y sus familiares, para que aprendan a identificar y abordar las situaciones de riesgo en la población estudiantil, a partir de la identificación de redes de apoyo, fortaleciendo la capacidad de resiliencia y de los factores protectores frente al comportamiento suicida en niñas, niños y adolescentes.
3. **Estrategia “Autocuidado y amor propio”:** Realización de talleres de autocuidado en diferentes espacios de la ciudad, donde se promuevan factores como creencias y tradiciones culturales en el autocuidado, paradojas comportamentales y cuidados de acuerdo al género.
4. **Estrategia “cuidado al cuidador”:** Crear espacios de cuidado y supervisión para los profesionales de Salud Mental. La estrategia puede ser el diseño de un espacio virtual de difusión y colaboración, que ofrezca y gestione información y materiales audiovisuales de interés accesibles y útiles para los profesionales y cómo estos pueden cuidarse antes de ofrecer cuidados a la comunidad.
5. **Estrategia Investigación Acción:** Impulsar programas y estudios de investigación que favorezcan una mayor integración de la persona con

enfermedad mental en la comunidad, así como de todas aquellas líneas de investigación que permitan potenciar la autonomía personal y el bienestar emocional.

REFERENCIAS

- Acero, A., Caro, R. Henao, K., Ruiz, E., & Sánchez, V. (2013). El análisis de la salud desde la perspectiva de los determinantes-determinación social de la salud. *Determinantes Sociales de la Salud: postura oficial y perspectivas críticas.*
- Aguilar, C. (2017). Asociación entre el estado de peso y la salud mental positiva de los hombres: la influencia del estado civil. *Investigación y práctica clínica de la obesidad*
- Alba, Víctor. (1975). *Historia social de la juventud.* Barcelona, Plaza & Janés.
- Alvarado, H. (2011). Los problemas de salud mental en los adolescentes, el derecho a la salud en la actual política de salud y el papel del profesional de enfermería. *Imagen y Desarrollo*, vol. 13, núm. 1, enero-junio, 2011, pp. 79-92 Pontificia Universidad Javeriana Bogotá, Colombia. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/pdf/1452/145221282005.pdf>
- Álvarez, L., (2012). Los estilos de vida en salud: del individuo al contexto. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 30(1). 95-101
- Álvarez, L., (2009). Los determinantes sociales de la salud: más allá de los factores de riesgo. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 8(17),69-79. Disponible en:
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54514009005>
- Beck, U. (2006). Living in the world risk society: A Hobhouse Memorial Public Lecture pronunciada el miércoles 15 de febrero de 2006 en la London School of Economics. *Economía y sociedad*, 35 (3), 329-345.
- Blanco, A., & Díaz, D. (2005). El bienestar social: Su concepto y medición. *Psicothema*, 553 <https://www.psicothema.com/pdf/3149.pdf>

- Brailovskaia J, Zhang XC, Cai D, et al. Los beneficios de la actividad física y la salud mental positivan para reducir la carga de COVID-19: validación de una investigación transversal y longitudinal en China y Alemania. *Revista Internacional de Salud Mental y Adicciones*. 2021 septiembre: 1-14. DOI: 10.1007/s11469-021-00653-5. PMID: 34602914; IDPM: PMC8475893.
- Brito. Lemus, R. (1996). *Hacia una sociología de la juventud. Algunos elementos para la construcción de un nuevo paradigma de la juventud*. Jóvenes, México, cuarta época, año 1, núm. 1, jul.- sep. pp. 24-33.
- Bonilla, E. Rodríguez, Penélope. (1997). “Más allá del dilema de los métodos: la investigación en Ciencias Sociales”. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Boon, Y. (2021). Religious affiliation in relation to positive mental health and mental disorders in a multiethnic Asian population. *Int J Environ Res Salud Pública*
- Burdage, M (2018). Salud mental positiva y estigma de salud mental: un estudio cualitativo que evalúa las actitudes de los estudiantes. Universidad de Cincinnati
- Cacua-Barreto, L., Carvajal-Villamizar, H., Hernández, N. (2017). Condiciones de trabajo y su repercusión en la salud de los trabajadores de la plaza de mercado la Nueva Sexta, Cúcuta. *Revista Psicoespacios*, 11, (19), pp. 99-119, Disponible en: <https://doi.org/10.25057/issn.2145-2776>
- Calderón, M., Castillo, Y., Moreno, P., Ramírez, N., (2019) ¿Qué son los determinantes sociales de la salud? *Revista de Medicina e Investigación UAEMéx*, 7, (1), 61-65. Disponible en: <http://r.diauaemex.com/pdf/2019/enero/14.-%20Qu%C3%A9%20son%20los%20determinantes.pdf>
- Carvalho, A., y Marchiori, P. (2008). Determinantes sociales de la salud, la enfermedad e intervenciones. 3-6.

- Coffey, A. & Atkinson, P. (2003). Encontrar el sentido a los datos cualitativos. Estrategias complementarias de investigación. Editorial Universidad de Antioquia.
- Compton., M. & Shim R. (2015). Clinical Synthesis. The Social Determinants of Mental Health
- Commission on Social Determinants of Health. (2009). Subsanan las desigualdades en una generación: alcanzar la equidad sanitaria actuando sobre los determinantes sociales de la salud : informe final de la Comisión Sobre Determinantes Sociales de la Salud.
- Creswell, J. (2005). Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research. Upper Saddle River: Pearson Education.
- Cruz. Reguillo, R. (2000). *Emergencias de culturas juveniles. Estrategias del desencanto*. Buenos Aires: Norma.
- Choque, R., y Ramos, M., (2007): La educación como determinante social de la salud en el Perú. Lima: Organización Panamericana de la Salud.
<http://blog.pucp.edu.pe/blog/raulchoque/wp-content/uploads/sites/905/2016/04/Determinante.pdf>
- DANE. (2018). *Gran encuesta integrada de hogares*.
<https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-nacional-de-poblacion-y-vivenda-2018>
- Dawnsha (2020). The Glass Is Half Full: The Need to Promote Positive Mental Health in Black College Students. *Journal of College Student Psychotherapy*
- Dahlgren G, Whitehead M. (1997). *Policies and strategies to promote social equity in health*. Disponible en: <https://core.ac.uk/download/pdf/6472456.pdf>
- De La Guardia, M., Ruvalcaba, J., (2020). La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *JONNPR*, 5(1):81-90. DOI: 10.19230/jonnpr.3215

De la Torre-Ugarte-Guanilo, M., Oyola-García, A., (2014). Los determinantes sociales de la salud: una propuesta de variables y marcadores/indicadores para su medición.

Revista Peruana de Epidemiología, 18, (1),1-6.

<https://www.redalyc.org/pdf/2031/203132677002.pdf>

De Villavicencio F. Modo de vida, psiquis y salud. Psicología y salud. La Habana:

Ed. Ciencias Médicas; 2000.

De Salud Pública, P. D. Informe de gestión avance Metas del Plan Decenal de Salud

Pública 2012-2021. Informe Técnico 2012-2019. Octubre de 2020.

Departamento Administrativo Nacional de Estadísticas DANE, Consejería Presidencial

para la Equidad de la Mujer CPEM, Entidad de las Naciones Unidas para la

Igualdad de Género y el Empoderamiento de las Mujeres ONU Mujeres. (2022).

MUJERES Y HOMBRES: BRECHAS DE GÉNERO EN COLOMBIA.

https://oig.cepal.org/sites/default/files/mujeres_y_hombres_brechas_de_genero.pdf

Departamento nacional de planeación DANE, (2016). Lineamientos para la

implementación del enfoque de derechos y la atención diferencial a GRUPOS

ÉTNICOS en la gestión de las ENTIDADES TERRITORIALES. Disponible en:

https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Desarrollo%20Territorial/Portal%20Territorial/KitEt_nico/Cartilla1.pdf

Díaz, T.; Alemán, P. (2008). La educación como factor de desarrollo Revista Virtual

Universidad Católica del Norte, núm. 23, febrero-mayo, 2008, pp. 1-15 Fundación

Universitaria Católica del Norte Medellín, Colombia.

<https://www.redalyc.org/pdf/1942/194220391006.pdf>

Díaz, D., Nino A, Ramírez L, Gómez L. (2016). Salud mental infantil una mirada desde la

salud mental comunitaria. Carta Comunitaria. Vol. 24. Número140. Sept.

Disponible en:

<https://revistas.juanncorpas.edu.co/index.php/cartacomunitaria/article/view/5/20>

Diderichsen, Evans & Whitehead. (2021). The social basis of disparities in health. En Evans y col. Challenging inequities in health: from ethics to action. New York, Oxford UP.

Dirección Administrativa De Juventud Municipio De Pasto. (2019). Política Publica de Adolescencia y Juventud Municipio de Pasta 2012-2023

Espino, A. (2014). Crisis económica, políticas, desempleo y salud (mental). Rev. Asoc. Esp. Neuropsiq. vol.34 no.122 adrid abr./jun. Disponible en:

https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0211-57352014000200010

Feixa, C.P (1993). *La joventut com a metàfora*. Barcelona, España: Generalitat de Catalunya

Figuerola, A. y Campbell, O. (2014). Determinantes Sociales de la Salud; su Relevancia en el Abordaje de los Problemas de Salud Mental Infantil. El Caso del TDAH.

Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/bolclinhosinfson/bis-2014/bis142b.pdf>

Fierro, A. (2004). Salud mental, personalidad sana, madurez personal. Mental Health and healthy

personality.16. https://www.uma.es/Psicologia/docs/eudemon/analisis/salud_mental_personalidad_sana_madurez_personal.pdf

Gale, Catharine & Dennison, Mark & Cooper, Cyrus & Aihie Sayer, Avan. (2011).

Neighbourhood environment and positive mental health in older people: The

Hertfordshire Cohort Study. *Health & place*. 17. 867-74.

10.1016/j.healthplace.2011.05.003.

Galende E. (1997). De un horizonte incierto. *Psicoanálisis y Salud Mental en la sociedad actual*. Buenos Aires: Paidós. p. 29-36.

Glaser, B. & Strauss, A.(1967). *The Discovery of Grounded Theory: Strategies for Qualitative Research*. Chicago: Aldine.

González, I., González A. y Valdez, J. L. (2016). Validez de la Escala de Salud Mental Positiva en niños mexicanos. *Acta de investigación psicológica* 6 (1). Disponible en: [https://doi.org/10.1016/s2007-4719\(16\)30056-4.6](https://doi.org/10.1016/s2007-4719(16)30056-4.6)

González, B., & Rego, E. (2006). Problemas emergentes en la salud mental de la juventud. Recuperado de: http://www.injuve.es/sites/default/files/salud_mental_de_la_juventud.pdf

González, A., Genes, A., Mendoza, J., Mera, R., Gaitán, N., Salazar, S., (2017). Determinantes culturales de la salud. *Avances en salud*, 1:(2). 44 - 47.

Guerrero, L., y León, A., (2010). Estilo de vida y salud: un problema socioeducativo. *Antecedentes Educere*, 14, (49). 287-295.

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=35617102005>

Halbwachs, M. (2004). *La memoria colectiva* (Vol. 6). Prensas de la Universidad de Zaragoza.

Hernan, M. Morgan, A. & Mena, A. (2010). Formación en salutogénesis y activos para la salud. Escuela Andaluza de Salud Pública.

https://www.researchgate.net/publication/245024472_Analisis_del_Modelo_Salutogenico_y_del_Sentido_de_Coherencia_retos_y_expansion_de_un_enfoque_positivo_de_la_salud_y_el_desarrollo

Hughes, D. L., & DuMont, K. (1993). Using focus groups to facilitate culturally anchored research. *American Journal of Community Psychology*, 21(6), 775-806.

Jahoda, M. (1958). Current concepts of positive mental health. *Basic Books*.

<https://doi.org/10.1037/11258-000>

Janhavi Ajit Vaingankar (2020). Sleep Duration, Sleep Quality and Physical Activity, but Not Sedentary Behaviour, Are Associated with Positive Mental Health in a Multi-Ethnic Asian Population: A Cross-Sectional Evaluation. *Revista internacional de investigación ambiental y salud pública*

Jaramillo, M. Un camino hacia la Paz y Salud Mental en Colombia. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 40(3), 586-587. (2008) Tomado de Academic Search Elite database.

Jeyagurunathan, A (2017) Diferencias de género en salud mental positiva entre individuos con esquizofrenia. *Comprehensive Psychiatry*

Jiménez-Domínguez, B. (2000). Investigación cualitativa y psicología social crítica. Contra la lógica binaria y la ilusión de la pureza. *Investigación cualitativa en Salud*.

Jonathon S. E, ed. 1998. Cultura juvenil: identidad en un mundo posmoderno (reseña del libro). *Humanidad y Sociedad*, 24 (1), 101.

Juvinyá, D. Malagon, C. Bertrán, C, Gelabert, S. & Ballester, F. (2013). La salutogénesis, un nuevo enfoque para los cuidados en salud mental. Universidad de Girona. Grupo de Investigación Salud y Atención Sanitaria. Facultad de Enfermería. Departamento de Enfermería. <https://psiquiatria.com/bibliopsiquis/la-salutogenesis-un-nuevo-enfoque-para-los-cuidados-en-salud-mental/>

Lapshina, N (2019). Changes in Depression and Positive Mental Health Among Youth in a Healthy Relationships Program. Editorial Article

Laranjeira, Carlos & Querido, Ana. (2022). Hope and Optimism as an Opportunity to Improve the “Positive Mental Health” Demand. *Frontiers in Psychology*. 13. 827320. 10.3389/fpsyg.2022.827320.

Leiva –peña, V., González, R., y Parada, B. (2021). Determinantes Sociales de la Salud Mental: Políticas Publicas desde el modelo biopsicosocial en países latinoamericanos. *Pan American Journal Of Public Health*, (45) 2
<https://doi.org/10.26633/RPSP.2021.158>

León, A., (2007). Qué es la educación. *Educere*, 11, (39),595-604.
<https://www.redalyc.org/pdf/356/35603903.pdf>

Link BG, Phelan JC. (2001). Conceptualizing stigma. *Annu Rev Sociol*. 27:363-385

Ley 1616 de salud mental del 21 de enero 2013. Recuperado de
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Ley No. 375 del 4 de julio de 1997 (ley de juventudes)
recuperado de: [http://www.col.ops-oms.org/juventudes/Situacion/LEGISLACION/LEY
\(congreso.gob.pe\)](http://www.col.ops-oms.org/juventudes/Situacion/LEGISLACION/LEY(congreso.gob.pe))

ley 1098 de 2006 (Ley de infancia y adolescencia)
recuperado de: [Ley 1098 de 2006 - Gestor Normativo - Función Pública
\(funcionpublica.gov.co\)](http://www.funcionpublica.gov.co/funcionpublica/ley-1098-de-2006)

ley estatutaria 1622 de 2013 modificada por la ley estatutaria 1885 de 2018
recuperado de : [110920 Ley1622-1885-NEW.indd \(colombiajoven.gov.co\)](http://www.colombiajoven.gov.co/ley-1622-de-2013-modificada-por-la-ley-1885-de-2018)

Ley 1616 (2013). Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones. Recuperado de:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Ley 1885 de 2018. Por medio de la cual se modifica la ley estatutaria 1622 de 2013 y dictan otras disposiciones. 1 de marzo de 2018

Lluch, M. T. (1999). Construcción de una escala para medir la salud mental positiva. (Tesis doctoral). Facultad de Psicología. Barcelona: Universidad de Barcelona, España 40-51

Lluch, M., (2015). Promoción de la salud mental positiva. *Rev enferm Salud Ment* (1), 23-26. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6145927.pdf>

Luxardo, N., Passerino, L., Sasseti, F., Heredia, C., Palermo, C., Billordo, J., Brage, E., Alva, L., López, F., (2020). Antecedentes del concepto determinantes sociales de la salud en el estudio de las desigualdades. En *Investigación e intervención en salud. Demandas históricas, derechos pendientes y desigualdades emergentes*. P. 107 – 136. *Teseo*. <https://www.teseopress.com/investigacion/chapter/antecedentes-del-concepto-determinantes-sociales-de-la/>

Margulis, Mario, y Urresti, Marcelo. (1996). *La juventud es más que una palabra. En La juventud es más que una palabra: ensayos sobre cultura y juventud*. Buenos Aires: Biblos (pp.13-30).

Margulis, Mario. (2001). *Juventud: una aproximación conceptual*, en: Solum Donas Burack, comp., *Adolescencia y juventud en América Latina*, Cartago, Libro Universitario Regional, pp. 41-56.

- Matabanchoy, S. (2012). Salud en el trabajo. *Rev Univ. salud.*15(1). 87
102.<http://www.scielo.org.co/pdf/reus/v14n1/v14n1a08.pdf>
- Mathew, J., Gomes, R. F., Bhaskar, S., Yadav, P., & Nair, S. (2021). Mental Health in the Times of Corona: A model for Positive Mental Health During the Global Pandemic. *Psychological studies*, 66(3), 354–360. <https://doi.org/10.1007/s12646-021-00606-x>
- Mejía LM. (2013). Los Determinantes Sociales de la Salud: base teórica de la salud pública. *Rev. Fac. Nac. Salud Pública*, 31(1), 28-36.
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2013000400003
- Ministerio de Educación Nacional de Colombia MEN, (2020). Seguridad y Salud en el Trabajo 2020. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-392395_Plan_anual_SGSST_2020_.pdf
- Morch, A. (1996). Evolución de una aplicación genérica en un entorno de diseño orientado al dominio. *Revista escandinava de sistemas de información*, 8 (2), 5.
- Muñoz Arroyave, Cardona, D., Restrepo-Ochoa, D.A., & Calvo, A.C. (2022). Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. *Rev. CES Psico*, 15(2), 151-168. <https://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/5275>
- Muñoz C., Restrepo D., & Cardona D. (2016). Construcción del concepto de salud mental positiva. Revisión sistemática. *Rev Panam Salud Pública*. recuperado de SciELOsp.org/pdf/rpsp/2016.v39n3/166-173/es
- Organización Mundial de la Salud (1978) Alma Alta 1978: atención primaria de salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, Serie “salud para todos”.

Organización Mundial de la Salud (1979). Formulación de estrategias con el fin de alcanzar la salud para todos en el año 2000. Ginebra: Organización Mundial de la Salud, Serie “Salud para todos”

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (1986). Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud. <https://www1.paho.org/spanish/HPP/OttawaCharterSp.pdf>

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (s.f). Preguntas más frecuentes. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>

Organización Mundial de la Salud. (2005). Declaración de Helsinki: conferencia ministerial de la OMS para la salud mental (Declaración Europea de Salud Mental).

Organización Mundial de la Salud (OMS). Recuperado de <https://consaludmental.org/publicaciones/DeclaracionHelsinki.pdf>

Organización Mundial de la Salud, (2008). Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud Informe de la Secretaría. Disponible en: https://apps.who.int/gb/archive/pdf_files/EB124/B124_9-sp.pdf

Organización mundial de la salud (2009). Subsanan las desigualdades en una generación. Alcanzar la equidad sanidad actuando sobre los determinantes sociales de la salud.

Organización Mundial de la Salud (2012-2020). Plan de Acción Sobre Salud Mental.

Recuperado de:

https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf

Organización Panamericana de la Salud. Salud en las Américas+, Edición 2017. Resumen: Panorama regional y perfiles de país. Washington, D.C.: OPS; 2017

OMS. (2013). Salud mental: un estado de bienestar. Recuperado de http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

- Organización Mundial De La Salud. A Conceptual Framework for Action on the Social Determinants of Health [en línea]. Disponible en: http://www.who.int/social_determinants/resources/csdh_framework_action_05_07.pdf
- Ortiz Hernández L.; López Morenoi S & Borges G. (2007). Desigualdad socioeconómica y salud mental: revisión de la literatura latinoamericana. *Cad. Saúde Pública* vol.23 no.6 Rio de Janeiro.
- Passerini, L. (1996). *Autobiografía de una generación* Prensa de la Universidad Wesleyana.
- Pernalette, M. (2015). Una reflexión acerca de la pobreza y la salud. *Salud de los trabajadores*. 23. (1). 59-61. <https://www.researchgate.net/publication/325295144>
- Posada, J. (2013). Salud Mental en Colombia. *Biomédica* vol.33 no.4 Bogotá. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0120-41572013000400001&script=sci_arttext
- Ramos-Pibernus, A., Rodriguez-Madera, S., Rivera-Segarra, E., (2014). El género como determinante social de la salud. www.researchgate.net/publication/259998157
- Reguillo, R. (2009). Épica contra el melodrama. *DeSignis*, 14, 24-40.
- Resolución 0004886 de 2018. Por el cual se adopta la Política Publica de Salud Mental. 7 de noviembre de 2018
- Restrepo-Palacio, S., y Amaya-Guio, J. (2016). Aprendiendo sobre determinantes sociales de la salud a través de crónicas, mediante un ambiente virtual de aprendizaje. *Rev. salud pública*. 18 (5), 756-767. <https://www.scielosp.org/pdf/rsap/2016.v18n5/756-767>
- Rodriguez, E. (2016). Determinantes sociales de la salud mental. Rol de la religiosidad. *pers.bioét.* vol.20 no.2 Chia. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0123-31222016

Rodríguez, M. Couto, M. Díaz, N. (2016). Modelo salutogénico: enfoque positivo de la salud. Una revisión de la literatura.

<https://www.actaodontologica.com/ediciones/2015/3/art-19/>

Rodríguez-Yunta, E.(2016). Determinantes sociales de la salud mental. *Rol de la religiosidad. pers.bioét.*20(2): pp. 192-204. DOI: 10.5294/pebi.2016.20.2.6

Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719- 727

Ruiz, C. (2014). El papel de la familia en la transmisión sociocultural y de la salud mental Nómadas, núm. 9, enero-junio, 2004, p. 0 Universidad Complutense de Madrid Madrid, España. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/181/18100924.pdf>

Sandoval. López, P. G. (2002). El olvido está lleno de memoria. *Juventud universitaria y violencia política en el Perú: la matanza de estudiantes de La Cantuta.* pp.159-164).

Seligman, M. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>

Sen, A. (2000). El desarrollo como libertad. *Gaceta Ecológica*, 55, 14-20.

<https://www.redalyc.org/pdf/539/53905501.pdf>

Stake, R. (1995): *The art of case study research.* London, Sage Publications.

Taguenca. Belmonte, J. A. (2009). El concepto de juventud. *Mexicana de Sociología*, 71(1), 159-190.

Teismann, T., Forkmann, T., Brailovskaia, J., Siegmann, P., Glaesmer, H., & Margraf, J. (2018). Positive mental health moderates the association between depression and suicide ideation: A longitudinal study. *International journal of clinical and health psychology : IJCHP*, 18(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2017.08.001>

- Teixeira, S., Sequeira, C. & Lluch, T. (2021). Programa de promoción de la Salud Mental Positiva para adultos (Mentis Plus+): manual de apoyo. Barcelona: Universitat de Barcelona, Deposito Digital, Colección OMADO.
<http://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/2>
- Vaingankar, J. A., Choudhary, N., Chong, S. A., Kumar, F., Abdin, E., Shafie, S., Chua, B. Y., van Dam, R. M., & Subramaniam, M. (2021). Religious Affiliation in Relation to Positive Mental Health and Mental Disorders in a Multi-Ethnic Asian Population. *International journal of environmental research and public health*, 18(7), 3368. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073368>
- Vaingankar, J. A., Müller-Riemenschneider, F., Chu, A., Subramaniam, M., Tan, L., Chong, S. A., & van Dam, R. M. (2020). Sleep Duration, Sleep Quality and Physical Activity, but Not Sedentary Behaviour, Are Associated with Positive Mental Health in a Multi-Ethnic Asian Population: A Cross-Sectional Evaluation. *International journal of environmental research and public health*, 17(22), 8489. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228489>
- Vega-Malagón, G., Ávila-Morales, J., Vega-Malagón, A. J., Camacho-Calderón, N., Becerril-Santos, A., & Leo-Amador, G. E. (2014). Paradigmas en la Investigación. Enfoque cuantitativo y cualitativo. *European Scientific Journal, ESJ*, 10(15).
- Vidourek, R. & Burbage, M. (2018). Positive mental health and mental health stigma: A qualitative study assessing student attitudes. *Mental Health & Prevention*. 13. 10.1016/j.mhp.2018.11.006.
- Villa. Sepulveda, M. E. (2011). Del concepto de juventud al de juventudes y al de lo juvenil. *Educación y Pedagogía*, 23(60), 147-157.

Yu, Yongju. (2022). Thwarted Belongingness Hindered Successful Aging in Chinese Older Adults: Roles of Positive Mental Health and Meaning in Life. *Frontiers in Psychology*. 13. 10.3389/fpsyg.2022.839125.

Young, S. (2019). Contribution of self-compassion to positive mental health among Korean university students. *International Journal of Psychology*

ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Nombres y apellidos del participante: _____

Fecha _____ **Lugar** _____ **CÓDIGO** _____

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN

Salud Mental Y Determinantes Sociales De Salud En Jóvenes De La Ciudad De San Juan De Pasto

INTRODUCCION Y PROPÓSITO

Usted ha sido invitado a participar en una investigación que busca explorar los determinantes sociales y la salud mental de Jóvenes de la ciudad de San Juan de Pasto.

¿Para qué se realiza?

Queremos generar conocimiento que permita orientar las intervenciones y proyectos para mejorar el bienestar y las capacidades de los jóvenes.

¿Con quiénes se realiza?

Con jóvenes entre 18 y 28 años de la ciudad de San Juan de Pasto.

¿En qué consiste la participación?

En la investigación realizaremos dos actividades: entrevistas y grupos focales

En la entrevista conversaremos acerca de lo que los jóvenes piensan de la salud mental y la forma como las condiciones en las que viven facilitan o dificultan el logro de dicha salud mental. Las entrevistas tienen una duración aproximada de una hora. Por su parte los grupos focales son espacios de conversación grupal en la que abordaremos esos mismos temas con otros jóvenes como tú. La idea es que cada uno pueda expresar de manera libre y abierta lo que piensa y siente desde su propio punto de vista. La participación en el grupo tiene una duración aproximada de dos horas.

De acuerdo a la metodología de este estudio, es posible que solo recibas la invitación a participar en una de las dos actividades (entrevistas o grupos focales), pero en todo caso nos gustaría mucho que nos acompañes en este proceso.

¿Hay algún pago por esta actividad?

La participación en la investigación es voluntaria y no implica ninguna remuneración económica.

¿Hay algún riesgo?

La participación en el estudio no representa ningún tipo de riesgo para su seguridad física o emocional. No obstante, es posible que durante las actividades se presenten malestares o incomodidades relacionadas con los temas que se van a tratar o con la interacción con otros jóvenes. Si llegara a presentarse algún malestar o incomodidad durante la investigación, los investigadores estarán atentos para brindarle la orientación que requieran.

¿Qué derechos tienen los participantes en el estudio?

La participación en este estudio es completamente voluntaria. Los participantes tienen la plena libertad para no responder las preguntas que le sean formuladas y para dejar de participar cuando así lo deseen. Usted podrá solicitar en cualquier momento la información que considere necesaria con relación a los propósitos, procedimientos y actividades relacionadas con el estudio.

¿Y qué pasa con la información?

Los responsables de la investigación se comprometen a no revelar ninguno de los nombres de los participantes ni otra información personal que permita su identificación. Realizaremos grabaciones de audio, pero estas solo se utilizarán para fines del estudio. Toda la información se manejará de manera anónima y solo se utilizará un código para la identificación de los participantes.

PERSONAS A CONTACTAR

Los responsables de la investigación se comprometen a aclarar oportunamente cualquier duda sobre el estudio. Para tal fin puedes comunicarte con Nadia Semenova Moratto al correo electrónico nmoratto@ces.edu.co

ACEPTACIÓN

Si usted ha leído y entendido completamente este documento y está de acuerdo con su participación, por favor firme abajo. Si tiene alguna pregunta o inquietud por favor háganoslo saber antes de firmar.

¡MUCHAS GRACIAS POR SU VALIOSA PARTICIPACIÓN!

NOMBRE DEL PARTICIPANTE	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	FIRMA O HUELLA

Testigos 1 y 2.

Observé el proceso de consentimiento. El participante leyó este formato (o le ha sido leído), tuvo oportunidad de hacer preguntas, estuvo conforme con las respuestas y firmó (o colocó su huella digital) para ingresar al estudio.

NOMBRE DEL TESTIGO	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	FIRMA O HUELLA

Investigador

Doy fe que toda la información consignada en este documento es veraz y asumo la responsabilidad por los compromisos adquiridos. Así mismo dejo constancia que la copia de este documento ha sido entregada al participante, con las firmas correspondientes.

NOMBRE DEL INVESTIGADOR	DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN	FIRMA

Anexo 2. Rutas de atención (PPT)

Figura 2 Tipos y Nivel de Riesgo



Figura 3 Nivel de Riesgo y seguimiento

