

Seminario de Investigación II

Proyecto de Intervención

Presentado por:

Clarena Zuluaga

Jhoanna Tobón

Título:

“Dico plataforma virtual interactiva: estrategia para la promoción y prevención de la salud mental en adolescentes y jóvenes universitarios”

Especialización en Salud Mental del Niño y del Adolescente

INTRODUCCIÓN

La Corporación Universitaria Alexander von Humboldt es una institución de Educación Superior comprometida con la calidad académica e institucional que propende por la generación de conocimiento y el desarrollo humano de la sociedad; la pretensión es formar profesionales integrales capaces de dar respuesta a las necesidades del entorno de manera acertada y destacada, se han aplicado y desarrollado metodologías y herramientas pedagógicas, innovadoras que permiten el desarrollo de competencias desde las dimensiones del Ser, el Saber, el Pensar y el Hacer.

En este orden de ideas, la Unidad de Bienestar Institucional de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander von Humboldt promueve el 'Bien-Ser, el Bien-Estar y el Bien-Hacer de toda Comunidad Académica con actividades como el fortalecimiento del desarrollo humano, fortalecimiento de habilidades académicas, promoción de la salud y prevención de la enfermedad, entre otras actividades; de esta forma la Unidad contribuye a la formación integral y adaptación institucional para garantizar la permanencia de los estudiantes en la Universidad, brindando a su vez intervención oportuna en problemáticas psicosociales presentes en la comunidad en general.

Dentro del programa de Desarrollo Humano se promueven competencias relacionadas con el autoconocimiento, la capacidad de relacionarse y comunicarse asertivamente con los demás y el entorno, proceso fundamentado en la concepción de integralidad de la persona. Gracias a la cobertura multidimensional que ofrece a su comunidad la unidad de bienestar institucional, a través específicamente de la consulta psicológica, se logra identificar algunas problemáticas como son: dificultades en relaciones de pareja, manejo de ansiedad y episodios depresivos, estrés, conflictos familiares y ausencia de apoyo familiar, relaciones interpersonales, fortalecimiento del autoconcepto, manejo de emociones, propósito de vida o en algunos casos ideación suicida, duelo, problemas a nivel de comunicación, desinterés por los asuntos académicos, entre otros aspectos relevantes que surgen dentro de la consulta individual.

Lo anterior permite evidenciar los aspectos que requieren algún tipo de acompañamiento, desde allí, se plantea el papel que cumple el buen desarrollo de la salud mental de un

individuo, lo que le permite afrontar las tensiones normales de la vida; en caso de no dar resolución a las mismas, esto conlleva a presentar afectaciones en distintas áreas limitando su capacidad productiva, fructífera y las contribuciones que puedan realizar a la comunidad.

Partiendo de esto, se presenta una propuesta enfocada en el uso de una plataforma virtual centrada en el tema de habilidades socio afectivas que permita: la sensibilización, formación, creación de espacios y atención de los adolescentes y jóvenes de primer año de la Corporación universitaria empresarial Alexander von Humboldt que de manera transversal impacte de forma indirecta en población como familia, docentes y comunidad; teniendo en cuenta los siguientes aspectos:

- Apropiación de la temática “habilidades socio afectivas” por parte de los adolescentes y jóvenes.
- Formación de un grupo base de estudiantes proveniente de un grupo focal que sean multiplicadores de la formación adquirida durante el uso de la plataforma.
- Creación de espacios de socialización de la propuesta con los principales actores dentro de la institución que promuevan, gestionen y multipliquen el proceso.
- Activación de las rutas de atención a nivel individual y colectivo requeridas a nivel de prevención en un accionar transdisciplinar.

En este sentido, el presente proyecto pretende promover los recursos socioemocionales de los adolescentes y jóvenes, mediante la propuesta de una plataforma virtual de promoción y prevención donde los adolescentes y jóvenes puedan acceder a través de una pedagogía interactiva y lúdica, a diferentes recursos socioemocionales que contribuyan en el manejo de tensiones de la vida cotidiana y permitan el logro de una vida digna enfocada en la mejora y conservación de su salud mental y su bienestar integral, de manera que repercuta en su rendimiento académico al ingresar a la vida universitaria. Estos recursos socioemocionales son considerados componentes esenciales que influyen como mediadores en las conductas problemáticas, contribuyen de manera integral en el desarrollo saludable de la población objeto de interés, así como promueven normas sociales positivas que facilitan la transición de la adolescencia y juventud hacia las responsabilidades de la vida adulta.

Es así, que los resultados esperados apuntan a que los adolescentes y jóvenes puedan establecer relaciones de índole interpersonal, de pareja, familiares, fundamentadas en el bienestar, el respeto, la sana convivencia, el buen trato, que conlleva al fortalecimiento en diferentes escenarios donde estos interactúan. En el caso del afrontamiento relacionado con tensiones de la vida cotidiana y pérdidas, el fortalecimiento, reconocimiento y desarrollo de recursos socio afectivos generarán adaptación frente a los diferentes desafíos presentes en la etapa madurativa. Finalmente, la población implicada enfocará sus esfuerzos en el desarrollo de potencialidades y destrezas individuales que permitan el mantenimiento de sus relaciones en miras de sus propósitos de vida.

En este caso, el proyecto tendrá una duración estimada de un año, en el cual se deben desarrollar actividades orientadas a la apropiación de la temática, formación de un grupo base, creación de espacios de socialización y conocimiento frente a las rutas de activación para la prevención de diversas problemáticas de índole individual y colectivo a nivel psicosocial. Todo esto está encaminado a fortalecer el 'Bien-Ser, el Bien-Estar y el Bien-Hacer de toda Comunidad Académica. Se estima que el costo total del presente proyecto será 150.000.000 millones.

JUSTIFICACIÓN

De acuerdo con el panorama actual de adolescentes y jóvenes, en cuanto a salud mental y del desarrollo saludable, se identifican aspectos necesarios de atender e intervenir que se enmarcan en un adecuado desarrollo psicosocial, la creación y mantenimiento de entornos que sean protectores para los mismos, así como una educación que permita que se potencialicen sus capacidades socioemocionales, físicas, cognitivas desde momentos tempranos de su desarrollo. Esto cobra sentido cuando se evalúa que estos recursos le permiten a los adolescentes y jóvenes asumir desafíos, desde todas las áreas de interacción probables, afrontar al igual que comprender y resolver, tensiones de la vida cotidiana, aspectos que conllevan que tanto adolescentes como jóvenes, puedan contar con mejores oportunidades de desempeño pleno de sus capacidades durante el curso de la vida.

Sin embargo, también se encuentra como un factor determinante en cuanto a salud mental, el hecho de comenzar a experimentar cambios significativos desde el final de la infancia o iniciando la adolescencia, los cuales han sido objeto de estudio y han generado cada vez mayor interés en el ámbito internacional así como en el nacional, encontrando particularmente en Colombia, a través de los resultados obtenidos en la Encuesta Nacional de Salud Mental (ENSM) de 2015, que “a nivel global entre 10 y 15 niños, niñas y adolescentes (NNA) de cada 100, presentan problemas y/o trastornos mentales” (ENSM, 2015, p.3).

Así mismo al analizar lo expuesto, personas que han estudiado aspectos relacionados con la salud mental y el desarrollo saludable en adolescentes y jóvenes, refieren que los esfuerzos que se realicen en cuanto al desarrollo de habilidades de tipo social, al igual que capacidades que permitan el afrontamiento de tensiones a las que se exponen los adolescentes y jóvenes en su vida diaria, contribuirán en la promoción del cuidado en salud mental, y del mismo modo, esto permitirá prevenir la aparición de enfermedades como la depresión, ansiedad, suicidio, el consumo de sustancias psicoactivas, trastornos de la conducta alimenticia y problemas de orden relacional a nivel de contexto educativo, con sus pares, familia, de pareja, laboral, entre otros; que igualmente experimentan en estas etapas (ENSM, 2015).

Es importante mencionar entonces que se requiere conocer cuáles son esos comportamientos habituales en cabeza de los adolescentes y jóvenes, aquellos eventos

traumáticos o crisis normativas que requieren ser encauzados, con el propósito de reestablecer o mejorar la forma de interacción y vinculación de los mismos; pero de otro lado, se requiere continuar implementando acciones que permitan que esta población cuente con recursos adecuados tales como: redes de apoyo social y comunitario, mejorar la cohesión familiar, desarrollar habilidades de afrontamiento ante situaciones de la vida cotidiana, generar condiciones saludables las cuales involucren una serie de competencias que conlleven a que tanto adolescentes como jóvenes, tengan éxito en su vida social, familiar, académica y posteriormente, en su vida laboral de acuerdo a sus propósitos de vida, que se constituyen en factores que pueden ser considerados determinantes de su bienestar emocional, social y psicológico (Oliva et al, 2010).

Esta situación conlleva que actualmente, diferentes disciplinas que antes no contaban con una vinculación directa frente al análisis de los problemas o trastornos en salud mental, hayan comenzado a participar de los procesos de investigación y contribuyan en el reconocimiento de indicadores que permitan comprender como vivencia el adolescente y el joven, los diferentes retos y riesgos potenciales para su salud, los cuales pueden en gran medida estar relacionados con circunstancias socioeconómicas y psicosociales.

Desde allí, la presente propuesta ofrece de manera innovadora una herramienta vinculada a los cambios generacionales en donde, el uso de plataformas y redes sociales se convierte en el escenario de mayor interés dado el nivel de interacción, que los adolescentes y jóvenes pueden tener con este tipo de recursos. De forma constante les plantea retos y nuevos desafíos que mantienen sus niveles de motivación hasta alcanzar algún tipo de reconocimiento social y personal, que además se encamina a adquirir diversos conocimientos permitiéndoles el afrontamiento de las tensiones cotidianas de la vida y la adaptación en los diferentes escenarios de socialización y aprendizaje.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La vida universitaria representa un reto para la población en general, pasar de un aprendizaje escolar a un nivel profesional conlleva consigo unas responsabilidades y unos cambios a nivel físico, psíquico y comportamental que los adolescentes y jóvenes en muchos de los casos no se sienten preparados para afrontar, pero esta preparación no se relaciona con la no capacidad para enfrentar el nuevo proceso, sino con una disminución del reconocimiento de sus capacidades y habilidades bloqueando sus recursos emocionales para llevar a cabo la meta propuesta, o en algunos casos no se continúa el proceso de desarrollo de las capacidades que se necesitan para enfrentar los nuevos retos que se presentan durante la etapa de la adolescencia y juventud.

Esto lleva a que “Los jóvenes universitarios de primer año de la CUE AvH presenten recursos socio afectivos que no les permiten afrontar las tensiones normales de la vida y que conllevan a tener afectaciones en su Salud Mental y rendimiento académico, limitando su capacidad productiva, fructífera y las contribuciones que puedan realizar a la comunidad”.

Las causas por las cuales se presenta el problema anteriormente mencionado se derivan en personales, en familiares, en socio-culturales e institucionales; teniendo a su vez unas consecuencias que resultan de dichas causas.

Las causas personales se relacionan con:

- Los niveles de bienestar subjetivo, cuyas consecuencias repercuten en sentimientos y comportamientos como son la falta de empatía (yo – el otro), dificultades de autorregulación, dificultades en la resolución de problemas, altos índices de ansiedad, estrés y conductas de impulsividad constantes

Las causas a nivel familiar se relaciona con:

- Los estilos de crianza negligentes y sus consecuencias repercuten en conductas que presentan apego inseguro, apego ambivalente y problemas de comunicación intrafamiliar.

Las causas socio – culturales se relaciona con:

- Medios competitivos que generan aumento en los niveles de tensión socioemocionales, se plantean nuevas exigencias que provienen de estándares sociales, el adolescente busca la aprobación y el reconocimiento con sus pares y otros grupos de referencia social

Finalmente, las causas institucionales que se relaciona con:

- La resistencia y dificultad para reconocer límites y normas repercutiendo en comportamientos desafiantes, dificultades en el proceso de adaptación y dificultades para afrontar cambios y retos nuevos en el diario vivir.

POBLACIÓN

La presente propuesta se orienta a la población en etapa de adolescencia y juventud que cursa primeros semestres de pregrado desde los diferentes programas universitarios; medicina, enfermería, psicología, derecho, administración de empresas e ingeniería industrial de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander von Humboldt. En la actualidad la Universidad cuenta con alrededor de 1080 estudiantes activos, distribuidos en todos los semestres y programas, del total de beneficiarios directos se encuentra que 180 estudiantes en promedio cursaron primer semestre, fueron atendidos en consulta psicológica de la totalidad de la comunidad académica 630 estudiantes de todos los programas y semestres; el promedio de estudiantes matriculados en el año 2018 fue de 1142 estudiantes. En cuanto al programa de acompañamiento académico fueron atendidos 345 estudiantes de todos los programas y semestres, la información acá suministrada corresponde a comunicación personal con la doctora Angela Beatriz Medina Delgadillo, directora de la Unidad de Bienestar Institucional de la Corporación Universitaria Empresarial Alexander von Humboldt, quien refiere información (A. Medina, comunicación personal, 15 de noviembre de 2018).

POBLACIÓN INDIRECTA

En cuanto a los beneficiarios indirectos, estos corresponderían a quienes se encuentren en los diferentes escenarios de interacción habitual por parte de adolescentes y jóvenes, los cuales en este caso serían miembros de su familia (contexto familiar), compañeros, amigos en general, pareja (social), diferentes estudiantes que cursen primer semestre de los programas de medicina, psicología, enfermería, derecho, administración e ingeniería industrial, docentes, administrativos y/o directivos de la CUE AvH (académico)

OBJETIVOS

Objetivo general

Promover los recursos socioemocionales de los jóvenes contribuyendo en el manejo de tensiones de la vida cotidiana y permitiendo el logro de una vida digna enfocada en la mejora y conservación de la salud mental de los jóvenes y su bienestar integral que repercuta en su rendimiento académico

Objetivos específicos:

- Sensibilizar sobre los diferentes factores de riesgo asociados a la prevención de problemas en salud mental de adolescentes y jóvenes universitarios
- Generar la integración de los jóvenes a espacios sociales que posibiliten su proceso de desarrollo
- Fortalecer la calidad de las relaciones familiares y de amistad por parte de los jóvenes
- Fomentar el empoderamiento de los jóvenes para que estos sean constructores y participes de su meta destino, mediante la agencia razonada de sus capacidades

RESULTADOS ESPERADOS

La comunidad académica de la CUE AvH contará con una plataforma virtual interactiva de promoción y prevención orientada al reconocimiento, fortalecimiento y desarrollo de recursos socio afectivos que les permitan a los adolescentes y jóvenes afrontar las tensiones normales de la vida y que conlleven a evitar afectaciones en su Salud Mental y fortalecer su rendimiento académico, aumentando su capacidad productiva, fructífera y las contribuciones que puedan realizar a la comunidad.

Resultados del proceso

- Los adolescentes y jóvenes reconocen sus recursos socio afectivos, lo que ocasiona sus dificultades y las implicaciones de las mismas
- Se logra sensibilizar la comunidad universitaria promoviendo la participación de los mismos en los espacios de interacción de la plataforma virtual
- Se constituye y se forma el grupo base de estudiantes proveniente de un grupo focal el cual multiplica la formación adquirida durante el uso de la plataforma virtual con otros miembros activos de la CUE.
- Se dispone de espacios de socialización de la plataforma virtual interactiva de la propuesta con los principales actores dentro de la institución que promueven, gestionan y multiplican el proceso.
- Se consolidan y activan las rutas de atención a nivel individual y colectivo requeridas a nivel de prevención en un accionar transdisciplinar.

Marco conceptual

Los conceptos que se definen a continuación, permiten la comprensión de los propósitos y el alcance del presente proyecto desde las líneas de prevención y promoción en salud, en donde se inicia con la definición de la población objeto de interés, luego se definen aspectos como salud mental, factores de riesgo, factores de protección, prevención, promoción, para finalizar con las habilidades sociales que se articulan para garantizar el logro de los objetivos establecidos como parte de la propuesta orientada desde los aprendizajes adquiridos en la actual especialización de salud mental del niño y el adolescente.

Adolescencia

La adolescencia ha pasado por diferentes valoraciones lo que conlleva a que en la actualidad se resignifique su lugar conceptualmente hablando, para contar con un mayor acercamiento hacia su comprensión como periodo dentro del curso de la vida. Se ha considerado desde la visión dramática ofrecida inicialmente por Stanley Hall, situada en el déficit de condiciones y capacidades, producto de la crisis permanente que experimenta consigo mismo, sus entornos inmediatos y como esto lleva a que se sienta sin un espacio establecido; así como otras perspectivas han apostado por la valoración de un desarrollo positivo y centrado en las competencias que los adolescentes poseen en una etapa minada de cambios, pero de grandes aprendizajes (Oliva et al, 2010).

La OMS y la UNICEF (2013), mencionan que la adolescencia es una etapa esencialmente de cambios físicos y emocionales, que transcurre entre los 9 y 19 años de edad lo cual hace que el niño se convierta en adulto. Lo dicho coincide con la postura de Nieto (2013), quien considera que la adolescencia es el periodo de adaptación psicosocial, ante los cambios físicos, anímicos y comportamentales, que tienen origen desde la pubertad, que representan la transición de la niñez a la etapa adulta.

Lo anterior es complementado con la perspectiva fundamentada en la comprensión de la adolescencia, como un escenario de lucha que se determina entre el niño y el hombre, producto del esfuerzo del individuo cuando busca no solo formarse sino que además requiere comprender el sentido de la propia existencia, esa que puede llevarlo a generar una visión centrada en su bienestar, en donde el énfasis se encuentra en las condiciones saludables de su vida, desde allí se incluyen habilidades, actitudes, desarrollo de capacidades,

competencias requeridas para alcanzar niveles importantes de adaptación, éxito y logros en cada esfera de ajuste en su vida que le permitan la ascensión a la vida adulta (Benson, Mannes, Pittman y Ferber (2004).

La juventud

En el caso de la juventud, esta no puede considerarse como una etapa situada desde lo biológico únicamente, puesto que su objeto de estudio, es producto de una elaboración social en donde se concibe en inicio como una condición poliédrica, relacionada con aspectos de tipo sociohistórico, cultural, generacional, diferenciada por clases de edades, entre otros factores. Corresponde en sí misma a un periodo centrado alrededor de los 18 a 40 años en donde se estudian no solo la maduración del cuerpo y cambios desde cada dominio de su desarrollo, sino que cobran valor aspectos tales como el lugar que ocupa el individuo dentro del contexto social, su nivel de adaptación y asimilación de cambios producto de las exigencias entre diferentes cohortes, la forma de pensar y los cambios cognitivos son elementos diferenciadores, la dialéctica empleada por el joven es rica en experiencias, su búsqueda de cambio es una constante lucha por integrar el ideal de joven con lo real (Cabezas, 2006).

En el caso de Colombia, esta ubica la juventud en el rango de 14 a 26 años, este parámetro se considera desde la Ley de Juventud de 1997 en donde se entiende por juventud: “el cuerpo social dotado de una considerable influencia en el presente y en el futuro de la sociedad, que puede asumir responsabilidades y funciones en el progreso de la comunidad colombiana”. (Ley 375 de 1997, art 4).

Es importante mencionar que la similitud de la juventud con la adolescencia radica en ser esta, la juventud, un contenedor de los cambios experimentados durante la adolescencia, los cuales hacen parte del insumo requerido para que la juventud emerja y permita configurar un sistema de significados que llevan al individuo a enfrentarse a los desafíos existentes en la vida adulta, se otorga un papel importante a la flexibilidad de pensamiento, a la manera como se da la iniciativa en el joven, su toma de decisiones, su relacionamiento con el otro que no necesariamente se sitúa solo en su etapa sino que aprueba la presencia y criterio de adultos que aportan en gran medida dentro de su configuración como sujeto social, se fusiona su integración desde lo psicológico con el pragmatismo vital,

la responsabilidad, la identidad y el sentido vital visto como gestor de cambio y oportunidad (Moreno y Rodríguez, 2016).

Salud Mental

Al respecto del concepto de salud mental se toma como referente el empleado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en donde se define salud mental como:

“un estado de bienestar en el cual el individuo consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y tener la capacidad para hacer contribuciones a la comunidad” (OMS, 2013, Parr. 1).

Bienestar Psicológico

“El bienestar psicológico es un concepto amplio que incluye dimensiones sociales, subjetivas y psicológicas, así como comportamientos relacionados con la salud en general que llevan a las personas a funcionar de un modo positivo” (Carol Ryff)

Se compone de seis dimensiones que permiten la identificación de dicho bienestar:

1. Autoaceptación
2. Relaciones positivas
3. Propósito en la vida
4. Crecimiento personal
5. Autonomía
6. Dominio del entorno

Capacidades

El desarrollo humano tiene que ver con:

- Crear un entorno en el que las personas puedan desarrollar su máximo potencial y tener vidas productivas y creativas
- Ampliar las opciones que la gente tiene para llevar las vidas que valoran

Las capacidades más básicas para el desarrollo humano son:

- Llevar vidas largas y saludables
- Estar educado

- Tener acceso a los recursos necesarios para tener un nivel de vida digna
- Poder participar en la vida de la comunidad

La mayoría de los seres humanos contamos con un gran número de capacidades para enfrentar y poder solucionar los problemas que nos plantea la vida. Es frecuente que estas capacidades las utilicemos de manera mecanizada, por lo tanto obtenemos resultados poco satisfactorios. El hecho de racionalizar y ejercitar nuestro potencial mental representa la posibilidad de lograr soluciones existenciales más satisfactorias y asertivas.

Algunas de las capacidades más comunes:

- Inteligencia racional: es la madurez del sentido común y del pensamiento.
- Inteligencia emocional: es la madurez para canalizar los sentimientos y las emociones
- Sensibilidad: percepción y reacción creativa.
- Intuición: cálculo y deducción lógica y espontánea.
- Templanza: fuerza y control sobre las emociones.
- Memoria: retención de información.
- Sensitividad: percepción extrasensorial.
- Sentidos sensoriales: gusto, olfato. Vista, tacto y oído.
- Afectividad: capacidad de amar.
- Creatividad: capacidad de abstraer e innovar ideas

Para Amartya Sen las capacidades se dividen en tres, siendo:

- **TENER:** Son las condiciones materiales para la supervivencia
- **AMAR:** Las de relación con otras personas
- **SER:** Integración a la sociedad y armonía con la naturaleza

Entendiendo con ello, que lo que se busca frente al problema planteado es fomentar el desarrollo de la vinculación y arraigo en las relaciones interpersonales de los jóvenes, consolidando la identificación por parte de los mismos.

Se reconoce en todo momento que los jóvenes poseen unas capacidades que les permiten tener inteligencia emocional ante una situación que evoque de ellos una respuesta de tipo

emocional, pero que por temores, inseguridades y diversos aspectos, estas capacidades se bloquean y no pueden usarse como el recurso necesario para responder ante la situación presente, razón por la cual se busca fortalecer el reconocimiento de esas capacidades a través de una serie de pasos que permitan la vinculación de docentes y familiares para finalmente lograr promover el desarrollo de habilidades y recursos socioemocionales en jóvenes universitarios, que permitan el afrontamiento de las tensiones normales de la vida y que conlleven a la conservación de su salud mental y rendimiento académico.

NORMATIVIDAD

| | |
|--|---|
| <p>NORMATIVIDAD:</p> | <p>Se tendrán en cuenta 2 leyes, el Reglamento de Bienestar Institucional de la CUE AvH, la Política Pública de Juventud de Armenia y el Plan Decenal de Salud Pública, poniendo de manifiesto los Artículos o aspectos más relevantes de los mismos y la relación con el tema y el problema objeto del proyecto de intervención de la Especialización en Salud Mental de la Niñez y la Adolescencia.</p> |
| <p>LEY 1098 DEL 08 DE NOVIEMBRE DEL 2006 Por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia</p> | <p>De la presente ley se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Art.1: Finalidad• Art.2: Objeto• Art.3: Sujetos titulares de Derechos• Art.4: Ámbito de aplicación <p>Los anteriores artículos permiten conocer el propósito de la ley la cual consiste en la protección de los niños, niñas y adolescentes evitando cualquier infracción de dichos artículos o vulneración de estos.</p> <p>Asimismo, la ley pone de manifiesto todos los derechos de la niñez y la adolescencia respecto al cuidado y protección en casos muy concretos de vulnerabilidad; por ende, sólo se tendrán en cuenta los artículos relacionados con los aspectos más generales de la presente ley.</p> |
| <p>REGLAMENTO DE BIENESTAR INSTITUCIONAL DEL 25 DE AGOSTO DEL 2008</p> | <p>En el presente reglamento de Bienestar Institucional de la CUE AvH se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Art.13: Áreas de intervención• Art.29: Misión del área de Salud |

- Art.30: Objetivos del área de Salud
- Art. 31: Estrategias del área de Salud
- Art.32: Políticas del área de Salud
- Art.33: Servicios y actividades del área de Salud
- Art.36: Misión del área de desarrollo humano
- Art.37: Objetivos del área de desarrollo humano
- Art.38: Estrategias del área de desarrollo humano
- Art.39: Políticas del área de desarrollo humano
- Art.40: Servicios y actividades del área de desarrollo humano

Los anteriores artículos ponen de manifiesto los aspectos que competen frente al proyecto que se está formulando en relación a las actividades que desde el área de la Salud se desarrollan en la institución universitaria, donde se promueve la salud física y mental a toda la población universitaria por medio de espacios médicos, psicológicos y de la salud, a través de actividades que suscitan en el desarrollo de la Salud Mental.

La CUE cuenta con un centro de atención psicológico para la población estudiantil y una unidad de bienestar institucional donde se llevan a cabo actividades que permiten no sólo la participación de la población académica, sino su integración, bienestar emocional, desarrollo de capacidades y habilidades, entre otros aspectos fundamentales para mejorar el proceso de aprendizaje y crecimiento.

**LEY 1616 DEL 21 DE ENERO DEL
2013**

Por medio de la cual se expide la ley de
salud mental y se dictan otras
disposiciones

En la ley de Salud Mental se tendrán en cuenta los siguientes aspectos:

- Art.1: Objeto
- Art.3: Salud Mental
- Art.5: Definiciones
- Art.6: Derechos de las personas
- Art.7: De la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental
- Art.8: Acciones de promoción
- Art.34: Salud mental positiva

Lo que se pretende con el proyecto de intervención que se está realizando es la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental, por medio de actividades o programas que enfatizan en la Salud de la población objeto; la presente ley reconoce los aspectos relevantes desde Salud Mental, las acciones de promoción frente a la misma y finalmente reconoce los aspectos desde la Salud Mental Positiva donde se evidencian la relación entre Salud Mental, medio ambiente, actividad física, seguridad alimentaria y nutricional y elementos determinantes en el desarrollo de la autonomía de las personas, promoviendo los estados de bienestar y mejorando los procesos de adaptación de las personas a los diferentes ambientes donde se puedan encontrar, teniendo en cuenta diversas instituciones como lo es la Universidad.

Es en estos ambientes donde la Salud Mental entra en juego y debe fortalecerse y promoverse el cuidado de la misma, porque se pone de manifiesto el proceso de adaptación a la institución y se reconocen diversos malestares entorno a la misma.

| | |
|---|--|
| <p style="text-align: center;">POLÍTICA PÚBLICA DE JUVENTUD ARMENIA “JOVENES CONSTRUYENDO CIUDAD” 2011- 2021</p> <p style="text-align: center;">Alcaldía de Armenia Secretaria de Desarrollo Social 2011</p> | <p>Donde se determinan aspectos relevantes de la adolescencia y la juventud y se reconoce a la ultima como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se puede definir al joven de dos maneras o perspectivas distintas, la Biopsicológica y la Psico-social. (Marco Ulloa) <p>Lo anterior da la mirada del inicio de la juventud como un proceso de desarrollo madurativo desde diversas áreas, es importante tener en cuenta a los jóvenes entendienddo que el escenario principal del proyecto es la Universidad y en los primeros semestres se encuentran adolescentes y jóvenes.</p> <p>Desde la mirada psicosocial se reconoce que es en la juventud donde se lleva a cabo el descubrimiento del entorno, el desarrollo de la personalidad donde el joven empieza a reconocer sus capacidades y a construir sus propias herramientas para enfrentar al mundo; estos procesos pueden verse afectados en el asunto de la adaptación al entorno universitario y es allí donde el programa de bienestar institucional y los diferentes servicios que ofrece la universidad crean la ruta de acceso a los servicios y efectúan una forma de manejo frente a los aspectos emocionales y otros.</p> |
| <p style="text-align: center;">PLAN DECENAL DE SALUD PÚBLICA 2012 – 2021</p> | <p>Dentro del plan decenal se enfoca en la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Promoción de la Salud Mental y Convivencia • Prevención y atención integral a problemas y trastornos mentales y a diferentes formas de violencia. |

| | |
|--|---|
| | <p>Dentro del plan decenal se reconoce que la promoción de un aspecto lleva a la prevención del malestar que el no cuidado del mismo puede generar.</p> <p>Promover la salud mental y convivencia dentro de las instituciones universitarias permite la prevención de trastornos mentales adquiridos por la dificultad para asimilar el cambio y manejar el nuevo medio en el que se encuentran los estudiantes de primer semestre, es por ello que el proyecto se enfoca en la unidad de bienestar universitario para que éste acceda a la población y brinde los diferentes espacios donde los adolescentes y jóvenes logren manejar sus malestares, reconocer sus capacidades y adaptarse a los nuevos medios de formación y crecimiento personal y profesional.</p> |
|--|---|

ENFOQUE METODOLÓGICO

PROYECTO DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN

El presente proyecto cuenta con un enfoque metodológico de promoción y prevención de la salud mental (p y p); desde el Plan Decenal de Salud Pública (2012 – 2021) la dimensión de convivencia social y salud mental se estructura en dos componentes:

- a. Promoción de la salud mental y la convivencia
- b. Prevención y atención integral a problemas y trastornos mentales y las diferentes formas de la violencia

En el primer componente de la dimensión de Convivencia social y Salud Mental se entiende este último concepto como se plantea en la ley 1616 del 2013, un estado dinámico expresado en la vida cotidiana por medio del comportamiento y la interacción que permita el uso de los recursos emocionales, cognitivos y mentales en el diario vivir para realizar diferentes funciones como trabajo, educación, entre otros; por su parte, la convivencia es entendida como “el desarrollo y sostenimiento de relaciones interpersonales basadas en: el respeto, la equidad, la solidaridad, el sentido de pertenencia, el reconocimiento de la diferencia, la participación para la construcción de acuerdos, el ejercicio de los derechos humanos; para el logro del bien común, el desarrollo humano y social”. (Plan decenal de salud pública 2012 – 2021)

Entendiendo lo anterior, el componente de promoción de la salud mental y la convivencia es definida como el conjunto de políticas públicas y acciones intersectoriales que se ven orientadas a proveer oportunidades a los sujetos que les permitan el despliegue de los recursos individuales y colectivos para mejorar las relaciones interpersonales y el disfrute del diario vivir.

Este componente incluye las estrategias para la promoción de la salud mental, sus factores protectores y generación de entornos familiares, educativos, comunitarios y laborales favorables para la convivencia social, sus objetivos están basados en impulsar la promoción de la salud, incidir en los imaginarios sociales, proveer factores protectores para la salud

mental e intervenir de manera positiva en los determinantes psicosociales de la salud y la calidad de vida.

Por su parte, en el componente de prevención y atención integral a problemas y trastornos mentales y las diferentes formas de la violencia se contemplan las estrategias dirigidas a la prevención y atención integral en todos los casos en que los individuos presenten estados sean temporales o permanentes de alteración emocional, en sus pensamientos, percepciones o comportamientos y estos pongan en riesgo su estado de bienestar o la relación consigo mismos o los otros, alterando sus habilidades para identificar capacidades, afrontar diferentes situaciones de tensión, entre otros; incluyendo a su vez la prevención de las diferentes formas de violencia en los diversos escenarios en que se desarrolle el individuo.

Dentro de los objetivos del componente se encuentran los relacionados a intervenir los factores de riesgo, fortalecer la gestión institucional y comunitaria garantizando la atención integral, promover la capacidad de respuesta institucional y comunitaria, identificar las necesidades, efectos y daños que requieran atención psicosocial y fortalecer redes institucionales y comunitarias para los diferentes casos de violencia y conflictos.

Oliva, A., Rios, M., Antolin, L., Parra, A., Hernando, A y Pertegal, M.A (2010). Más allá del déficit: Construyendo un modelo de desarrollo positivo adolescente. Universidad de Sevilla; Universidad de Huelva. *Infancia y Aprendizaje*, 2010, 33 (2), pp.1-12.

Organización Mundial de la Salud (OMS). OMS | Desarrollo en la adolescencia [Internet]. WHO. Available from: http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/

UNICEF (2011). *La salud mental del adolescente: un desafío urgente para la investigación e inversión*. Recuperado de: <http://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-salud-mental-deladolescente.pdf>

UNICEF (2013). *La adolescencia*. Recuperado de: http://www.unicef.org/mexico/spanish/ninos_6879.htm