



MIEMBRO DE LA RED  
ILUMNO

INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO  
FACULTAD DE SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD  
GRUPO DE INVESTIGACIÓN DE PSICOLOGÍA, EDUCACIÓN Y CULTURA  
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN GESTIÓN EDUCATIVA, POLÍTICAS PÚBLICAS E  
INCLUSIÓN SOCIAL  
PROGRAMA DE PSICOLOGÍA

PROYECTO DE PRÁCTICA II – INVESTIGACIÓN APLICADA  
ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL DE LOS  
ADOLESCENTES IMPLEMENTADAS EN INSTITUCIONES EDUCATIVAS  
LATINOAMERICANAS

PRESENTA:

MAYRA ALEJANDRA VILLALBA GARCÍA CÓDIGO: 1511021692  
MARLIS ESTHER GONZÁLEZ ARMENTA CÓDIGO: 1621024558  
NANCY DE LOS ÁNGELES GIL MUÑOZ CÓDIGO: 1421029440  
RAMÓN ALBERTO OSORIO BELTRÁN CÓDIGO: 1621024266  
YESICA ALEXANDRA RAMÍREZ TORO CÓDIGO: 1521025260

SUPERVISOR:

NICOLAS GUEVARA RAMIREZ. MGS.

BOGOTÁ, AGOSTO - DICIEMBRE 2020

## Tabla de contenido

Resumen .....	1
Capítulo 1. Introducción.....	2
1.1 Descripción del contexto general del tema .....	2
1.2 Planteamiento del problema .....	2
1.3 Pregunta de investigación .....	4
1.3.1 Objetivo general.....	4
1.3.2 Objetivos específicos. ....	4
1.4 Justificación.....	5
Capítulo 2. Marco de referencia .....	7
2.1 Marco conceptual .....	7
2.2 Marco teórico .....	9
2.3 Marco Empírico .....	11
Capítulo 3. Metodología.....	14
3.1 Tipo y diseño de investigación.....	14
3.2 Instrumentos de recolección de datos .....	14
3.3 Estrategia del análisis de datos .....	14
3.4 Consideraciones éticas .....	15
Capítulo 4. Resultados.....	16
4.1 Discusión.....	19
4.2 Limitaciones .....	21
Capítulo 5. Conclusiones y Recomendaciones .....	23
5.1 Conclusiones .....	23
5.2 Recomendaciones .....	24
Referencias bibliográficas .....	26
Anexos.....	31

**Lista de tablas**

**Tabla 1.** Etapas de la Adolescencia .....7

**Lista de Anexos**

Anexo B. Audio en Podcast.....31

## **Resumen**

La salud mental siendo un estado de bienestar en las personas para enfrentarse emocional y físicamente a la cotidianidad, en adolescentes se ve intervenida por diversas estrategias de promoción y prevención abordadas por las instituciones educativas, quienes enfrentan esta vulnerabilidad. Por ello en este trabajo de investigación se propuso como objetivo general establecer las estrategias de promoción y prevención de la salud mental en los adolescentes implementados en las instituciones educativas a nivel latinoamericano, para el alcance de dicho objetivo se propusieron como objetivos específicos realizar una revisión documental sobre estrategias en la salud mental de los adolescentes que implementan las instituciones educativas en Latinoamérica con el fin de lograr identificar las estrategias de la salud mental en los adolescentes implementadas por las instituciones educativas y por ende determinar el impacto que generó en los adolescentes de instituciones educativas en Latinoamérica la implementación de estas estrategias,. Para ello, se hizo uso de la metodología cualitativa de tipo descriptiva mediante la revisión y análisis documental. Se concluye que en el contexto educativo y el entorno familiar tiene gran relevancia en cuanto a la salud mental de los adolescentes, de la misma manera la importancia de un seguimiento en la salud mental.

**Palabras clave:** Adolescencia, salud mental, promoción y prevención de salud mental, trastorno mental, factores de riesgo.

## **Capítulo 1. Introducción**

### **1.1 Descripción del contexto general del tema**

La salud mental es considerada como una estabilidad entre el individuo y su marco sociocultural. Por consiguiente, las intervenciones de promoción y prevención en el contexto educativo presentan hoy en día un desafío para las comunidades educativas; de esta surge la necesidad de actuar frente a las problemáticas psicosociales que afectan el desarrollo de habilidades y competencias socioemocionales de los adolescentes. En relación con los postulados “La salud mental de los adolescentes van orientadas a fortalecer su capacidad para regular sus emociones, potenciar las alternativas a los comportamientos de riesgo, desarrollar la resiliencia ante situaciones difíciles o adversidades” (OMS, 2020, p.16).

Con relación al planteamiento inicial actualmente las instituciones educativas enfrentan una problemática que vulnera el sistema educativo afectando primordialmente a los adolescentes en edad escolar. Mediante el abordaje de estas estrategias de P y P, en las instituciones educativas se plantean las estrategias de gestión educativa que tiene como propósito mitigar de forma temprana y oportuna los factores de riesgo asociados a la problemática psicosocial identificada.

### **1.2 Planteamiento del problema**

De acuerdo a las investigaciones realizadas y un análisis pertinente a un estudio de enfoque cualitativo se logra identificar de manera general la magnitud de la problemática de salud mental en adolescentes en edad escolar. Referenciando los determinantes de la salud mental, “ se estima que entre el 10% y el 20% de los

adolescentes experimentan trastornos mentales, pero estos no se diagnostican ni se tratan adecuadamente” (OMS, 2020, p. 2)

En la misma línea según la OMS (2020) , las cifras reflejan el incremento de las enfermedades mentales en el contexto educativo, la depresión es uno de los más frecuentes trastornos emocionales que prevalece entre los jóvenes de edades entre 15 a 19 años, seguido la ansiedad y los trastornos del comportamiento infantil que comprende edades entre 10 y 19 años, además del suicidio que es considerado una problemática de mayor relevancia. En Latinoamérica 62.000 adolescentes perdieron la vida en el 2016 generándose a sí mismos conductas de autolesión, la tasa de suicidios varía de un país a otro.

Contextualizando la problemática de la salud mental en relación con algunos programas de intervención escolar implementados por instituciones educativas latinoamericanas como estrategias de prevención y promoción para proteger a los adolescentes de los riesgos psicosociales identificados, se referencia al proyecto de intervención educativa implementado en un colegio del sector oficial de la ciudad en Cali, con base a una estrategia de gestión para la prevención de factores de riesgo, asociados al suicidio, focalizando 30 estudiantes entre edades de 9 y 14 años con el propósito de intervenir efectivamente con la creación de un instrumento de valoración de muestreo no probabilístico (Piedrahita, Paz y Romero, 2012).

Por otro lado, diferentes países han reconocido la importancia y han sentido la necesidad de priorizar en la salud mental de los estudiantes, por medio de iniciativas financiadas gubernamentalmente. Del mismo modo la buena planificación y ejecución de

estas estrategias son más eficientes si se incorporan en los programas de salud mental en las instituciones educativas, llevando a cabo intervenciones de promoción y prevención de salud mental (Loreto, Squicciarini, Simonoshn y Guzmán, 2015).

Las problemáticas psicosociales en el ámbito educativo continúan presentándose con mayor frecuencia en los adolescentes generando mayor vulnerabilidad, las estrategias de prevención y promoción implementadas por las instituciones educativas se debe centrar mediante una buena gestión de programas educativos que posibiliten un ambiente escolar favorable en cuanto a la formación de los adolescentes para que se integren de manera adecuada con el entorno que les rodea mejorando sus relaciones interpersonales, comportamiento y manejo equilibrado de las emociones ante cualquier situación de conflictos que se presenta cotidianamente.

### **1.3 Pregunta de investigación**

¿Qué estrategias de promoción y prevención en la salud mental de los adolescentes han implementado las instituciones educativas en Latinoamérica?

#### **1.3.1 Objetivo general.**

Establecer las estrategias de promoción y prevención de la salud mental en los adolescentes implementados en las instituciones educativas a nivel latinoamericano.

#### **1.3.2 Objetivos específicos.**

Realizar una revisión documental sobre estrategias de promoción de la salud mental y prevención de trastornos mentales en los adolescentes implementadas por instituciones educativas en Latinoamérica.

Identificar las estrategias de promoción y prevención de la salud mental en los adolescentes implementadas por las instituciones educativas en Latinoamérica.



Determinar el impacto que generó en los adolescentes de instituciones educativas en Latinoamérica la implementación de estrategias de promoción y prevención en la salud mental

#### **1.4 Justificación**

La adolescencia es una etapa en que se presentan diversos cambios, cambio de colegio, finalización de su bachillerato y futuro ingreso a la Universidad o al mundo laboral. Para muchos de ellos es emocionante, a otros les causa estrés, temor, angustia, situaciones que a la postre llevarían a padecer enfermedades mentales, especialmente si no son conscientes de ellas. El no tratarlas ha llevado a que se presenten problemas en la salud mental como la depresión, el suicidio, consumo de alcohol y sustancias psicoactivas, como también problemas alimentarios, como la anorexia o la bulimia (Poza, Cantero y Bermejo, 2013).

Cuando se habla de promoción y prevención en salud mental es proporcionar los medios necesarios para mantener un equilibrio entre la salud mental, física y social y ejercer un mayor control y manejo de la misma (Casañas y Lalucat, 2018). Para el logro de una salud mental en los adolescentes es importante establecer estrategias que contribuyan a un bienestar tanto físico como mental; en el establecimiento de estas estrategias deben participar diferentes sectores, como salud, familia, escolar, recreación entre otros, en esta investigación a través de una revisión documental será abordado el sector escolar.

Identificar y participar en programas que implementan actividades de PYP en pro de la salud mental de los adolescentes, les permitirá un bienestar físico, mental y social

adecuado; se espera que implementarlas y formar parte de estas actividades les permitirá a los adolescentes fijar y alcanzar sus metas, satisfacer sus necesidades y acomodarse al medio en el que habitan.

A través de la revisión documental se identificarán los programas implementados por instituciones educativas en Latinoamérica sobre promoción y prevención de la salud mental en los adolescentes, permitiendo determinar el impacto que ha tenido en los adolescentes su implementación. Los resultados posibilitan un conocimiento objetivo de la situación de salud mental de los adolescentes permitiendo a su vez una óptima utilización de los recursos personales y sociales, así como de las habilidades físicas; velar por el bienestar del adolescente en todas sus esferas, reducirá el riesgo de desenlaces no deseados además si se tiene en cuenta la responsabilidad de los adolescentes al ser la futura generación que dará dirección a este país.

## Capítulo 2. Marco de referencia

### 2.1 Marco conceptual

El término “adolescencia se refiere al periodo de crecimiento y desarrollo humano que se produce después de la niñez y antes de la edad adulta, entre los 10 y los 19 años de edad” (OMS, 2017, p.1).

En la adolescencia ya no se es niño pero tampoco adulto, transición que trae como consecuencia cambios a nivel físico, emocional y social, dependiendo de la etapa en que se encuentra, estas se describen en la tabla 1.

**Tabla 1.** Etapas de la Adolescencia.

<b>Etapas</b>	<b>Edad</b>	<b>Características</b>
Pre-adolescencia	10 a 13 años	Inquietud por lo emocional y lo físico.
Adolescencia media	14 – 17 años	Se presentan conflictos familiares- Se presentan conductas de riesgo- mas sensibles a problemas de salud mental
Adolescencia tardia	17 -18 años en adelante	Preocupación por lo social.

**Fuente:** Elaboración propia.

Si bien durante la adolescencia, la salud general de los adolescentes es buena, se ha dejado de lado que es en este periodo donde los jóvenes están más expuestos a riesgos,

situación que repercute en la salud y la vida adulta. Sin embargo, tal como lo señala la OMS (2018) “ la mayoría de trastornos mentales que se inician en la adolescencia no se descubren ni se tratan trayendo como consecuencia que se extiendan a la vida adulta” (p. 2.).

Estos trastornos mentales llevan a que se presente un deterioro en la salud mental del adolescente, la cual, es considerada por la OMS (2017) como “ un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solo la ausencia de enfermedad o dolencia” (p.3).

Salud mental en psicología es considerada como “ un estado relativamente perdurable, la persona está adaptada, siente gusto por la vida y está alcanzado su autorrealización. Es un estado positivo y no solo la ausencia de trastornos mentales” (Davini, Gallon y Rossi citado por Carrazana 2003 p.6).

Para alcanzar la salud mental, intervienen factores biológicos, psicológicos y sociales y está influenciada por características individuales y socioeconómicas de la persona logrando así una óptima salud mental en los adolescentes.

La promoción en salud mental constituye una planificación de actividades que involucran un establecimiento de condiciones psicosociales que cumplan con el buen desarrollo psicológico y psicofisiológico. Estas herramientas implican en el individuo un beneficio importante para una buena salud mental, en cuanto al mejoramiento para unas condiciones óptimas en la calidad de vida y disminuir las diferentes expectativas de salud que tienen entre los países. Este es un proceso que ayuda en la integridad de los individuos.

## 2.2 Marco teórico

Dado que como previamente se ha mencionado en el presente documento la salud mental “Está relacionada con la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y el tratamiento y rehabilitación de las personas afectadas por dichos trastornos” (OMS, 2020, p. 3), es necesario mencionar que las instituciones educativas latinoamericanas además de requerir la presencia ineludible de profesionales de la salud mental dedicados a la labor clínica, deben vincularse a todo el equipo educativo a nivel interdisciplinario de tal modo que en conjunto se desarrollen estrategias para la promoción de pautas de vida saludables que ayuden a los alumnos a desarrollar sus talentos y potenciales de tal modo que su motivación, su determinación y disciplina aumenten sus probabilidades de éxito en el mundo laboral y social (Palomera, 2017).

Al respecto de lo previamente mencionado la psicología positiva de Seligman, Ernst, Gillham, Reivich y Linkins (2009) han demostrado tal consistencia científica y resultados basados en la evidencia tanto a nivel clínico como en el contexto educativo (Palomera, 2017). Lo que se ha convertido en un derrotero para el desarrollo de estrategias que están renovando la practica educativa dado su enfoque en fomentar objetivamente las emociones positivas, presentando a los alumnos evidencias de como la disciplina, la determinación y la constancia, conducen hacia un buen progreso para el bienestar de los individuos como sujetos sociales en cada una de sus dimensiones del desarrollo.

Ahora bien, la esperanza aprendida se constituyó como el concepto fundamental en el que sustenta su evolución la psicología positiva (Lupano y Castro, 2010), el cual, para fines de generar entendimiento requiere la explicación previa del concepto que le dio

origen, la desesperanza aprendida; término que el psicólogo norteamericano acuñó después de llevar a cabo una investigación experimental con perros a los cuales introdujo en jaulas con dos compartimientos, uno con una superficie metálica y el otro con una superficie de madera de tal modo que al dar descargas eléctricas la electricidad solo se condujera en el piso de metal.

Los perros inicialmente eran amarrados de tal manera que no tuviesen modo de escapar de las descargas; posteriormente al ser desamarrados Seligman et al (2009) identificaron que los canes recibían las descargas sin mostrar iniciativas para escapar al compartimiento en el cual no se conduce la electricidad (Lupano y Castro, 2010).

Los estudios posteriores de Seligman et al (2009) le condujeron a identificar que la desesperanza aprendida también se transpola a los fenómenos de la vida social de los seres humanos, evidenció que existen situaciones en las cuales las personas dejan de llevar a cabo iniciativas para cambiar su calidad de vida dada la inexistencia de reacciones de su ambiente que aumenten la probabilidad de ocurrencia del esfuerzo y por ende de éxito (Lupano y Castro, 2010).

Fue entonces cuando el teórico en cuestión orientó sus esfuerzos clínicos a desarrollar técnicas y estrategias para afrontar y modificar efectivamente la desesperanza aprendida, dando origen al término “esperanza aprendida”, definiéndola como la tendencia de un sujeto a llevar a cabo iniciativas para mejorar su calidad de vida caracterizada por su constancia y su capacidad de evaluación objetiva de las condiciones del contexto en búsqueda de retroalimentación y auto retroalimentación para mejorar las posibilidades de consecución de logros previamente planeados (Palomera, 2017).

Ya en el ámbito educativo el Positive Psychology Center de la universidad de Pensilvania, institución dirigida por Seligman et al (2009), ha desarrollado varios programas instaurados dentro de diferentes instituciones de educación básica y superior; entre ellos el “Strath Haven Positive Psychology Curriculum” de Philadelphia (Palomera, 2017), enfocado en fomentar el desarrollo de emociones positivas, desarrollar fortalezas y potenciales personales tanto a nivel de las habilidades sociales como de las capacidades académicas y laborales, el cual ha conseguido resultados en pro del bienestar de las enfermedades mentales más allá de la prevención ya que aumenta la curiosidad, el deseo de aprender, la motivación por asistir al colegio, la creatividad, el desempeño académico y las aptitudes sociales (Seligman et al, 2009).

En lo que respecta a la prevención en salud mental el programa “Penn Resiliency Program” implementado por el “Positive Psychology Center” de la universidad de Pensilvania orientado a desarrollar estrategias para afrontar la ansiedad, toma adecuada de decisiones basada en la evaluación sistemática del contexto, monitoreo de la emociones y control del pensamiento basado en la resiliencia, ha evidenciado por medio de un metaanálisis su confiabilidad en disminuir la depresión, ansiedad, la desesperanza aprendida y las conductas auto y heterodestructivas, independientemente del contexto étnico de referencia; cuyos resultados depende significativamente de la capacitación del equipo docente en el enfoque teórico de la psicología positiva (Palomera, 2017).

### **2.3 Marco Empírico**

Cuando se habla de estrategias preventivas de salud mental en los adolescentes latinoamericanos se hace referencia a las herramientas de detección y abordaje temprano,

orientadas a fortalecer la capacidad para regular sus emociones para que así con una visión más resiliente puedan darle un mejor manejo a las situaciones que se presenten en su diario vivir tanto en el contexto escolar en el cual juega un papel importante sus factores biológicos y psicológicos de los adolescentes, como al contexto familiar, se habla de la conformación de su entorno, nivel socioeconómico y red de apoyo, según Maddaleno y Florezano (1996) citados por Gaete (2015), establecen tres fases de la adolescencia lo cual también es de gran importancia en el momento de abordar y clasificar al hacer utilizar estas estrategias de promoción y prevención reducimos el riesgo de enfermedades mentales, ideaciones suicidas y demás riesgos potenciales a los que se encuentran expuestos los jóvenes hoy en día.

A raíz de este tipo de riesgos sociales expuestos anteriormente los jóvenes se encuentran en un nuevo contexto en el que deben adaptarse a estrategias que ayuden a reducir los problemas y psicológicos que deben enfrentarse luego de atravesar situaciones traumáticas

Según la OMS (2020):

Estos programas requieren un enfoque que abarque múltiples niveles y varias plataformas de difusión, por ejemplo, los medios digitales, los entornos de atención médica o social, las escuelas o la comunidad, así como diversas estrategias para llegar a los adolescentes, en especial a los más vulnerables (p.17).

Acá se puede resaltar la importancia de no generalizar la situación de los adolescentes ya que, se deben clasificar los requerimientos de ellos según sus necesidades





## **Capítulo 3. Metodología**

### **3.1 Tipo y diseño de investigación**

En el presente trabajo investigativo en cuanto a las estrategias de promoción y prevención de la salud mental en los adolescentes que han implementado en las instituciones educativas latinoamericanas compete a la realización de una investigación de tipo cualitativo, esto analizando e interpretando las diferentes problemáticas a lo largo de la realización del mismo, como indica Martínez (2011) “la investigación cualitativa trata de identificar la naturaleza profunda de las realidades, su estructura dinámica, aquella que da razón plena de su comportamiento y manifestaciones” (p. 128).

En cuanto al desarrollo de los objetivos se considerará el tipo de investigación descriptivo, al estudiar, analizar y describir la población estudiantil con el enfoque en las características fenomenológicas de la problemática actual.

### **3.2 Instrumentos de recolección de datos**

Se realizará la revisión y análisis documental y bibliográfico de 15 artículos científicos de los últimos diez (10) años, empleando técnicas tales como el análisis documental, de resumen analítico, fichas y subrayado de cada artículo seleccionado.

### **3.3 Estrategia del análisis de datos**

En el estudio de datos cualitativos se seleccionó el sistema informático Atlas ti, esta herramienta es conveniente para la separación de abundante información y/o temas. Como lo indica Sabariego, Vilá y Sandin (2014) “Es una herramienta informática cuyo objetivo es facilitar el análisis cualitativo de, principalmente grandes volúmenes de datos textuales” (p. 122).

### **3.4 Consideraciones éticas**

De acuerdo con lo señalado por el artículo 39 de la Ley 1090 de 2006 del Código Deontológico y Biológico la investigación estará encaminada hacia el correcto uso de la información obtenida de la revisión literaria, responsabilidad de los temas de estudio, análisis de la información, divulgación y pautas para su correcta utilización.

## Capítulo 4. Resultados

Se fijó como meta seleccionar 15 artículos (10 en español y 5 en inglés); para esto se efectuó una búsqueda a través de bases de datos como Scielo, Redalyc, Dialnet. Luego se escogieron palabras claves que se relacionaran con el tema: salud mental en adolescentes, estrategias de prevención y promoción, estrategias implementadas por escuelas en Latinoamérica; a diferencia de artículos relacionados con la salud mental en adolescentes que existen varios, investigaciones en donde se expongan estrategias de prevención y promoción de la salud mental en adolescentes implementadas en escuelas latinoamericanas son muy pocas. Como estrategia de consolidación se realizó una matriz conceptual de revisión literaria.

Es importante tener en cuenta que la mayoría de las investigaciones encontradas y relacionadas con el tema a investigar fueron realizadas en Chile. De las diez investigaciones seleccionadas para exponer los resultados, cinco fueron realizadas en Chile y cinco en Colombia (tres en Bogotá, una en Medellín y una en Santa Marta.).

Los resultados más significativos para este proyecto son los siguientes:

El primer estudio seleccionado y realizado en Chile, Loreto et al (2015) investigaron sobre los desafíos de una intervención preventiva en la salud mental en los adolescentes, estudio en el que los adolescentes que asistieron a los talleres de prevención presentaron resultados positivos en su salud mental; igualmente esta investigación mostró como el Programa Habilidades para la Vida con la participación de los profesores además de los alumnos ha contribuido positivamente a prevenir la salud mental en los jóvenes asistentes.

Otro estudio realizado por Alvarado (2011) sobre factores de la salud mental en adolescentes y su vínculo familiar, y en el que participaron 100 estudiantes (entre 11 – 19 años de edad) de una institución educativa en una comuna de Medellín (Colombia); se detectaron problemas en la salud mental asociada con diversos factores de riesgo, como dificultades en la comunicación, sintomatología depresiva, ansiedad y consumo de sustancia, con tendencia al suicidio. Lo que más llama la atención es la no participación de ninguna clase de autoridad para analizar las causas y proponer soluciones.

Leiva et al (2015) presentaron un estudio en el que se evaluaron los beneficios de una intervención acerca de la prevención en salud mental en niños(as) de enseñanza básica primaria, participaron 1336 estudiantes de educación básica de Chile, a través del estudio de factores de riesgo psicosocial, todos los niños presentaban riesgos en salud mental, situación que mejoró a través de la asistencia a sesiones y talleres de prevención tanto de ellos, como de sus padres y profesores.

En otro estudio realizado por Langer, Schimidt, Aguilar, Cid y Magni (2017) en el que se empleó el Mindfulness en la promoción de salud mental en adolescentes se evaluaron los alcances de una intervención en el nivel educativo; la muestra fue de 88 alumnos (42 hombres y 46 mujeres) de dos colegios de Chile (entre 12 y 14 años) con estados emocionales negativos de depresión, ansiedad, estrés participaron en intervenciones basadas en Mindfulness, después de su participación se evidenciaron resultados positivos en la disminución de los estados emocionales negativos que presentaban antes de su participación.

Macaya, Bustos, Torres, Vergara, y De la Cruz (2019) evaluaron el apoyo y la asistencia de salud mental en contexto escolar con una muestra de 1558 niños entre 4 y 18 años en Chile, con problemas psiquiátricos, se utilizaron estrategias de PYP en prevención dirigido a adolescentes en un contexto educativo, se dieron resultados positivos pero lo más importante es la importancia de esas estrategias en los niños que entre el 10% y el 15% son afectados por trastornos mentales y del comportamiento.

En el estudio de identificación de la salud mental en adolescentes y su relación con la familia, realizado por González et al (2018) participaron 1025 estudiantes de secundario entre 10 y 19 años, de las localidades de Suba y Bosa (Bogotá) determinó que el núcleo familiar ejerce un rol muy importante en la salud mental de los adolescentes, la disfuncionalidad del ambiente familiar es causa de riesgo de psicosis en los adolescentes; se concluyó en el estudio que tanto el ambiente familiar como el escolar deben asumir esta responsabilidad a través de programas que conlleven a desarrollar habilidades de convivencia y desarrollo.

En la investigación de Rúa (2003) sobre la actuación de promoción y prevención en salud mental desde el Plan de Atención Básico en Bogotá, expone el diseño, implementación y ejecución del PAB en Salud Mental; La Secretaria Distrital de Salud explica los planes de acción que llevan a cabo para abordar la salud mental: nivel familiar, nivel escolar, social. En el escolar básicamente prevención de la deserción para fortalecer redes familiares y sociales y brindar herramientas de salud mental.

En una investigación realizada por Olivari (2019) en Chile se evaluó la ansiedad escolar con la participación de 400 adolescentes (con edades entre 14 y 19 años), al

revisar los trastornos de salud mental en adolescentes escolarizados, se halló que los estudiantes de establecimientos educacionales de más alto nivel socioeconómico reconocían más los problemas en su salud mental comparados con los estudiantes de establecimientos municipales. Los resultados determinaron la necesidad de instruir sobre salud mental para un pronto reconocimiento por parte del adolescente.

#### **4.1 Discusión**

El presente trabajo investigativo permitió responder al objetivo del proyecto e identificar los fenómenos que influyen en la salud mental de los adolescentes en el contexto educativo, mediante las estrategias de prevención y promoción en salud mental e implementada en las instituciones educativas de Chile y Colombia, en relación a los diversos factores de riesgos psicosocial, se relaciona el planteamiento de la OMS en su último informe afirma que “ la mayoría de trastornos mentales que se inician en la adolescencia no se descubren ni se tratan trayendo como consecuencia que se extiendan a la vida adulta”. Concretamente, los hallazgos iniciales en esta investigación sugieren la participación activa de los docentes y padres de familias en los programas y talleres implementados para contrarrestar los riesgos evidenciados en el estudio.

Se obtuvo un resultado importante que mejora de manera positiva la salud mental de los jóvenes escolarizados de acuerdo a la información recolectada en las instituciones educativas de Chile, donde se logró evidenciar que con los programas de prevención se tienen mejoras en los problemas de salud mental, lo cual se encuentra en coincidencia con lo expuesto por Piedrahita et al (2012) quienes describen la necesidad de este tipo de estrategias dentro del entorno escolar en beneficio de la salud mental de los adolescentes.

Por otro lado, se hace referencia a la interacción y comunicación familiar como un instrumento clave en el proceso de prevención y promoción de enfermedades mentales, tal y como lo explica Maddaleno y Florezano (1996) sobre la incidencia que tiene el entorno familiar en la salud mental, afirmando que en contextos disfuncionales los adolescentes tienen mayores riesgos de presentar ideas suicidas, adicciones, estrés, entre otras. Estas, influyen en gran medida en la efectividad y aceptación de la comunidad educativa; a diferencia del nivel de riesgo persistente en las instituciones e identificadas en el contexto educativo en Colombia, se contrarresta los planteamientos teóricos del autor Martin Seligman, desde la psicología positiva, enfoca el desarrollo de las emociones positivas, las fortalezas y habilidades sociales en el desempeño escolar, sin embargo es importante considerar tanto los factores biológicos como los psicológicos, teniendo en cuenta que estos influyen de manera positiva o negativa en el equilibrio emocional, de tal manera que las emociones pueden regular las capacidad de aceptación y reconocimiento del medio que le rodea o singularmente el contexto en el que el adolescente desarrolle habilidades propias y características de su nivel de afrontamiento y autorregulación.

Los resultados muestran una conexión negativa entre la ausencia de las relaciones familiares y la enfermedad mental, aspectos importantes que contrasta con información de Gaete (2015) quien señala que la falta de interacción y comunicación familiar en sí misma genera sintomatología depresiva.

Se evidencia que existe una visión sociocultural y socioeconómica que se diferencia entre los resultados del estudio, acorde a las condiciones sociales de los



diferentes contextos en el que se desarrollan, la salud mental en adolescentes genera un estado emocional que afecta la visión de vida ante la desesperanza aprendida y la capacidad de afrontamiento, en relación con Penn Resiliency Program” implementado por el “Positive Psychology Center, posteriormente es congruente el método utilizado en el planteamiento del autor Martin Seligman, sobre la evaluación sistemática del contexto basado en la resiliencia, e implementando mediante metaanálisis, generando importancia al proceso de capacitación de los docentes de manera integral, de modo que se logre contribuir con las técnicas de motivación y desempeño escolar, en pro del bienestar físico, mental y social del individuo, minimizando los riesgos de la salud mental, por consiguiente el referente teórico hace énfasis en contexto educativo de manera objetiva en base a las evidencias implementadas y el mecanismo de uso para la recolección de evidencias concretas sobre la disciplina, la determinación y la constancia en el proceso educativo desde la dimensión sociocultural.

#### **4.2 Limitaciones**

Dentro de las limitaciones que se encontraron en este trabajo de investigación de revisión documental se pudo encontrar que en la exploración literaria no se encontró mucho material investigativo acerca de la promoción y prevención en salud mental a nivel latinoamericano dentro del contexto educativo dirigido a adolescentes, donde se puede observar que la mayoría de la revisión literaria encontrada en relación con el tema mencionado fue realizada en Chile y muy poco de Latinoamérica entre ellos Colombia, cabe resaltar que ello dificulta en la investigación del tema a más profundidad dado a que no se encontró más información importante en el contexto latinoamericano.

Otra de las limitaciones que se pudieron observar en esta investigación es que hay pocos estudios actuales que traten el tema literario investigativo acerca de la prevención y promoción en salud mental de los adolescentes en el ámbito escolar.

## **Capítulo 5. Conclusiones y Recomendaciones**

### **5.1 Conclusiones**

Al realizar la investigación documental se logró identificar que hay carencia en los estudios donde hablen de una manera amplia de estrategias de promoción y prevención en salud mental de los adolescentes; en los artículos encontrados se exploran aspectos como la autoestima, la suficiencia en el manejo de escenarios tanto sociales como emocionales, y elementos desfavorables como la ansiedad y la depresión; se observó en los estudios que tratan sobre estrategias para la prevención de la salud mental una relación directa con factores como familias disfuncionales, antecedentes depresivos, ansiedad, estrés, los cuales al ser tratados con técnicas como el mindfulness lograron una mejoría en su salud mental, por cuanto esta técnica enseña a tener conciencia de las emociones y así mismo permite tener una aceptación radical de una manera en la que la persona acepta sus experiencias sin juzgarlas, como un proceso mediante el cual se va disminuyendo la ansiedad en el sujeto al no poder cambiar esas situaciones que hacen parte de su vida.

Finalizado el análisis de los artículos, se puede considerar que, en primera instancia, los estudios realizados para indagar más acerca de la salud y la enfermedad mental en adolescentes, independientemente del año de publicación, van ligadas a factores sociales tales como la posición socioeconómica de los adolescentes, el entorno familiar, pocas oportunidades de empleo, la falta de redes de apoyo social, factores que traen como consecuencia un detrimento en la salud mental de los jóvenes.

En segundo lugar, se evidencia la falta de un programa gubernamental obligatorio para realizar una medición y seguimiento preciso a la salud mental de los adolescentes en los diversos trastornos que presentan, sus causas y consecuencias, ya que a pesar de tener una demanda constante y en crecimiento de la asistencia en la salud mental, carece de herramientas sistematizadas con cifras actualizadas, las cuales serían de gran ayuda en la planeación de actividades de PYP en trastornos mentales, permitiendo detectar a tiempo los factores que interfieren en la salud mental de los jóvenes y que de no ser tratados podrían desencadenar en situaciones más graves.

A partir de las investigaciones analizadas es de gran relevancia establecer la importancia del contexto educativo en la prevención y promoción de la salud mental en los adolescentes. Se determinó como un trabajo integrado entre familia y escuela contribuye a la mejoría de la salud mental de los jóvenes.

## **5.2 Recomendaciones**

Determinados los hallazgos de esta investigación se propone ampliar la variedad de instrumentos en revisión literaria y las herramientas de recolección de información, así como la aplicación de entrevistas individuales, grupales o modo online; así mismo el incrementar las herramientas de medición y ampliar la población a estudiar.

Se recomienda que una vez determinadas las estrategias de promoción y prevención en las diversas instituciones formadoras en educación, se analice esta información con detenimiento y se determine si estas estrategias de prevención y promoción de la salud mental son juiciosamente aplicadas por las instituciones educativas para la prevención de los trastornos mentales en adolescentes y de este modo buscar la

razón de la no implementación de estas estrategias y los factores sociales que afectan su buen desarrollo.

Por último, se propone la planeación de estrategias de PYP en poblaciones escolares que se encuentran en riesgo de padecer trastornos mentales y la evaluación de estos programas, procurando que se cubran todas las escuelas de Latinoamérica dada la importancia de lograr una mejoría en la salud mental.

### Referencias bibliográficas

- 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. *Investigación en Enfermería:Imagen y Desarrollo*, pp. 79-92. Obtenido de <https://www.redalyc.org/comocitar.oa?id=145221282005>
- Brito, M. (2020). Suicidal behavior and prevention strategies from teachers perspective. *Escola Anna Nery*, 24(4). Obtenido de: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0109>
- Carrazana. (2003). El concepto de salud mental en psicología humanista–existencial. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*. Obtenido en: [http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2077-21612003000100001](http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-21612003000100001)
- Casañas, R. y Lalucat, L. (2018). Promoción de la salud mental, prevención de los trastornos mentales y lucha contra el estigma estrategias y recursos para la alfabetización emocional de los adolescentes. *Estudios de Juventud*, 121, pp. 117-132. Obtenido de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7161805>

- Couto, I. (2020). Prevalence of Behavioral Problems in Adolescents in Social Vulnerability: Assessment from a Parental Perspective. *Paideia (Ribeirao Preto)*, 30. Obtenido de <https://doi.org/10.1590/1982-4327e3039>
- Ferreí, F. (2014). Factores psicologicos en adolescentes escolarizados con bajo rendimiento académico: depresión y autoestima. *Encuentros*, 35-47. Obtenido de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_abstract&pid=S1692-58582014000200003](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1692-58582014000200003)
- Gaete, V. (2015). Desarrollo psicosocial del adolescente. *Revista Chilena de Pediatría*, 86, pp. 436-443. Obtenido de <https://doi.org/10.1016/j.rchipe.2015.07.005>
- Gonzalez, J. (2018). Identificación de la salud mental en adolescentes y su relación con la familia. *Carta Comunitaria*, 26(149), 50-61. Obtenido de <https://doi.org/10.26752/ccomunitaria.v26.n149.381>
- Gonzalez, N. (2020). Adaptation and Factor Structure of the Hospital Anxiety and Depression Scale on Chilean Children and Adolescents. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 52, 63-70. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.14349/rlp.2020.v52.7>
- Jiménez, F. (2015). Estudio de la depresión en estudiantes de la Ciudad de México y del Estado de Michoacán por medio de la versión revisada de la CES-D. *Revista Salud Menta vol.38 no.2*, pp. 103-107.
- Langer, A., Schmidit, C., Aguilar, J., Cid, C. y Magni (2017). Mindfulness y promoción de la salud mental en adolescentes: efectos de una intervención en el contexto

- educativo. *Revista médica de Chile*, 145(4), 476-482. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.4067/S0034-98872017000400008>
- Loreto, L., Squicciarini, A., Simonoshn, A. y Guzman, J.(2015). Intervención preventiva de salud mental escolar en adolescentes: desafíos para un programa público en comunidades educativas. *Universitas Psychologica*, 14(4), 15-27. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/647/64744107007.pdf>
- Leiva, M. (2015). Salud mental escolar: Logros de una intervención preventiva en salud mental en niños y niñas del primer ciclo de enseñanza básica. *Psicoperspectivas*, 14(1), 31-41. Obtenido de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=171033736004>
- Ley 1090 de 2006. *Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Septiembre 6 de 2006. DO. No. 46.383.
- Lupano, M. y Castro, A. (2010). Psicología Positiva: Análisis desde su surgimiento. *Prensa médica latinoamericana, ciencias psicológicas*, 1, pp. 43 -56.
- Macaya, X., Bustos, C., Torres, S., Vergara, P. y De la Cruz. (2019). Servicios de Salud Mental en contexto escolar. *Humanidades Médicas.*, 19(1), 47-64. Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1727-81202019000100047&lng=es&tlng=es](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202019000100047&lng=es&tlng=es).
- Martínez, M. (2011). *El paradigma sistémico, la complejidad y la transdisciplinariedad como bases epistémicas de la investigación cualitativa*. Obtenido de: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:uiQaTEwfqrEJ:https://d>



- ialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4171976.pdf+&cd=3&hl=es-419&ct=clnk&gl=co
- Monteiro, D. (2020). Factores associated with common mental disorder in school teenagers. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(1). Obtenido de: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0847>
- Olivari, C. (2019). Reconocimiento de trastornos de salud mental en adolescentes escolarizados: estudio descriptivo. *Medwave*, 19(3). Obtenido de <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-994939>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). *Desarrollo de la Adolescencia. La Salud de la madre, el recién nacido, del niño y el adolescente*. Obtenido de: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- Organización Mundial de la Salud (2018). Día Mundial de la Salud Mental 2018. Obtenido de: [https://www.who.int/mental\\_health/world-mental-health-day/2018/es/](https://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2018/es/)
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Desarrollo de la Adolescencia. Salud mental del adolescente*. Obtenido de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Palomera, Raquel. (2017). Psicología Positiva En La Escuela: Un Cambio Con Raíces Profundas, *Papeles del Psicólogo*, 38(1), pp. 66-71. Obtenido de: <https://doi.org/10.23923/pap.psico12017.2823>
- Piedrahita, E., Paz, K. y Romero, A. (2012). Estrategia de intervención para la prevención del suicidio en adolescentes: la escuela como contexto. *Hacia promoc.*

- Salud*, 17 (2), pp.136-148. Obtenido de:  
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772012000200010&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-75772012000200010&script=sci_abstract&tlng=es)
- Poza, B., Cantero, P. y Bermejo, N. (2013). Tratamiento y diagnóstico precoz en jóvenes y adolescentes con problemas de salud mental: una visión desde la terapia ocupacional. *Revista electrónica de terapia ocupacional*, 18. Obtenido de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4507788>
- Rúa, L. (2003). Acciones de Promoción y Prevención en salud mental: una experiencia desde el Plan de Atención Básico en Bogotá 2002-2003. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 32(1), 37s-47s. Obtenido de  
<http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v32s1/v32s1a05.pdf>
- Sabariego, P., Vilá, R. y Sandin, M. (2014). El análisis cualitativo de datos con ATLAS.ti. *REIRE*, 7(2), pp, 119-133. Obtenido de:  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4990059>
- Seligman, P., Ernst, R., Gillham, J., Reivich, K. y Linkins, M. (2009). Positive education: positive psychology and classroom interventions. *Oxford Review of Education*.
- Teixeira, L. (2020). Mental Health Needs of Adolescents and the Nursing Cares: Integrative Review. *Texto & contexto- Enfermagem*, 29. Obtenido de:  
<https://dx.doi.org/10.14349/rlp.2020.v52.7>
- Tobón, F. (2013). Características del estado de salud mental de jóvenes en condiciones vulnerables. *Revista Cubana de Salud Pública*, 39(3), pp. 462-473. Obtenido de:

[http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-34662013000300005](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662013000300005)

Urquijo, S. (1997). *Adolescencia y Teorías del Aprendizaje*. Obtenido de:

<https://www.aacademica.org/sebastian.urquijo/57.pdf>

### **Anexos**

Anexo A. Audio en Podcast.

<https://soundcloud.com/ramon-alberto-osorio/estrategias-de-promocion-y-prevencion-de-salud-mental-en-adolescentes-en-latinoamerica>