

Dale Start a la Vida, fundamentaciones teóricas y metodológicas del programa de Salud mental en el Politécnico Grancolombiano

Daysi Katherine Villalobos Quintero., Diana Marcela Cárdenas Rodríguez., Ingrid Liliana Jauregui Rodríguez., María Isabel Osorio López., Viviana Colorado Hernández.

Estudiantes Práctica I. Programa de estudio en psicología. Politécnico Grancolombiano

Juanita del Pilar Bejarano

Resumen

Este proyecto surge de la necesidad de evidenciar la participación de la comunidad educativa del Politécnico Grancolombiano en cada escenario de promoción de la salud mental del programa Dale start a la vida, para dar cumplimiento al objetivo de la investigación propuesto: “Analizar las zonas de escucha realizadas en el primer y segundo semestre del 2021, con el fin de identificar las temáticas, objetivos y metodología abordados en el programa de prevención de la enfermedad mental y la promoción de la salud”. Para dar respuesta a la problemática planteada se desarrolló una investigación mixta de tipo descriptivo, a través de la consolidación de la información recopilada de las zonas de escucha y posteriormente se evaluó la percepción de los usuarios mediante formulario digital, obteniendo como resultado que en el año 2021, las zonas de escucha cumplieron con los objetivos propuestos e hicieron parte del programa de la promoción y prevención de salud mental en la comunidad educativa del politécnico grancolombiano. Lo anterior permitió dar cumplimiento al objetivo descrito mediante el desarrollo de la estrategia que fue empleada por los estudiantes para lograr el aprendizaje significativo en la comunidad educativa enmarcada desde el ámbito de la educación para la salud.

Palabras clave: educación en salud, salud mental, promoción de la salud y prevención de la enfermedad, atención primaria en salud, universidades saludables.

Introducción

El alcance de la prevención en salud mental dentro de los contextos académicos, tienen como propósito la participación de todas las partes interesadas alrededor de su entorno y permite la extensión al trabajo colaborativo de aquellos cuya responsabilidad es promover el bienestar de los usuarios. Por ello, se han desarrollado diferentes programas y campañas para la construcción de niveles óptimos de calidad de vida en la comunidad y por ende se ha desarrollado el concepto de Universidades Saludables. En Colombia, desde el año 2010 se creó la Red Colombiana de Instituciones de Educación Superior y Universidades Promotoras de Salud (REDCUPS), cuyo propósito es la consolidación de alianzas estratégicas entre Universidades, con el fin de mejorar de manera pertinente las condiciones para la salud.

Aunque el POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO, no forma parte de REDCUPS, cuenta con el programa DALE START A LA VIDA, como un referente para trabajar la salud mental de la comunidad, el cual, ha sido una oportunidad para plantear estrategias que promuevan los factores protectores y mitiguen los factores de riesgo. Este programa ha sido evaluado en su primera fase lo que ha permitido hacer los ajustes correspondientes para ofrecer un programa de calidad. En este orden de ideas los cambios se han orientado hacia el mejoramiento de las estrategias de educación para la salud, sin embargo, dada la trayectoria del programa se requiere conocer su fundamentación teórica y metodológica para así sustentar las decisiones y las acciones que permitan consolidar la información que

contribuya a su vez a la formulación de una política en salud mental para el Politécnico Grancolombiano.

Dado que, la OMS, define la Educación para la Salud, como “la disciplina que se ocupa de organizar, orientar e iniciar los procesos que han de promover experiencias educativas, capaces de influir favorablemente en los conocimientos, actitudes y prácticas del individuo, y de la comunidad con respecto a su salud” y su objetivo primario responde a la transmisión de conocimientos que motivan y potencian el saber y el saber hacer y el desarrollo de conductas orientadas a la conservación de la salud del individuo, la familia y la comunidad para lograr estilos de vida saludables (Brito et al., 2012). Se convierte en un reto para la institución del Politécnico Grancolombiano lograr la participación activa de la acción comunitaria y, por ende, se torna necesario primero iniciar con la identificación de las diferentes zonas de escucha que se han abordado, que permean la promoción de la salud dentro de un contexto comunitario.

Pregunta problema

¿Cuáles han sido las temáticas, los objetivos y la metodología abordada durante el primer y segundo semestre de 2021 en el programa Dale Start a la vida programa de prevención de la enfermedad mental y la promoción de la salud?

Objetivo general

Analizar las zonas de escucha realizadas en el primer y segundo semestre del 2021, del programa “dale start a la vida”, con el fin de identificar las temáticas, objetivos y metodología abordados en el programa de prevención de la enfermedad mental y la promoción de la salud.

Objetivos específicos

Describir las características de la metodología implementada en las zonas de escucha, a fin de identificar el cumplimiento de los parámetros enmarcados en educación para la salud.

Analizar si los objetivos propuestos en cada zona de escucha están relacionados con la temática planteada.

Conocer cuál es la percepción que tienen los usuarios del programa Dale Start a la vida frente a la metodología y temática propuesta.

Justificación.

Este trabajo nace de la necesidad de conocer si las metodologías propuestas durante las zonas de escucha del canal Dale Start a la Vida del Politécnico Grancolombiano cumplen con el objetivo primario de promover la salud mental, a través de este programa que, se plantea con unas características específicas atendiendo al aprendizaje significativo, a los planteamientos de la educación en salud y que se brinda desde un espacio académico para la comunidad educativa de la institución. De acuerdo a la evaluación de programas, también se plantea la necesidad de indagar cuáles han sido las perspectivas por parte de los participantes de las zonas de escucha, con el fin de articular de manera adecuada la información obtenida a través de los análisis propuestos y así mismo poder brindar alternativas de solución y ajuste en la realización de las mismas, para proponer recomendaciones que puedan ampliar la consecución de objetivos, buscando alcanzar desde las temáticas ofrecidas una integración sólida de la Atención Primaria en Salud (APS) y las comunidades, mejorando las experiencias y afianzando el recurso de ofrecer prácticas saludables en el ámbito de la salud mental.

El ministerio de salud [Minsalud]. busca promover estrategias de cuidado a través de las APS para sí mismo, para los cercanos, para los lejanos y los extraños. Por este motivo se hace necesario crear estrategias que permitan un mayor alcance a la hora de promover zonas de escucha que ayuden a fortalecer y mejorar la salud mental de los individuos,

teniendo como base la socialización de temas que pueden ser de interés, desde diferentes enfoques ya sean personales, académicos, familiares y/o sociales, pero que a través de estos promuevan un mayor bienestar.

La Promoción de la Salud, se centra en la generación de entornos saludables, los cuales se han tenido en cuenta como escenarios comunitarios o locales donde deben existir oportunidades y condiciones para el desarrollo tanto individual como colectivo, mejorar la calidad de vida y estado de salud, permitiéndole a las personas adquirir hábitos saludables para afrontar los problemas relacionados con los estilos de vida, incentivando, por ejemplo, la práctica de la actividad física, la alimentación saludable y la sana recreación. Ministerio de salud, gobierno de Chile, (MINSALUD, s.f.).

Por esta razón se afianza la necesidad de mejorar espacios ofrecidos desde la academia a diferentes comunidades, brindando estrategias que permitan una sana adherencia a partir de la salud mental a través del programa de Bienestar ofrecido por el Politécnico Grancolombiano.

Universidades promotoras de salud y aprendizaje significativo

La salud mental juega un papel importante en el desarrollo del ser humano, afectando su manera de pensar y sentir, para ello es importante la implementación de programas que permitan trabajar desde la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, logrando un bienestar emocional a todos aquellos que hacen parte de los mismos. El politécnico Grancolombiano con el fin de aportar herramientas para la educación en salud, cuenta con el programa “Dale start a la vida”, a través del cual se promueven espacios en

los que se permite reconocer las necesidades emocionales y obtener las herramientas necesarias para su regulación.

En el año 2021, el Ministerio de Educación Nacional, convocó a las Instituciones de Educación Superior, con el fin de consolidar un banco de prácticas institucionales en favor de la salud mental y de la prevención de factores de riesgo psicosocial, las cuales pueden desencadenar problemáticas en los entornos universitarios. Las experiencias incluidas en este banco de buenas prácticas se encuentran aún en fase de implementación; no obstante, sus resultados arrojan variedad en los métodos de prácticas, metodologías, teorías, conceptos que orientan el objetivo.

Las universidades promotoras en la salud se incorporan en el área laboral y educativa, proporcionando el desarrollo humano y la mejora de la calidad de vida de las personas que allí estudian o trabajan. (Muñoz y Cabieses, 2001).

Los resultados parciales del banco consolidado por Min Educación permiten conocer que las IES en Colombia, desarrollan iniciativas que promueven el bienestar de las comunidades educativas en pro a la salud mental. Cada propuesta, resalta las necesidades internas y externas de la comunidad en los escenarios no sólo académicos sino sociales y culturales, que interfieren en las experiencias de vida de los participantes. Es por ello, que la institución y la comunidad, se encuentran uniendo estrategias para aunar esfuerzos y potencializar las acciones donde se pueden identificar formas de trabajo, participación en actividades, orientar, animar y socializar, optando por el avance de los procesos de fortalecimiento y una conexión permanente.

En el Politécnico Grancolombiano, el programa Dale Star a la vida promueve esta interacción entre los participantes y los escenarios de promoción y prevención en Salud

mental, fortaleciendo los procesos pedagógicos y fundamentales para el reconocimiento de la facultad de psicología como un escenario de vital importancia en el desarrollo de nuevas propuestas que mejoren y coadyuven con el bienestar de la comunidad.

Se pretende que mediante estas iniciativas y metodologías de bienestar, se reconozca la labor de agentes en atención primaria de salud; la cual, de acuerdo con la Organización Mundial de Salud (OMS,2021) “es el enfoque más inclusivo, equitativo, costo eficaz y efectivo para mejorar la salud física y mental de las personas, así como su bienestar social”, Por su parte, el Ministerio de Salud de Chile (MINSAL, s.f) indica que existen tres principios irrenunciables en la atención primaria: atención centrada en la persona, atención integral y continuidad del cuidado.

La atención primaria en salud es atención sanitaria, basada en la práctica, en la evidencia científica y en la metodología y la tecnología socialmente aceptables, accesibles universalmente a los individuos y familias en la comunidad a través de su completa participación (Kiernan,2013).

En Colombia la ley 1438 de 2011 por medio de la cual se reforma el sistema general de seguridad social en salud y se dictan otras disposiciones, en el artículo Primero, publica el objeto de la ley, el cual se basa en el “fortalecimiento del sistema general de seguridad social en salud a través de un modelo de prestación de servicio público en salud que en el marco de la estrategia Atención Primaria en Salud busca la acción coordinada del Estado, las instituciones y la sociedad para el mejoramiento de la salud y la creación de un ambiente sano y saludable, que brinde servicios de mayor calidad, incluyente y equitativo.

Cuando se habla de atención primaria en salud en Colombia, se hace referencia a la estrategia de atención integral contemplando tres componentes que son la acción

intersectorial / transectorial por la salud, la participación social, comunitaria y ciudadana, y los servicios de salud, las cuales se ajustan al contexto político, económico y social del país; centrada en los individuos, las familias y las comunidades; orientadas a establecer condiciones para la atención integral a la salud desde una perspectiva de determinantes sociales y económicos (MINSALUD,s.f)

Lo anterior, requiere de una construcción colectiva en los ambientes sociales y educativos, se distingue a través del concepto de aprendizaje significativo de David Ausubel, pionero de la psicología educativa desde el constructivismo. En sus aportes a la educación menciona: Ausubel menciona:

“Si tuviera que reducir toda la psicología educativa a un solo principio anunciaría este: El factor más importante que influye en el alumno, es lo que el alumno ya sabe. Averíguese esto y enséñese consecuentemente” Lazo (2009), es decir, que es importante la inmersión de nuevos aprendizajes en los conocimientos ya adquiridos, con el fin de generar cambios cognitivos estables, abordando todos y cada uno de los elementos, factores, condiciones y tipos que garantizan la adquisición, la asimilación y la retención del nuevo contenido en los individuos.

La literatura ha mostrado la importancia de considerar la historia de la persona como parte de considerar que cada uno tiene estrategias que han ido integrando y han logrado afrontar diversas situaciones a partir de sus experiencias. Por lo tanto, se debe reconocer qué ha hecho cada uno, de qué manera comprenden los diferentes conceptos propuestos en las intervenciones, de manera que la persona pueda considerar las múltiples opciones y contrastarlas con su propia perspectiva de vida (Hernández-Díaz, Paredes-Carbonell, Marin-Torrens, 2013, Riquelme-Pérez, 2012).

Metodología

Para llevar a cabo la solución al problema planteado, y llegar a los objetivos propuestos se aborda un estudio mixto de tipo descriptivo, que permite obtener varias fuentes de datos cuantitativos y cualitativos en un único proyecto, complementando palabras y datos estadísticos (Lorenzini,2017).

Para lograr los resultados se procedió a la revisión de los documentos que fueron desarrollados por los practicantes durante el año 2021, en específico las planeaciones de cada zona de escucha. Al respecto se entendió el proceso de revisión documental como la consolidación de la información bajo una búsqueda sistemática que permita compilar la información bajo las categorías de análisis que se describen a continuación:

Metodología: Se comprendió como la estrategia que utilizaron los estudiantes para que las personas lograran consolidar el aprendizaje propuesto en los objetivos enmarcados en educación para la salud.

Se realizó la encuesta por medio de Formulario Forms digital, el cual fue difundido a diferentes contactos y de manera masiva a través de canales de comunicación como: Teams, WhatsApp.

Metodología: Se comprendió como la estrategia que utilizaron los estudiantes para que las personas lograran consolidar el aprendizaje propuesto en los objetivos enmarcados en educación para la salud.

Para analizar si los objetivos propuestos en cada zona de escucha están relacionados con la temática planteada, se tuvieron en cuenta:

Objetivos: Hace referencia a la meta que buscaban los practicantes para fomentar la educación en salud mental y que se correspondía con una temática específica.

Temática: Se comprende el tema a trabajar en las zonas de escucha que se relacionan con las líneas de trabajo de estas.

Por último, con el fin de lograr la consecución del tercer objetivo que se refiere a: Conocer cuál es la percepción que tienen los usuarios del programa Dale Start a la vida, frente a la metodología y temática propuesta, se concretó una encuesta que pretendió ahondar sobre la metodología abordada, la participación de los usuarios y la opinión general frente las zonas de escucha.

Procedimiento

Se analizaron las zonas de escucha 2021 del Programa Dale Start a la vida de la Institución Politécnico Gracolombiano, con el fin de identificar las temáticas, objetivos y metodología abordados en el programa de prevención de la enfermedad mental y la promoción de la salud.

Se estructuró una matriz, en la que se ubicó en cada columna información relacionada con, la fecha, el nombre, la temática, el objetivo, la metodología que contempla dos criterios, (participación activa de los usuarios y preguntas relacionadas con las experiencias de los usuarios frente al tema), número de participantes y las referencias que se tuvieron en cuenta en el diseño de cada uno de los espacios (ver anexo 1, Matriz).

Para analizar el cumplimiento de los objetivos propuestos relacionados con la temática planteada en la ejecución de las zonas de escucha, se agruparon en una columna los términos que reflejan el cumplimiento de los objetivos de cada temática, además de encasillar los temas mayormente abordados durante las mismas para su respectivo análisis conforme a los parámetros enmarcados en educación para la salud.

La encuesta efectuada a través de la aplicación Google forms, contiene 10 preguntas dirigidas a estudiantes, egresados y participantes de las ZE, esta, pretende recabar información sobre la percepción que tienen los usuarios del programa Dale Start a la vida frente a la metodología y temática propuesta. Los factores de inclusión que se tuvieron en cuenta para el diligenciamiento de la encuesta fueron tener en cuenta sólo a aquellos que han asistido a las zonas de escucha durante el 2021, ya que son quienes directamente han tenido un acercamiento con el programa. (Ver anexo 2, encuesta).

Universidades promotoras de salud

Universidades como la UCEVA (Unidad central del valle del cauca), presentan la influencia de sus contextos históricos ante las necesidades de su comunidad, mediante la creación del proyecto titulado “Resiliencia en estudiantes víctimas del conflicto armado”, como una preocupación por la salud mental de sus estudiantes, ya que se ha evidenciado afectación psicológica, relacionadas con el conflicto armado y el impacto que ha tenido en la población, y la prevalencias de síntomas del trastorno de estrés postraumático (TEPT), ansiedad y estrés, todo ello relacionado con la exposición al trauma subyacente, y traumas propios de los diferentes tipos de violencia que han dejado los movimientos sociales, las guerras entre guerrilleros, paramilitares, grupos al margen de la ley, narcotraficantes y las fuerzas del Estado, ejército, policía, armada y fuerza aérea, quedando en medio comunidades de campesinos, indígenas, afrodescendientes y grupos minoritarios, entre ellos estudiantes de esta universidad, los cuales de alguna manera han sido víctimas de la violencia.

Por otro lado, la Universidad Nacional de Colombia, tiene un programa de bienestar llamado UNAL promotora de salud, donde trabajan a través de esta: promoción de la salud

mental, consumos nocivos, construcción participativa de la política institucional de universidad promotora de salud. La Universidad Nacional de Colombia, a través de este programa de bienestar tiene como objetivo “Favorecer la articulación de instancias que pueden aportar al mejoramiento permanente de las condiciones de salud de los miembros de la comunidad universitaria de la Universidad Nacional de Colombia, y su fortalecimiento como una universidad promotora de salud.” UNAL. Dentro del material de consulta se puede evidenciar: promoción de la salud, habilidades para la vida (donde tratan temas como: habilidades para la vida, aprendiendo a tomar decisiones, aprendiendo a manejar el estrés, aprendiendo a ser empáticos, entre otros), actividad física, alimentación saludable, salud ambiental, acompañamiento procesos de cambio.

La Universidad Cooperativa de Colombia en su programa de bienestar cuenta con un programa de promoción de la salud, donde trabajan desde el programa de cuidado y salud física (primeros auxilios, medicina general, atención psicológica) y un programa de prevención donde abarcan la salud física y psicoemocional de los estudiantes, la UCC tiene como objetivo “Desarrollar habilidades para la vida en el campo de la salud física y psicoemocional de los miembros de la comunidad universitaria por medio de programas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.”

La universidad de Caldas en su programa de bienestar universitario tiene como objetivo “Promover procesos que contribuyan al desarrollo integral del ser humano, al fortalecimiento de sus potencialidades y capacidades, a su bien-estar y al mejoramiento de su calidad de vida en el entorno físico, ambiental y social.” A través de este programa cuentan con ruta de atención para víctimas de violencia basadas en género, bienestar en casa y actividades de bienestar universitario como: expresiones culturales y artísticas,

fomento de la actividad física, el deporte y la recreación, entre otros. Universidad de Caldas, (sf)

El programa de bienestar universitario de la universidad Jorge Tadeo Lozano busca promover el bienestar y el equilibrio entre la salud mental y física, promoviendo espacios de conversatorios con el fin de sensibilizar a los estudiantes, “realizó en alianza con Psi Colombia el **Primer Foro de Salud Mental** que reunió a diferentes profesionales del campo, “**El poder transformador del manejo del control de las emociones en el contexto del aula**”,” UTADEO, (sf). Así mismo trabaja desde “el laboratorio del ser” actividades artísticas que promuevan la experimentación y expresión de emociones, igualmente cuenta con “espacios de escucha permanente” a través de canales de comunicación y así mismo un espacio radial que permite la participación, está es realizada de forma semanal y aborda temas relacionados con la salud mental, el espacio es brindado para la comunidad educativa.

En la Fundación Konrad Lorenz, universidad con acreditación institucional de Alta calidad, cuenta con su departamento de Promoción y Prevención de salud mental, su centro de psicología Clínica, donde se evidencia sus diferentes servicios, talleres, convenios, canales, y todo lo que implementan para ofrecer a sus estudiantes profesionales en formación un aprendizaje continuo, seguro, y de alta calidad, basado en la investigación. su misión: “Ofrecer servicios psicológicos que contribuyan a mejorar la calidad de vida de la población interna (estudiantes y personal tanto de la Fundación Universitaria Konrad Lorenz como del Centro de Psicología Clínica) y externa en consecuencia de una atención pertinente y de calidad, garantizando la formación de competencias y habilidades de los

practicantes del programa de psicología de pregrado y posgrado, bajo el marco de relación de docencia -servicio”.

La Universidad Santo Tomás, en su departamento de Promoción y Bienestar institucional, tiene como objetivo “brindar a la comunidad universitaria acciones diferentes a las convencionales con el propósito de promover, la salud, autocuidado y calidad de vida; potenciando las dimensiones social, física y mental a través de espacios formativos, participativos y de comunicación.” a través de este cuentan con servicios de acompañamientos psicológico, presentan talleres de formación, tips saludables, auxilios socioeconómicos entre otros.

La universidad del Valle cuenta con el programa VBU (Vicerrectoría de Bienestar Universitario) donde cuentan con el programa de promoción y prevención de la salud mental, a través de servicios psicológicos se dirigen a los estudiantes que se encuentren activos académicamente, este servicio es prestado a través de consultas psicológicas, así mismo prestan servicio médico estudiantil, desarrollo humano y promoción socioeconómica, restaurante universitario, entre otros.

En la Universidad Católica Luis Amigó, el centro de Bienestar Institucional cuenta con diferentes categorías, en las Áreas de: Deporte, cultura, salud física y mental, pastoral, teniendo en cuenta que en el ámbito de la salud mental tiene como objetivo “contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de la población universitaria”. y que cuenta con dos pilares interesantes e importantes para la salud mental los cuales son: Atención psicológica, donde brindan acompañamiento a través de asesoría psicológica y Talleres reflexivos donde abordan temas sobre relaciones familiares conflictivas, maternidad, paternidad adolescente, duelos entre otras.

La universidad Libre de Colombia cuenta con Bienestar Institucional en el área de desarrollo humano con un amplio servicio en la salud mental, cuentan con un Protocolo: “VIOLENCIAS DE GÉNERO Y VIOLENCIAS SEXUALES, por la cual se expide el protocolo y se establecen las rutas de atención, para prevención, detección, atención y seguimiento de casos de violencias de género y violencias sexuales en la universidad libre, sistema de permanencia, grupos y talleres culturales. y tiene como Misión “el desarrollo de los procesos formativos y el complemento de los cognitivos buscando el desarrollo integral del ser humano, el respeto de su personalidad y la búsqueda de sentimientos de pertenencia hacia la Institución”.

healthy universities: an example of a whole-system health-promoting setting, en este estudio se realiza la importancia de los entornos saludables en los espacios universitarios, este estudio explora cómo se debe practicar el concepto de universidades saludables, para lo cual se tomó como base dos universidades, una de ellas que estaba activa en la red de universidades del Reino Unido y una de ellas no pertenecía a la red de universidades, se encontró una gran diferencia entre estas dos instituciones, ya que la primera reflejaba un compromiso social frente a la salud y bienestar, contando con un conjunto de personas comprometidas en este proceso, entre ellos un coordinador universitario saludable, un trabajador del proyecto y un estudiante en prácticas, los altos mandos reconocieron la importancia de estos espacios en la universidad, en la segunda universidad estos temas de salud y bienestar no eran tenidos en cuenta, su ejercicio se enfoca más en la prevención reactiva que preventiva, realizando actividades carentes de coordinación. (Newton, et al., 2016).

En un estudio de Strengthening Safety Nets: A Comprehensive Approach to Mental Health Promotion and Suicide Prevention for Colleges and Universities (Fortalecimiento de las redes de seguridad: un enfoque integral para la promoción de la salud mental y la prevención del suicidio para colegios y universidades) realizado en la academia nacional de medicina en Estados Unidos, mencionan un aumento en las tasas de suicidio en jóvenes entre los 18 a 25 años, indican acerca del alza en problemas de salud mental como depresión y ansiedad, presentándose casos de estudiantes universitarios durante el año 2019 donde 36% de estudiantes presentaron depresión y un 31% ansiedad, a pesar de esta problemática presentada y teniendo en cuenta lo que implica la salud mental para los estudiantes, lograron evidenciar que solo el 12% de su población estudiantil asisten a los programas de asesoramiento universitario (McPhee, et al., 2021).

Estudio realizado en una universidad urbana del Reino Unido: Healthy Universities: a guiding framework for universities to examine the distinctive health needs of its own student population (Universidades Saludables: un marco guía para que las universidades examinen las necesidades de salud distintivas de su propia población estudiantil), este estudio de tipo cuantitativo enmarcado por un creciente movimiento de universidades saludables, tuvo la iniciativa de examinar los comportamientos de salud dentro de una universidad urbana de Reino Unido, destacando comportamientos que son similares a los promedios nacionales y algunos que no lo son, examinando detenidamente los comportamientos de salud y bienestar de los estudiantes, dentro de los resultados de este estudio se evidencia la importancia de sopesar formas alternativas de involucrar a los estudiantes con servicios de salud apropiados durante todo el año académico en promoción de la salud. (Holt & Powell, 2017)

Estudio en universidades saludables: Healthy universities—time for action: a qualitative research study exploring the potential for a national programme, Tiempo para la acción: un estudio de investigación cualitativa que explora el potencial de un programa nacional. Este estudio se llevó a cabo con el fin de que el programa nacional contribuya a la salud, bienestar y desarrollo sostenible, que concluye con reflexiones y recomendaciones. Al llevar a cabo el desarrollo de dicho estudio los hallazgos que encontraron fueron bien interesantes ya que estos confirman que la educación superior ofrece un potencial significativo para impactar positivamente en la salud y el bienestar de los estudiantes, el personal y las comunidades en general a través de la educación, la investigación, el intercambio de conocimientos y la práctica institucional. (Dooris & Doherty, 2010).

Resultados

Se realizó una matriz de consolidación, compuesta por los datos obtenidos de los documentos propuestos por cada Zona de escucha desarrolladas durante los periodos 20211 y 20212; en el cual, a través del análisis documental se decidió dar respuesta a las siguientes preguntas: ¿Se plantean preguntas relacionadas con la experiencia de los usuarios frente al tema? y ¿se evidencia participación activa de los usuarios?, de lo anterior se obtuvo el siguiente resultado:



De un total de 55 zonas de escucha desarrolladas, se pudo evidenciar que para ambos periodos se contó en su mayoría con la participación de los usuarios, y la estrategia de los estudiantes frente a la promoción de la participación de los mismos, se llevó a cabo mediante preguntas relacionadas con la experiencia de cada uno en relación con la temática propuesta.

Las características que definieron la estrategia utilizada por la planeación en las ZE, para que las personas logaran consolidar el aprendizaje propuesto en los objetivos enmarcados

desde la educación para la salud, fueron: apoyo de herramientas audiovisuales, promoción de la salud mental desde la experiencia subjetiva. Para dar respuesta a las preguntas de los resultados anteriores, se tuvo en cuenta la relación entre las temáticas propuestas con el objetivo de implementación de cada ZE, dando como resultado el criterio de si o no.

A continuación, se presentan los primeros hallazgos obtenidos del análisis documental con base en la información recopilada de las planeaciones de cada zona de escucha del programa Dale Start a la vida. que se llevaron a cabo durante el 2021. En la tabla 1 se mencionan las ZE y la suma de actividades propuestas.

Tabla 1.

Número de temáticas abordadas en las ZE durante el primer y segundo semestre 2021

Zona de escucha	2021-1	2021-2
Expreso mis emociones	10	11
Hábitos de vida saludable	9	15
Charlas sobre la vida	13	14
Adaptación emocional ante la pérdida	13	15
Me cuido y te cuido	9	0

Nota: Datos tomados del cronograma de las zonas de escucha (2021).

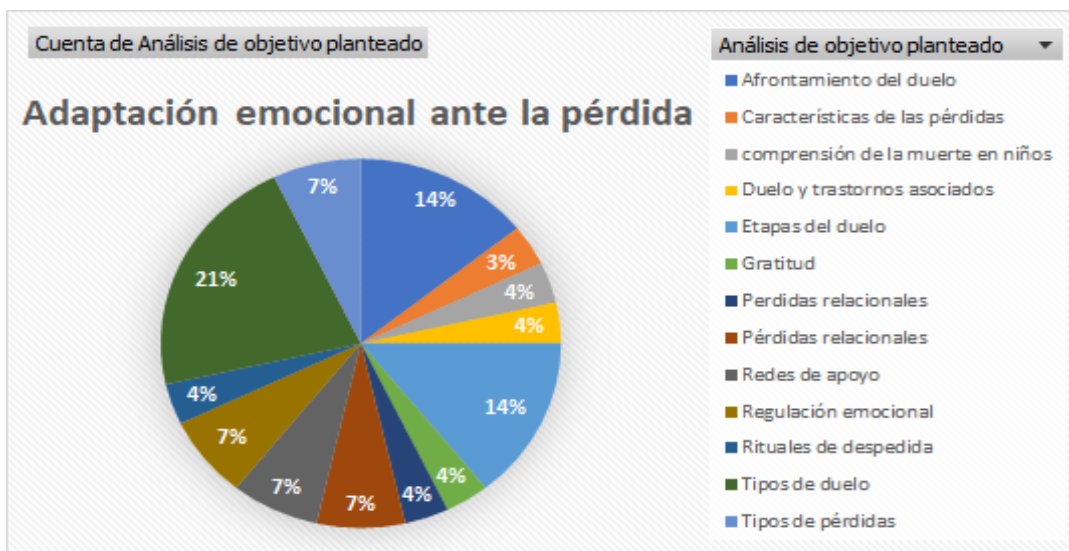
De acuerdo con lo anterior, las temáticas abordadas con mayor frecuencia en el periodo 2021-1 fueron: Charlas sobre la vida y adaptación emocional ante la pérdida, (13), seguidas por expreso mis emociones (10), y la temática me cuido y te cuido (9).

Para el periodo 2021-2 las temáticas abordadas con mayor frecuencia fueron: Hábitos de vida saludable (15) y Adaptación emocional ante la pérdida (15), seguidas por charlas sobre la vida (14) y expreso mis emociones (11).

Con respecto a la matriz (anexo 1) y con el fin de obedecer al objetivo: Describir las características de la metodología implementada en las zonas de escucha, a fin de identificar el cumplimiento de los parámetros enmarcados en educación para la salud, se logró evidenciar lo siguiente:

Gráfico 1

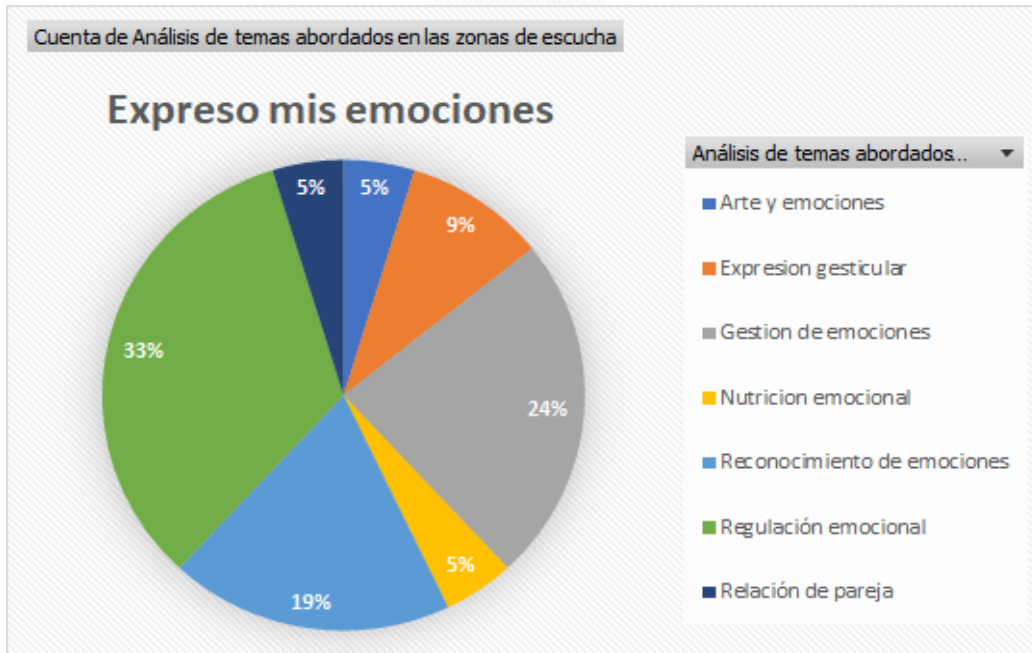
Adaptación emocional ante la pérdida periodo 2021-1 y 2021-2



Los resultados presentan que las temáticas con mayor grado de relevancia en la ZE fueron: tipos de duelo con un (21 %) tipos de pérdidas (14%) etapas del duelo con un (14%).

Gráfico 2

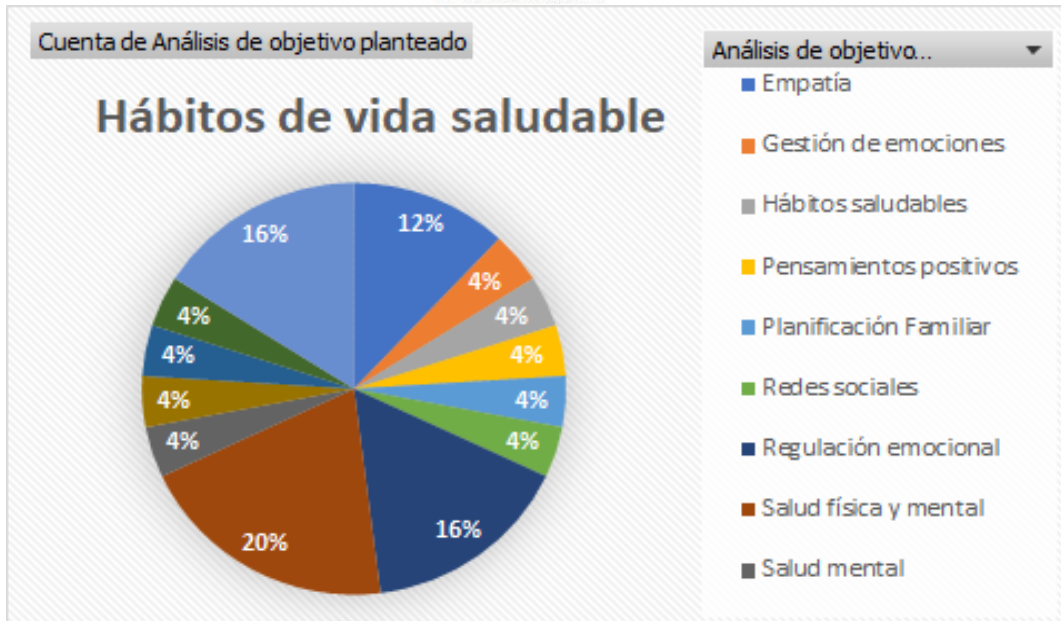
Expreso mis emociones periodo 2021-1 y 2021-2



Para las zonas de escucha de expreso mis emociones durante los periodos 2021-1 y 2021-2 se logró reconocer que el tema mayormente abordado durante ambos periodos es la regulación emocional con un 33 %, siguiendo como segundo tema mayor abordado el reconocimiento de las emociones con un 19%.

Gráfico 3

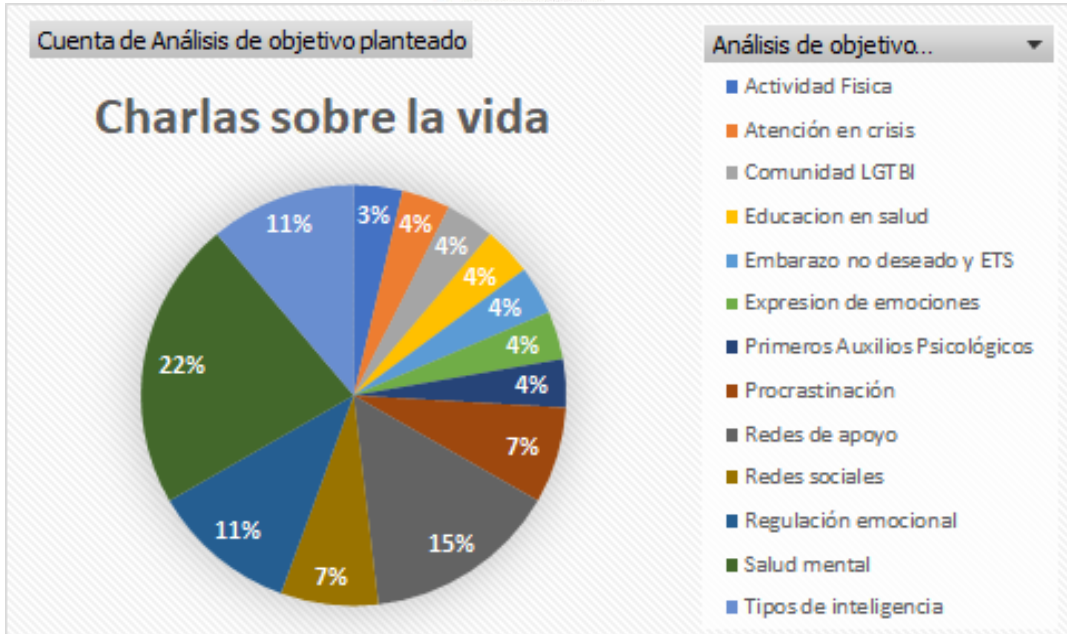
Hábitos de vida saludable periodo 2021-1 y 2021-2



Para las zonas de escucha de hábitos de vida saludable durante los periodos 2021-1 y 2021-2 se logra reconocer que el tema mayormente abordado durante ambos periodos es salud física y mental con un 20%, seguido de regulación emocional y planificación familiar con un 16%

Gráfico 4

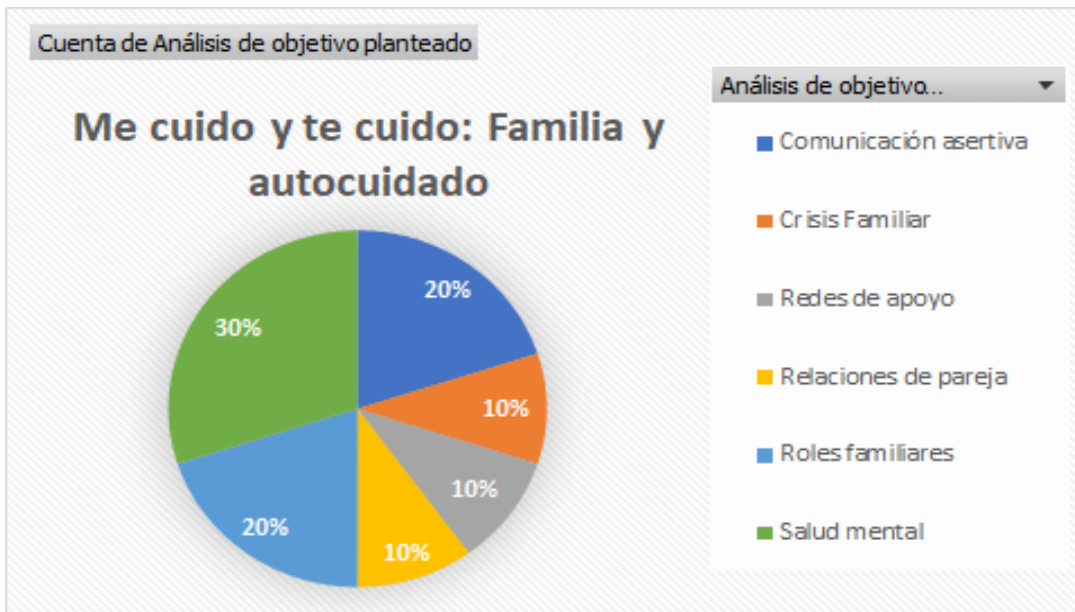
Charlas sobre la vida 2021-1 y 2021-2



Para las zonas de escucha de charlas sobre la vida durante los periodos 2021-1 y 2021-2 se logra resaltar que el tema mayormente abordado durante ambos periodos es salud mental con un 22%, seguido de redes de apoyo con un 15%

Gráfico 5

Me cuido y te cuido: Familia y autocuidado 2021-1



Para las zonas de escucha me cuido y te cuido: familia y autocuidado, durante el periodo 2021, se logró reconocer que el tema más frecuente en este periodo fue salud mental con un 30%, seguido de comunicación asertiva y roles familiares con un 20%. Sin embargo, se debe mencionar que para la zona de escucha del periodo 2021-2 no se logró contar con la evidencia de los formatos de planeación ni actividades realizadas.

Para dar cumplimiento al segundo objetivo de la investigación se llevó a cabo la revisión de la matriz consolidada a partir de la metodología documental propuesta para cada ZE, donde se generó el criterio de la relación entre la temática propuesta y el objetivo definido con el fin de dar cumplimiento a la estrategia del programa Dale start a la vida para la prevención de la salud mental, tomando como base la redacción de los objetivos los cuales discreparon de contenido de cada temática abordada. Se logró probar que el 92,7% si cumplió con el objetivo durante el periodo 2021-1, mientras que el 7,3 % no cumplió con el criterio planteado. Por otro lado, para las ZE del periodo 2021-2, el 91% sí logró cumplir con el carácter, mientras que el 9% no logró cumplirlo.

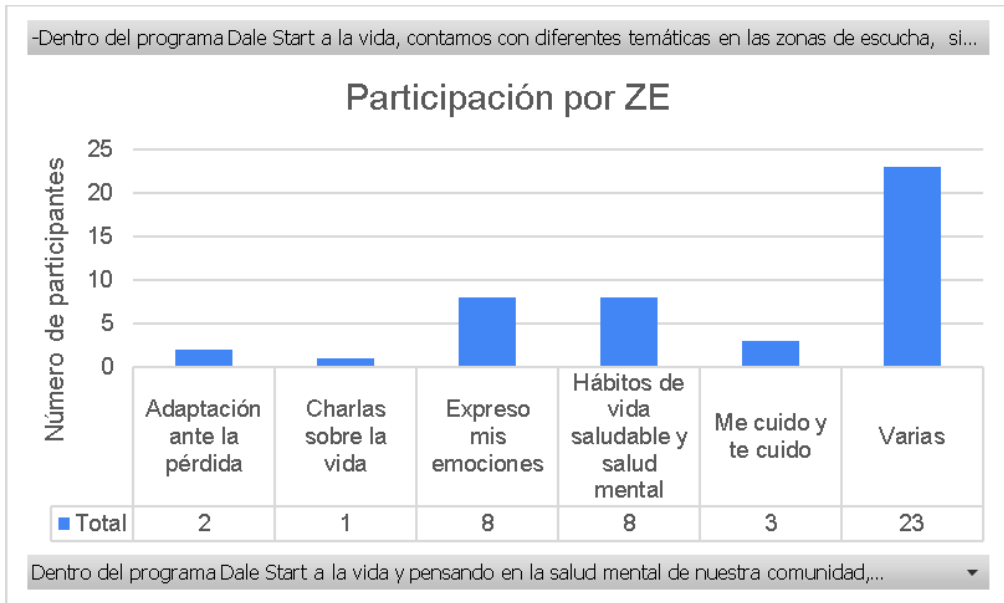
Por último, con el fin de conocer cuál es la percepción que tienen los usuarios del programa Dale Start a la vida frente a la metodología y temática propuesta, se presentan los resultados de la encuesta aplicada a la comunidad del politécnico Grancolombiano, mediante el cual se conoció la percepción que tienen los usuarios del programa Dale Start a la vida frente a la metodología y temática propuesta.

Se realizó la encuesta por medio de Formulario Forms digital, el cual fue difundido a diferentes contactos y de manera masiva a través de canales de comunicación como:

Teams, WhatsApp. de lo anterior se obtuvo una participación de 45 usuarios, de los cuales se pueden analizar los siguientes datos:

Gráfico 6.

Porcentaje de participación por zona de escucha

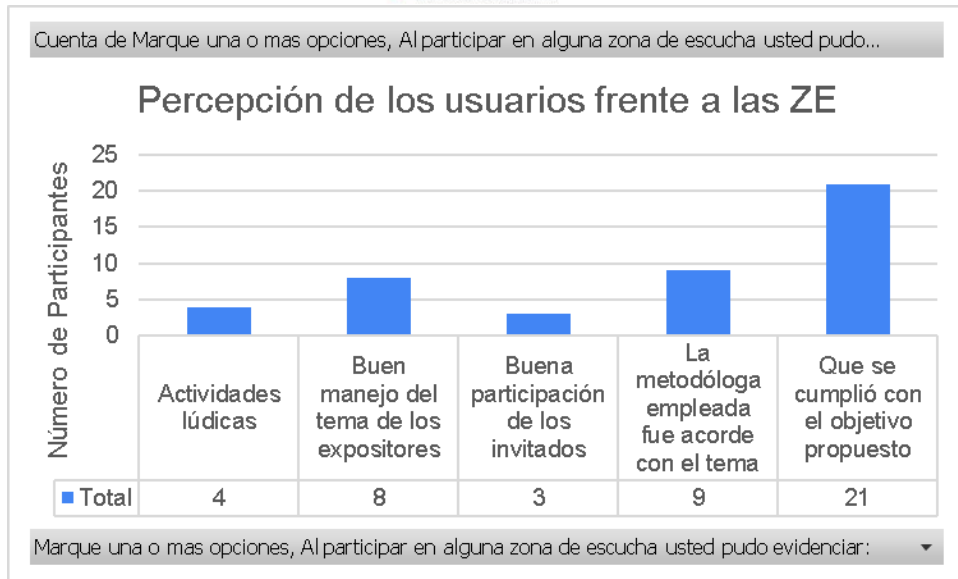


Se puede observar que, los resultados de las 45 personas encuestadas arrojan que 23 de ellas, participaron en más de una ZE, siendo este el ítem que evidencia mayor participación; seguido de Expreso mis emociones y hábitos de vida saludables con el 17% de participación en cada una; con un menor porcentaje de participación los participantes manifiestan que asistieron a las ZE Adaptación ante la pérdida, Charlas sobre la vida y finalmente Me cuido y te cuido.

Gráfico 7

Cumplimiento de desarrollo de las ze

Al participar en alguna zona de escucha, usted pudo evidenciar:

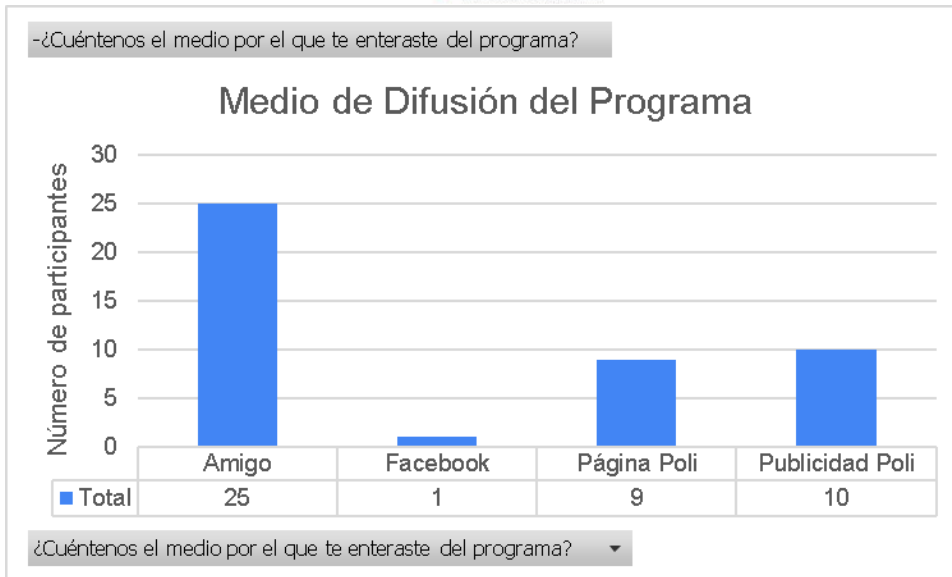


Para dar respuesta a la pregunta “Al participar en alguna ZE, usted pudo evidenciar”, de los 45 usuarios participantes, se obtuvo un resultado de 46.6% encuestados que opinaron que el desarrollo de cada ZE cumplió con el objetivo propuesto, el 20% opinaron que la metodología fue acorde con el tema, el 17.7% opinaron que hubo buen manejo del tema por parte de los expositores y por último se considera que las ZE fueron desarrolladas con actividades lúdicas seguido con buena participación de los invitados. Teniendo en cuenta la opinión de los usuarios, se puede inferir que la participación de los invitados en las ZE tiene un porcentaje mínimo, lo cual nos permite identificar que este criterio no permite ver la percepción de la totalidad del No de participantes, y se evidencia un impacto que nos lleva a tener una observación detallada para proponer acciones de mejora e implementar el fortalecimiento en los espacios de participación.

Gráfico 8

Conocimiento de las zonas de escucha a través de que canal de comunicación

¿Cuéntenos el medio por el que se enteró del programa?



Fuente: Elaboración Propia

Se logró evidenciar que el mayor canal de comunicación para dar a conocer el programa Dale Start a la Vida, fueron a través de la invitación por un amigo.

Frente a la pregunta: ¿Considera que las zonas de escucha enriquecen su salud mental?

Como respuesta a esta pregunta el 100% de los usuarios respondieron al ítem “Sí”, lo cual nos permite reconocer que su percepción, frente al programa Dale Start a la vida mediante las ze, afirman que estos escenarios enriquecen la salud mental de la comunidad del politécnico Gracolombiano.

Mediante la herramienta de Google forms, se pudo evidenciar que los usuarios participantes de la encuesta identifican positivamente las zonas de escucha enriquecen la salud mental en la comunidad educativa; así mismo, se logra identificar que los usuarios perciben que canal Dale Start a la vida, a través de la metodología desarrollada en las zonas de escucha cumplen con los objetivos propuestos para cada una.

Discusión

El llamado del ministerio de salud y la acogida al llamado de las instituciones educativas a la promoción y prevención de salud mental de los estudiantes, deja ver la inminente necesidad de abordar la problemática. Entre abril del 2020 y junio del 2021, se

realizaron cerca de 24.000 interacciones en el marco de la tele orientación en salud mental; se identificó que las principales problemáticas atendidas fueron síntomas de ansiedad, reacciones al estrés, síntomas de depresión y exacerbación de síntomas de trastornos mentales previos Minsal (2021).

Esto sumado al aumento en índices de suicidios y el aumento en el consumo de sustancias psicoactivas son la justificación para que el gobierno y las instituciones educativas se sumen a la implementación de iniciativas que generen estrategias para la promoción y prevención en salud mental. El mensaje es, cómo abordar una problemática: cómo es la salud mental indirectamente, se identifican otras problemáticas que sin duda dejan resultados más nefastos.

El resultado de esta convocatoria, es la sumatoria de buenas prácticas implementadas por instituciones educativas de todo el país, quienes pusieron a disposición sus recursos para contribuir con la promoción y prevención a través de programas o iniciativas como: embajadores de salud mental , primeros auxilios psicológicos, difusión de contenidos mediante redes sociales, programas de bienestar de arte y cultura, jornadas de formación sobre la violencia de género, políticas de salud mental, programas de bienestar estudiantil que promocionan la recreación y el deporte, programas radiales con enfoque en la salud mental, talleres de habilidades cognitivas y emocionales, entre otros, es así como personal educativo y administrativo se vincula al interior de las instituciones y se generan todas esas buenas prácticas que no solo se implementan sino que se evalúan en función del contenido y de la acogida que estas puedan tener entre los estudiantes para así implementar planes de mejora continua y seguir impactando a la comunidad.

Y no solo a la comunidad estudiantil sino a sus familiares y amigos, a manera de expandir y alcanzar un mayor grupo de personas impactadas que finalmente hacen parte del círculo o núcleo social.

Pese a que el Politécnico Grancolombiano no hace parte de REDCUPS si deja en evidencia su alto compromiso con la promoción y prevención de salud mental a través de sus programas desarrollados para el beneficio de la comunidad. Programas como Darle start a la vida, programas radiales y zonas de escucha donde se promueven hábitos saludables, expresión mediante el arte y todas las alternativas posibles que promuevan la inclusión en entornos sociales saludables.

Conclusiones

Los temas abordados con mayor frecuencia durante los periodos 2021-1 y 2021-2 fueron: tipos de duelo, tipos de pérdidas, etapas del duelo, regulación emocional, reconocimiento de las emociones, salud física y mental, planificación familiar, salud mental, redes de apoyo, comunicación asertiva y roles familiares.

Dado el desarrollo del ejercicio aplicado en cada zona de escucha y una vez evaluado su objetivo, se logró identificar con respecto a la metodología aplicada, las siguientes características: a) orientadas al logro de la investigación científica desde el marco de la salud mental en la comunidad educativa del politécnico grancolombiano; b) permiten directa o indirectamente generar una atención primaria en salud, teniendo en cuenta que la clasificación de las temáticas desarrolladas aportaron y siguen aportando a las distintas necesidades de la sociedad actual y de las problemáticas que se convierten en tendencia alrededor de la comunidad educativa, esto es la generación de un contenido que propenda por un aprendizaje significativo a través de charlas informativas, abordando

temas de interés que permitieron llegar a estudiantes y comunidad en general posibilitando el fortalecimiento de sus conocimientos, y a partir de ahí obtener una mayor contribución en el desarrollo de la salud mental de los participantes objetivo.

Teniendo en cuenta que en la revisión documental y el propósito de este trabajo tiene un sustento teórico derivado de los conceptos: Aprendizaje significativo, Universidades saludables y Atención primaria en salud; se puede concluir que el programa Dale Start a la vida respalda su metodología aplicada en función de la materialización de dichos conceptos. Lo anterior teniendo en cuenta que esta estrategia utilizada por los estudiantes desde la planeación hasta la evaluación de las ZE, fueron desarrolladas de acuerdo con las necesidades de la comunidad educativa de tal manera que lograron impactar en la atención primaria en salud mental de los usuarios y lograron fortalecer la iniciativa de la educación para la salud, convirtiendo al politécnico Grancolombiano en universidad saludable como un promotor en la prevención de la salud mental.

Una vez analizados los resultados de ZE desde su ejecución hasta su evaluación se puede concluir que la percepción de los usuarios respecto al programa Dale star a la vida conduce a una favorabilidad en las iniciativas de salud mental a través de las temáticas propuestas e incita al desarrollo de la estrategia enfocada al bienestar de la comunidad del politécnico Grancolombiano.

Recomendaciones

A pesar de que las ZE cuentan con una evidencia documental que contiene la planeación (temática, objetivo), flyer la exposición y la planilla de asistencia, la cual, se consolida en una carpeta digital según la temática; se identificó falta de organización dentro del proceso documental, debido a que su contenido en algunos casos carece de respaldo teórico, información coherente y rigurosidad en su propuesta; por lo cual, se recomienda mejorar el

contenido de la planeación, y demás evidencias de cada ZE, teniendo en cuenta que estas hicieron parte de una iniciativa en pro al bienestar de la comunidad del Politécnico Grancolombiano.

Se recomienda mayor atención en las campañas de promoción para impactar la cobertura total de la comunidad del politécnico Grancolombiano tanto en la virtualidad como en la presencialidad, de tal manera que la intención de generar una universidad saludable en materia de salud mental integre la mayor cantidad de participación de los usuarios.

Referencias

- Díaz Brito, Yoimy, Pérez Rivero, Jorge Luis, Báez Pupo, Francisco, & Conde Martín, Marlene. (2012). Generalidades sobre promoción y educación para la salud. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 28(3), 299-308. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000300009
- Dongo, A (2008). La teoría del aprendizaje de Piaget y sus consecuencias para la praxis educativa. Universidad Estadual Paulista Campus de Marília. Recuperado de: <file:///C:/Users/cocina/Downloads/Dialnet-LaTeoriaDelAprendizajeDePiagetYSusConsecuenciasPar-2747352.pdf>
- Dooris M, Doherty S. Healthy universities--time for action: a qualitative research study exploring the potential for a national programme. *Health Promot Int*. 2010 Mar;25(1):94-106. doi: 10.1093/heapro/daq015. PMID: 20167825.
- Hernández-Díaz, J., Paredes-Carbonell, J. J., & Torrens, R. M. (2014). Cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios. *Atención Primaria*, 46(1), 40-47.
- Holt, M., & Powell, S. (2017). Healthy Universities: a guiding framework for universities to examine the distinctive health needs of its own student population. *Perspectives in Public Health*, 137(1), 53–58. <https://doi.org/10.1177/1757913916659095>
- Konrad Lorenz Fundación Universitaria. (s.f). Centro de psicología clínica. CPC Centro de Psicología Clínica (konrad lorenz.edu.co)
- Lazo Silva, M. (2009). David Ausubel y su aporte a la educación. Universidad Estatal de Milagro. Ciencias de la educación y de la comunicación.

file:///C:/Users/cocina/Downloads/Dialnet-DavidAusubelYSuAporteALaEducacion-5210288.pdf

Ley 1438 de 2011. "por medio de la cual se reforma el sistema general de seguridad social en salud y se dictan otras disposiciones" 19 de enero de 2011 (Colombia)

Lorenzini, Elisiane. (2017). INVESTIGACIÓN DE MÉTODOS MIXTOS EN LAS CIENCIAS DE LA SALUD. *Revista Cuidarte*, 8 (2), 1549-1560.
<https://doi.org/10.15649/cuidarte.v8i2.406>

Kiernan. P (2003). *Perspectivas de Salud*, la revista de la Organización Panamericana de Salud (publicada de 1996 a 2007). <https://www.paho.org/es/quienes-somos/historia-ops/alma-ata-25-anos-despues>

MacPhee, J., K. Modi, S. Gorman, N. Roy, E. Riba, D. Cusumano, J. Dunkle, N. Komrosky, V. Schwartz, D. Eisenberg, M. M. Silverman, S. Pinder-Amaker, K. Booth Watkins, and P. M. Doraiswamy. (2021). Strengthening Safety Nets: A Comprehensive Approach to Mental Health Promotion and Suicide Prevention for Colleges and Universities. *NAM Perspectives. Discussion Paper*, National Academy of Medicine, Washington, DC. <https://doi.org/10.31478/202106b>

Ministerio de Salud [MINSALUD]. (s.f). Modelo integral de atención en salud. Marco estratégico de la Política de atención integral en salud. [PDF]

Ministerio de Salud [MINSALUD]. (s.f). Atención Primaria en salud. Ministerio de salud y protección social. <https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Atencion-primaria-en-salud.aspx>

Ministerio de Salud del gobierno de Chile. [MINSAL AÑO]. Salud mental en la atención primaria de salud: orientaciones. <http://www.bibliotecaminsal.cl/wp/wp-content/uploads/2018/01/016.Salud-Mental.pdf>

Muñoz, M., Cabieses, B., (2001). Universidades y promoción de la salud: ¿cómo alcanzar el punto de encuentro?
<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2008.v24n2/139-146/#ModalArticles>

Newton J, Dooris M, Wills J. Healthy universities: an example of a whole-system health-promoting setting. *Global Health Promotion*. (2016). 23(1):57-65.
doi:10.1177/1757975915601037

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2021, 1 de abril). Atención primaria de salud. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/primary-health-care>

Palmero, R. L. (2004). La teoría del aprendizaje significativo. Centro de Educación a Distancia (C.E.A.D.). Recuperado de: <https://cmc.ihmc.us/Papers/cmc2004-290.pdf>

Riquelme Pérez, M. (2012). Metodología de educación para la salud. *Pediatría Atención Primaria*, 14(Supl. 22), 77-82. <https://dx.doi.org/10.4321/S1139-76322012000200011>

Universidad Cooperativa de Colombia. (s.f). Bienestar Universitario.
<https://www.ucc.edu.co/bienestar-universitario/Paginas/Promocion-de-la-salud.aspx>

Universidad de Bogotá Jorge Tadeo Lozano [UTADEO]. (S.F).
<https://www.utadeo.edu.co/es/noticia/destacadas/bienestar-universitario/72301/bienestar-universitario-promueve-estrategias-de-prevencion-y-promocion-de-la-salud-mental-en-utadeo>

Universidad de Caldas. (s.f). Bienestar Universitario.
<https://www.ucaldas.edu.co/portal/bienestar/>

Universidad del Valle. (s.f). Vicerrectoría de Bienestar Universitario (VBU).
<http://vicebienestar.univalle.edu.co/>

Universidad Libre. (s.f). Acerca de Bienestar Universitario.
<https://www.funlam.edu.co/modules/bienestaruniversitario/category.php?categoryid=14>

Universidad Luis Amigó. (s.f). Bienestar Institucional Áreas deporte, cultura salud y pastoral. Servicio psicológico - Bienestar Universitario -

Universidad Católica Luis Amigó Medellín (funlam.edu.co)

Universidad Santo Tomás. (s.f). Departamento de Promoción y Bienestar Institucional
<https://bienestaruniversitario.usta.edu.co/index.php/areas/area-de-salud-y-desarrollo-humano>

Universidad Nacional de Colombia. (s.f). Universidad Promotora de Salud.
<http://www.bienestar.unal.edu.co/sistema-de-bienestar/universidad-promotora-de-salud/unal-promotora-de-salud/>

Mark Dooris, Sharon Doherty, Universidades saludables: tiempo para la acción: un estudio de investigación cualitativa que explora el potencial de un programa nacional, *Health Promotion International*, Volumen 25, Número 1, marzo de 2010, páginas 94–106, <https://doi.org/10.1093/heapro/daq015> Universidades saludables: tiempo para la acción: un estudio de investigación cualitativa que explora el potencial de un programa nacional | | Internacional de Promoción de la Salud Académico de Oxford (oup.com)