

2022



ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN, PREVENCIÓN Y ATENCIÓN EN SALUD MENTAL ORIENTADAS A LA PERMANECÍA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS (PASPE GESTIÓN EMOCIONAL)

*Zoley Fragozo Torres, Universidad de la Costa, Zfragozo@cuc.edu.co
Evelyn Sanchez Montero, Universidad de la Costa, esanchez12@cuc.edu.co*

Resumen.

La realidad global, nacional y local ha venido exponiendo el impacto significativo en el deterioro de la salud mental en la población en general, por lo que resulta apremiante desde el contexto educativo la ejecución de acciones que favorezcan el bienestar emocional y la calidad de vida de los futuros profesionales. La Universidad de la Costa a partir de las estrategias contempladas en el Programa de Acompañamiento y Seguimiento para la Permanencia y Graduación Estudiantil (PASPE) ha implementado la estrategia PASPE Gestión Emocional, cuyo objetivo es diseñar y ejecutar actividades tendientes a la promoción, prevención, atención en salud mental y educación emocional, a través de capacitaciones, campañas publicitarias, jornadas de salud, deportivas y culturales, jornadas socioafectivas, plan de acompañamiento en fortalecimiento personal, diseño de rutas de atención en salud mental desarrolladas durante todo el año y alianzas estratégicas con el sector público y privado. Igualmente, se han habilitado líneas de atención inmediata para el abordaje de estudiantes en crisis, logrando impactar a más del 40% de la población, disminuyendo el factor de riesgo de desertar por motivos personales e impactando el indicador de permanencia en un 90% de los estudiantes que participan en esta estrategia; así mismo, dicha estrategia se encuentra inmersa dentro del sistema de gestión de la calidad de la Universidad, lo que permite una evaluación continua, que ha mostrado resultados significativos en un 98 % de satisfacción en la percepción de los estudiantes.

Palabras Claves: Salud Mental, Permanencia, Estudiantes Universitarios, Riesgo de Deserción.

1. Introducción

La evolución epistemológica del concepto de salud mental en el transcurso de la historia de la vida humana, ha tenido un avance en el conocimiento de sus limitaciones, manifestaciones y caracterizaciones, lo que permite tener una mirada general de ella y su introducción al contexto de la salud primaria, por consiguiente, la organización mundial de la salud (OMS, 2007, como se citó en Federación Mundial para la Salud Mental, s.f) define la salud como “Un estado de completo bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de afecciones o enfermedades” (p.22); marcando un punto de partida desde un contexto científico y también legal, incentivando la creación de leyes que reconozcan y garanticen, la importancia de la salud mental, visibilizando una condición poco contemplada en el ámbito de la salud. En Colombia, el panorama sobre la prevención, promoción y atención en salud mental ha venido avanzando frente a la importancia de la misma, implementando políticas públicas, teniendo en cuenta que las cifras siguen siendo desalentadoras en cuanto a la

2022



prevalencia de los trastornos mentales, pasando de 9,72% en 1990 de reportes a 10,25% en 2017, en donde aproximadamente 1 de cada 10 personas presenta algún tipo de trastorno mental (Institute for Health Metrics and Evaluation, 2019 como se citó en Consejo Nacional De Política Económica Y Social 3992 [COMPES], 2020, p.18). A partir de esta realidad se ha contemplado el trabajo articulado con el sector educativo, tomando en cuenta que es parte del contexto de desarrollo y socialización del individuo por lo que las Instituciones de Educación Superior tienen un compromiso con el bienestar emocional de sus estudiantes.

En la Universidad de la Costa a través del Programa de Acompañamiento y Seguimiento para la Permanencia y Graduación Estudiantil (PASPE), se busca identificar, analizar y comprender los factores y variables que inciden en la deserción de los estudiantes (Zoley Fragozo y Marla Villarreal 2018), desde su estrategia PASPE Gestión Emocional se ha propuesto el posicionamiento de la salud mental como un compromiso con el autocuidado, diseñando y ejecutando acciones que buscan sensibilizar y empoderar a los estudiantes en relación con su propia salud mental. En la figura No. 1 se resumen las actividades que se realizan desde esta estrategia.

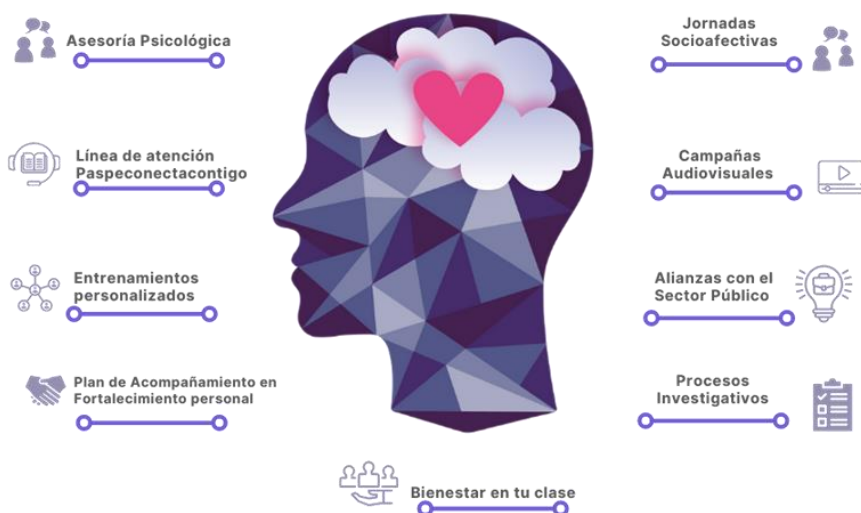


Figura No. 1 Descripción de la estrategia PASPE Gestión Emocional

Fuente: Bienestar Estudiantil, Universidad de la Costa

A continuación, se describe brevemente cada una de las actividades que se referencian en la figura anterior.

Asesorías psicológicas: Es un encuentro individual o grupal donde se abordan temáticas específicas en salud mental que tienen impacto en la vida personal, familiar y social de los estudiantes, planteando herramientas que contribuyan al desarrollo de competencias personales; Modelo De Bienestar de la Corporación Universidad de la Costa Cuc (2020, P. 33)



Bienestar en tu clase: es una actividad que se lleva a cabo en modalidad grupal atendiendo a las necesidades particulares que los docentes identifican con sus grupos de clase.

Entrenamientos Personalizados: Esta actividad surge a partir los principales motivos de consulta de las asesorías psicológicas, en los que se ejecutan intervenciones vivenciales que contribuyen a la construcción de redes de apoyo, promoción de ambientes seguros y estrategias que posibilitan el trabajo colectivo en salud mental. Se aplican evaluaciones pre y post intervención para evaluar el impacto. En la tabla No. 1 se describen los resultados cualitativos de estos.

Tabla No. 1 Descripción de los resultados cualitativos de los Entrenamientos Personalizados en Salud Mental

Eje Temático	Descripción de los resultados a partir de la aplicación del postest
Gestión de las emociones	Entrenamientos: “Orientación al logro”, “Control del estado de ánimo”, “Las emociones y su repercusión en la salud”, “Autocontrol emocional” y “Factores protectores de mi salud mental”. En la evaluación posterior a las intervenciones en contraste con el conocimiento previo, logra evidenciar en los estudiantes cambios favorables en cuanto a la identificación emociones, señales de alerta con relación a los cambios en el estado de ánimo, identificación de herramientas para la consecución de logros, apropiación de conceptos y herramientas relacionadas con la gestión emocional, concluyendo que se lograron resultados eficaces frente a los objetivos propuestos.
Conciencia del presente	Entrenamientos: “Manejo de estrés y ansiedad”, “Aquí y ahora, viviendo el momento presente”. Los resultados de las intervenciones evidencian avances en los participantes en cuanto a identificación de las estrategias orientadas al manejo de la ansiedad, logrando desde la práctica ejecutar las indicaciones de técnicas de respiración y relajación muscular para el manejo de la activación fisiológica de la ansiedad, se evidenció un aumento en la valoración de la satisfacción vital, favoreciendo el bienestar psicológico de los estudiantes, teniendo en cuenta las evaluaciones post intervención.
Autoestima y valoración positiva de sí mismos	Entrenamientos: “Autoestima”, “Fí la ayuda está dentro de ti” y “felicidad y sufrimiento”. Luego de realizar el postest se evidenció un aumento significativo en cuanto a la valoración y confianza en sí mismos, así como también la identificación de las características personales desde una visión más positiva, aplicación de conceptos claves en su vida cotidiana con relación al concepto de felicidad y reconocimiento de factores que favorecen al bienestar físico y psicológico y que les permiten disfrutar más de la vida.
Relaciones de pareja	Entrenamientos: “Comunicación asertiva en las relaciones de pareja” y “Duelo en relaciones de pareja”. Los resultados están orientados a la identificación de tipos de relaciones, reconocimiento de los diferentes estilos de comunicación (agresivo, pasivo y asertivo) para mantener comunicación asertiva con la pareja. También se logra evidenciar que los estudiantes identifican con más claridad las etapas del duelo y logran relacionarlo con las emociones experimentadas en cada una ellas, igualmente comprenden desde la aceptación y compromiso que la forma de asumir las pérdidas incide en su bienestar psicológico.

Fuente: Bienestar Estudiantil, Universidad de la Costa

PASPE Conecta Contigo: Es una línea de atención para intervención en crisis, donde los estudiantes hacen contacto a través de la plataforma Microsoft Teams y son atendidos por un profesional en psicología quien realiza contención y procede a realizar las remisiones correspondientes.



Campañas Audiovisuales: En articulación con el departamento de comunicaciones, y el programa de psicología, se manejan estrategias de promoción, prevención y psicoeducación en las que se publica contenido como infografías, videos, entre otros, a través de las redes de la universidad (Instagram, YouTube, [bluepoint](#), etc) en los que también participan estudiantes en la generación de contenidos.

Jornadas Masivas: Son actividades a gran escala articuladas con las coordinaciones de cultura y deporte para realizar conversatorios, tertulias conformadas por “células juveniles” que trabajan entre pares, ambientes virtuales, entre otros, cuyo objetivo es favorecer la salud mental y reconocimiento de la universidad como un entorno seguro.

Entrenamiento “Tu Vida Es Ahora”, Prevención del Riesgo Suicida en Unicosta (basado y adaptado del modelo Ciprés): Este entrenamiento tiene como propósito la identificación de factores protectores que permitan disminuir el riesgo suicida en los estudiantes que reportan ideas, conductas y/o intentos suicidas en las asesorías psicológicas, son remitidos o voluntariamente deciden participar. Se aplican evaluaciones pre y post intervención para evaluar el impacto. En la tabla No. 2 se describen los resultados cualitativos de estos.

Tabla No. 2 Descripción de los resultados cualitativos del Entrenamiento “tu vida es ahora” Prevención del Riesgo Suicida en Unicosta

“Tu Vida Es Ahora”, Prevención del riesgo suicida en Unicosta (basado y adaptado del modelo Ciprés)	Descripción de los resultados a partir de la aplicación del postest (Escala de Bienestar Psicológico y Riesgo Suicida)
	De acuerdo con la evaluación post intervención se evidencia un significativo aumento en la valoración de sí mismos y cambios en la percepción de su bienestar psicológico. Con respecto a escala de riesgo suicida, en la evaluación post los resultados mostraron niveles inferiores de riesgo dentro de la escala, lo cual logra evidenciar que el riesgo suicida en los estudiantes se mantuvo en el nivel esperado (bajo).

Fuente: Bienestar Estudiantil, Universidad de la Costa

Alianzas Estratégicas: La universidad ha realizado algunas alianzas estratégicas con entidades públicas y privadas que facilitan el acceso a procesos terapéuticos especializados y así facilitar el acceso de los estudiantes al sistema de salud; igualmente, realizando actividades para la promoción de la salud mental y prevención del riesgo suicida (Programa “Vacuna Emocional”)

Plan de Acompañamiento en Fortalecimiento Personal: Es una modalidad de intervención grupal dirigida a estudiantes de primer ingreso quienes durante su entrevista de admisión evidencian dificultades a nivel de seguridad personal, o que requieren apoyo en su proceso de adaptación a la vida universitaria; además se abren inscripciones para aquellos interesados a participar del proceso voluntariamente. El objetivo es fortalecer recursos personales que les permita afrontar situaciones cotidianas y preservar su bienestar psicológico. En la tabla No. 3 se describen los resultados cualitativos de la evaluación post intervención.

Tabla No. 3 Descripción de los resultados cualitativos del Plan de Acompañamiento en fortalecimiento Personal

2022



Ejes temáticos	Descripción de los resultados a partir de la aplicación del postest
Autocuidado (Salud)	A partir de la evaluación post intervención se evidenció comprensión de los componentes trabajados, logrando que los jóvenes se apropiaran de los elementos alrededor del concepto de salud y reflexionaran acerca de la importancia de los cuidados de esta, igualmente, se logró la aprehensión y análisis frente al rol de la familia como factor protector y con respecto a los elementos que forman parte de la consolidación del proyecto de vida, los estudiantes en general conocen el concepto de proyecto de vida, luego de la intervención lograron identificar obstáculos y elementos a favor para la consolidación del mismo. Concluyendo entonces, que los estudiantes avanzaron en el fortalecimiento de recursos personales que les permiten afrontar situaciones cotidianas preservando su bienestar emocional.
Factores protectores (familia)	
Proyecto de vida (personal y profesional)	

Fuente: Bienestar Estudiantil, Universidad de la Costa

Procesos Investigativos: Se adelanta investigaciones que permiten comprender las problemáticas actuales en cuanto a los abordajes en salud mental. Actualmente la universidad se encuentra adelantando el estudio “Factores de Riesgo Psicosociales en Estudiantes Universitarios” cuyo objetivo se centra en la detección de factores de riesgo psicosociales a los que podrían estar expuestos los jóvenes, con el ánimo de intervenir oportunamente con el rediseño de estrategias orientadas a favorecer su salud mental y su permanencia en la institución.

2. Resultados.

La estrategia ha tenido una recepción favorable dentro de la comunidad estudiantil y los resultados en cuanto a cobertura, impacto y permanencia han sido significativos. Ver tabla No. 4

Tabla No.4. Cobertura y permanencia de estudiantes en las actividades de Paspe Gestión Emocional

Actividad de Salud Mental	Cantidad de estudiantes atendidos
Bienestar en tu clase	3802
Asesoría psicológica	1389
Jornadas psicoafectivas	927
Paspe Conecta contigo	101
Entrenamientos personalizados*	72
Plan de acompañamiento en fortalecimiento personal	43
Total, de cobertura	6334*

Fuente: reporte de atención de estudiantes 2021 a 2022-1

Nota: (*): El 90% de los estudiantes que participan en las actividades de PASPE Gestión Emocional, han permanecido en la Institución

3. Conclusiones.

La estrategia PASPE Gestión Emocional ha mostrado significativos resultados en cuanto a los indicadores institucionales de cobertura, impacto y permanencia, sensibilizando y empoderando a los estudiantes frente al cuidado de su salud mental; permitiendo no solo avanzar frente a intervenciones

2022



genéricas, sino que ha ido ampliando la posibilidad de iniciar estudios para identificar factores de riesgo psicosociales, entendidos como aquellos factores internos y externos que determinan cierto grado de afectación sobre el bienestar físico y psicológico del individuo. La identificación de los factores de riesgo en los contextos educativos ha tomado gran importancia debido a que contribuye a conocer la génesis de las problemáticas presentadas en las instituciones y a proponer estrategias que ayuden a mitigar sus consecuencias.

A partir de la realidad institucional, el proceso de caracterización de los estudiantes ha permitido identificar a aquellos jóvenes con discapacidad psicosocial, quienes en algunas oportunidades por recomendaciones, tratamientos e interconsultas especializadas se hacen necesarias algunas hospitalizaciones o atenciones por urgencia psiquiátrica, por lo que requieren suspender su proceso académico hasta lograr su estabilización emocional. Por otra parte, el aumento en las solicitudes y remisiones relacionadas con problemáticas de salud mental ha enfocado la mirada hacia estas, teniendo en cuenta que a partir de la revisión de la literatura se evidencia cómo estas inciden de manera directa en el factor personal identificándolo como uno de los principales factores de deserción de los jóvenes. Por ello, la Universidad de la Costa desde la Dirección de Bienestar Estudiantil ha diseñado un instrumento de evaluación de dichos componentes que en la actualidad ya se encuentra validado por expertos en estadística, contenido, lingüística y psicometría y se encuentra en proceso de aplicación entre los estudiantes de primer ingreso con el objetivo de establecer un diagnóstico acerca de los factores psicosociales que pueden estar incidiendo en la permanencia de los jóvenes en la institución y actualizar las actividades que están llevando a cabo, rediseñando protocolos y rutas a partir de los hallazgos y aportar una intervención oportuna y pertinente desde las particularidades de la población. Al respecto, González (2005), Franzante (2008, 2012), Duarte (2008), Morosanu, Handley y O'Donovan (2010), y Donosso y Schiefelbein (2007), citado Yuneysi Peña- Hernández, Noemí Martínez-Sánchez, María de Jesús-Calderías (2019) apuntan a la alta incidencia de los primeros acercamientos al mundo universitario, así como al acompañamiento a los estudiantes durante el ingreso y el primer año.

Existen antecedentes nacionales e internacionales que evidencian una diversidad importante en el abordaje del tema. En países como España, se han realizado estudios clínicos, pero pocos de ellos incluyen el elemento psicosocial, limitándose sobre todo al análisis de datos demográficos, el motivo de consulta y el diagnóstico final de los pacientes (Caballero, Bobes, Vilardaga, & Rejas, 2009; Calsina-Berna, Moreno Millán, González-Barboteo, Solsona Díaz, & Porta Sales, 2011; de Miguel-Álvaro, 2018; Labrador, 2010). Citado por Tatiana Colón Llamas, Andrea Escobar Altare, Andrés Santacoloma Giraldo, Alejandro Granados-García, Socorro Moreno Luna, Luis Manuel Silva Martin en Caracterización psicosocial y de motivos de consulta de la población asistente a 28 Centros de Atención Psicológica Universitarios en Colombia 2019 (P. 3)

Es por ello por lo que resultará enriquecedor tomar en consideración componentes psicosociales de orden personal, familiar, social y académico para lograr mayor impacto desde las intervenciones específicas que se vienen realizando desde PASPE Gestión Emocional que si bien han tenido un impacto relevante frente a la permanencia, también lo ha sido frente a la percepción de los estudiantes (a través de encuestas de satisfacción y aportes a la formación integral) en cuanto a su bienestar emocional y aportarán de manera significativa a mitigar el riesgo de deserción.

2022



Referencias

COMPES 3992 DE 2020 [Consejo Nacional De Política Económica Y Social]. Estrategia para la promoción de la salud mental en Colombia. 14 de abril de 2020.

Federación Mundial para la Salud Mental (s.f). Salud Mental en la atención primaria: mejorando los tratamientos y promoviendo la salud mental. (p.22) <http://www.bibliotecaminsal.cl/wp/wp-content/uploads/2018/01/016.Salud-Mental.pdf>

MODELO DE BIENESTAR DE LA CORPORACIÓN UNIVERSIDAD DE LA COSTA CUC, 30 de noviembre de 2020 P. 33)

Tatiana Colón Llamas, Andrea Escobar Altare, Andrés Santacoloma Giraldo, Alejandro Granados-García, Socorro Moreno Luna, Luis Manuel Silva Martin, “Caracterización psicosocial y de motivos de consulta de la población asistente a 28 Centros de Atención Psicológica Universitarios en Colombia”. 2019)

Yuneysi Peña- Hernández, Noemí Martínez-Sánchez, María de Jesús-Calderius “Apuntes históricos sobre la permanencia estudiantil en el contexto universitario cubano” Vol. 19. Núm.66 Publicada en línea: de enero de 2019 <http://edusol.cug.co.cu>

Zoley Fragozo Torres, Marla Villarreal Jiménez. “Programa De Acompañamiento y Seguimiento Para La Pertenencia Y Graduación Estudiantil, Paspé” 2018 Congresos CLABES. Recuperado a partir de <https://revistas.utp.ac.pa/index.php/clabes/article/view/2026>