2020

Universidad Nacional de Colombia

Vicerrectoría general/Dirección Nacional de Bienestar Universitario

Proyecto 382, Formulación de Políticas para promover una cultura de salud, bienestar y paz en los campus universitarios.

ESTADO DEL ARTE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL, EN ESPACIOS UNIVERSITARIOS

ANDREA DEL PILAR CABRALES ARANGO

2020

Contenido

RESUMEN 6

PALABRAS CLAVE*:* 7

INTRODUCCIÓN 7

I. MARCO NORMATIVO EN SALUD MENTAL 11

Normatividad a nivel Internacional 11

Normatividad en la Región de la Américas 15

Normatividad a nivel nacional 20

Normatividad a nivel departamental 28

Normatividad Universidad Nacional de Colombia 31

Covid-19 y Salud Mental 35

II. METODOLOGÍA PARA LA IDENTIFICACIÓN Y ANALISIS DE INFORMACIÓN SOBRE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN ESPACIOS UNIVERSITARIOS 38

Criterios de selección de las universidades 40

Instrumentos utilizados para recolectar y organizar la información: 43

III. RESULTADOS 47

Experiencias en el Ámbito Universitario Relacionadas con el Tema de Promoción de La Salud Mental 47

HALLAZGOS A NIVEL INTERNACIONAL EUROPA 47

HALLAZGOS EN UNIVERSIDADES DE NORTEAMÉRICA 52

HALLAZGOS EN CENTRO AMERICA 60

HALLAZGOS EN SURAMERICA 63

HALLAZGOS EN COLOMBIA 66

Información estadística de acuerdo a los criterios de categorización de la información 88

EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA 93

IV. CONCLUSIONES 111

REFERENCIAS 115

Anexos 116

Tabla de ilustraciones

Ilustración 1. Construcción de la propuesta de Política Institucional de Salud Mental en la UNAL. 9

Ilustración 2. Elaborar una Política Pública Sana. Fuente: Carta de Ottawa, 1986. ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Ilustración 3. Antecedentes Normativos Salud mental en Colombia. Fuente: Elaboración propia. .....**¡Error! Marcador no definido.**
Ilustración 4. Tomado de Guía para construir estados del arte. Londoño. O. Maldonado. L. Calderón. L. Bogotá. 2004. Fuente: Elaboración propia..... 39
Ilustración 5, Criterios de selección universidades. Fuente: Elaboración propia..... 41
Ilustración 6, Estructura de la búsqueda. Fuente: Elaboración propia 44
Ilustración 7, Como RULER crea el cambio. Fuente centro de inteligencia emocional de Yale. 58
Ilustración 8, Salón de emociones, Dia RULER. Fuente: Tecnológico de Monterrey.... 60
Ilustración 9, Flujograma protocolo de urgencias psicológicas. Fuente: Protocolo de Atención a Personas de la Comunidad Universitaria con Urgencias Psicológicas, Universidad de Costa Rica 61
Ilustración 10, Guía para el manejo adecuado de urgencias psicológicas. Fuente: Oficina de Bienestar y Salud, Universidad de Costa Rica 62
Ilustración 11, Actividades Bienestar con huellas y Zona libre de ansiedad y estrés. Fuente: Campus saludables, Pontificia Universidad Católica de Chile 63
Ilustración 12, Ruta de Prevención de Suicidio. Fuente: Página Web UDEA..... 71
Ilustración 13, Ruta de Prevención de Suicidio. Fuente: Página Web UDEA..... 70
Ilustración 14, Acciones del programa de Bienestar Universitario. Fuente: página Web, Universidad Autónoma de Manizales 73
Ilustración 15, Ruta de Prevención y Atención de la conducta suicida. Fuente: Pagina Web Universidad Autónoma de Manizales..... 74
Ilustración 16, Servicios IPS, universidad del Atlántico. Fuente: página Web, Universidad del Atlántico .....**¡Error! Marcador no definido.**
Ilustración 17, Programa de Salud Mental. Fuente: Universidad del Cauca 80
Ilustración 18, Estrategias del programa de orientación psicosocial. Campañas de sensibilización 81
Ilustración 19, Programas bienestar universitario, Fuente: Página web, Universidad del Norte 82
Ilustración 20, País al que corresponden la Universidades seleccionadas. Fuente: Elaboración propia. 89
Ilustración 21, Ubicación sede Universidad Nacional de Colombia, Fuente: Localización del campus, página oficial Universidad. 93
Ilustración 22, Estructura académico administrativa UNAL. Fuente: pagina unal.edu.co, organigrama nivel Nacional. 94
Ilustración 23, distribución de estudiantes en pregrado por sedes de matrícula, periodo 2019-1. Fuente: pagina UNAL, estadísticas. 95
Ilustración 24-, distribución de estudiantes matriculados en posgrado por sede, periodo 2019-1. Fuente: Pagina UNAL, Estadisticas. 96
Ilustración 25, Atención de urgencias psicológicas. Fuente: presentación división de salud, mesa técnica..... 98
Ilustración 26, Ruta para Atención a Estudiantes. Fuente: Memorias Salud Mental, Facultad de Derecho y Ciencias Sociales 100

Ilustración 27, Inclusiometro. Fuente: Observatorio de Inclusión educativa para personas con Discapacidad. 103
Ilustración 28, Estrategias Pedagógicas Inclusivas. Fuente: Observatorio de Inclusión educativa para Personas con 104
Ilustración 29, Violento metro virtual. Fuente: página Observatorio Asunto de Género UNAl. 105
Ilustración 30. metas Plan Decenal de Salud Pública. Fuente Política Nacional de Salud Mental 2018 ..... **¡Error! Marcador no definido.**

Tabla de figuras

Figura 1. Tipo de Universidad. Fuente: Elaboración propia 89
Figura 2, Estrategias en Salud Mental. Fuente: Elaboración propia. 90
Figura 3, Acciones relacionadas con Salud Mental, Fuente: Elaboración propia. 91
Figura 4, Tipo de Estrategia. Fuente: Elaboración propia. 91
Figura 5. Beneficiarios de las acciones en Salud Mental. Fuente: Elaboración Propia. 92
Figura 6. Responsable de la ejecución al interior de la universidad. Fuente: Elaboración propia. 92

SIGLAS

APS: Atención Primaria en Salud
CONPES: Consejo Nacional de Política Económica y Social
CSU: Consejo Superior Universitario
DD. HH: Derechos Humanos
DNBU: Dirección Nacional de Bienestar Universitario
IES: Institución de Educación Superior
IPARM: Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar
IPS: Institución prestadora de salud
MS: Ministerio de Salud
MIAS: Modelo Integral de Atención en salud
ODS: Orden de Servicios
OMS: Organización Mundial de la Salud
OPS: Organización panamericana de la salud
PAB: Plan de Atención Básica
PAIS: Política de Atención Integral en Salud
PEAMA: Programa Especial de Admisión y Movilidad Académica
PAES: Programa de Admisión Especial
QS: Quacquarelli Symonds
RBC: Rehabilitación Basada en Comunidad
REDCUPS: Red de Universidades Colombianas Promotoras de Salud
RIAS: Rutas Integrales de Atención en salud
SPA: Sustancias Psicoactivas
UNAL: Universidad Nacional de Colombia

RESUMEN

El siguiente estado del arte o estado de la cuestión pretende mostrar los principales resultados obtenidos acerca de la promoción de la salud mental en los espacios universitarios, a partir de una revisión sistemática de las bases de datos de universidades en América del sur y el caribe, catalogadas como las mejores del mundo, por el grupo QS, (Quacquarelli Symonds), quien publica el ranking mundial líder, de las mejores universidades. Igualmente, de acuerdo a este ranking se revisaron algunas universidades de Europa y Estados Unidos, mencionadas como referente en las búsquedas realizadas para un total de 45 universidades entre públicas y privadas. Se destacan dentro de los resultados las estrategias o programas que se desarrollan actualmente o se desarrollaron en dichas universidades, dirigidas principalmente a la comunidad universitaria entendida como docentes, administrativos y estudiantes, sin embargo, se encontraron estrategias dirigidas a la comunidad en general con el fin de promover la salud mental.

Dentro de esta revisión se incluyeron revisiones a las políticas, planes de acción o programas adelantados a nivel internacional y nacional, así como de los territorios en donde hace presencia la Universidad Nacional de Colombia -UNAL, y que son responsabilidad de los entes gubernamentales como las alcaldías, secretarias de gobierno o de salud, así como se incluyeron universidades de estos territorios.

Los resultados dan cuenta de programas o estrategias encaminados a la promoción de la salud mental en los ámbitos universitarios destacándose la necesidad de disminuir el impacto de la vida académica en la salud mental, así mismo el manejo adecuado de emociones, procesos de duelo, rupturas amorosas entre otros temas considerados como factores de riesgo[1] asociados a la salud mental.

Para esta revisión se tuvieron en cuenta criterios de selección que apuntaban a responder la pregunta, ¿promoción de la salud mental en los ámbitos universitarios, que hay?, se realizó una matriz que facilitó la sistematización de estas experiencias, igualmente se elaboró una matriz con el grupo de trabajo del proyecto, que permitió recoger experiencias en todas las sedes relacionadas con la promoción de la salud mental en la Universidad Nacional de Colombia.

[1] Según la OMS, Un factor de riesgo es cualquier rasgo, característica o exposición de un individuo que aumente su probabilidad de sufrir una enfermedad o lesión

PALABRAS CLAVE*:*
Promoción de la salud mental, salud mental, ambientes universitarios, vida universitaria, bienestar estudiantil, promoción de la salud mental en la universidad, Políticas de de salud mental.

INTRODUCCIÓN

Entendemos por Universidad saludable o Universidad promotora de salud, por aquella que se compromete con la creación de un entorno y una cultura que fomente la salud y bienestar integral de los miembros que la componen: estudiantes, académicos y funcionarios que además incorpora la Promoción de la Salud a su proyecto educativo y laboral, con el fin de propiciar el desarrollo humano y mejorar la calidad de vida de quienes allí estudian o trabajan y así actuar como promotores de conductas saludables en sus familias, en sus entornos laborales y en la sociedad en general[2]. Entendiendo al ser humano como sujeto individual y colectivo. Es así como este enfoque da respuesta a las necesidades que se crean a partir de las diferentes situaciones o problemáticas que afectan el bienestar individual y colectivo de los miembros de la comunidad universitaria, especialmente a la población de jóvenes y adultos jóvenes, que en últimas son quienes hacen mayor presencia en los entornos universitarios, sin desconocer por supuesto las problemáticas particulares que también afectan a docentes y administrativos e influyen directamente en el desempeño de sus labores al interior de la Universidad y en su vida social y familiar. Estas problemáticas son de diversa índole y obedecen a diferentes causas y sus manifestaciones se dan en grados distintos y diferenciados, lo cual atenta contra el proyecto de bienestar humano integral en el medio universitario.

Dentro de las problemáticas más detectadas se encuentra un aumento de las adicciones, el cual no es fácil cuantificar dentro de la población estudiantil, afectaciones a la salud mental, como son, conductas de aislamiento, depresión, angustia, estrés, ideación suicida, así como afectaciones en la salud física, sexual, nutricional, oral y formas “abusivas” del uso del espacio común, con el consecuente deterioro del espacio físico y ambiental en algunos campus universitarios, también se presentan diferentes tipos de violencia, como son, violencia física, verbal o psicológica, violencia basada en género, como forma de resolver las diferentes situaciones de conflicto que se presentan al interior de las relaciones interpersonales que se establecen en los entornos universitarios, igualmente la indiferencia e impunidad ante graves situaciones que atentan contra la

[2] Según Red chilena de universidades promotoras de la salud -2010 y según “Guía para universidades saludables” 2012 del MS y REDCUPS.

integridad, la seguridad y los derechos de quienes integran la comunidad universitaria entre otros[3].

Debido a esta diversidad de problemáticas, la salud mental de la comunidad universitaria ha cobrado prioridad y relevancia y se han enfocado acciones de promoción y prevención en salud mental y fomento de entornos universitarios saludables, respondiendo al propósito de universidad promotora de salud, es así como estas acciones han sido lideradas por la unidad de servicios de salud UNISALUD, el Área de salud del sistema de bienestar universitario, División de salud y seguridad en el trabajo, Gestión ambiental, y por medio de las instancias académicas de la Universidad Nacional de Colombia-UNAL, sin embargo estas acciones, las cuales hacen aportes permanentes no solo a la salud mental sino también a la salud física de la comunidad universitaria, no son suficientes y se requiere fortalecerlas, implantarlas en todas las sedes y articularlas entre las diferentes dependencias de la Universidad.

En esta medida se requiere contar con una Política institucional que promueva un entorno saludable y seguro en la comunidad universitaria, mediante el establecimiento de planes, programas y acciones institucionales que contribuyan al aprendizaje, la transformación significativa de la vida y salud de sus integrantes, en pro del desarrollo individual y comunitario, así como de sus funciones misionales. “UNAL: escenario que promueve una cultura de salud, bienestar y paz”.

Esta política y sus acciones deben estar orientadas a identificar condiciones y comportamientos que impliquen riesgo o daño para el ambiente, la propia salud, o la de los demás miembros de la comunidad universitaria; a fomentar prácticas protectoras de la salud en la Universidad Nacional de Colombia, del medio ambiente y de la vida en sus diversas manifestaciones; a contribuir con el rendimiento académico y el desempeño laboral de los integrantes de la comunidad universitaria a través de acciones de fomento, promoción de la salud, autocuidado y estilos de vida saludable, y prevención de la enfermedad; a promover conocimientos, habilidades y destrezas, que contribuyan a fomentar una cultura de vida saludable tanto individualmente, como en el entorno universitario y el medio familiar y social en los que interactúan los miembros de la comunidad universitaria; a fomentar los aprendizajes que favorezcan la protección de la vida y la salud como un derecho fundamental para lograr mejores condiciones de calidad de vida y bienestar de la comunidad universitaria, como bien lo expreso el Banco mundial

[3] Tomado de: situación a transformar proyecto 382, Formulación de Políticas para promover una cultura de salud, bienestar y paz en los campus universitarios

en 1999: “Una mayor educación lleva a mejores resultados en salud y una mejor salud lleva a mejores logros académicos”[4].

Por lo anterior, la Dirección Nacional de Bienestar Universitario- DNBU en el marco Plan Global de Desarrollo 2019-2021, en su programa 9: Comunidad universitaria saludable, incluyente, diversa, dialogante y transformadora, desarrolla el proyecto de inversión 382 de, que tiene como objetivo general, Formular las políticas para promover una universidad saludable que genere una cultura de salud, bienestar y paz en la Universidad Nacional de Colombia y entre sus metas se plantea Formular la política de Promoción de la Salud Mental para la Universidad y desarrollar acciones de capacitación y prevención sobre salud mental en los campus universitarios.

De esta manera la construcción de esta política, como se muestra en la ilustración 1, debe obedecer a un trabajo articulado entre todas las instancias de la Universidad, que vienen adelantando acciones alrededor del tema de promoción de la salud mental, utilizando estrategias de participación comunitaria como lo es la mesa técnica con actores internos y externos expertos en el tema de promoción de la salud mental, las cuales tienen como objetivo discutir y aportar a la construcción conjunta y participativa de la política y grupos focales o mesas de trabajo con la comunidad universitaria para recoger sus aportes relacionados con el tema, así mismo se contara con el presente estado del arte relacionado con la temática de promoción de la salud mental en espacios universitarios, a partir de literatura científica, técnica y gris de orden local, nacional e internacional, el cual permitirá tener una mirada de las acciones que se están o se han ejecutado en temas de promoción de la salud mental en el ámbito universitario, insumo necesario para la formulación de dicha política.

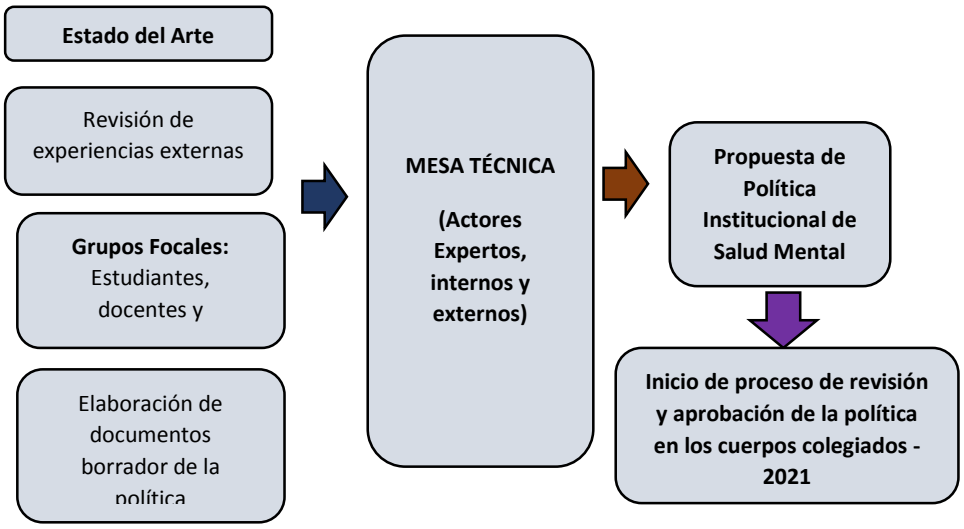


Ilustración 1. Construcción de la propuesta de Política Institucional de Salud Mental en la UNAL.

[4] Tomado de Versión de Impresión del Proyecto 382-FORMULACIÓN DE POLÍTICAS PARA PROMOVER UNA CULTURA DE SALUD, BIENESTAR Y PAZ EN LOS CAMPUS UNIVERSITARIOS.

La elaboración de este estado del arte se enfocó en sistematizar y analizar la información existente en las universidades, relacionada con promoción de la salud mental en la comunidad universitaria y así mismo identificar políticas o planes de acción en este tema, que permitieran comprender la formulación de dichas estrategias, programas, experiencias, entre otros.

Este documento está organizado en cuatro partes:

Una primera parte: hace referencia al marco normativo a nivel internacional, nacional y local en materia de salud mental.
Una segunda parte: Se hace referencia a la metodología implementada para realizar el estado del arte o estado de la cuestión, en donde se realiza una descripción de la metodología empleada para realizar la identificación y análisis de la información, que incluye 2 fases, Fase Heurística y Fase Hermenéutica, criterios de selección y estructura, de la misma.
Una tercera parte: En donde se realiza una descripción detallada de los resultados encontrados en cada una de las universidades seleccionadas, a partir de la revisión y análisis.
Una cuarta parte: de Conclusiones y recomendaciones que nos lleva a destacar lo encontrado y será insumo para la formulación de la política institucional de promoción de la salud mental para la Universidad Nacional de Colombia -UNAL.

I. MARCO NORMATIVO EN SALUD MENTAL

En materia de normativa y Políticas Públicas en salud mental a nivel internacional y nacional se han logrado avances en tanto se ha diseñado una vía hacia el desarrollo social y humano de los países, por medio de la realización de los Derechos Humanos como condición para estructurar sociedades más justas y equitativas. La inclusión de la salud mental dentro de esta normativa y políticas públicas es un elemento fundamental de los beneficios sociales de toda la población, así como elemento clave en la constitución y establecimiento de redes de apoyo con las que se consigue disminuir la discriminación y el empobrecimiento y mejorar el acceso a otros servicios que ayudan en la disminución de la carga de la enfermedad.

En Colombia la generación de políticas públicas, normatividad y reglamentación ubica a la salud como un derecho fundamental y como una herramienta para contribuir al desarrollo social y humano del país. Es así como a través del Ministerio de Salud y Protección Social se realizan avances en lo que se refiere a la construcción de políticas públicas en salud, las cuales apuntan cada vez más a la generación de condiciones y oportunidades necesarias para el disfrute de la salud mental. Construcciones que, por supuesto requieren de acciones articuladas entre el Estado, la sociedad civil, las organizaciones no gubernamentales y el papel activo de todos los individuos en pro de mejoras tanto en la salud física como en la salud mental de todos los colombianos.

Normatividad a nivel Internacional

A nivel internacional es necesario resaltar la importancia de los Derechos Humanos en la formulación de políticas e instrumentos jurídicos para procurar el bienestar mental de las comunidades. Es así como a partir de la segunda guerra mundial y las afectaciones que se dieron a nivel político, económico y social se dio paso a una transformación histórica y jurídica que generó el surgimiento de los Derechos Humanos como elemento fundamental en las decisiones de política de estados.

El impacto en la salud física y mental tanto de las víctimas como de la población en general evidencio la relación estrecha entre Derechos Humanos y salud mental, de esta manera la paz deja de ser entendida como ausencia de guerra para convertirse en la realización, garantía y disfrute de los Derechos Humanos y posiciona a los individuos como sujetos de derechos permitiendo el logro de niveles elevados de bienestar mental.

En este sentido la emergencia de instrumentos jurídicos e instancias orientadoras de política se establecen como antecedentes normativos de la salud mental, empezando por la Carta de las Naciones Unidas en 1945, Pasando por la Declaración Universal de

los Derechos Humanos en 1948, el Plan decenal para las Américas en 1972-1982, La Declaración de Alma Ata en 1978, la Convención sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer en 1979, hasta la Convención Internacional de los derechos del Niño en 1989, entre otras, que si bien no desarrollan específicamente el derecho a la salud mental son un marco de referencia para la explicación e interpretación de la realidad social que facilita el descubrimiento de los determinantes de la salud mental de las comunidades para de esta manera tomar decisiones de política para alcanzar mejores resultados en salud.

En lo que respecta al derecho a la salud mental, la normativa a nivel internacional hace énfasis en la interdependencia e integralidad de los derechos, en donde se destaca el principio de interés superior de los niños, niñas y adolescentes y se brindan orientaciones al sector salud el cual tiene como competencia la formulación de políticas de Promoción, prevención, atención y rehabilitación de la salud mental.

Es así como en 1977 la ***Declaración de Hawái***, establece las guías éticas para los psiquiatras a nivel mundial, y exige el respeto por la dignidad y los derechos de los pacientes con enfermedades mentales y señala la importancia de promover y proteger los Derechos Humanos en Psiquiatría. En 1983 la ***Declaración de Viena,*** actualiza la declaración de Hawái, con el objetivo de evidenciar el impacto de los cambios sociales. En 1986***,*** la ***Declaración de Madrid,*** actualiza las declaraciones anteriores y hace énfasis en la promoción de la justicia social y el respeto a la integridad de los pacientes. En 1990 la ***Declaración de Caracas,*** por medio de la Organización Panamericana de la Salud (OPS), insta a la restructuración de la atención psiquiátrica dentro de los sistemas locales de salud, basada en la protección de la dignidad personal y los derechos humanos de los pacientes. En 2006 la ***Convención sobre los Derechos de las personas con Discapacidad,*** tiene como propósito promover, proteger y asegurar el goce pleno en condiciones de igualdad de todos los Derechos Humanos y libertades fundamentales para las personas con discapacidad y promueve el respeto por su dignidad. En 2010 la ***Conferencia Regional de Salud Mental***, propone la eliminación de manicomios en el continente al 2020.

De esta manera y en procura del derecho a la salud mental, los anteriores instrumentos evidencian la responsabilidad del sector salud en la garantía del mismo, pero también la necesidad de involucrar y articular otros sectores del Estado, actores y organizaciones civiles, sectores gubernamentales y no gubernamentales con el fin de avanzar y evolucionar las políticas públicas de salud mental.

Por otro lado, según la ONU la pobreza y las desigualdades sociales son el problema más grave de Derechos Humanos al que estamos enfrentados a nivel mundial, es así como los derechos humanos y el desarrollo están ligados y no se pueden abordar de manera aislada. (OHCHR, 2006). Bajo este punto de vista en el ámbito internacional

surge el Enfoque de Desarrollo basado en los Derechos Humanos, este enfoque materializa los derechos humanos y mediante su articulación con el enfoque de salud pública permite identificar las realidades sociales y así mismo una manera de intervenir las causas de los problemas en salud mental.

De esta manera además de los instrumentos jurídicos ya señalados, se suman los que respectan a los **Objetivos de Desarrollo del Milenio** de las Naciones Unidas, los cuales orientan el desarrollo con sostenibilidad social a fin de brindar mejores condiciones de vida y salud para todos. **La agenda 20-30** para el desarrollo sostenible, de la ONU 2015, por su parte propone acabar con la pobreza al 2030 y promueve prosperidad económica compartida, el desarrollo social y la protección ambiental para todos los países. Por su lado el objetivo 3 de esta agenda Salud y Bienestar propone *Garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades*, en donde, en lo que respecta a salud mental se evidencia la necesidad de reducir el estigma de los enfermos mentales y ofrecer servicios de salud mental a toda la población. Igualmente tiene que uno de sus objetivos para 2030 es reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar. Por otro lado, según la OMS los determinantes sociales de la salud dan cuenta de las inequidades observadas en los países en relación con la situación sanitaria y son definidos como las condiciones en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan, y se envejecen siendo el resultado de la distribución de la riqueza, el poder y los recursos a nivel mundial, nacional y local lo cual depende también de las políticas formuladas. Por su lado la **Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud,** 2005-2018, red mundial de instancias normativas, investigadores y organizaciones sociales reunidas por la OMS, considera que las inequidades sanitarias son producto de un sistema que actúa a nivel mundial, nacional y local. La situación mundial afecta la forma como prosperan las sociedades afectando las relaciones internacionales y las normas y políticas a nivel nacional. Es así como se configura la forma como se organizan internamente las sociedades favoreciendo la jerarquía social la cual afecta las condiciones de crecimiento, aprendizaje, vida, trabajo y envejecimiento y la vulnerabilidad ante la mala salud y a las consecuencias de las enfermedades. De esta manera la comisión enfoco sus esfuerzos para que los países promuevan la atención y la relación con los determinantes sociales de la salud, así como las "*causas de las causas"* de la mala salud y las desigualdades en los países. Por otro lado, la **Guía sobre servicios y Políticas de salud mental de la OMS 2006**, y el **Informe sobre sistemas de salud mental en América latina y el caribe OPS 2013,** muestra la necesidad de formular políticas de salud mental bajo el enfoque de determinantes sociales de la salud teniendo como referencia la evidencia científica y el entendimiento de las realidades locales. Por su parte la **Declaración de Adelaida** sobre la Salud en todas las políticas, 2010, reitera la necesidad de incluir en la formulación de las políticas la salud y el bienestar como una forma de alcanzar los

objetivos de los gobiernos, teniendo en cuenta que están ligados a la situación económica y social de los países.

Es importante destacar que de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (OMS), la salud mental se define como el **"**estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad". Es así como el Plan **de acción sobre salud mental, Para la Región de las Américas, de la OMS/OPS**, **2015-2020**, tiene como objetivo promover el bienestar mental, prevenir los trastornos mentales y por uso de sustancias, ofrecer atención, intensificar la rehabilitación, enfatizar la recuperación y promover los derechos humanos de las personas con trastornos mentales y por uso de sustancias para reducir la morbilidad, discapacidad y mortalidad. De este plan de acción vale la pena tener en cuenta, las cuatro líneas de acción propuestas, las cuales aportan de manera significativa a la construcción de la política institucional de promoción de la salud mental para la Universidad Nacional de Colombia, ya que contemplan, lo siguiente; **Línea de acción 1**: Liderazgo y gobernanza. **Línea de acción 2:** Servicios de salud mental basados en la comunidad. **Línea de acción 3:** Promoción y prevención, Implementar programas de promoción y prevención en el campo de la salud mental. Implementar programas de prevención del suicidio. **Línea de acción 4**: Sistemas de información, evidencia e investigación, fortalecer los sistemas de información, integrando un conjunto básico de indicadores de salud mental que sean compilados de forma sistemática y notificados anualmente. Igualmente propone cuatro temas transversales para llevar a la práctica acciones de atención e intervención en salud mental como son:

- *Los determinantes de la salud, ambientales, biológicos, socio-económicos, culturales, y los relacionados con el sistema de salud.*
- *Género, desigualdad de género, condiciones de vida y necesidades específicas según el género.*
- *Etnicidad, creencias culturales y religiosas, y diversidad lingüística.*
- *Las intervenciones deben responder a la carga de las enfermedades mentales en el marco de los derechos humanos y el respeto a la dignidad humana.*

Por otro lado, la **Carta de Ottawa para la Promoción de la Salud**, **OMS (1986),** señala que la salud se crea y se vive en el marco de la vida cotidiana, en los centros de enseñanza, de trabajo y de recreo, y que la misma, es el resultado de los cuidados propios y de los que se brindan a los otros, así como de la capacidad de tomar decisiones y de asegurar que la sociedad ofrezca a todos sus miembros la posibilidad de gozar de un adecuado estado de salud. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar transciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario. Otro aporte importante es el de la declaración de ***Alma-Ata, 1978***, ya que menciona que; "La Atención Primaria en Salud (APS), es la asistencia sanitaria esencial basada en métodos y tecnologías prácticos,

científicamente fundados y socialmente aceptables, puesta al alcance de todos los individuos y familias de la comunidad mediante su plena participación". De esta manera la atención primaria en salud hace parte no solo del sistema nacional de salud sino también del desarrollo social y económico global de la comunidad y materializa el primer nivel de contacto de los individuos, la familia y la comunidad con el sistema de salud, acercando la atención de salud al lugar donde habitan y trabajan las personas, y forma parte del primer componente de un proceso permanente de asistencia sanitaria.

Normatividad en la Región de la Américas

La normativa que se presenta a continuación corresponde a la encontrada en los países en donde se encuentran ubicadas las universidades seleccionadas para la revisión de experiencias en promoción de la salud mental en espacios universitarios.

La complejidad de la realidad social, económica, política, medioambiental y cultural de América Latina y el Caribe ha puesto en evidencia la necesidad de contar con instrumentos en materia de normativa que orienten las acciones y el rumbo de la salud mental en la región. En el caso de **Argentina** es importante mencionar que el Ministerio de salud es quien promueve la promulgación de la Ley 26.657 de salud mental que rige a nivel nacional desde el año 2013, teniendo en cuenta normas que le precedieron en provincias y una ley correspondiente a la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. En esta ley se reconocen los derechos de las personas con enfermedades mentales y organiza los principios de su atención desde una perspectiva interdisciplinar y además prohíbe la creación de nuevas instituciones de internación, mientras insta a las ya existentes a adoptar lo mencionado por la presente norma. Igualmente, es de anotar que se define la salud mental como "un proceso determinado por componentes históricos, socioeconómicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoramiento implica una dinámica de construcción social vinculada con la concreción de los derechos humanos y sociales de toda persona". En esta perspectiva, se dice que se parte de la "presunción de capacidad de todas las personas", y también se hace referencia en distintas partes de esta ley, a conceptos tales como incapacidad, inhabilidad o padecimiento. De otra parte, como una de las consecuencias de la ley en mención, se construye en Plan Nacional de Salud Mental desde la Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones del Ministerio de Salud con el propósito de "proteger y promover la salud mental de todos los habitantes argentinos" a través de un enfoque basado en derechos humanos y el modelo de abordaje comunitario.

En lo que se refiere a **Chile**, el Ministerio de salud y la Subsecretaría de Salud Pública lanzan en 2017 el Plan Nacional de Salud Mental, el cual propone metas a cumplir entre el entre 2017 y 2025 en áreas tales como Regulación y Derechos Humanos, Provisión Servicios de Salud Mental, Financiación, Gestión de Calidad, Sistemas de información e investigación, recursos humanos y formación, participación e intersectorialidad. Este

documento fue elaborado a partir de la confluencia de sectores tales como la Academia, Colegios Profesionales, Organizaciones no gubernamentales, así como a Organizaciones de usuarios y de familiares de Usuarios de Salud Mental, y convoca su accionar conjunto y continuo en la estructuración de planes anuales de implementación del plan desde un enfoque territorial.

Del mismo modo, es importante decir que este Plan concibe los determinantes sociales de la salud como las circunstancias en que la personas nacen, crecen, viven y envejecen, las cuales son el resultado de la distribución del dinero, lo que ha desembocado en afirmar que el mayor número de casos de personas con trastornos mentales se ha dado en condiciones económicas menos favorecidas, debido a la desigualdad tanto a una calidad de vida digna como al acceso de servicios de salud. Igualmente, se debe anotar que Chile acogió en 2008 la Convención de derechos de las personas con Discapacidad, comprometiéndose a “asegurar y promover el pleno ejercicio de todos los derechos humanos y las libertades fundamentales de las personas con discapacidad sin discriminación alguna por motivos de discapacidad”, lo que convoca a reflexiones dentro de las cuales se reafirma la necesidad de plantear una normativa específica en cuanto a salud mental, ya que persisten medidas de interdicción que paralizan la toma de decisiones y el acceso a derechos en general.

Para el caso de **Brasil**, cabe la pena resaltar el movimiento sociopolítico Reforma Psiquiátrica Brasileña, principal promotor de la aprobación de la Declaración de Carcas en el marco de la Conferencia Regional para la Reestructuración de la Asistencia Psiquiátrica dentro de los Sistemas Locales de Salud hacia 1990, tal como lo refiere Tosta (2009). Seguidamente, se debe mencionar la ley N. 9.867 del 1999, la cual propende por el “desarrollo de programas de apoyo psicosocial para pacientes psiquiátricos”, y abre paso a la Ley 10.216 de 2001 y promulgada por el Gobierno Federal, siendo aquella que dispone sobre la protección y los derechos de las “personas portadoras de trastornos mentales” y simultáneamente lleva al país a aceptar las directrices de la Organización Panamericana de la Salud y la Organización Mundial de la Salud.

De otra parte, más recientemente encontramos la Resolución N.8 del 14 de Agosto de 2019, proclamada por el Consejo Nacional de Derechos Humanos, se dirige a todas los agentes institucionales que establecen relación con personas en “sufrimiento psíquico”, bajo principios de respeto y no discriminación a la diversidad cultural, de género u orientación sexual, y desde la reglamentación de los dispositivos para la internación, el acogimiento y la creación de programas orientados a “personas con enfermedades mentales y/o usuarias problemáticas de drogas. Al igual que en otros países Latinoamericanos, Brasil también acoge los principios de la Convención de los Derechos de las Personas con Discapacidad, tal como se indica en la Resolución en mención, sin necesariamente aludir a discapacidad psicosocial.

Respecto a la normativa de **El Salvador**, se destaca la Política Nacional de Salud Mental, emitida por el Ministerio de Salud en 2011 que determina como objetivo general "contribuir al bienestar integral de la persona, familia, comunidad, sociedad y su entorno de manera justa y equitativa, para favorecer el desarrollo y uso óptimo de las capacidades y potencialidades psicológicas y relacionales, así como, lograr el ejercicio pleno del derecho humano a la Salud Mental de manera sostenida a través de la participación social e intersectorial". En esta línea de ideas, este documento define la salud mental como una condición dinámica en constante transformación, que incide en el bienestar, las relaciones y las condiciones de vida de un individuo.

Esta normativa plantea como uno de los antecedentes más importantes para su promulgación, la finalización de la guerra civil tras la necesidad de recomponer aquello que se había llevado de la cotidianidad. Para ello, el Ministerio de Salud, desarrollo de manera intermitente desde 1972 el Programa de Salud Mental y adopto otras reglamentaciones de orden nacional, entre las que se cuentan el Código de Salud, la Ley de protección de la niñez y adolescencia, la Ley integral para una vida libre de violencia para las mujeres, la Ley de beneficio para la protección de los lisiados y discapacitados a consecuencia del conflicto armado, la Ley de equiparación de oportunidades para las personas con discapacidad, la Ley general de prevención de riesgos en los lugares de trabajo, la Ley penitenciaria, el Código procesal penal, la Convención sobre los derechos del niño.

Asimismo, cabe mencionar que esta política propende por abordar las necesidades de la población en general, entendiendo que cualquier individuo, sin importar su condición socioeconómica, cultural, o edad, es susceptible de encontrarse en una situación de "vulnerabilidad psicosocial o tener problemas mentales", por lo que la concepción y aplicación de esta norma, se fundamenta desde ejes transversales tales como el enfoque de género, enfoque de derechos y participación social. Por lo tanto, se apuesta por una intervención del sector salud orientado por el modelo de salud comunitaria, así como por la promoción de la salud mental, la prevención de los factores de riesgo, y la atención oportuna, bajo principios de universalidad, equidad, responsabilidad compartida del Estado, la familia y las instituciones, calidad, calidez, valores profesionales, e inclusión social.

Ahora bien, en el caso de **Costa Rica**, la Política Nacional de Salud Mental 2012-2021, fue promulgada por el Ministerio de Salud y promovida por el Viceministerio de Salud Mental creado en el 2011, a partir de la conformación de un equipo técnico interdisciplinario, organizaciones no gubernamentales y asociaciones de pacientes, con el objetivo de responder a la necesidad de coordinar un abordaje integral a través de una perspectiva de derechos y del diseño de modelos de salud mental de base comunitaria, que reconozca la incidencia de los determinantes sociales, culturales, económicos, ambientales y educativos de la salud. Esta normativa propende por pasar de la atención

hospitalaria como forma predominante en la atención de las personas con trastornos mentales para “proteger la salud mental y fortalecer los programas de tratamiento de las adicciones, proponiendo el diseño de modelos de salud mental de base comunitaria…”

A través de esta normativa se busca fortalecer el sistema de información en salud mental, consolidar un sistema atención adecuado para situaciones de desastres naturales, y fortalecer las redes de promoción, prevención, atención y rehabilitación a las personas con problemas asociados al consumo de sustancias psicoactivas, considerando principios de equidad universalidad, solidaridad, ética, calidad y calidez, autonomía, derechos humanos género, diversidad, integración, inclusión social, participación activa, desarrollo humano sostenible, evidencias científica y buenas prácticas en salud mental. Cabe mencionar que lo anterior se formula teniendo en cuenta que Costa Rica se ha acogido a normativa internacional tal como la Declaración de los derechos humanos y la salud mental proclamado por la federación mundial de salud mental (1989), la Declaración de Caracas, los Principios para la protección de los enfermos mentales y para el mejoramiento de la atención de la salud mental (1991), y la Declaración de los derechos humanos de las personas con discapacidad (2006), entre otras.

Igualmente, la política hace un recorrido conceptual en el que se aproxima a los diferentes significados dados a la salud mental, tendientes a definirla como un estado de bienestar psicológico y social total, y como un proceso o resultado indicativo de una conducta de afrontamiento o adaptación. En algunos de sus apartados, menciona también como objetivo de la política “prevenir la discapacidad temprana asociada a los trastornos mentales (…) en tanto estos representan una proporción significativa de la carga de enfermedad, que se mide en años de vida potencial perdidos por discapacidad (AVAD) y años de vida perdidos por mortalidad prematura, como es el caso de los suicidios”.

Por su parte, **Uruguay** implementa la Ley N. 19.529 de 2017 que ordenada por el Senado y la Cámara de Representantes de la República, dispone para su regulación al Ministerio de Salud para “garantizar el derecho a la protección de la salud mental” en el marco de los servicios que ofrece el Sistema Nacional Integrado de Salud a través de sus Direcciones Departamentales. Al igual que otras normativas, define la salud desde la perspectiva de un estado de bienestar consciente que se construye a partir de la confluencia de componentes sociales históricos, socioeconómicos, biológicos y psicológicos. En esta medida, la presente normativa se rige por principios tales como la perspectiva de derechos y la no discriminación, entre otros, y el derecho a la inserción laboral, el acceso a vivienda en cualquier lugar del país, la inclusión educativa y cultural. Del mismo modo, se garantiza la protección en salud mental por medio de la promoción, la prevención, el tratamiento y la rehabilitación, promoviendo la vinculación de personal en salud idóneo y su capacitación, así como la investigación en salud mental, y la coordinación de distintos actores desde áreas como el Ministerios de Economía y

Finanzas, Trabajo y Seguridad Social, Vivienda, Ordenamiento Territorial y Medio Ambiente, Desarrollo Social, Educación y Cultura.

Asimismo, esta norma prohíbe la creación de nuevos establecimientos asilares e insta a los ya existentes a acoger los términos de la ley, en donde también se privilegia la atención comunitaria vinculada a instancias más complejas de atención, mientras se dictaminan los requisitos necesarios para la hospitalización voluntaria e involuntaria para niños, niñas, adolescentes, y mayores de edad mediada por la firma de consentimientos informados, ya sea por el titular o por un familiar o representante legal. De esta manera, es evidente el enfoque vinculado a la comprensión de la salud y enfermedad desde una perspectiva institucional.

Respecto a **México**, es relevante mencionar el Programa de Acción Especifico Salud Mental 2013-2018 que se enmarca en uno de los programas sectoriales de la Secretaria de Salud de este país, con el propósito de avanzar hacia un “México incluyente”, que propenda por la protección, la promoción y la prevención para el mejoramiento de la salud de la sociedad en general, en tanto ello aporta a la calidad de vida y reduce los costos de atención. Al igual que otros países, México acoge normativa internacional de derechos humanos, políticos, económicos, civiles, sociales y culturales, así como principios para la protección y garantía de derechos de personas con enfermedades mentales y personas con discapacidad.

En esta medida, el Programa reglamenta los centros de hospitalización y los procesos de rehabilitación y estrategias para la reinserción social, mientras se propone disminuir los tiempos de estancia hospitalaria, erradicar las violaciones y las prácticas de tortura a usuarios y usuarias de unidades médico-psiquiátricas, incrementar el recurso humano y económico dirigido al área de salud mental, así como contar con un sistema de información en salud mental integrado para conocer el peso de cada uno de los trastornos. Para lograrlo, el programa describe una serie de estrategias para la “reinserción social” y de reparación de las implicaciones de la enfermedad mental, especialmente dirigidas a poblaciones vulnerables que pueden ser objeto de discriminación debido a su preferencia sexual origen cultural, menores en situación de abandono y personas con problemas de salud crónicos.

Según la Asociación Americana de Psicología, en el caso de **Estados Unidos** se destaca la Ley de Paridad en Salud Mental de 1996, que se promueve en el Congreso para exigir que las compañías de seguros ampliaran su cobertura de servicios, de tal modo que no solo atendieran la salud física, sino la mental también y en igualdad de condiciones, no obstante su implementación no tuvo la mejor regulación en la medida que dichas compañías encontraron vacíos legales desde donde encontraron la posibilidad de seguir de no prestar los servicios de manera oportuna o de calidad. En tanto, en el 2001 un senador republicano y uno demócrata, promueven una vez más ante el congreso, la ley

S.543 de tratamiento equitativo para la salud mental, con la que se buscaba de una vez por todas prestar los servicios de salud mental de forma equitativa, no obstante, dicha iniciativa no prosperó por cuanto sus opositores alegaban que aceptar esto, aumentaría los costos para los empleadores. Tomando como referencia estos antecedentes, el país optó por la posibilidad de crear sus propias leyes por Estados, contándose así diecinueve leyes de paridad específicas que cubren solo algunos diagnósticos, y dieciséis más que se considera de atención global. Así es, como en el año 2008, el entonces presidente George Bush aprueba la ley de paridad presentada ante el congreso en el 2001, entrando finalmente en vigencia en enero de 2010.

Normatividad a nivel nacional

En Colombia se han desarrollado una serie de instrumentos jurídicos en materia de salud mental acogiéndose en gran medida a la normatividad a nivel internacional en donde la salud mental se configura como una estrategia del sector salud, sin embargo, a partir de las situaciones sociales económicas y políticas del país se va identificando la necesidad de articulación con otros sectores. De esta manera se da inicio con un recorrido por los antecedentes normativos en el tema de salud mental en Colombia y se muestran en el siguiente cuadro a manera de contexto.

INSTRUMENTO	DISPOSICIONES
Ley 100 de 1993	Por la cual se crea el sistema de seguridad social integral, está ley se enfoca en la distribución de los recursos por capacidad de ejecución y ente territorial. Se distribuyen los recursos en tres sectores: educación, salud, y propósito general (agua potable, saneamiento básico, etc.). A su vez, los recursos generales para salud se distribuyen en subsidio a la demanda, prestación del servicio de salud a la población pobre en lo no cubierto por el subsidio a la demanda (dentro de los cuales cabe anotar todos aquellos servicios en salud mental no incluidos dentro del POS subsidiado) y acciones de salud pública consideradas como prioritarias para el país y definidas por el Ministerio de Salud.
Resol 5261 de 1994.	Por la cual se establece el manual de actividades, intervenciones y procedimientos del plan obligatorio de salud en el Sistema General de Seguridad Social en Salud. Y en su artículo 8 se refiere a la asistencia domiciliaria y constituye un argumento para incluir acciones de atención primaria en salud mental. En su artículo 37 hace referencia a las estancias en instituciones psiquiátricas y en unidades de salud mental y comprende servicios básicos como terapia ocupacional, recreativa y de grupo y la atención médica especializada. En su

	artículo 52 clasifica las actividades de control y seguimiento en las guías de atención integral de grupos específicos e incluye actividades realizadas por personal de salud en las áreas de enfermería, trabajo social, salud mental, optometría, nutrición entre otros. En su artículo 54 hace referencia al manejo del paciente psiquiátrico en el programa de "hospital día" de manera preferencial. Y se incluye la internación de pacientes psiquiátricos solo durante la fase aguda de la enfermedad o en caso de estar en riesgo su vida, la de sus familiares o la de su comunidad. Los servicios de psiquiatría y psicología son considerados en el nivel de atención II.
Resolución 4288 de 1996	Se define el Plan de Atención Básica (PAB) del Sistema General de Seguridad Social (SGSSS) y se dictan otras disposiciones; además, fija sus componentes y las competencias territoriales para la aplicación de PAB desde el conjunto de actividades, intervenciones y procedimientos, de promoción de la salud, prevención de la enfermedad, vigilancia en salud pública y control de factores de riesgo dirigidos a la colectividad.
Decreto 1225 de 1997	Se promueven los derechos constitucionales y se incentiva el desarrollo de programas y proyectos en el marco de los principios de trasparencia, validación, equidad, integralidad y participación. Incluye, programas y proyectos de protección social, con el propósito de garantizar las condiciones básicas en salud, nutrición y educación a los grupos de población pobre y vulnerable del país.
Resolución 2358 de 1998. Política Nacional de Salud Mental	La cual tiene como objetivos promover la Salud Mental en el país, prevenir la aparición de la enfermedad mental, así como mejorar el acceso, cobertura y calidad de la atención en salud mental. Esta política deja de lado la mirada clínica de la salud mental y empieza a concebir los campos de la prevención, promoción y la atención desde un enfoque de derechos.
Resolución 196 de 2002	Esta resolución adopta normas técnicas, científicas y administrativas para el funcionamiento de los centros de atención, tratamiento y rehabilitación integral que prestan servicios a personas con problemas asociados al consumo de sustancias psicoactivas (SPA).
Tercer estudio Nacional de Salud Mental 2003-2004	En articulación con el plan estratégico de salud 2002-2006, allí se realiza un análisis de los trastornos mentales y del desarrollo de la Política Nacional de salud mental; con este estudio el estado intenta dar respuesta al complejo perfil de salud mental de la población colombiana, en esta encuesta participaron 4.544 adultos entre 18 y 65 años, estos hallazgos generan insumos para el diseño de políticas, programas y planes en salud mental.
Lineamientos política de salud mental 2005	Tienen como propósito facilitar el debate público sobre la situación de la salud mental de los colombianos, sus necesidades y los enfoques posibles para su abordaje en el marco del sistema general de seguridad social en salud y el sistema de protección social, que permita la formulación y desarrollo de una

	política nacional con la participación activa y comprometida de los diferentes actores sociales.
Política Nacional del campo de la Salud Mental 2007	Esta política concibe la salud mental como un campo complejo, el cual incluye la salud, la enfermedad, los problemas, las resistencias y acomodaciones; es decir, diversas formas de bienestar o malestar emocional y de relación de los ciudadanos. Además, relaciona los conceptos de salud mental y enfermedad mental. Para esta Política, la salud mental representa un bien colectivo e individual de naturaleza simbólica, emocional y relacional y, por lo tanto, un deseable social e individual que contribuye al desarrollo humano y social, que genera capital social, cultural, simbólico y económico (capital global) y que hace posible el reconocimiento, la garantía, el ejercicio y la restitución de los derechos.
Ley 1276 de 2009	Tiene como objeto la protección a las personas de la tercera edad (o adultos mayores) de los niveles I y II de Sisbén, a través de los Centros Vida, como instituciones que contribuyen a brindarles una atención integral a sus necesidades y mejorar su calidad de vida y se incluye la salud mental.
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 12, se define la atención primaria en salud; que se constituye en tres componentes: los servicios de salud, la acción intersectorial/transectorial por la salud y la participación social, comunitaria y ciudadana; en esta ley se resalta la coordinación intersectorial dese la salud pública, la promoción de la salud, la prevención de la enfermedad, el diagnostico, el tratamiento, la rehabilitación del paciente en todos los niveles de complejidad a fin de garantizar el mayor nivel de bienestar en los usuarios.

Del mismo modo, a partir de la **Ley 1448 de 2011**, la cual establece un conjunto de medidas judiciales, administrativas, sociales y económicas, individuales y colectivas en beneficio de las víctimas del conflicto armado en el país, se realiza un reconocimiento de la relación entre la reparación integral de las víctimas, el derecho a la salud mental, los derechos humanos y la paz. Partiendo del hecho de que el conflicto armado en Colombia ha generado efectos devastadores en la salud mental no solo a nivel individual sino también familiar y colectivo de las víctimas y de la población en general (ACNUR, 2004).

De esta manera las Políticas Públicas que surgen después de esta ley se caracterizan por incluir el enfoque de desarrollo basado en los Derechos Humanos en donde la transformación de los determinantes sociales de la salud lleva a un cambio significativo en la calidad de vida, en el bienestar de la comunidad y en el goce del derecho a la paz como herramienta para mejorar la salud mental de todos los colombianos.

El siguiente hito relevante en materia de normativa en salud mental es el **Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021** denominado *"La salud en Colombia la construyes Tú*" en donde la planeación compromete más de un periodo de gobierno, permitiendo hacer propuestas estratégicas de mayor alcance. Igualmente es un hito como ejercicio de movilización social en Colombia, teniendo en cuenta que en la consulta poblacional los ciudadanos y ciudadanas validaron este plan 2012-2021, como la expresión de la Política de Estado que reconoce la salud como un derecho interdependiente y una dimensión central del desarrollo humano. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013), pg 11.

Por otro lado, el Plan Decenal de Salud Pública PDSP, 2012-2021, es producto del Plan Nacional de Desarrollo 2010-2014, y busca la reducción de la inequidad en salud, planteando los siguientes objetivos: 1) avanzar hacia la garantía del goce efectivo del derecho a la salud; 2) mejorar las condiciones de vida que modifican la situación de salud y disminuyen la carga de enfermedad existente; 3) mantener cero tolerancias frente a la mortalidad, la morbilidad y la discapacidad evitable. El Plan Decenal de Salud Pública se desarrolla a través de 8 dimensiones prioritarias y 2 transversales, cada dimensión a su vez desarrolla un componente transectorial y sectorial que incorpora un conjunto de acciones (estrategias comunes y específicas): salud ambiental, convivencia social y salud mental, seguridad alimentaria y nutricional, sexualidad y derechos sexuales y reproductivos, vida saludable y enfermedades transmisibles, salud pública en emergencia y desastres, vida saludable y condiciones no trasmisibles, salud y ámbito laboral.

De su parte la dimensión Convivencia social y salud mental contempla tres objetivos, el primero la generación de espacios que contribuyan al desarrollo de oportunidades y capacidades de las personas que faciliten el disfrute de la vida y de sus potencialidades individuales y colectivas, el segundo contribuir a la gestión integral de los riesgos asociados a la salud mental y la convivencia social por medio de la intervención de los factores de riesgo y el mejoramiento de la capacidad de respuesta institucional y comunitaria y el tercer objetivo hace referencia a la disminución del impacto que tienen sobre las personas los eventos, problemas y trastornos mentales así como las diferentes formas de violencia, a partir del fortalecimiento de la oferta de servicios a nivel institucional y comunitario (Ministerio de Salud y Protección Social, 2013). En esta misma línea esta dimensión cuenta dos componentes; el de promoción de la salud mental y la convivencia y el de prevención y atención integral a problemas y trastornos mentales y a diferentes formas de violencia, en donde se aprecia la relación entre salud mental y sustancias psicoactivas y la relación entre salud mental y violencias. En este orden de ideas existe un cruce entre las dos anteriores, como lo menciona la ONU quienes han sufrido maltrato pueden tener problemas en su salud mental y consumo de sustancias psicoactivas relacionado con temas de violencia, de esta manera aumenta el

riesgo de consumo y exposición a la violencia, se inicia o se aumenta el consumo de sustancias psicoactivas como resultado de la misma o como instrumento para sobrellevarla.

Por otro lado, la **Ley 1616 de 2013**, mediante el Decreto 00648, pone en evidencia las particularidades de la población, los territorios y la gestión de la salud. Esta ley tiene como objetivo garantizar el derecho a la salud mental de la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas, adolescentes, con enfoque de calidad de vida a partir de la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental, la atención integral e integrada en salud mental en el ámbito del sistema general de seguridad social en salud (….). Así mismo define la salud mental como como "un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción, de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, trabajar, establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad" (Ley 1616 de 2013).

En esta misma línea en el año 2014 se realiza la "Propuesta de Ajuste a la Política Pública de Salud Mental y su respectivo Plan de Acción 2014 – 2021" por parte de Minsalud y la Universidad Nacional de Colombia, en donde se definieron como principios articuladores de la gestión y el acceso a la salud mental la integralidad y la universalidad en el marco del enfoque de Derechos. Posicionando el desarrollo de acciones de promoción de la salud mental, la prevención de los trastornos mentales y la atención integral, así como la garantía del goce del derecho a la salud mental a partir del posicionamiento en la agenda pública

En este marco la creación de la **Ley Estatutaria de Salud 1751 de 2015,** define la atención integral en salud y ubica a la salud como un derecho, considerando las características de la población y del territorio para el acceso y la prestación de los servicios. Esta ley propone la garantía de mejores condiciones de vida y de salud a partir de la inclusión y puesta en marcha de las Rutas Integrales de Atención en Salud en donde la promoción de la salud, la gestión integral del riesgo en salud y la gestión de la salud son fundamentales para la gestión del ejercicio del derecho a la salud. Es así como esta ley materializa la Política de Atención Integral en Salud (PAIS), el Modelo de Atención Integral en Salud (MIAS) y las Rutas de Atención Integral en Salud (RIAS), en donde el foco está en la integralidad de la atención en salud, priorizando la detección temprana, protección específica y educación en salud.

Y la **Política Nacional de Salud Mental,** del 7 de noviembre de 2018, la cual busca Promover la salud mental como elemento integral de la garantía de derecho a la salud de todas las personas, familias y comunidades, entendidos como sujetos individuales y colectivos, para el desarrollo integral y la reducción de riesgos asociados a los problemas y trastornos mentales, el suicidio, las violencias interpersonales y la epilepsia. Y es adoptada como parte de la garantía y protección del derecho fundamental a la salud.

Esta política plantea cinco enfoques el primero el enfoque de desarrollo basado en Derechos Humanos el cual comprende el reconocimiento de los sujetos individuales y colectivos como titulares de derechos, el segundo el enfoque de curso de vida, hace referencia a los trayectos de vida, los sucesos y transiciones en la vida de los seres humanos que permite la comprensión y abordaje tanto de la promoción y mantenimiento de la salud como del abordaje de los problemas y trastornos mentales, el tercero el enfoque de género, teniendo en cuenta que el género "es un estructurador que determina la construcción de roles, valoraciones, estereotipos, imaginarios asociados a lo masculino y lo femenino y las relaciones de poder que de allí se desprenden y se exacerban con otras formas de desigualdad" (Política Nacional de Salud mental, 2018), pg 23, el cuarto el enfoque diferencial poblacional – territorial, en donde se evidencia la importancia de las características inherentes de los sujetos individuales y colectivos teniendo en cuenta su situación y su contexto con las variables sociales, políticas, económicas y culturas que le son propias y el quinto el enfoque psicosocial, el cual es adoptado por la política como herramienta de la atención en salud la cual permite reconocer la integralidad de las personas reconociendo el contexto en el que se han desenvuelto, los acontecimientos vividos y el significado que le dan a los mismos, así mismo el sufrimiento experimentado y las capacidades con que cuentan las personas para recuperarse y hacer realidad sus proyectos de vida (Política Nacional de Salud mental, 2018).

Por otra parte, el documento CONPES de salud mental 3992 de 2020, Estrategia *para la Promoción de la salud mental en Colombia,* propuesto por el Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2018-2022, *el* cual contempla acciones a 2023 y cuenta con la participación y liderazgo de los ministerios de Salud y Protección Social, Justicia y del Derecho, Trabajo, Educación, Cultura, Deporte, el ICBF y el Departamento Nacional de Planeación y el Departamento para la Prosperidad Social. Además, tiene como objetivo principal "*Promover la salud mental a través del fortalecimiento de los entornos sociales, el desarrollo de capacidades individuales y colectivas, el incremento de la coordinación intersectorial y el mejoramiento de la atención en salud mental, con el fin de reducir la incidencia de problemas o trastornos mentales, el consumo o abuso de SPA y las victimas de violencias"*.

Teniendo en cuenta que de acuerdo a este documento existen tres situaciones asociadas al deterioro de la salud mental, la primera es la baja coordinación intersectorial, la segunda las barreras para el cuidado de la salud mental en los entornos y el bajo desarrollo de competencias socioemocionales[5] de las personas para hacer frente a los

[5] Son consideradas por el Departamento Nacional de Planeación; 2017 y el Ministerio de Salud y Protección social, 2015, como un factor protector personal y social teniendo en cuenta que influyen en el manejo efectivo de situaciones interpersonales, así como la reducción de eventos negativos relacionados con la convivencia, abuso de

acontecimientos adversos de la vida y la tercera situación hacer referencia a las limitaciones en la atención integral e inclusión social de las personas con problemas o trastornos mentales. El documento propone la promoción de la salud mental de toda la población que habita el territorio colombiano a través de tres ejes de acción, el primero se enfoca en la coordinación intersectorial con el fin de implementar acciones de promoción de la salud mental, prevención, atención integral e inclusión social de personas con problemas, trastornos mentales, o consumo de SPA, el segundo hace referencia a los entornos sociales en los cuales se desenvuelven las personas y pretende desarrollar competencias socioemocionales en la población y el último pretende a partir del fortalecimiento de la oferta en salud, la cualificación del talento humano y la articulación social, mejorar la atención en salud mental e inclusión social de las personas con problemas, trastornos mentales, víctimas de violencias y consumo de SPA.

Si bien se han desarrollado avances importantes en materia de normatividad en salud mental en Colombia, se hace necesario redoblar esfuerzos para alcanzar los objetivos y metas planteadas, es así como el documento CONPES se complementa con otras políticas expedidas recientemente en el país.

Por otro lado este documento propone el abordaje de la salud mental desde el modelo ecológico de Bronfenbrenner, que consiste en que el desarrollo humano se da por las interacciones del individuo con su ambiente, de esta manera los diferentes ambientes en los que participa el individuo influyen de forma directa en los cambios y el desarrollo cognitivo, moral y relacional, de la misma forma el individuo moldea los ambientes de acuerdo a sus necesidades y demandas individuales (Bronfenbrenner U, 1977; Cuartas, 2019 citado en Documento CONPES 3992-2020). En este orden de ideas para abordar la salud mental se hace necesario analizar los entornos y el curso de vida y de manera transversal el enfoque interseccional (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) pg 21, de acuerdo a este documento los entornos son definidos como los espacios históricos, físicos, sociales y culturales en donde se desarrollan las personas y no se refiere únicamente al espacio sino a las dinámicas que se tejen a su alrededor, los roles que se asumen y las interacciones que se dan. Es así como se definen seis entornos; laboral, educativo, hogar, virtual e institucional.

De acuerdo a la estrategia de Entorno Comunitario Saludable, 2018, citada en (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) pg 21, el ***entorno comunitario*** se define como los espacios de encuentro e intercambio en donde se “forjan” las dinámicas sociales, históricas, culturales y políticas de la sociedad las cuales favorecen la creación de lazos afectivos sociales. El ***entorno laboral*** de acuerdo al Ministerio de la Protección

SPA, problemas o trastornos mentales. el desarrollo de las mismas se relaciona con la percepción de felicidad, el funcionamiento social y el bienestar.

social, 2007, citado en (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) pg 21, es en donde se despliegan recursos emocionales y sociales a compañeros de trabajo, superiores o clientes, de esta manera los factores psicosociales que se establecen protegen o afectan el bienestar, la integridad física y mental de los trabajadores, así como la interacción con otros. De acuerdo a la estrategia de Entorno Educativo Saludable, 2018, citada en (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) pg 21, el ***entorno educativo*** es en donde la comunidad educativa desarrolla a partir de procesos de enseñanza y aprendizaje capacidades y es considerado uno de los entornos con mayor cercanía a las necesidades psicosociales de los estudiantes y las familias. En este orden de ideas el ***entorno hogar*** es el espacio en donde se promueven refrentes sociales y culturales básicos para interactuar en sociedad, así como el espacio de residencia y convivencia de una familia siguiendo a la estrategia de Entorno Hogar Saludable, 2018, citada en (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) pg 21. El ***entorno virtual*** por su lado es un espacio pasajero que interactúa con otros entornos y cobra importancia en la medida en que permite el fortalecimiento de redes de cuidado y apoyo social. Finalmente, el ***entorno institucional*** es el espacio intramural en donde se promueve el desarrollo integral que facilite la transición por los diferentes momentos del ciclo de vida, y que son abordados por las instituciones que atienden eventos de salud, vulneración de derechos entre otros. Bajo este punto de vista este entorno acoge y garantiza el desarrollo integral y los mecanismos para la inclusión social. Por otro lado, para abordar la salud mental como se mencionó anteriormente se hace necesario analizar el curso de vida el cual de acuerdo a (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020), se comprende como el reconocimiento de las vivencias acumuladas en las diferentes etapas del desarrollo (primera infancia, infancia, adolescencia, juventud, adultez y vejez) y son influenciadas por los contextos familiares, sociales, económicos y culturales.

El enfoque interseccional por su lado analiza las diferencias poblacionales y territoriales en donde se combinan las diferentes formas de desigualdad que se dan por la opresión y la discriminación por razones de discapacidad, genero, raza, etnia, clase, edad y otras experiencias de construcciones históricas, sociales y políticas de acuerdo al Ministerio de Salud y Protección Social, 2018, citado en (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) de esta manera este concepto va más allá del concepto de enfoque diferencial teniendo en cuenta que este comprende de manera individual cada eje de discriminación.

Es así como de acuerdo a este documento para lograr cambios en materia de salud mental y convivencia social de manera que estos cambios impacten y se mantengan en el tiempo se requiere de la integralidad de los sistemas y los componentes que ya se mencionaron.

Es importante mencionar que a partir de los compromisos con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, Colombia definió indicadores con el fin de dar cumplimiento al objetivo 3 de Salud y Bienestar, que consiste en garantizar una vida sana y promover el bienestar de todos a todas las edades. Estos indicadores hacen referencia a la reducción al 2030 de un tercio de la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles a partir de la prevención y tratamiento, así como ***promover la salud mental y el bienestar de los colombianos*** teniendo como indicador la tasa de mortalidad por suicidio. Otro indicador establecido es la prevención y el tratamiento del abuso de sustancias adictivas y el consumo nocivo de alcohol, con dos indicadores de seguimiento como son la cobertura de las intervenciones de tratamiento a nivel psicosocial, farmacológico, servicios de rehabilitación y servicios postratamiento y el consumo per cápita de alcohol en un año en litros de alcohol puro, en población de 15 años en adelante.

Para finalizar es importante tener en cuenta que Colombia ha logrado avances importantes en el tema de normatividad en salud mental, así como en la formulación de políticas y en la adopción de enfoques que permitan ver a los individuos en su integralidad y que permitan a su vez llevar a cabo estrategias de promoción y prevención de los determinantes sociales en salud mental. En este orden de ideas, se pasó de ver la salud mental como la ausencia de problemas o trastornos mentales a verla como se retoma en la ley 1616 de 2013, como un estado de bienestar de cada individuo para desarrollarse en los diferentes entornos, afrontar las tensiones normales de la vida y contribuir a la comunidad, lo que requiere del establecimiento de estrategias y acciones que intervengan directamente los determinantes sociales de la salud teniendo en cuenta la influencia de estos en la salud mental de lo sujetos individuales y colectivos, lo que se materializa mediante la articulación intersectorial de manera que esta incida en la promoción de la salud mental, prevención y atención integral de las violencias, consumos de SPA, problemas y trastornos mentales y suicidio.

Normatividad a nivel departamental

A nivel departamental, teniendo en cuenta que uno de los criterios de selección fue realizar la búsqueda en los territorios en donde hace presencia la Universidad Nacional de Colombia, que son, Amazonia, Bogotá, Caribe, La paz, Manizales, Medellín, Orinoquia, Palmira y Tumaco, se encontró lo siguiente:

El departamento del Amazonas cuenta con el Plan de acción de la secretaria de salud-Salud Mental, 2018. Vigente. Que tiene como objetivo formular e implementar la política de salud mental de acuerdo a los lineamientos y desarrollos técnicos definidos por el Ministerio de Salud y la Protección Social, en donde se garantiza la atención de

las EPS a la población considerada vulnerable a través de las líneas de acción del plan departamental, suicidio, violencia, consumo de SPA, y trastornos mentales con el objetivo de promocionar los derechos y mitigar la prevalencia de estas problemáticas en la población. Es de resaltar que A través de la Dimensión de Convivencia social y Salud mental de la Secretaria de Salud departamental, y enmarcados en el plan decenal de Salud Pública, 2012-2021, se adelantan procesos de atención primaria en salud mental y en consumo de Sustancias Psicoactivas – SPA en adolescentes y jóvenes, permitiendo la identificación e intervención temprana de estos eventos y teniendo en cuenta las características de los integrantes de cada comunidad al igual que sus patrones socioculturales desde un enfoque diferencial.

En Bogotá se cuenta con la **Política Distrital de Salud Mental 2015-2025**, que tiene por objetivo garantizar el derecho a la salud mental como una prioridad de la población del Distrito capital, en términos de disponibilidad, acceso, permanencia, calidad y pertinencia en la prestación de servicios integrales en salud mental, armonizando procesos sectoriales, transectoriales y comunitarios que aporten al mejoramiento de la calidad de vida. Esta política sugiere su incorporación tanto en el sector salud como en todas aquellas instancias —públicas y privadas— relacionadas con la educación, el trabajo, la justicia, el transporte, el medio ambiente, la vivienda o asistencia social, la policía, las fuerzas armadas, entre otras. También apunta a la aplicación de la misma, en adultos jóvenes, niños y adolescentes teniendo en cuenta la prevalencia de conductas que alteran la salud mental en esta población, como son las conductas suicidas, los trastornos alimenticios y el consumo de sustancias psicoactivas, SPA, entre otros. No hace referencia específica a la educación superior, pero si a la población que atiende.

El departamento del Cesar, la Secretaria de Salud Departamental depende estratégicamente de la Gobernación del departamento y cuenta con la implementación de estrategias de promoción de la salud mental en todos los sectores de la población a través de la dimensión Convivencia Social y Salud Mental. Entre las estrategias se destaca el fortalecimiento de las zonas de orientación escolar en donde se capacita a jóvenes de las instituciones educativas para que actúen en la identificación de factores de riesgo en salud mental. Igualmente se desarrollan jornadas de capacitación a funcionarios de las secretarias locales de salud de los municipios, funcionarios del sector educativo y otros sectores en temas de promoción de la salud mental. Al mismo tiempo acciones de formación que involucra a diferentes grupos poblacionales en todos los municipios del departamento y se trabaja alrededor de la implementación del plan de contingencia para la prevención del suicidio y talleres dirigidos a población desplazada con enfoque biopsicosocial en atención en salud mental.

El departamento de Caldas cuenta con el Decreto 0188 “por medio del cual se adopta la política pública social de salud mental: un aporte al bienestar y a la inclusión 2018-2028. Con este decreto se busca garantizar la efectividad, que las estrategias tengan un impacto positivo en la sociedad y que se dé un trabajo unificado de las entidades del departamento para mejorar la calidad de vida de los caldenses. «Inicialmente se centra en 3 áreas de trabajo, todo lo que tiene que ver con convivencia social y todo tipo de violencias existentes en diferentes contextos sociales, comunitarios, familiares, institucionales y educativos, pero también se centra en todo lo que tiene ver con la patología en salud mental como trastornos. Incluyendo también la parte de la intencionalidad suicida y el más importante, que está generando también impacto, es la parte del consumo de sustancias psicoactivas en la población caldense”.

El departamento de Antioquia cuenta con la Adopción y adaptación de la Política Nacional de Salud Mental, a partir del fortalecimiento del sistema general de seguridad social en salud mental en el departamento, a través de la secretaria seccional de salud y protección social, gerencia de salud pública, contando con un equipo de psicólogos que realiza la asistencia técnica en los municipios. Este proceso de adopción y adaptación de la Política Publica de Salud Mental pretende garantizar el pleno ejercicio de los derechos, mediante la promoción de la salud mental y la prevención del trastorno mental, así como la atención integral en salud mental en el ámbito del sistema general de seguridad social en salud. Estos procesos se adoptaron desde el año 2016 con el plan de desarrollo “Antioquia piensa en grande”, liderado por la Gerencia de Salud Pública y el proyecto de Salud Mental de la Secretaria Seccional de Salud y Protección Social de Antioquia.

El departamento de Arauca a través de la unidad especializada de salud adscrita a la gobernación del departamento realiza actividades de promoción y prevención en el marco del programa de salud mental.

El Valle del Cauca cuenta con la Política de salud mental, Santiago de Cali 2017, que tiene como objetivo operativizar el Modelo Comunitario de Salud Mental, el cual tiene como propósito la construcción del tejido social y la materialización de respuestas adecuadas en el marco de la salud mental, la formación de ciudadanía y la transformación social y política en salud mental, a través de un modelo relacional.

En el Archipiélago de San Andrés, Providencia y Santa Catalina, se implementa la resolución 004424 de 2016, “por medio de la cual se crea un grupo interno de trabajo adscrito a la Secretaria de Salud con el fin de atender las necesidades institucionales para el desarrollo e implementación de la Política de Atención Integral de Salud y el Modelo Integral de Atención en Salud-MIAS, en el departamento”. Esta resolución se coordina con la implementación y seguimiento de los Planes Territoriales de Salud, en

concordancia con los Planes de Desarrollo Territorial, Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021, Plan Nacional de Desarrollo 2014-2018 y el plan de desarrollo Departamental "Los que soñamos somos" 2016-2019; definiendo la implementación del PAIS-MIAS, desde "el desarrollo de las acciones de salud pública colectiva relacionadas con el hábitat saludable, Prevención y atención integral a problemas y trastornos mentales y a diferentes formas de violencia, seguridad alimentaria y nutricional, prevención y atención integral en salud sexual y reproductiva desde un enfoque de derechos…". Aunque esta resolución está dirigida a la atención general de salud también incluye a la salud mental desde un enfoque de salud pública.

Y, por último, **El departamento de Nariño** cuenta con un Modelo de salud mental, que tiene como meta mejorar las coberturas de implementación del Modelo de atención en Salud Mental en el marco de la Atención Primaria en Salud – APS en el Departamento de Nariño y contribuir al mejoramiento de las condiciones de salud y bienestar de los habitantes del departamento desde el enfoque de ciclo de vida. No hace referencia específica a educación superior.

Normatividad Universidad Nacional de Colombia

La Universidad Nacional de Colombia cuenta con normativa que respalda las acciones adelantadas en temas de Bienestar Universitario y que además aportan a la construcción de una universidad promotora de salud, esta normativa está compuesta por Acuerdos y Resoluciones que se describen a continuación a manera de contexto:

INSTRUMENTO	DISPOSICIONES
Estatuto estudiantil, Acuerdo 008 de 2008	"Por el cual se adopta el Estatuto Estudiantil de la Universidad Nacional de Colombia en sus disposiciones *Académicas*"
Artículo 3, capitulo 1	Se menciona, que el "El Consejo Superior Universitario podrá crear, modificar y reglamentar programas de admisión especiales. Dicha reglamentación debe establecer, entre otros aspectos, las condiciones académicas y de ***bienestar*** específicos que tendrán los admitidos a través de estos programas".
ACUERDO 025 DE 2007 del Consejo Superior Universitario	"Por el cual se adopta el Programa Especial de Admisión y Movilidad Académica para las Sedes de Presencia Nacional", Artículo 5. La Dirección Nacional de Bienestar, en conjunto con las Direcciones de las Sedes de Presencia Nacional y las Vicerrectorías de Sede, será responsable de coordinar el

	proceso de acompañamiento y establecer estrategias de apoyo económico, **psico-afectivo y social,** para el buen desempeño de los estudiantes.
ACUERDO 044 DE 2009	"Por el cual se adopta el Estatuto Estudiantil de la Universidad Nacional de Colombia en sus disposiciones de ***Bienestar y Convivencia***", en su, capitulo 3, Artículo 8. el bienestar universitario está orientado a mejorar la calidad de vida, la convivencia, favorecer la construcción de comunidad, y en diseñar y establecer estratégicas que permitan contribuir con la disminución de su deserción, asociada a factores socio-económicos y de adaptabilidad a la vida universitaria y ***relacionada con problemas psico-afectivos, de hábitos de estudio y de vida saludable.***
Estatuto General, Acuerdo 011 de 2005	"Por el cual se adopta el Estatuto General de la Universidad Nacional de Colombia"**.** Artículo 5, **Régimen de autonomía,** numeral 3, La definición de políticas y programas de ***bienestar*** universitario
Estatuto General, Acuerdo 011 de 2005	Artículo 45, Corresponde al Director de Departamento programar y distribuir las labores docentes entre el personal académico adscrito al mismo, según los requerimientos institucionales y teniendo en cuenta la formación y experiencia de los docentes, velar por el cumplimiento de los programas de trabajo de éstos, así como promover el trabajo en equipo, el sentido de pertenencia, el desarrollo profesional, ***el bienestar de los docentes*** que conforman la Unidad y promover la participación de los profesores en el desarrollo de programas curriculares.
Estatuto General, Acuerdo 011 de 2005	**Capitulo IX,** Bienestar Universitario. Art 56. El bienestar universitario entendido como las políticas, programas y servicios que buscan desarrollar el potencial de las habilidades y atributos de los miembros de la comunidad universitaria en su dimensión intelectual, espiritual, síquica, afectiva, académica, social y física, constituye una prioridad de la Universidad. La Universidad mantendrá un sistema de bienestar mediante los programas de bienestar universitario existentes a la fecha de expedición del presente Estatuto y los que el Consejo Superior Universitario o su delegado determine u organice.

Estatuto disciplinario del personal académico y administrativo, Acuerdo 171 DE 2014	"Por el cual se adopta el Estatuto Disciplinario del personal académico y administrativo de la Universidad Nacional de Colombia". Artículo 43. Derechos del personal académico y administrativo, numeral, 4. *Participar en los programas y acciones que se adoptan a través del Sistema de Bienestar Universitario*, de conformidad con las necesidades y características particulares de cada persona.

Por otro lado, en lo que respecta al Bienestar Universitario, en el 2010 por medio del Acuerdo 07 de 2010 del consejo Superior Universitario se determina y organiza el Sistema de Bienestar Universitario en la Universidad Nacional de Colombia. En el año 2012 mediante la Resolución 001 del consejo de bienestar universitario se establecen los lineamientos para la prestación de los servicios que ofrecen los programas de las Áreas del Sistema de Bienestar Universitario de la Universidad Nacional de Colombia.

En el año 2014 mediante el acuerdo 06 del Consejo de Bienestar Universitario se establecen lineamientos para la programación, realización y apoyo de eventos Institucionales, relacionados con el bienestar universitario en la Universidad Nacional de Colombia. Enel 2017 mediante el acuerdo 16 del Consejo de Bienestar Universitario se reglamenta el Subsistema Estratégico de Información e Indicadores de Bienestar Universitario de la Universidad Nacional de Colombia y se deroga la Resolución 02 de 2011 del Consejo de Bienestar Universitario.

En esta misma línea en lo que respecta al *área* de acompañamiento integral en el año 2012 a partir del Acuerdo 001 del Consejo de Bienestar Universitario se establecen algunos mecanismos alternativos de prevención, atención y manejo pedagógico de los conflictos estudiantiles en la Universidad Nacional de Colombia. En el año 2012 mediante Resolución 028 de Rectoría se establecen los lineamientos de inducción y reinducción para los estudiantes de pre y posgrado y servidores públicos docentes y administrativos de la Universidad Nacional de Colombia. En el 2018 mediante Acuerdo 20 del Consejo de Bienestar Universitario se reglamentan los programas del Área de Acompañamiento Integral del Sistema de Bienestar Universitario en la Universidad Nacional de Colombia. En este mismo año mediante Acuerdo 21 del Consejo de Bienestar Universitario se establecen guías de alertas tempranas en la Universidad Nacional de Colombia.

En lo que respecta Unisalud, se da la posibilidad a sus usuarios de hacer parte de los programas de promoción y prevención definidos por la Resolución 412 del 2000, del Ministerio de Salud.

El área de salud de Bienestar Universitario cuenta con el Acuerdo 22 De 2018 del Consejo De Bienestar Universitario que reglamenta los programas del Área de Salud del Sistema de Bienestar Universitario en la Universidad Nacional de Colombia.

Por otro lado al Universidad cuenta con la Política de Seguridad y Salud en el trabajo, que en su artículo 2 se refiere al compromiso de la Universidad Nacional de Colombia como una institución orientada al conocimiento, y en armonía con sus principios y fines misionales de docencia, investigación y extensión con la comunidad universitaria en la implementación, mantenimiento y mejoramiento continuo del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, con el propósito de ***promover la salud física y mental*** en el ambiente laboral y prevenir accidentes, incidentes, y enfermedades laborales. Dentro de los objetivos de esta política está el de generar una cultura de autocuidado y autogestión en todos los niveles de la Universidad, promoviendo la seguridad y la salud en la comunidad universitaria.

Así mismo se cuenta con la Política institucional para la inclusión educativa de las personas con discapacidad en la Universidad Nacional de Colombia mediante Acuerdo 036 de 2012 del Consejo Superior Universitario, cuyo objetivo es promover la inclusión educativa de las personas con discapacidad en la Universidad Nacional de Colombia a partir del reconocimiento de los alcances y limitaciones institucionales y la determinación de forma progresiva y sostenible de los ajustes razonables así mismo se acogerán los elementos de diseño universal en la docencia, la investigación, la extensión, las labores administrativas, el bienestar universitario, la movilidad, y la accesibilidad. En su Artículo 3, hace referencia a las acciones para la consolidación de la política institucional de inclusión educativa de las personas con discapacidad. De la misma manera en su artículo 5 propone la conformación del Observatorio de Inclusión Educativa para hacer seguimiento a la implementación de las medidas y acciones reglamentadas, prestar asesoría y acompañamiento a las áreas académicas, administrativas y de bienestar universitario, a nivel Nacional, Sede y Facultad, sugerir los apoyos que se requieren para facilitar el proceso de inclusión en el medio universitario de las personas con discapacidad, así como interactuar con entidades externas para permitir la actualización, e intercambio de conocimientos y experiencias. Este Observatorio se apoya en las unidades académicas expertas en el tema, en instancias de bienestar universitario y de personal y en la experiencia y aportes de las personas con discapacidad vinculadas a la institución así como se apoyará en los sistemas de información con los que cuenta la Universidad y los que se desarrollen a futuro, permitiendo acopiar información y hacer seguimiento a los avances de la política y de las acciones afirmativas de inclusión educativa para personas con discapacidad propuestas.

La Política institucional de equidad de género y de igualdad de oportunidades para mujeres y hombres en la Universidad Nacional de Colombia, se establece mediante Acuerdo 035 de 2012 del Consejo Superior Universitario, la cual tiene como propósito establecer lineamientos conceptuales, metodológicos y operativos, que propenden por el fortalecimiento de una cultura institucional de equidad de género e igualdad de oportunidades para mujeres y hombres en la Universidad Nacional de Colombia. Igualmente propone en su Artículo 8 la creación del Observatorio de Asuntos de Género con el fin de fortalecer una cultura institucional de equidad de género e igualdad de oportunidades para mujeres y hombres en la institución y hacer seguimiento a la implementación de las medidas y acciones reglamentadas en dicha política. Este observatorio de asuntos de género, es una instancia asesora de la Universidad y está integrado por personas expertas en el tema. El Consejo de Bienestar Universitario, reglamentará lo correspondiente a la integración, funciones, recursos y procedimientos del observatorio de asuntos de género, se apoya en los sistemas de información con los que actualmente cuenta la Universidad y los que se desarrollen a futuro, que permitan acopiar información y hacer seguimiento a los avances de la política y de las acciones afirmativas de equidad de género e igualdad.

También se cuenta con resoluciones, acuerdos y circulares en las áreas de cultura, gestión y fomento socioeconómico y actividad física y deporte, normatividad que orienta las acciones en torno al bienestar de la comunidad universitaria.

Covid-19 y Salud Mental

Desde el primer brote de COVID-19, reportado en Wuhan, provincia de Hubei en China en diciembre del 2019, la OMS prendió alertas sobre la emergencia sanitaria global, lo que insto a los gobiernos a tomar medidas de manera inmediata y establecer acciones coordinadas de manejo. Esta pandemia por COVID-19 ha generado cambios importantes y significativos para todos los seres humanos, la mayoría de los países ha impuesto restricciones a la movilidad, con el fin de cortar con la cadena de contagios, medidas como el lavado de manos, el uso de tapabocas en todos los espacios públicos, mantener una distancia social de dos metros, la restricción de reuniones, encuentros familiares, trabajo en casa, acceso limitado a la educación presencial en todos los niveles, medidas que si bien han sido discutidas también han resultado efectivas, aunque en principio esta podría ser una crisis de salud física, trae consigo una importante crisis de salud mental, la cual implica tomar medidas de respuesta a la pandemia de COVID-19 y de recuperación posterior por parte de los gobiernos, teniendo en cuenta la importancia de la salud mental para el funcionamiento de las comunidades.

Estas y otras medidas tomadas para evitar el contagio en los países han generado en las comunidades preocupaciones e incertidumbre por los efectos inmediatos del virus en la salud y las consecuencias del aislamiento físico, de acuerdo a (Unidas, 2020), un gran número de personas presentan miedo a infectarse, morir y perder a sus familiares, de la misma manera el perder fuentes de ingreso o estar en riesgo de perderlos, la desinformación y los rumores frente al COVID-19, aumenta el riesgo de enfrentarse a problemas en salud mental como a la gravedad de los mismos.

Sumado a esto y de acuerdo al informe de políticas de salud mental de las Naciones Unidas 2020, existen otros grupos poblacionales que presentan niveles elevados de angustia relacionados con el COVID-19, como son los equipos sanitarios de primera línea y los equipos de respuesta inicial quienes se han visto enfrentados a factores estresantes y son pieza clave en la preparación, respuesta y recuperación en relación con el COVID -19, así mismo los grupos de adultos mayores y quienes presentan problemas de salud preexistentes, las dificultades emocionales de los niños y adolescentes las cuales aumentan por el estrés en el ámbito familiar, el aislamiento social, la suspensión de la educación en espacios escolares y universitarios y algunas veces aumento de los abusos y violencia al interior de la familia.

Por su parte el informe de políticas en salud mental de las Naciones Unidas 2020, sugiere medidas como la aplicación de un enfoque que cobije a toda la sociedad de manera que se proteja, promueva y cuide de la salud mental, así como garantizar la disponibilidad de apoyo psicosocial, la salud mental de emergencia y apoyar la respuesta al COVID-19, creando nuevos servicios de salud mental para el futuro. Así mismo la investigación debe formar parte de las medidas de recuperación, la organización de servicios comunitarios asequibles, con eficacia y protección de los derechos humanos en el marco de los planes nacionales de recuperación del COVID-19.

Como ya se ha mencionado anteriormente antes de la aparición del COVID-19 y de acuerdo a la OMS, las estadísticas sobre los trastornos mentales ya evidenciaban un horizonte complejo, teniendo en cuenta que los trastornos mentales, neurológicos y por consumo de sustancias psicoactivas son el 10% de la carga mundial de comorbilidad y el 30% de las enfermedades no mortales, trastornos como la depresión afectan a 264 millones de personas en el mundo siendo una de las principales causas de discapacidad, 1 de cada 5 niñas, niños y adolescentes tiene un trastorno mental, cerca de la mitad de los trastornos mentales aparecen antes de los 14 años de edad, cada año se suicidan cerca de 800 personas convirtiéndose en la segunda causa de muerte entre las personas de 15 a29 años de edad, en entornos que son afectados por el conflicto armado 1 de cada 9 personas presenta un trastorno mental de moderado a grave, las personas con algún trastorno mental grave mueren de 10 a 20 años antes que el resto de la población,

la tasa de profesionales de la salud mental oscila entre menos de 2 por cada 100000 habitantes en países de bajos ingresos y más de 70 por cada 100000 habitantes en países de ingresos altos, menos de la mitad de los 139 países que cuentan con políticas y planes de salud mental afirman que se ajustan a las convenciones sobre derechos humanos y por último la economía mundial pierde cerca de 1 billón de dólares al año en productividad a causa de la depresión y la ansiedad.

Con este panorama y tras la aparición del COVID-19, la OMS Europa, lanza en 2020, una coalición para afrontar la situación de salud mental con el fin de mejorar las políticas y prácticas en salud mental en Europa. Las cuatro iniciativas propuestas son salud mental, salud digital e innovación, perspectivas conductuales y culturales e inmunización, las cuales representan las prioridades en los próximos cinco años.

Estas iniciativas proponen como componente básico luchar contra el estigma y la discriminación, sensibilizando y aportando conocimientos en temas de salud mental tanto para el público en general como para quienes se encargan de tomar decisiones y de proveer servicios en la materia. Así como la mejora en el acceso a la atención en salud mental basado en los derechos humanos y centrado en las personas.

Por otro lado, la crisis de salud mental en la región de las Américas, debido a la situación de pandemia por COVID-19, evidencia necesidades cada vez mayores y recursos cada vez menores para abordar esta temática. Es así como la OMS/OPS insta a los países a tomar medidas y priorizar la salud mental como respuesta a la pandemia, con inversión y cobertura. De la misma manera sugiere fortalecer la atención primaria en salud mediante la capacitación y contratación de personal de salud integrando la salud mental y el apoyo psicosocial de manera que sea de fácil acceso a quien demande dicha atención.

En países de ingresos bajos las restricciones y cuarentenas suponen entre otros efectos desempleo y hambre, agudizando al mismo tiempo problemas sociales, de violencia intrafamiliar y salud mental.

En Colombia con el fin de disminuir la velocidad de contagio por COVID-19, se declaró la emergencia sanitaria por medio de la expedición de decretos que se empezaron a aplicar desde el 16 de marzo de 2020, y que son acogidos a nivel nacional y departamental. Dentro de las medidas tomadas están la adecuación de hospitales, ayudas económicas a familias de ingresos bajos, distanciamiento social, confinamientos sectorizados, cierre de bares y restaurantes, toque de queda, cierre de universidades, colegios y jardines, entre otras medidas que han tenido impacto en el sistema productivo social, económico y en la salud mental del país.

Este cierre de universidades, colegios y jardines obligo a niños y jóvenes a continuar con las clases desde sus casas, en donde algunos padres de familia tuvieron que realizar esfuerzos importantes para proveer a sus hijos de herramientas tecnológicas que les permitieran acceder a las clases virtuales. Colegios y universidades también se vieron en la necesidad de implementar estrategias de educación virtual con el fin de dar continuidad a los procesos educativos que se venían adelantando. Sin embargo y a pesar de estos esfuerzos muchas familias no cuentan con los recursos económicos necesarios para adquirir herramientas tecnológicas, muchas zonas del país no cuentan con internet, niños y jóvenes abandonaron sus estudios para apoyar tareas del campo, razón por la cual docentes y alumnos de zonas apartadas y rurales se vieron en la obligación de poner en marcha mecanismos con el objetivo de disminuir la deserción escolar y dar continuidad el proceso educativo que se venía adelantando antes de la aparición del COVID-19.

Es así como el impacto de la pandemia en la salud mental de los colombianos, ha obligado al gobierno a implementar medidas para la mitigación de riesgos asociados a los problemas o trastornos mentales, como la implementación de líneas de apoyo a la salud mental, habilitación de servicios, elaboración de orientaciones técnicas y experiencias piloto en telemedicina en salud mental, entrenamiento a equipos de medios de comunicación en acciones de comunicación en salud sin daño. Igualmente se han desarrollado micrositios de salud mental en la página de corona virus Colombia, proporcionando a la comunidad recursos prácticos para el cuidado de su salud mental.

II. METODOLOGÍA PARA LA IDENTIFICACIÓN Y ANALISIS DE INFORMACIÓN SOBRE PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN ESPACIOS UNIVERSITARIOS

En este apartado se hace referencia a la metodología que orientó la identificación y análisis de la información encontrada en relación con el tema de promoción de la salud mental en espacios universitarios incluyendo programas y estrategias existentes en los territorios en donde hace presencia la Universidad Nacional de Colombia. Igualmente se describen aspectos fundamentales de la revisión y da cuenta de las fases que sustentan y dan forma al presente estado del arte o estado de la cuestión.

Esta revisión se realizó en dos fases, una primera fase heurística[6] y posteriormente hermenéutica[7], *ver ilustración 2.*

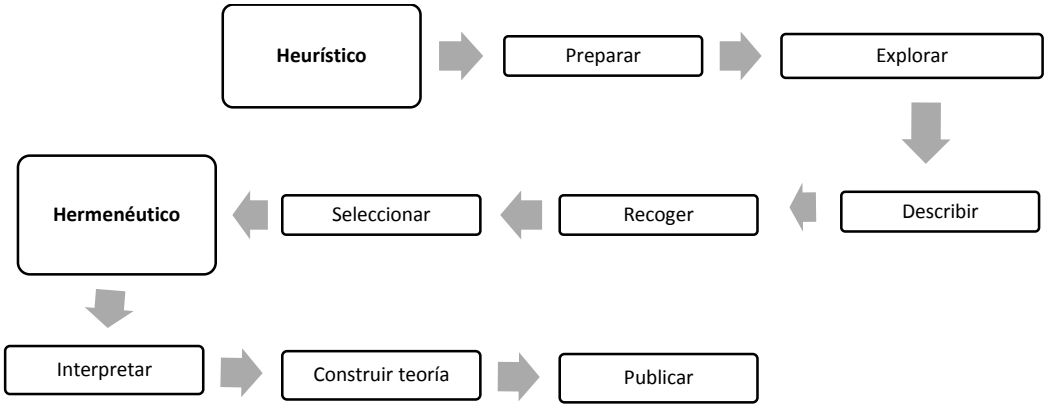


Ilustración 2. Tomado de Guía para construir estados del arte. Londoño. O. Maldonado. L. Calderón. L. Bogotá. 2004. Fuente: Elaboración propia

Teniendo en cuenta las fases mencionadas anteriormente se describen a continuación las acciones desarrolladas en cada fase.

Fase 1: Heurística, En esta primera fase se define los criterios de categorización de la información sobre salud mental en los espacios universitarios, los criterios de selección de las Universidades que se consultaron y los instrumentos utilizados para recolectar y organizar la información.

Definición de criterios de selección y categorización de la información

De acuerdo a la finalidad de identificar acciones en Salud Mental en los espacios universitarios, los criterios de categorización de la información se enfocaron en:

Identificación de los Programas, acciones, o proyectos, relacionados con Promoción de la salud mental en la comunidad universitaria que realizan o han realizado las Universidades desde las áreas de bienestar universitario o por otras áreas que hacen parte de la Universidad. Específicamente se priorizó acciones en:

[6] Heurística: Tiene como origen etimológico el griego "eurískein", que significa encontrar, indagar y descubrir en documentos y fuentes históricas, esto con el fin de dar respuesta a una pregunta o solucionar una determinada cuestión
[7] Hermenéutica: Que viene del griego "hemeneutiké tejne" que es la capacidad de explicar, traducir, e interpretar las relaciones existentes entre un hecho y el contexto en el que acontece, también está compuesto por una serie de pasos

Promoción en el Fortalecimiento de las habilidades psicosociales individuales y colectivas	Identificación y Gestión de los riesgos en salud mental en: Estudiantes, Docentes y Administrativos	Promoción de la salud mental con Enfoque interseccional

El segundo criterio está enmarcado en las acciones de Atención en salud mental, dirigidas a la comunidad universitaria, por medio de servicios ofrecidos por las Universidades como:

Servicios de atención psicológica	Servicios de atención psiquiátrica (Medicación, tratamientos, hospitalización)	Ajustes Razonables: Académicos Laborales

Criterios de selección de las universidades

Aquí se tuvieron en cuenta las Universidades de América y Europa Rankeadas como las mejores de la zona, por el grupo QS, (Quacquarelli Symonds), grupo que desarrolla e implementa métodos de recopilación y análisis de datos comparativos, utilizados para resaltar las fortalezas de las instituciones y es quien publica el ranking mundial líder, de las mejores universidades, esta es una publicación anual de clasificaciones universitarias y comprende las clasificaciones globales generales y de asignaturas, junto con tablas globales independientes como Asia, América Latina, Europa emergente y Asia central y la región Árabe, así mismo se tuvieron en cuenta las Universidades de Colombia, pertenecientes a REDCUPS, que es la Red colombiana de instituciones de educación superior promotoras de salud. *Ver ilustración 3.*

Esta selección incluyo universidades públicas y privadas, que tuvieran programas, experiencias, estrategias, entre otros, dirigidos a la promoción y atención de la salud mental de la comunidad universitaria. Se tuvieron en cuenta subtemas que permitieron ampliar el rango y los lugares de búsqueda, relacionados con manejo de emociones en estudiantes universitarios, prevención de violencia y maltrato al interior de la universidad y vida universitaria.

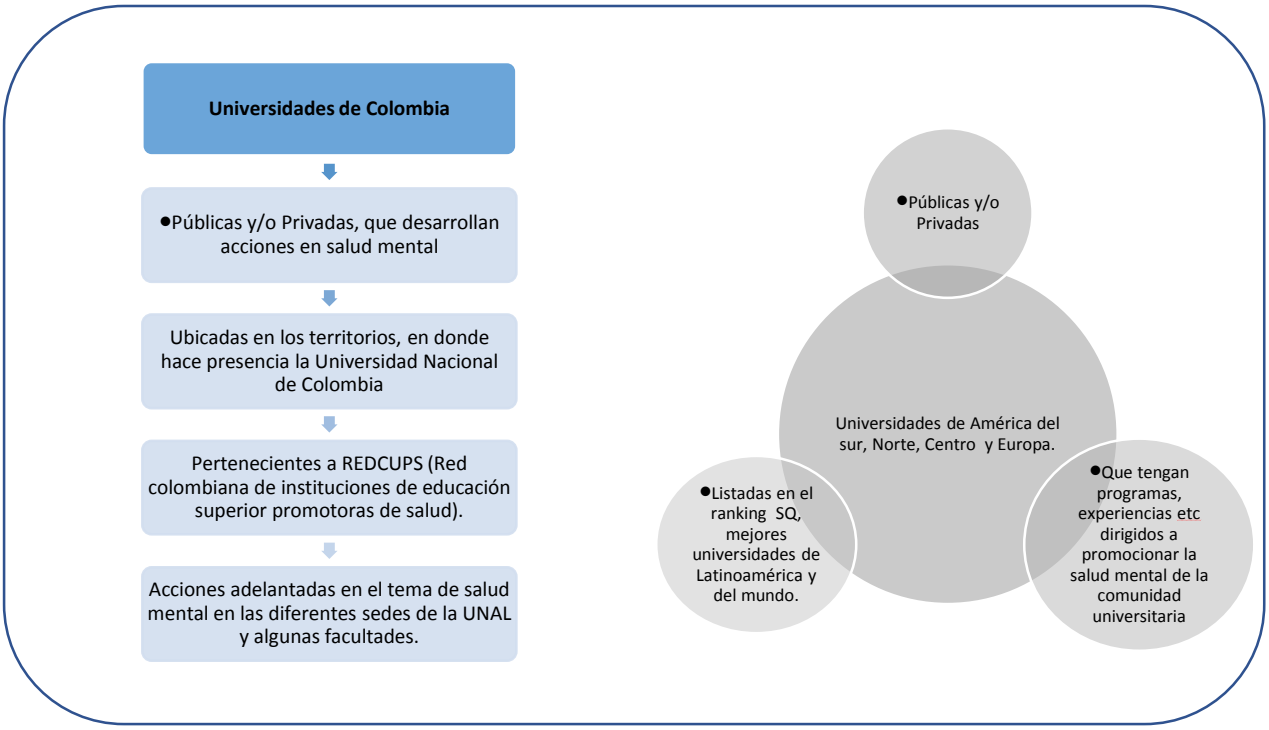


Ilustración 3, Criterios de selección universidades. Fuente: Elaboración propia

A continuación, se presenta el listado de las universidades seleccionadas de América del Sur, Centro América, Norteamérica y Europa:

AMÉRICA SUR			
No	**COLOMBIA**	**UBICACIÓN**	**TIPO**
1	Universidad Nacional de Colombia	Bogotá, Amazonas, Palmira, Medellín, Manizales, Orinoquia, Tumaco, La Paz, Caribe	Pública
2	Universidad Católica de Colombia	Bogotá	Privada
3	Colegio mayor de Cundinamarca	Bogotá	Pública
4	Universidad de los Andes	Bogotá	Privada
5	Universidad Distrital Francisco José de Caldas	Bogotá	Pública
6	Universidad el Bosque	Bogotá y Chía	Privada
7	Universidad el Rosario	Bogotá	Privada
8	Universidad Externado	Bogotá	Privada
9	Fundación universitaria Juan N Corpas	Bogotá	Privada
10	Universidad Manuela Beltrán	Bogotá, Cajicá y Bucaramanga	Privada
11	Universidad Militar Nueva Granada	Bogotá y Cajicá	Privada

12	Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia	Bogotá	Pública
13	Politécnico Gran Colombiano. POLI	Bogotá	Privada
14	Pontificia Universidad Javeriana	Bogotá	Privada
15	Universidad Jorge Tadeo Lozano. UTADEO	Bogotá	Privada
16	Universidad del Atlántico	Barranquilla	Pública
17	Universidad del Norte	Barranquilla y Santa Marta	Privada
18	Universidad de Cartagena	Cartagena	Pública
19	Universidad de la Sabana	Chía	Privada
20	Universidad Caldas	Manizales	Pública
21	Universidad Autónoma de Manizales	Manizales	Pública
22	Universidad de Medellín	Medellín y Bogotá	Privada
23	Universidad de Antioquia. UDEA	Medellín	Pública
24	Tecnológico de Antioquia	Medellín	Pública
25	Univalle	Palmira, Valle y Tuluá	Pública
26	Universidad del Cauca	Popayán y Santander de Quilichao	Pública
27	Universidad de Nariño	San Juan de Pasto, Ipiales, Tumaco y Túquerres	Pública
28	Universidad de los llanos	Villavicencio	Pública
29	Universidad del Cesar	Valledupar y Aguachica	Pública
30	Universidad Santiago de Cali	Santiago de Cali y Palmira	Privada
	ARGENTINA		
31	Universidad de Buenos Aires	Buenos Aires	Pública
	URUGUAY		
32	Universidad Católica de Uruguay	Montevideo	Privada
	CHILE		
33	Universidad de Chile	Santiago de Chile	Pública
34	Pontificia Universidad Católica de Chile	Santiago de Chile	Privada
	BRASIL		
35	Universidad de Sao Paulo	Sao Paulo	Privada
	CENTRO AMERICA		
36	Universidad de Costa Rica	San José y San Pedro de Costa Rica	Pública
	NORTE AMÉRICA		
37	Universidad Autónoma de México	Ciudad de México. México	Pública
38	Tecnológico de Monterrey México	Monterrey. México	Privada

39	Universidad de Yale	New Haven, Connecticut. E. U	Privada
40	Universidad de Harvard	Cambridge, estado de Massachusetts. E. U	Privada
41	Universidad de Stanford	California. E. U	Privada
42	Instituto Tecnológico de California (CALTECH)	Pasadena. E. U	Privada
	REINO UNIDO		
43	Universidad de Oxford	Oxford	
44	Universidad de Cambridge	Cambridge	
	ESPAÑA		
45	Universidad Complutense de Madrid	Madrid	Pública

Instrumentos utilizados para recolectar y organizar la información:

La información de las Universidades encontrada se organizó en una matriz creada en Excel, (ver Anexo 1), **dividida en tres bloques,** (Datos generales, Identificación y Ubicación, ver ilustración 4), el primer bloque corresponde a datos generales de las acciones encontradas, como son:

- ¿Qué es?: hace referencia a que información se encontró relacionada con promoción de la salud mental, si esto corresponde a una política, plan de acción, lineamiento, ruta de atención, programa, estrategia, curso, documento relacionado, investigación entre otros aspectos relacionados con el tema de promoción de la salud mental en los ámbitos universitarios.
- Año: año de publicación, vigencia o desarrollo de la actividad o estrategia identificada. Rango de años, de 2015 en adelante.
- Tipo de Institución de Educación Superior (IES): si corresponde a institución pública o privada.
- Origen: Se refiere al lugar o institución que desarrolla o formula la estrategia, experiencia, política o plan de acción entre otros.
- Responsable: el departamento, área, servicio o secretaria, que es el responsable de ejecutar las acciones relacionadas.
- País de origen de la Universidad.
- Idioma: español, inglés, portugués, otro.

El segundo bloque corresponde a información relacionada con datos de identificación de la acción:

- Nombre: en esta columna se hace referencia el nombre de la experiencia, documento, o normativa.
- Tipo de intervención: hace referencia a la intervención en este caso si la experiencia o estrategia corresponde a promoción, prevención, atención, diagnostico, formación entre otros. Igualmente, lineamientos o área de investigación.
- Objetivo general: hace referencia a los objetivos de la experiencia, investigación o normativa encontrada.
- Palabras clave: las palabras clave que facilitaron la búsqueda dentro de la página de la universidad o ente de orden local, nacional e internacional.
- Acciones: corresponde a una breve descripción de las acciones adelantados en el marco de la experiencia.
- A quién va dirigido: corresponde a segmento de la población beneficiaria de esta acción (estudiantes, docentes, administrativos, población en general).

Y un tercer bloque (matriz Excel), que corresponde a la ubicación de la información, como es el link, la ruta para acceder a la misma, o datos de contacto en caso de que se identifique esta información.

Ilustración 4, Estructura de la búsqueda. Fuente: Elaboración propia

Tipos de búsqueda

Dentro de los tipos de búsqueda elegidos, tenemos la búsqueda "Booleana"[8] la cual se realiza usando descriptores lógicos (AND, OR, NOT) lo cual permitió relacionar de manera lógica los términos de búsqueda. Igualmente se utilizaron buscadores de

[8] Los operadores booleanos o también llamados operadores de búsqueda son nexos lógicos entre los términos que explican la relación entre conceptos de búsqueda. Tomado de https://www.ecured.cu/Operadores_booleanos

presencia como son +, -, los cuales facilitan y limitan la búsqueda al tema específico de promoción de la salud mental o elimina temas no relacionados y son sugeridos.
También se realizaron búsquedas directas con palabras clave dentro de las páginas oficiales de las universidades seleccionadas y las páginas de los entes gubernamentales y de otros países como se mencionó anteriormente.

La búsqueda de información se realizó en las páginas web oficiales de las universidades seleccionadas y para el caso de la Universidad Nacional de Colombia se creó un formulario en Google forms que se compartió con las dependencias de la Universidad que tienen funciones de atención en Salud, Facultades del área de salud, áreas de Bienestar Universitario de nivel sede y facultad, división de seguridad y salud en el trabajo, división de seguridad y vigilancia, quienes a su vez podrían enviarlo a otras áreas conocidas que tuvieran alguna experiencia relacionada con el tema de promoción de la salud mental en la universidad para que ingresarán las acciones y estrategias que realizaron o están realizando en el marco de la promoción y atención en salud mental en la Universidad. *Ver anexo 2.*

El formulario se estructuró en tres grandes temáticas relacionadas con el concepto de Universidad Saludable y que aportan a la construcción de la Política, una primera temática consumos nocivos, la segunda salud mental y la tercera promoción de la salud y bienestar, con la opción de seleccionar una de las tres, de acuerdo a las acciones adelantadas por la sede o facultad.

Para el tema de salud mental se escogieron preguntas con varias opciones de respuesta, estas preguntas son:

- Tipo de situación identificada enmarcada en los indicadores de morbimortalidad de los problemas y trastornos mentales y del comportamiento del Ministerio de salud y Protección Social, aquí se despliegan las opciones; síntomas depresivos, ansiedad, alteraciones del sueño, pensamiento relacionado con autolesión, plan suicida, intentos de suicidio, suicidios, trastornos mentales, otras identificadas.

- Se realizaron preguntas abiertas, relacionadas con rutas o protocolos para la atención o manejo de problemas de salud mental y si se cuenta o no, con equipo de trabajo humano formado específicamente para abordar la temática de salud mental.

Una vez se da respuesta a estas preguntas se redirecciona a la sección de preguntas que conectan específicamente con la experiencia en promoción de la salud mental en la universidad, en esta sección se realizan preguntas abiertas relacionadas con la

problemática o situación que origino la iniciativa, acción, proyecto o programa. De la siguiente manera:

1. ¿Cuál era la problemática o situación que originó la iniciativa, acción, proyecto o programa?
2. ¿Cuál fue o es la iniciativa, acción, proyecto o programa que desarrolla o se desarrolló para responder a la situación identificada? Haga una breve descripción.
3. ¿Cuál fue el objetivo principal de la acción, proyecto o programa que desarrolla o se desarrolló para responder a la situación identificada? haga una breve descripción.
4. ¿Qué tipo de acción o estrategia utilizo? Acá se despliegan las opciones: prevención, promoción, atención, mitigación, control, otro, cual.
5. ¿A qué población está dirigida la acción o estrategia? Se despliegan las opciones estudiantes, docentes, administrativos, comunidad universitaria en general, familia, otro, cual.
6. ¿Cuál fue le metodología implementada (métodos y técnicas de trabajo, formatos, instrumentos, aplicaciones informáticas, instructivos diseñados o adaptados, material audiovisual, piezas comunicativas)? Realizar una breve descripción.
7. ¿Quiénes fueron los responsables de la ejecución de la acción o estrategia?
8. ¿Se tuvo algún mecanismo de seguimiento o evaluación de la estrategia? (Mecanismos empleados para evaluar el nivel de satisfacción de los beneficiarios de la estrategia. Hallazgos y acciones correctivas).
9. ¿Cuáles fueron las dificultades o barreras encontradas a lo largo de la implementación de la estrategia?
10. ¿Cuáles fueron los logros identificados en la implementación de la acción o estrategia?
11. ¿Otros pueden hacer lo mismo? SI___ NO___ Explique su respuesta en términos de si se cuenta con Instrumentos, manuales o instrumentos que soporten la réplica o adaptación de la experiencia.

Este formulario permitió sistematizar las experiencias de las otras sedes de la Universidad Nacional de Colombia, las cuales aportan de manera importante a la construcción de la política y dan cuenta de las acciones adelantadas y también evidencia que ***"no estamos en cero".***

Fase 2: Hermenéutica, En esta segunda fase, se destaca el uso de la hermenéutica como elemento importante en la construcción del estado de arte, ya que propone la comprensión y transformación del fenómeno desde los referentes más inmediatos permitiendo enlazar la descripción, explicación y construcción desde esa comprensión

(Hoyos Botero 2000). De igual modo es una manera de reconstruir los desarrollos de otros y con ello aportar diversas interpretaciones que transforman y contribuyen al fenómeno estudiado. (Trujillo, 1999, citado en Venegas Bohórquez y Toro Rango, 2012). Aquí se presentan los resultados y el análisis de la información obtenida, una vez realizadas las búsquedas en las páginas de las universidades seleccionadas, los cuales son insumo para la construcción de la Política institucional de salud mental, para la Universidad Nacional de Colombia. Esta segunda fase corresponde a la tercera parte de este documento, en donde se realiza una descripción detallada de los resultados encontrados en cada una de las universidades seleccionadas, a partir de la revisión y análisis de dicha información.

III. RESULTADOS

Los resultados pertenecen a la segunda fase de elaboración del estado del arte, y dan cuenta de las experiencias relacionadas con el tema de promoción de la salud mental en el ámbito universitario, encontradas en las universidades seleccionadas, a nivel internacional, nacional y local y de las experiencias sistematizadas en las sedes de la Universidad Nacional de Colombia, reportadas por otras sedes y que fueron recogidas a través del formulario “Identificación y caracterización de acciones y estrategias de Universidad Saludable”, mencionado y descrito anteriormente.

Experiencias en el Ámbito Universitario Relacionadas con el Tema de Promoción de La Salud Mental

A continuación, se relacionan las experiencias, que dan cuenta de acciones específicas en el tema de salud mental, y fueron encontradas en las páginas oficiales de las universidades seleccionadas de acuerdo a los criterios ya mencionados, sin embargo, es necesario aclarar que esto no significa que estás universidades, no desarrollen acciones diferentes a las publicadas en sus páginas o que sean las únicas universidades que desarrollan acciones o estrategias en estos temas.

HALLAZGOS A NIVEL INTERNACIONAL EUROPA

Universidad de Oxford

Una de las universidades seleccionadas de acuerdo a los criterios mencionados anteriormente, es la Universidad de Oxford, la cual está ubicada en Reino Unido y cuenta con una “***Política de Salud Mental para estudiantes”***. Ver anexo 3, Student Mental Health Policy, bajo un enfoque institucional que apoya la salud mental de los estudiantes

de Oxford, mediante una serie de procedimientos y orientaciones con la articulación y cooperación entre la Universidad y sus colegios legalmente separados.
Los objetivos de esta política en lo que respecta a la salud mental de los estudiantes, son:

- Promover la salud mental positiva entre toda la población estudiantil.
- Sensibilizar sobre los problemas y la prestación de servicios en salud mental y reducir el estigma de modo que se aliente a los estudiantes con dificultades a buscar ayuda y a tener confianza en la respuesta del personal.
- Proporcionar un apoyo consistente y efectivo a los estudiantes que experimentan dificultades en la salud mental, con un enfoque coordinado entre los colegios, departamentos académicos y servicios centrales de apoyo a los estudiantes y remisión oportuna al NHS (Servicio Nacional de Salud[9]).
- Crear un ambiente en el que se respete la confidencialidad y la dignidad.

Los principios y objetivos de esta política se aplican a todos los estudiantes de la Universidad de Oxford, pero es posible que algunos de los procedimientos no se apliquen a todos los tipos de estudiantes, (por ejemplo, los estudiantes visitantes y algunos estudiantes a tiempo parcial que no están en procesos formativos que conducen a un reconocimiento de la Universidad de Oxford). Sin embargo, las necesidades de los estudiantes, siempre tendrán que ser consideradas en el contexto de la comunidad en su conjunto.

La política aclara que a pesar de querer crear un entorno que apoye la buena salud mental y se comprometa a tomar medidas razonables para garantizar el bienestar de sus miembros, ningún miembro de la Universidad y sus colegios debe ir más allá de su nivel de competencia al tratar de apoyar o asesorar a un estudiante, de esta manera cuando no se brinde ningún servicio específico, se debe ser claro con el estudiante y se le debe alentar a buscar otros servicios disponibles para él por medio de su médico de cabecera o servicios locales de salud mental.

Además de la política de Salud mental, la universidad de Oxford cuenta con la "***estrategia de bienestar estudiantil y salud mental*** "que garantiza que los estudiantes reciban apoyo durante su tiempo en Oxford bajo un enfoque holístico para apoyar a los estudiantes y cubre todos los aspectos de la experiencia universitaria, se desarrolla con los estudiantes y expertos externos. Los objetivos de esta estrategia son:

---

[9] Es el sistema nacional de salud en el Reino Unido que se financia con fondos públicos. Para acceder a la atención médica del NHS en el Reino Unido, el estudiante debe registrarse con un médico (también conocido como médico general o médico de cabecera). La salud del estudiante es principalmente responsabilidad universitaria; la universidad tendrá un acuerdo con un médico del NHS y una enfermera universitaria.

- Promover el bienestar y la buena salud mental de todos los estudiantes en todos los aspectos de la vida universitaria en todas las etapas.
- Asegurar que la consideración de bienestar de los estudiantes y la salud mental este integrada en la toma de decisiones institucionales.
- Basar las políticas de bienestar en la mejor evidencia posible.
- Buscar una mejor comprensión de las necesidades del alumnado con discapacidad.
- Monitorear e informar el progreso.

Esta estrategia identifico cinco áreas centrales de enfoque, en donde se abordan temas como la práctica inclusiva y accesible, las medidas preventivas y el autocuidado positivo, estas áreas son: *Aprendizaje,* en donde se promueven e integran practicas inclusivas de enseñanza aprendizaje en la universidad, *Habilidades para la vida*, ayudando a los estudiantes de pregrado y posgrado a desarrollar habilidades de afrontamiento, disciplina, autocuidado entre otras, mediante la promoción de recursos de apoyo frente a problemas de salud mental. *Comunidad,* promoviendo la interacción de los estudiantes con la universidad, y las comunidades locales de Oxford de manera segura y positiva, como mecanismo para afrontar la soledad y la desestigmatización de las dificultades en salud mental. *Inclusión* orientación al personal sobre prácticas inclusivas, promover el deporte inclusivo y la actividad física en Oxford, identificación de actividades que promuevan la salud mental y el bienestar de los estudiantes y *Apoyo* hace referencia a las oportunidades de intervención temprana, respaldadas por el servicio de apoyo profesional en colaboración con el NHS y organizaciones benéficas locales.

Dentro de los programas relacionados con salud mental al interior de la universidad y propuestos en su política, se encuentra el *servicio de asesoramiento*, el cual ofrece soporte gratuito y confidencial a los estudiantes con afectaciones en su salud mental, *talleres de trabajo* para apoyar al estudiante en el desarrollo de habilidades que le permitan responder a las demandas de la vida universitaria, estos talleres son a corto plazo estructurados y dirigidos a un grupo de entre 4 y 20 estudiantes a la vez, bajo una perspectiva de terapia cognitiva conductual, algunos talleres son interactivos, no son grupos terapéuticos y van desde una sola sesión a una serie de talleres con temas relacionados entre sí. Algunos de los temas tratados son: manejo de ansiedad, perfeccionismo, relajación, bajo estado de ánimo, ansiedad, superación del pánico, atención plena entre otros, se adaptan a las necesidades de los estudiantes razón por la cual los temas varían. *Asesoramiento grupal*, estos grupos brindan la oportunidad de relacionarse con otros miembros de la comunidad, son confidenciales y no están compuestos por personas que se conozcan dentro de la universidad, se pide a los participantes no socializar fuera del grupo mientras se está ejecutando, una vez el grupo empieza no se da cabida a más miembros, se reúnen de manera semanal durante el periodo académico, con sesiones de una hora y media. *Programa de apoyo entre pares,*

este programa busca capacitar a los estudiantes que así lo desean y son seleccionados por el panel de apoyo a pares en su universidad o departamento, reciben capacitación y apoyo de un entrenador de pares para permitirles escuchar de manera efectiva, comunicarse con sensibilidad, mantener la confidencialidad, respetar los límites y reconocer cuando y como alentar la derivación a servicios de apoyo profesional, los pares de apoyo asisten a supervisión quincenal continua a través del Servicio de Orientación de la Universidad para consolidar su capacitación, desarrollar habilidades y garantizar que no estén demasiado comprometidos. Todos los compañeros de apoyo acatan un Código de Práctica. *Recursos de apoyo*, estos recursos son creados para que los miembros de la comunidad universitaria puedan obtener información y abordar algún tema relacionado con la salud mental, no son una lista de lecturas y no son definitivos.
Podcast, serie de charlas cortas y presentaciones dirigidas a estudiantes de la universidad, en temas relacionados con salud mental. *Consejos para padres*, a los padres interesados en saber cómo orientar a sus hijos en momentos de crisis o afectaciones en salud mental, se tienen en cuenta el respeto a la confidencialidad tanto de los padres como de los estudiantes.

Servicio de escucha, *"Oxford Nightline",* es un servicio de escucha, soporte e información dirigido por y para los estudiantes, de las universidades de Oxford y Oxford Brookes, este servicio existe desde 1972, fue creado por un estudiante, y se ofrece durante los siete días de la semana, todas las noches de 8pm a 8am.

Y por último dentro de los hallazgos, se aprecia el servicio de salud mental del NHS para ofrecer tratamiento de realidad virtual, este proyecto reúne a un equipo de universidades, del NHS, organizaciones benéficas de salud mental, el Royal College of Art y la empresa spin-out de la universidad de Oxford y es dirigido por el departamento de psiquiatría de la Universidad de Oxford. Este tratamiento puede ayudar a los pacientes con unos auriculares y un computador a "transformar" sus vidas por medio de un entrenador virtual que lleva al paciente a simulaciones generadas por computador de las situaciones que le resultan problemáticas este entrenador guía a la persona a través de escenarios ayudándole a practicar técnicas para superar dificultades las cuales puede transferir al mundo real, la terapia es liderada por un entrenador virtual.

Adicionalmente el Reino Unido cuenta con la organización "***Students minds"***, la cual es una organización benéfica de salud mental estudiantil en donde se capacita a los estudiantes y miembros de la comunidad universitaria para que desarrollen el conocimiento, la confianza y las habilidades para cuidar su propia salud mental. También capacitan a estudiantes y personal en universidades de todo el reino unido para ofrecer intervenciones de apoyo de pares dirigidas por estudiantes, así como talleres y campañas basadas en investigaciones.

Por otro lado y a raíz de la pandemia por covid-19, y teniendo en cuenta el impacto de la misma en la salud mental de los estudiantes, incluido el efecto de la enfermedad, el autoaislamiento y las restricciones provocadas por el encierro la Universidad de Oxford creo el Grupo de trabajo de Salud Mental con el fin de dar respuesta a las necesidades inmediatas de los estudiantes durante la pandemia, teniendo en cuenta el aumento en la demanda de los servicios, tanto en el periodo de clases como en el periodo de vacaciones. Este grupo tiene representación de toda la universidad y tiene como objetivos, planificar una mayor demanda de servicios de bienestar en la universidad, implementar estrategias de mitigación del impacto de la pandemia en la salud mental de los estudiantes, realizar ofertas adicionales a los recursos ya existentes relacionados con covid-19, establecer rutas de atención en salud mental para los estudiantes, teniendo en cuenta la oferta del NHS y los servicios locales de salud mental, orientar a las universidades y proveedores de alojamiento frente al manejo de la salud mental en casos graves y agudos, adecuar un plan de capacitación y seguimiento a los equipos de bienestar universitario y orientar frente al impacto en la salud mental de la pandemia por covid-19. Para este fin la universidad realizo inversiones significativas de manera que se pudiera aumentar el número de consejeros y apoyo adicional para el servicio de asesoramiento para personas con discapacidad, así como para apoyar los planes de formación de los equipos de bienestar universitario.

Universidad de Cambridge

La Universidad de Cambridge cuenta con la cátedra en educación y salud mental y el curso de capacitación en primeros auxilios psicológicos. Estos programas se implementaron teniendo en cuenta que en el 2019 el Instituto de Política de Educación Superior realizó una encuesta en donde se identificó que el 17% de los estudiantes informó tener una condición de salud mental en comparación con el 12% en 2016, además dentro de esta encuesta se encontró que uno de cada cuatro estudiantes dijo que a menudo o siempre se siente solo, los estudiantes refieren así mismo la importancia de capacitar en estos temas ya que se estima que el 75% de los problemas de salud mental se desarrollan por la vulnerabilidad a los impactos de los trabajos académicos, las relaciones y la depresión como consecuencia de las exigencias para tener éxito.
Igualmente, la universidad presta a sus estudiantes servicios de asesoría y atención en salud mental desde el área de bienestar, los cuales requieren de cita previa.

Actualmente estas atenciones se brindan de manera remota a todos los estudiantes que solicitan el servicio, el cual se centra en evaluar las necesidades y ofrecer asesoramiento frente a cómo afrontar y gestionar la situación actual debido a la pandemia por covid-19, con una duración de 30 a 50 minutos, con citas de seguimiento de apoyo emocional.

Universidad Complutense de Madrid

En España se realizó la búsqueda en la ***Universidad Complutense de Madrid***, en donde se encontró que cuenta con la “Clínica universitaria de Psicología”, especializada en prevención y tratamiento de afectaciones psicológicas, estos servicios tienen costos establecidos para el público en general y descuentos para los estudiantes, sus familias y personal de la universidad, también ofrecen de manera periódica talleres y cursos cortos en temas relacionados con gestión emocional.

Igualmente, la Universidad Complutense de Madrid, cuenta con un servicio de atención Psicológica a estudiantes para la atención temprana de las emergencias psicosociales que se pueden plantear en la comunidad universitaria, “Psicall UCM” con el objetivo de detectar, prevenir e intervenir tempranamente en los problemas psicológicos y psicosociales. Esta atención se presta vía telefónica con un horario de lunes a jueves de 16 horas diarias y los fines de semana presta servicio 24 horas. Este servicio cuenta con 6 psicólogos generales o habilitados llamados supervisores con experiencia en atención telemática y emergencias y un equipo de operadores en formación compuesto por 16 estudiantes de psicología (grado y magister) quienes están capacitados por profesionales expertos en atención a distancia. La metodología de atención consiste en recepción de llamadas por operadores respaldados por un supervisor, los turnos son de 4 operadores y un supervisor, recogida de datos y comprobación de identidad como estudiante (no es anónimo), identificación de la necesidad y aplicación de los protocolos establecidos. Este servicio depende de la clínica universitaria de psicología de la UCM.

Atención psicológica COVID 19, desde el 26 de marzo de 2020, se pone en marcha el servicio de **atención psicológica telemática gratuito** para personas vinculadas a la UCM (estudiantes, personal, miembros de los Colegios Mayores adscritos...) y sus familiares. Está destinado a abordar cualquier malestar psicológico derivado de la situación del COVID-19, el horario de atención es de lunes a domingo de 10:00am a 8:00 pm.

HALLAZGOS EN UNIVERSIDADES DE NORTEAMÉRICA

Universidad de Harvard

Esta universidad cuenta con el departamento de Salud Global y Medicina social, de la facultad de medicina, el cual dentro de sus programas tiene el ***programa de salud mental global y cambio social***, el cual reúne académicos, investigadores, educadores

y profesionales de la salud para abordar la carga global de los trastornos mentales. Este programa cuenta con la experiencia de varios departamentos como son ciencias clínicas, evaluativas y sociales, incluidas la antropología médica y psicológica, la medicina social y la historia de la medicina, así como las metodologías de investigación cualitativa y cuantitativa. Los esfuerzos de investigación de este programa se centran en la innovación de modelos de atención que unan lo preventivo y lo clínico, la comunidad y el hospital y lo ancestral y lo biomédico.

Los proyectos emprendidos por dicho programa están vinculados a los esfuerzos clínicos de investigación y defensa en curso en las Américas, África y el Caribe. Los objetivos incluyen:

- Apoyar, monitorear y evaluar las iniciativas basadas en la comunidad, que integran la prevención, el diagnóstico y el manejo de problemas de salud mental en coordinación con otros servicios de salud a lo largo del espectro de atención, desde la comunidad hasta los centros de referencia.
- Capacitar a profesionales de atención de la salud en Estados Unidos y visitantes, becarios posdoctorales, estudiantes de posgrado y estudiantes de medicina en métodos de investigación que promuevan la excelencia en la prestación de atención de salud mental global.
- Describir, documentar y comprender las fuerzas complejas (sociales, políticas y culturales) que afectan la salud mental en las regiones en donde trabaja la universidad.
- Investigar los posibles vínculos entre las estrategias y plataformas mundiales de prestación de atención de salud mental desarrolladas para enfermedades no transmisibles e infecciosas.

La Universidad de Harvard cuenta también con servicios de asesoramiento y salud mental, “Sanar, Cuidar, Educar” un servicio de apoyo sin costo a los estudiantes que se encuentren experimentando angustia en sus vidas, ofertado por el servicio de salud de la universidad, ofrece también talleres dirigidos exclusivamente a estudiantes brinda la oportunidad de compartir problemas, inquietudes, objetivos y situaciones que afectan la salud mental, los grupos están compuestos por entre 6 y 8 personas y requieren de una evaluación previa con uno de los líderes y varían en frecuencia, estos talleres tratan temas como duelo, manejo de emociones, superación del perfeccionismo, grupos de apoyo de recuperación para estudiantes que buscan apoyo para su abstinencia de alcohol y otras drogas, mientras tienen éxito en su vida académica y se mantienen libres de sustancias, grupo de mujeres queer, y grupo de hombres queer, un grupo de apoyo confidencial en donde se habla sobre sexualidad, relaciones, familia, salud, entre otros.

Igualmente ofrece recursos en línea, detección anónima y confidencial de depresión, trastornos alimenticios, alcohol, ansiedad, programan citas iniciales telefónicas de 20 minutos, citas en el mismo día de 45 minutos para estudiantes que nunca han asistido al servicio y ofrece un directorio de especialistas en salud mental que trabajan con estudiantes.

También se ofrece servicio de consejería de pares en horario nocturno y se tratan diferentes preocupaciones de los estudiantes en temas relacionados con salud mental. Y cuentan con el centro de bienestar y promoción de la salud a través de experiencias educativas holísticas, prestan servicios de masajes y acupuntura, clases de yoga, meditación, pilates entre otros, relacionados con bienestar individual y colectivo, estos servicios están dirigidos a toda la comunidad de Harvard.

Y para finalizar existe *"Go ask Alice"* el cual es un galardonado recurso de preguntas y respuestas en línea sobre temas de salud incluyendo salud mental para el bienestar este sitio cuenta con un equipo de profesionales de la salud y un equipo de especialistas en información e investigación.

Universidad de Stanford

La división de vida universitaria de la Universidad de Stanford cuenta con el programa de incentivos *"BeWell"* dirigido a empleados y a sus familias con el objetivo de mantener estilos de vida saludables guía a comprometerse con la salud y el bienestar, la participación es confidencial y la información de salud identificada no se comparte, así como tampoco el plan de salud o cualquier otro programa de la universidad. Inicialmente el empleado realiza una evaluación de salud y estilo de vida de Stanford (SHALA), que es un cuestionario en línea de 20 minutos que ayuda a comprender el impacto del estilo de vida en la salud. Después será elegible para ganar incentivos financieros y otros beneficios, después de responder este cuestionario los empleados tienen la flexibilidad de empezar con una o varias ofertas de compromisos dentro de los cuales se encuentran entrenamientos, clases de bienestar, compromiso con la familia o la comunidad, ambiente de trabajo saludable el cual le permite al empleado y a sus compañeros elegir actividades así como cuando y donde hacerlas, ejemplo caminatas, descansos para ejercitarse, meditación y almuerzos saludables. También se cuenta con el programa *Stanford Health Care* en donde el objetivo es adoptar y mantener comportamientos de estilo de vida saludables y el programa *"LeadWell"*, que cuenta con una serie de talleres, capacitaciones y consultas en promoción del bienestar laboral.

Así mismo cuenta con el programa de recreación y bienestar, en donde se realizan actividades dirigidas a mantener la salud mental de toda la comunidad universitaria, con

una serie de recursos que incluyen *mindfulness*, clases, seminarios web, yoga y meditación.

Por otro lado, el departamento de psiquiatría y ciencias del comportamiento de la Escuela de Medicina de la Universidad de Stanford, proporciona servicios clínicos y de bienestar basados en la evidencia, para personas de todas las edades que viven con afecciones en la salud mental y sus familias, ofrece servicios de salud mental ambulatoria, psiquiatría para pacientes hospitalizados, medicina del sueño, cuidado de niños y adolescentes.

Tecnológico de California, CALTECH

La división de servicios de bienestar estudiantil presta servicios de consejería que promueven el éxito estudiantil y el bienestar emocional a través de servicios clínicos, divulgación y consulta, calificados y culturalmente sensibles a la comunidad de *Caltech*. Estos servicios incluyen terapia individual, grupal y talleres psicoeducativos, consultas a estudiantes, profesores y personal sobre una gran variedad de temas, con el objetivo de ayudar a los miembros de la comunidad a tener conversaciones de apoyo con sus compañeros y asesores. Igualmente se asesora frente a qué hacer si un compañero necesita ayuda y hasta dónde va la función de ayuda.

Cuentan con la herramienta de exámenes en línea y autoevaluación de salud mental, es una herramienta de evaluación en donde después de contestar el cuestionario se verán resultados como recomendaciones y recursos claves. Así mismo está la *"e-checkup to go"* para alcohol y marihuana, son herramientas breves de evaluación diseñadas para educar a los estudiantes universitarios sobre el uso de sustancias esta evaluación demora entre 15 y 20 minutos y es autoguiada. Ofrecen programas en línea para el estrés, la depresión la ansiedad y el desarrollo de la resiliencia, cada módulo dura entre 20 a 40 minutos en completarse y se basa en terapia cognitivo conductual, se hace un seguimiento del estado de ánimo y síntomas, se pueden completar breves ejercicios autoguiados y aprender habilidades prácticas que ayudaran al estudiante a sentirse mejor. Es gratuito y los módulos se completan al ritmo de cada estudiante desde cualquier dispositivo electrónico como computador, teléfono o Tablet.

Por otro lado, se cuenta con una serie de recursos en línea para satisfacer las necesidades de salud de los estudiantes. Otro servicio es la consulta telefónica, de atención en crisis la cual está disponible después del horario laboral, fines de semana y feriados también se ofrecen servicios de terapia breve orientados a objetivos si los estudiantes requieren o necesitan terapias a largo plazo el personal de servicios de consejería trabaja con el estudiante para encontrar una referencia en la comunidad y

asegurar que las necesidades de tratamiento sean resueltas, estos servicios no tienen ningún costo.

Universidad de Yale

Si bien la Universidad de Yale, no aparece dentro de las universidades rankeadas, por el grupo QS, (Quacquarelli Symonds) tiene importantes aportes por medio del Centro Yale de inteligencia emocional el cual es referente para el Tecnológico de Monterrey en México que si aparece en dicho ranking y fue objeto de revisión para la realización de este estado el arte. Sin embargo durante la búsqueda se encontró que dicha universidad cuenta con el programa de bienestar estudiantil que ofrece recursos a los estudiantes bien sea que estén buscando recursos clínicos, aumentar el bienestar general, aprender habilidades de manejo de estrés o encontrar una comunidad con la cual interactuar, el programa se llama "*Yale Well*" y ofrece servicios en las áreas de nutrición (*Eat Well*), actividad física (*Move Well*), hábitos de sueño *(Rest Well),* fomento de clima social positivo (*Love Well*), apoyo espiritual desarrollado por la capellanía (*Seek Well*), recursos como estrategias de estudio, gestión del tiempo, planificación profesional y trabajo en red (*Work Well),* oficina de ayuda financiera (Save *Well*), y el programa ***Mind Well***, que ofrece desde clases de atención plena hasta apoyo clínico individual, dentro de los servicios ofertados se encuentra el *centro de estrés de Yale* el cual tiene como objetivo desarrollar nuevas estrategias de prevención y tratamiento para disminuir el impacto nocivo del estrés en la salud y aumentar la capacidad para regular el estrés, promover la salud y el bienestar y tener un mejor autocontrol sobre el comportamiento adictivo, también se incluyen servicios de asesoramiento en salud mental los cuales son realizados por los servicios de salud de la universidad y son gratuitos. También se encuentra la organización estudiantil *Mind Matters* la cual busca crear conciencia sobre los problemas de salud mental en la comunidad de Yale fomentando el diálogo sobre temas de salud mental por medio de foros y proyecciones de películas y boletines informativos de manera que se reduzca el estigma, al tiempo que dirige a estudiantes a los servicios de asesoramiento de Yale en caso de ser necesario. Ofrecen también el servicio de consejería de pares llamado *"Walden Peer Counseling"* es un servicio ofrecido por estudiantes capacitados en temas de escucha, empatía y apoyo, debido a que los consejeros son estudiantes universitarios y que no están calificados para hacer diagnóstico o brindar asesoramiento directo solo se ofrece un espacio de escucha y reflexión, en caso de que se requiera apoyo terapéutico se brinda información de los servicios existentes para este fin dentro y fuera del campus.

La universidad también cuenta con el *"Good Life Center"* el cual es un espacio para "inspirar, enseñar y practicar la buena vida", está ubicado al interior del campus y ofrece 4 espacios en donde se realizan actividades relacionadas con meditación, talleres de psicoeducación, manualidades, escritura de tarjetas de agradecimiento, noches de juego

y biblioteca *Good Life*, se ofrecen espacios individuales para compartir una taza de té, se brinda apoyo individual y capacitación en temas de salud mental mediante la atención plena, los horarios para atención individual son de 30 a 45 minutos y se ofrecen durante el calendario académico.

Otro programa mencionado anteriormente es el **"Centro de Inteligencia Emocional De Yale"**, este centro realiza investigaciones y enseña a personas de todas las edades como desarrollar su inteligencia emocional. Tiene como objetivos diseñar enfoques efectivos para ayudar a las comunidades escolares a comprender el valor de las emociones, enseñar las habilidades de la inteligencia emocional y construir y mantener climas emocionales positivos en los hogares, las escuelas y los lugares de trabajo. Brinda capacitación a líderes educativos, maestros y personal escolar para apoyar la implementación sistémica de SEL (aprendizaje social y emocional) y fomentar esas habilidades en todos los interesados en estas comunidades, incluidas las familias y el tiempo fuera de la escuela con el fin de aprovechar las emociones para crear comunidades más saludables y más equitativas, innovadoras y compasivas.

También se ha probado el impacto de **RULER**, acrónimo de las cinco habilidades de la inteligencia emocional *(reconocer, comprender, etiquetar, expresar y regular)*, reconocer las emociones en uno mismo y en los demás, comprender las causas y consecuencias de las emociones, etiquetar las emociones con un vocabulario matizado, expresar las emociones de acuerdo con las normas culturales y el contexto social y regular las emociones con estrategias útiles.

Las herramientas de RULER

El desarrollo de habilidades de RULER se basa en cuatro herramientas principales que se presentan a todos los interesados en la comunidad escolar: líderes escolares, maestros, personal, estudiantes y familias.

- Carta: Construye y mantiene climas emocionales positivos al crear normas acordadas sobre cómo las personas quieren sentirse y cómo pueden ayudarse mutuamente a experimentar esos sentimientos.
- Medidor de estado de ánimo: mejora la autoconciencia y la conciencia social y apoya el desarrollo de un vocabulario matizado de emociones y una variedad de estrategias para regular las emociones.
- Meta-Momento: Proporciona un proceso para responder a situaciones emocionales con estrategias que se alinean con el *mejor yo* y que apoyan las relaciones saludables y el bienestar personal.

- *Blueprint*: apoya el desarrollo de habilidades de empatía y resolución de conflictos al servir como guía para reflexionar sobre el conflicto y restaurar las comunidades afectadas.

La investigación muestra que RULER fomenta una variedad de comportamientos y cambios en el clima escolar que son esenciales para el desarrollo positivo de la juventud. Otros resultados específicos entre estudiantes y adultos incluyen menos ansiedad y depresión, menos estrés y agotamiento, mejor desempeño en la escuela, desarrollo de habilidades emocionales, atención y aprendizaje, mayores habilidades sociales y de liderazgo. *Ver ilustración 5*.

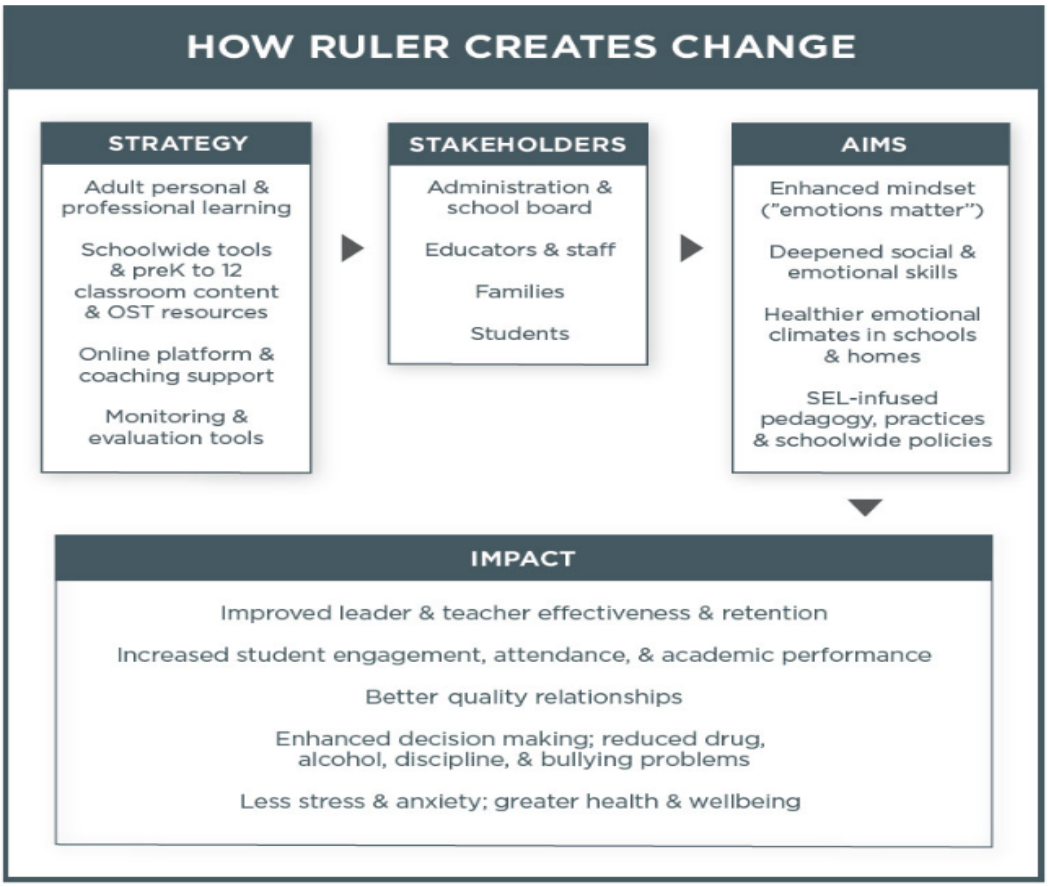


Ilustración 5, Como RULER crea el cambio. Fuente centro de inteligencia emocional de Yale.

Este programa ha sido referente en otras universidades para trabajar alrededor de manejo de emociones teniendo en cuenta el impacto en la comunidad estudiantil.

Universidad Nacional Autónoma de México

Dentro de las experiencias encontradas en esta Universidad, se destaca la ***Clínica de salud mental,*** del Departamento de Psiquiatría y Salud Mental de la Facultad de Medicina en donde se prestan servicios de consulta médica psiquiátrica, estimulación magnética transcraneal en los casos en que es necesario, psicoterapias bajo en enfoque cognitivo conductual para problemas de ansiedad y depresión, terapia cognitivo conductual grupal y terapia grupal. Atención psicológica: estimulación cognitiva y *Biofeedback* (biorretroalimentación). Manejo del estrés: dirigido a los alumnos con sobrecarga de estrés, estrés continúo o que presentan problemas derivados del mismo. Habilidades sociales, dirigido a los alumnos con dificultades sociales o con fallas en la comunicación. Grupos psicoeducativos, dirigidos a pacientes y familiares.
En la búsqueda realizada no se encontraron políticas de salud mental o información adicional de otros servicios o programas.

Tecnológico de Monterrey

El Tecnológico de Monterrey, cuenta con programas relacionados con promoción y cuidado de la salud a través de un sistema en el cual se brindan herramientas a los estudiantes para el desarrollo integral en sus diferentes dimensiones ofrecen servicios de salud, consejería emocional, asesoría académica, orientación vocacional, legal y/o económica. Estos programas están a su vez divididos en tres programas. El primero, en el área de bienestar y consejería, se llama ***"Tqueremos"*** y ofrece servicios de consejería para escuchar y acompañar en cualquier situación que el estudiante este atravesando bien sea de índole, emocional, académica, orientación vocacional o legal a través de una línea de atención 24/7 y a través de consejeros especializados. "Tqueremos" es un programa de acompañamiento integral para prevenir y detectar a tiempo cualquier tipo de problema en los estudiantes del Tecnológico de Monterrey, a través de orientación, capacitación y sensibilización de la comunidad educativa. Se facilitan canales de comunicación con el fin de que los estudiantes cuenten con los recursos emocionales y externos necesarios para superar cualquier conflicto que se presente.

El segundo es el programa de "**Salud integral y estilos de vida saludables",** en donde se brindan herramientas para el desarrollo físico y mental de los estudiantes del Tecnológico de Monterrey, se promueven campañas de prevención y detección temprana de enfermedades con el objetivo de que se tomen decisiones frente al cuidado de la salud, igualmente cuenta con servicios de enfermería y atención a emergencias médicas en caso de ser requeridos, se promueven hábitos saludables como actividad física alimentación saludable, higiene del sueño lo cual de acuerdo al programa garantiza mejor rendimiento en lo personal y académico. Y por último el programa de espiritualidad,

"Punto Blanco", el cual es un espacio que invita a la reflexión profunda, meditación y el desarrollo espiritual independiente de la creencia religiosa del estudiante ofrecen una agenda de eventos, encuentros y herramientas para conocer sobre las tradiciones espirituales propias y otras.

El Tecnológico de Monterrey también cuenta con el ***salón de inteligencia emocional*** en convenio con la universidad de Yale, desde el año 2014, inspirado en la experiencia del centro de emociones de la Universidad de Yale, el salón de emociones es un espacio en donde los estudiantes del Tecnológico aprenden sobre inteligencia emocional, psicología positiva y el programa Ruler. El objetivo es que los alumnos reconozcan e identifiquen sus emociones, entiendan las causas de ellas y logren regularlas de manera efectiva.

Este salón cuenta con tapetes para yoga, hula hoops, juegos interactivos y frases motivacionales pegadas alrededor de las instalaciones para hacer sentir a los alumnos como en casa. Cada año en el Tecnológico de Monterrey se lleva a cabo el día RULER en donde a través del juego y actividades lúdicas los alumnos comprendan la importancia del modelo y como aplicarlo en su día a día. Estas actividades se desarrollan en todos los campus del Tecnológico de Monterrey.

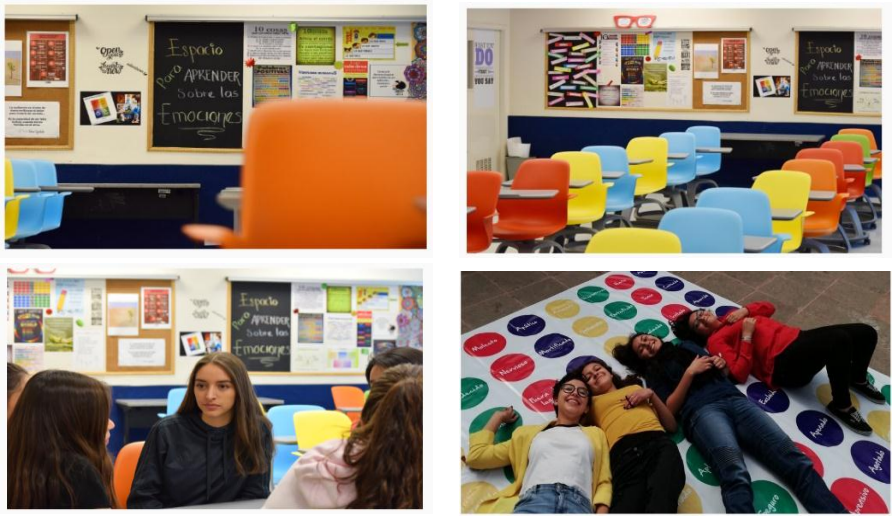


Ilustración 6, Salón de emociones, Dia RULER. Fuente: Tecnológico de Monterrey

HALLAZGOS EN CENTRO AMERICA

Universidad de Costa Rica

Esta Universidad cuenta desde el 2018, con el "Protocolo de atención a personas de la comunidad universitaria con urgencias Psicológicas" entendidas de acuerdo al protocolo "como circunstancias en las que una persona presenta alteraciones del estado

de ánimo, del pensamiento o de la conciencia que alteran de manera aguda y notable su comportamiento y ponen en riesgo su integridad personal y la de los demás" Las condiciones para la atención y seguimiento de la población estudiantil, personal docente y administrativo con urgencias psicológicas son:

a. Manifestaciones de una alteración psicológica aguda (comportamientos de deterioro personal, social, emocional que interfiere en la capacidad para responder a las demandas cotidianas).
b. Riesgo de daño personal o interpersonal (agresión, suicidio, homicidio).
c. Comportamiento profundamente desorganizado.

La solicitud de atención de las personas con urgencias psicológicas la puede realizar toda persona (o grupo de personas) que identifiquen la situación para ello se activa el sistema de alerta a la Sección de Seguridad y Tránsito a través de una línea telefónica destinada para tal fin. Ver flujograma, *Ilustración 7.*

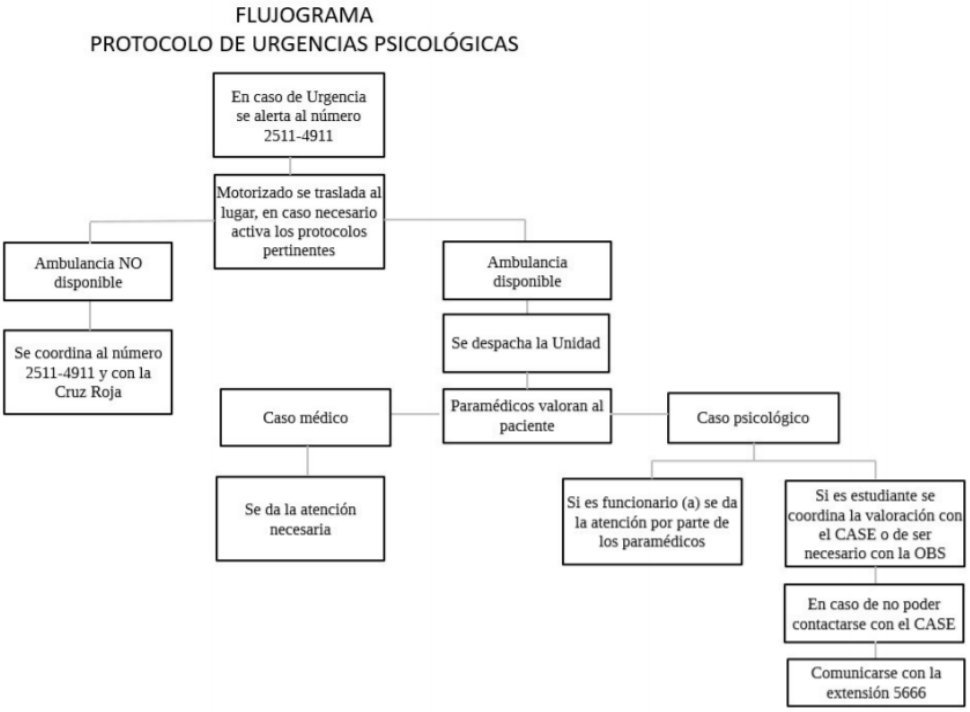


Ilustración 7, Flujograma protocolo de urgencias psicológicas. Fuente: Protocolo de Atención a Personas de la Comunidad Universitaria con Urgencias Psicológicas, Universidad de Costa Rica

La Universidad de Costa Rica elaboró una pieza comunicativa para informar a la comunidad universitaria acerca de cómo activar dicho protocolo. *Ver ilustración 8.*

Dentro de los programas que la universidad ofrece a la comunidad universitaria en temas de salud mental están los servicios de atención psicológica en la unidad de servicios de salud, así mismo recursos en línea relacionados con pensamiento creativo, autoconocimiento y demás temas de interés respecto a la promoción de la salud mental. Bajo el lema “Nuestra salud mental importa”, el 2020 será dedicado a la promoción y desmitificación de la salud mental por la Universidad de Costa Rica (UCR).

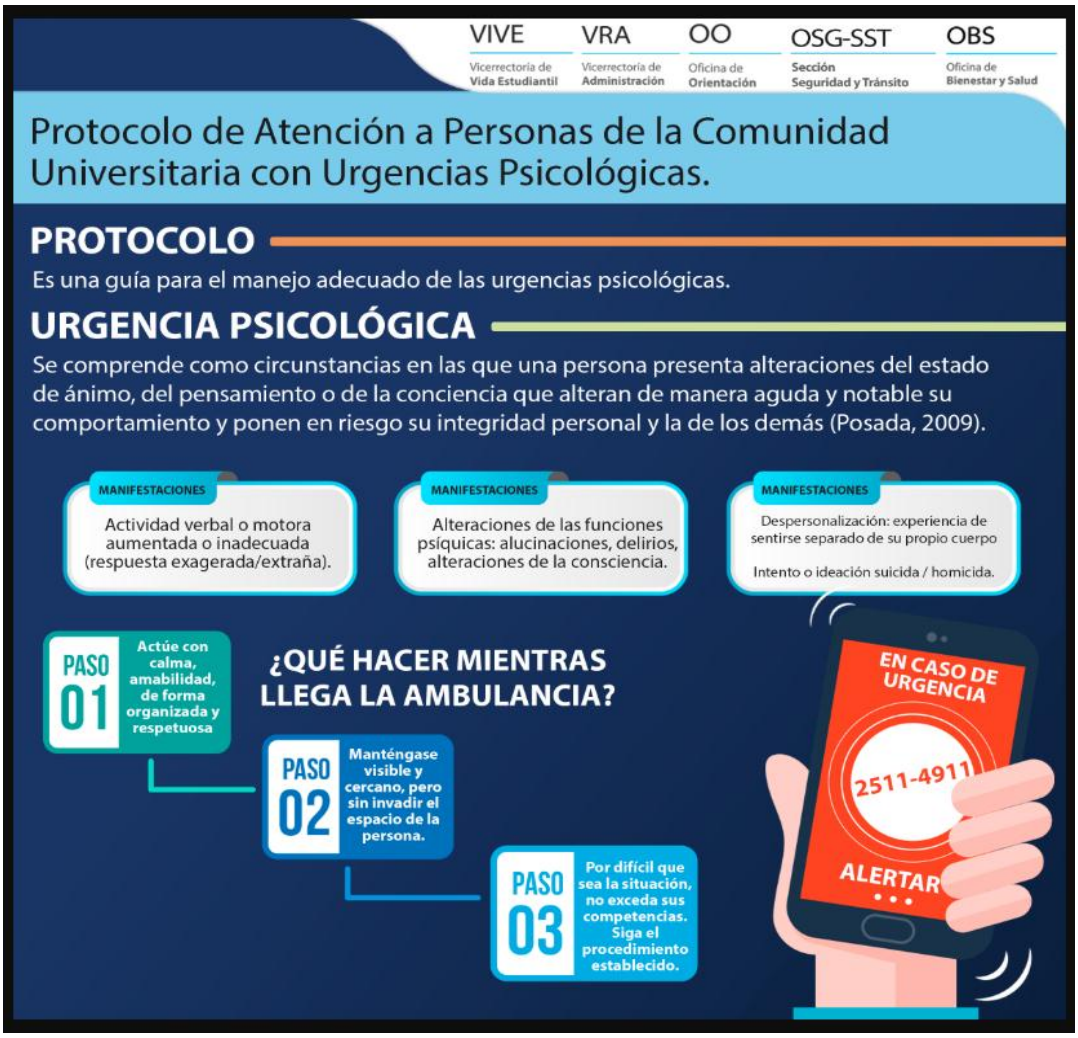


Ilustración 8, Guía para el manejo adecuado de urgencias psicológicas. Fuente: Oficina de Bienestar y Salud, Universidad de Costa Rica

HALLAZGOS EN SURAMERICA

Universidad de Buenos Aires

Esta Universidad cuenta con el programa integral de asistencia de la facultad de psicología a partir de atención psicológica, intervenciones concretas en las necesidades y problemas de salud mental de la población en general, cuenta con equipos interdisciplinarios de profesionales y realiza actividades formativas para docentes y alumnos de la facultad de psicología con el fin de incentivar la conformación de equipos de investigación.

Durante la búsqueda no se encontraron más programas o experiencias relacionadas con promoción de la salud mental al interior de esta universidad.

Pontificia Universidad Católica de Chile

Esta universidad cuenta con el programa de ***"Campus Saludable"***, que depende del área de Salud Estudiantil y tiene por objetivo fomentar estilos de vida saludable en la comunidad universitaria incluyendo también a los visitantes.

Se desarrollan diferentes programas y estrategias para abordar temas como alimentación saludable, actividad física, hábitos de hidratación, fomento de la sexualidad sana y responsable, manejo de la ansiedad y el estrés, prevención de enfermedades agudas y crónicas, factores de riesgo protección de la salud física y mental entre otros, orientado a los distintos grupos etarios. Las temáticas se llevan a cabo a través de actividades masivas grupales e intervenciones individuales, dependiendo de la naturaleza de la intervención se ofrecen recursos en línea y documentos relacionados con el tema.
Dentro de las actividades relacionadas con salud mental y bienestar se encuentran actividades como “bienestar con huellas” que es una actividad realizada en las bibliotecas del campus en donde perros de terapia que junto a la Fundación Tregua comparten con los estudiantes de la universidad y “zonas libres de ansiedad y estrés” el cual es un espacio para relajarse, colorear, consultar con profesionales, recibir regalos entre otros, pensados para desconectarse de la rutina y fomentar el bienestar.

La Pontificia Universidad Católica de Chile dentro del área de salud estudiantil también cuenta con el Centro de Salud Mental que es una unidad de atención clínica de promoción y de prevención en salud mental. Cuenta con un equipo de psicólogos y psiquiatras con experiencia en la atención a estudiantes universitarios cuya misión es fomentar, proteger y desarrollar el bienestar y la salud psicológica de los alumnos. Dentro de los motivos de consulta más frecuentes se encuentran cuadros ansiosos y depresivos, pero también los problemas de sueño, de relaciones interpersonales, y distintos tipos de dificultades que tienen los alumnos, las que muchas veces pueden ser mejor enfrentadas con ayuda profesional. Para ser atendido solo se debe ser alumno regular y acercarse a pedir cita. La atención es gratuita y confidencial.

También se realizan intervenciones grupales sobre diversas temáticas, una de ellas son los grupos de apoyo en donde se reúnen personas que comparten algún tipo de problema en salud mental. El participar en estos grupos proporciona nuevos lazos y relaciones sociales a sus miembros de modo que se van desarrollando recursos naturales o se compensan deficiencias mediante la interacción con personas que tienen problemas, carencias y/o experiencias comunes. Cada semestre se realizan cuatro grupos de apoyo en donde se trabaja alrededor de diferentes temáticas relacionadas con salud mental y son ofertados vía correo electrónico.

Salud Estudiantil cuenta también con un programa llamado **+Opciones**, cuyo objetivo es entregar herramientas de identificación acerca del sufrimiento emocional de los estudiantes de la UC y poder disminuir conductas de riesgo asociadas a éste, como el suicidio.

Bajo el slogan **“Un paréntesis en tu vida"**, en 2014 un equipo de psicólogas de Salud Estudiantil dio vida al programa para el Manejo de Ansiedad, cuyo objetivo es dar a conocer a la Comunidad UC cómo enfrentar situaciones cotidianas que provocan altos niveles de ansiedad y estrés.

Al interior del centro de salud mental estudiantil se realizan capacitaciones PPR (Preguntar, Persuadir y Referir, por sus siglas) para que los miembros de la Comunidad UC aprendan a identificar las señales que presenta una persona que está en riesgo de suicidio y saber cómo actuar de forma efectiva para salvar una vida, esta es una capacitación sobre prevención del suicidio reconocida internacionalmente y basada en evidencia científica que la Unidad de Apoyo Psicológico ha incorporado a su programa de prevención del suicidio + Opciones. En esta capacitación de una sesión las personas aprenden a reconocer las señales que presenta una persona cuando padece sufrimiento emocional y está en riesgo de suicidio y cómo intervenir de manera efectiva. Esta capacitación es facilitada por instructores certificados en PPR.

El centro de Salud Mental estudiantil además asesora a docentes y personal administrativo en distintos temas de interés común como son; orientación en identificación de los alumnos que presenten problemas de salud mental y que ameriten una atención profesional psiquiátrica o psicológica. Realizar evaluaciones a algún estudiante con probables problemas de salud mental. Informar a los estudiantes sobre los servicios de atención en salud mental disponibles en la UC cuando éstos manifiestan dudas al respecto o dificultades psicológicas. Entregar información y orientación a los docentes acerca de temas de salud mental en población universitaria, a través de charlas y talleres sobre ansiedad, depresión, detección de signos de problemas de salud mental, riesgo suicida, entre otros. Realizar charlas o intervenciones del Programa de Prevención en Suicidio **+ Opciones**. Este programa está orientado a capacitar a los académicos y personal administrativo de la UC en el uso de herramientas básicas que le permitan identificar y manejar situaciones de riesgo suicida, ofreciéndole al estudiante contención y orientación.

Finalmente, otras actividades identificadas son; Servicio de Orientación Inmediata (SOI) para contar con el apoyo de un psicólogo clínico. Atención psicoterapéutica a los estudiantes hasta 16 sesiones sin costo. Línea de atención telefónica si un compañero está frente a una urgencia en salud mental dentro del campus, o presenta ideación suicida, el equipo de Campus Saludable acudirá para evaluar y contener psicológicamente al estudiante.

No se encontró en la revisión realizada políticas de salud mental al interior de la universidad.

Universidad de Chile

Dentro de los resultados obtenidos durante la búsqueda se encontró que esta universidad cuenta con el "P*rograma de autocuidado y Apoyo social"*, el cual esta insertado en el área de Intervención vinculada a la Dirección de Bienestar y desarrollo estudiantil, este programa cuenta con 28 psicólogos y psicólogas que trabajan en las diferentes facultades de la universidad. Los objetivos de este programa son:

- Realizar intervenciones promocionales y preventivas en salud mental con estudiantes.
- Desarrollar actividades con estudiantes, que fomenten la responsabilidad personal para cuidar la propia salud y cuidar a otros/as.
- Mantener espacio institucional de trabajo colaborativo entre los y las Psicólogos/as que promueva su bienestar y la calidad de sus intervenciones.
- Generar redes sociales intra y extra universitarias relacionadas con el bienestar y la calidad de vida.

- Apoyar a los distintos Programas dentro de la DIRBE (Dirección de Bienestar y desarrollo estudiantil), para generar intervenciones psicosociales con los y las estudiantes.

La búsqueda no arrojo datos relacionados con política de salud mental al interior de la universidad.

Universidad de Sao Paulo Brasil

De acuerdo a las categorías seleccionadas esta universidad cuenta con servicios de asistencia psicológica a los estudiantes que sienten la necesidad de buscar orientación en esta área, liderada por el centro de apoyo educativo y psicológico de la Facultad de Medicina de la Universidad, la demanda del servicio es espontánea y el servicio desarrollado se centra en la necesidad específica del estudiante satisfaciendo sus demandas personales y académicas a través del enfoque de asesoramiento psicológico. Este centro además ofrece talleres dirigidos a estudiantes y docentes enfocados en manejo de ansiedad, prevención del suicidio, manejo el sufrimiento, comunicación oral y estilos de aprendizaje, entre otros, que se realizan de manera periódica. En esta universidad no se encontró más información relacionada con la salud mental o con políticas de salud mental dentro de la misma.

Universidad Católica de Uruguay

La revisión realizada en la página de esta universidad arrojo, el programa que depende del área de Bienestar estudiantil de la universidad y es el programa de apoyo al estudiante, a través de entrevistas individuales desde un marco de asesoramiento con el objetivo de apoyar a estudiantes en temas; afectivo-emocionales, dudas vocacionales, y dificultades de aprendizaje. Igualmente se desarrolla el programa de apoyo al docente, mediante un trabajo conjunto con el área de orientación estudiantil. Igualmente ofrece una serie de recursos en línea que ayudan a resolver inquietudes.
También se encontró que desde la maestría en psicoterapia de adultos, parejas y familias y el departamento de Psicología Clínica y de la salud de la UCU, se realizan charlas abiertas “Tu salud mental también importa” dirigidas a todo público y de acceso gratuito con una duración de dos horas a través de la plataforma Zoom.
No se encontró más información relacionada con promoción de la salud mental.

HALLAZGOS EN COLOMBIA

A pesar de los esfuerzos realizados en el país en materia de desarrollo normativo y de política pública en materia de salud mental, violencias y prevención del consumo de SPA,

de acuerdo a (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) los trastornos mentales se ubican entre las 20 primeras causas de años de vida potencialmente perdidos por discapacidad (AVAD), entre 2008 y 2018, así mismo la prevalencia de trastornos ha aumentado en un 0.53% pasando de 9.72% en 1990 a 10.25% en 2017, en donde 1 de cada 10 personas presenta algún trastorno mental. De otro lado el suicidio de acuerdo a la OMS, 2020 tiene un fuerte impacto en al menos otras seis personas más y en los últimos 11 años se ha incrementado la tasa en 1.35%, en 2008 la tasa fue de 4.58% por 100.000 habitantes y en 2018 de 5.93 % por 100.000 habitantes siendo mayor de acuerdo al (Consejo Nacional de Política Económica y Social, 2020) en adolescentes, jóvenes, adultos mayores y población indígena. Siguiendo este documento uno de los factores que incide en esta alta prevalencia es la fragmentación y la desarticulación de la salud mental con otras políticas y otros sectores. Sumado a esto el que la mayoría de intervenciones se realizan desde el sector salud debido a la asociación de esta a trastornos mentales dejando de lado factores como la violencia y el consumo de SPA.

Por otro lado la Encuesta Nacional de Salud Mental 2015, del Ministerio de Salud y Protección Social y Colciencias, refiere que en los últimos 20 años la población colombiana ha presentado un deterioro en su salud mental, poniendo en evidencia el incremento de problemas en salud mental los cuales están asociados a dificultades de aprendizaje y de comunicación, conductas de riesgo alimentario, alteraciones del sueño, exposición a eventos traumáticos como violencias o perdidas de un familiar, síntomas de depresión y ansiedad entre otros y están definidos de acuerdo al curso de vida.

Siguiendo esta Encuesta, en Colombia han presentado problemas en salud mental, por lo menos el 44,7% de la población infantil de 7 a 11 años quienes requieren de una evaluación formal o profesional. En la población de 12 a 17 años de edad el 9.3% ha presentado conducta de riesgo alimentario, en cuanto a consumo de alcohol el 5.2 % ha consumido en exceso y el 2.8% ha abusado del mismo, eventos traumáticos el 29.3 %, con trauma psicológico secundario el 88.6 %, en cuanto a trastornos relacionados con condiciones crónicas, con prevalencia de cualquier trastorno mental en adolescentes con alguna condición crónica el 4.7 %, el 4.4% ha tenido cualquier trastorno mental en los últimos 12 meses. Por otro lado, en cuanto a disfunción familiar ocurre en el 33.1%.

En población adulta el consumo de alcohol en exceso esta entre el 12.3 % y el 21.8 %, abuso entre el 6-12% el consumo es menor en mayores de 44 años, de acuerdo a la encuesta, los trastornos mentales en esta población con por lo menos uno que limita las actividades, entre 8.2 y 21%, en cuanto a la salud mental entendida como salud física, comer, dormir, descansar 45.8 a 47 % , sentirse feliz y en paz con uno mismo el 39.7 - 41.4%, superar dificultades y seguir adelante el 34 -28% y disfunción familiar el 34 %.

Igualmente, esta encuesta hace referencia a la prevalencia de conductas suicidas encontrando que la ideación suicida está más presente en mujeres que en hombres, así

como los planes suicidas, sin embargo, el intento de suicidio y suicidio es más alto en hombres que en mujeres y en relación con los adolescentes que han pensado en suicidarse, la prevalencia es más alta en mujeres con un 38.5% versus el 36.3%.

De acuerdo a la encuesta se definen prioridades de intervención las cuales se deben tener en cuenta en la implementación de estrategias para la prevención y atención. Estas prioridades en cuanto a salud mental son; fortalecimiento de la empatía y la convivencia en los entornos, promoción de las participación en los grupos, fortalecimiento de las capacidades de afrontamiento ante eventos estresantes vitales, en cuanto a problemas mentales las prioridades de intervención definidas hacen énfasis en visibilizar los problemas mentales como prioritarios, fortalecer las capacidades para detección de problemas mentales en los entornos en niños (P. de Aprendizaje), adolescentes (ansiedad, P. en el hábito de comer) y adultos (consecuencias psicológicas de eventos traumáticos) y remisión a los servicios de salud, detección temprana y atención oportuna de consumo de alcohol y otras drogas, (presentación Encuesta Nacional de Salud Mental 2015), así mismo en relación a los trastornos mentales; aumentar las capacidades de los profesionales de los servicios básicos para el diagnóstico, el tratamiento y la remisión de los trastornos mentales más prevalentes, con un énfasis en niñez y adolescencia, fortalecer las capacidades de los actores del SGSSS para gestionar conjuntamente los riesgos y evaluar la salud mental en las personas con enfermedad física. En relación a servicios y medicamentos en salud mental; aumentar la oportunidad, continuidad y calidad de la atención en salud mental y enfermedad no transmisible, implementación de tele psiquiatría y otras estrategias para facilitar la interacción entre profesionales básicos y especializados y estrategias para disminuir las barreras actitudinales como estigma y auto estigma por problemas y trastornos mentales.

Una vez realizado este recorrido por los resultados de la Encuesta Nacional de Salud Mental 2015, se presenta la descripción y análisis de la información encontrada en las 30 universidades seleccionadas entre públicas y privadas de acuerdo a los criterios de selección establecidos y mencionados anteriormente.

Universidad de los Andes

Universidad privada, dentro de las acciones relacionadas con promoción de la salud mental en el ámbito universitario, dirigidas a docentes y administrativos, esta universidad cuenta con el comité de convivencia laboral como medida preventiva de acoso laboral y conductas relacionadas en el marco de las relaciones de trabajo, este comité responde a la resolución 652 de 2012 del ministerio de trabajo, relacionada con la conformación y funcionamiento del comité de convivencia laboral en las entidades públicas y empresas privadas, así mismo cuentan con la oficina de “Omdusperson”, que no solo está dirigido

a docentes y administrativos sino también a estudiantes con el objetivo de facilitar el diálogo y ofrecer opciones para la solución de conflictos.

También existen otras acciones relacionadas con servicios de consejería dirigido a estudiantes, son espacios de acompañamiento en donde se tratan temas de orientación vocacional, toma de decisiones, autoconocimiento, como afrontar crisis emocionales, clases de refuerzo, talleres de apoyo y adaptación, entre otros, los cuales se llevan a cabo en el centro de apoyo DECA que es una dependencia de la decanatura de estudiantes, que ofrece servicios de lunes a viernes en horario de 7 am a 5 pm, este centro no presta servicios de atención en psicología, si el estudiante requiere de psicoterapia es remitido con profesionales expertos para recibir tratamiento o intervención necesaria. El área de salud presta servicios de asistencia y orientación psicológica en casos de estados emocionales críticos, intervención en emergencias psicológicas y acompañamiento para afrontar problemas emocionales.

Durante la búsqueda no se encontraron políticas relacionadas con salud mental.

Universidad de Antioquia -UDEA

Universidad pública, el sistema de Bienestar Universitario de la UDEA, tiene como objetivo acompañar a los estudiantes, docentes y empleados en su proceso laboral o académico, generar calidad de vida, formación integral, y sentido de comunidad, por medio de diferentes programas y servicios que se planean desde los departamentos de Desarrollo Humano, Promoción de la Salud y Prevención de la enfermedad y Deportes, con la participación activa de las unidades académicas a través de las coordinaciones de Bienestar ubicadas en las sedes de Medellín y las regiones. Dentro de las estrategias en las que se enfoca el quehacer de Bienestar Universitario del Departamento de Promoción de la salud y Prevención de la enfermedad, y que son objeto de esta revisión, se encuentra la estrategia de Hábitos y estilos de vida saludable, fomento de prácticas recreativas, de creatividad, de salud, física y mental y desarrollo personal y vida profesional, por medio de formación en habilidades para la vida, orientación vocacional, y profesional, acompañamiento al proyecto académico de los estudiantes, creatividad y talento universitario, en la estrategia de Bienestar Saludable, presta servicios de Psico orientación, espacios de escucha, ejecutado por un grupo de Psicólogos, para acceder a este servicio el estudiante debe diligenciar la encuesta de caracterización en línea, cuentan con el servicio de psico orientación virtual para estudiantes de las regiones se realiza en tiempo real por Skype o Messenger previa solicitud por correo electrónico. Otra estrategia es "***Animo-Salud Mental***", desde donde se realizan actividades de orientación, asistencia individual y grupal, padres formativos, jornadas masivas y campañas que promueven el autocuidado.

Igualmente cuentan con el servicio de ***Teleasistencia*** las 24 horas del día, los 365 días del año, este servicio de Teleasistencia prehospitalaria en salud mental, es gratuito para estudiantes de pregrado y posgrado, de la mano de *LivingLab Telesalud* de la Facultad de medicina de la Universidad. Esta estrategia se complementa, con la línea gratuita, disponible los 7 días del año las 24 horas de esta manera los estudiantes de Medellín y de otras regiones pueden recibir apoyo, asesoría y escucha.

Cuentan también con la ***RUTA DE PREVENCION DEL SUICIDIO,*** desde el servicio "Animo Salud Mental" como una "*estrategia que busca servir de guía para apoyar a personas vulnerables a este fenómeno".* Esta ruta se crea como una forma de guiar a la comunidad ante situaciones de riesgo. Ver ilustración 10 y 11. Ruta de Prevención del suicidio.

Ilustración 10, Ruta de Prevención de Suicidio. Fuente: Página Web UDEA

Ilustración 10, Ruta de Prevención de Suicidio. Fuente: Página Web UDEA

La UDEA cuenta desde el 2015 con la Ruta de Prevención del suicidio con el fin de acompañar estrategias de desarrollo de habilidades para la vida y de afrontamiento. Esta ruta se acompaña de números de teléfono y chat.

Esta búsqueda no arrojo resultados relacionados con política institucional de Salud mental.

Universidad Autónoma de Manizales

Universidad privada, esta universidad, tiene la vicerrectoría del Desarrollo Humano y Bienestar, que cuenta con once líneas de acción, dentro de las cuales se encuentra la línea de Bienestar Social y Laboral, la cual contribuye al mejoramiento de las condiciones de trabajo, la satisfacción laboral y la resiliencia organizacional. Dicha línea se desarrolla a través de la estrategia de comunicación interna llamada "De la mano con el colaborador UAM", sus contenidos son, *Higiene emocional*, la cual busca fortalecer la salud mental de los colaboradores mediante recursos virtuales que generen contenidos prácticos para equilibrar el estado emocional, tiene desde técnica de diario hasta primeros auxilios psicológicos, higiene del sueño, entre otros, otro contenido es *Gestión laboral,* dentro los temas tratados están recomendaciones ergonómicas, pausas activas, gestión del tiempo, espacio uniendo vínculos, es un espacio para elaborar mensajes positivos que refuercen la capacidad de resiliencia, *Deporte en casa y Chef en casa,* todas estas herramientas son virtuales y de fácil acceso en la página de la universidad. Otra línea es Calidad de Vida y Bienestar, que cuenta con cuatro estrategias, la primera es la estrategia *"Conéctate + Conciencia*", la cual está desarrollada para contribuir a la consolidación de una cultura de Bienestar y Calidad de vida promoviendo la salud mental y la convivencia pacífica dentro de la universidad esta estrategia propone dos de ejes de trabajo, el primer eje de ***Prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA), y promoción de hábitos de vida saludables,*** a través de acciones de promoción de salud física, mental, espiritual y emocional. El segundo eje, es el eje de ***Alternativas para el bien-estar***, el cual pretende realizar un plan de mejoramiento que apunte a fortalecer las estrategias de afrontamiento de los integrantes de la comunidad universitaria desde la perspectiva de psicología positiva, lo cual conlleva a la salud mental y a una sana convivencia. *Ver ilustración 12.*

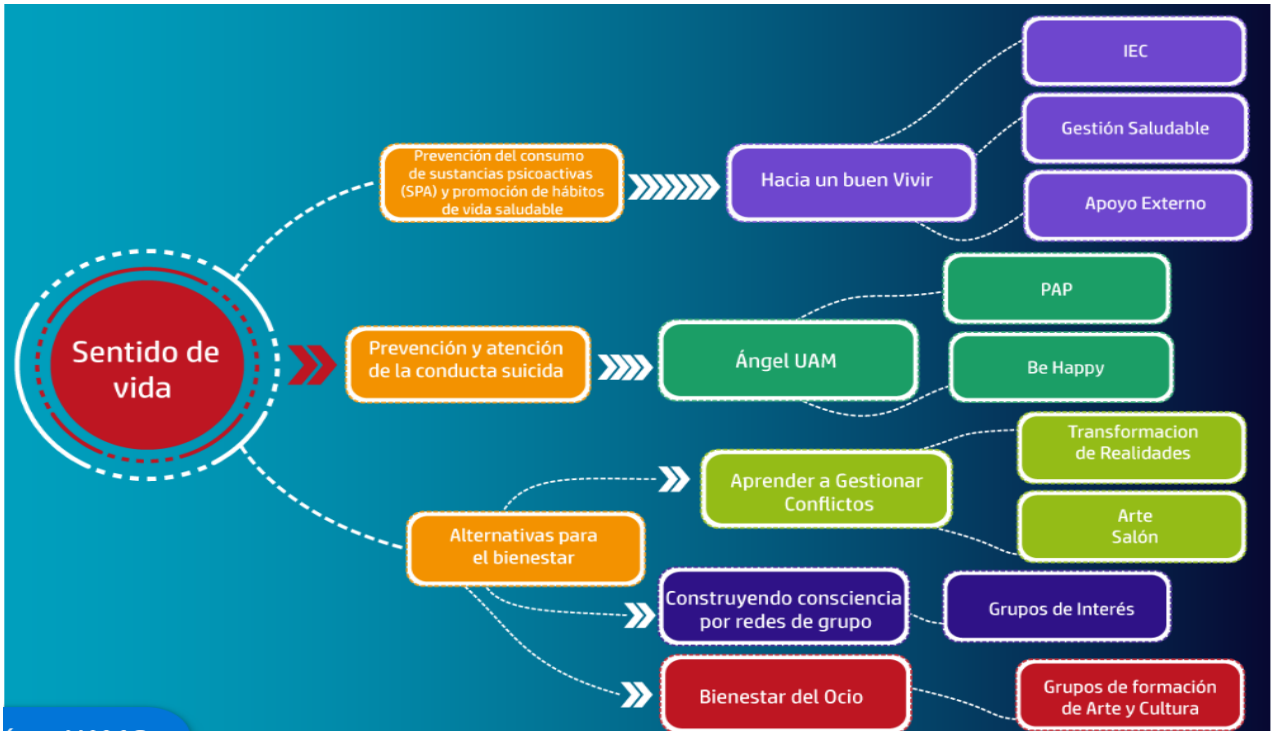


Ilustración 11, Acciones del programa de Bienestar Universitario. Fuente: página Web, Universidad Autónoma de Manizales

La segunda estrategia es la estrategia ***"Actívate UAM"*,** la cual tiene como objetivo contribuir al mejoramiento de hábitos alimenticios y de actividad física. La tercera estrategia es *"Sexualidad responsable",* que realiza campañas de prevención y promoción de salud, educación sobre anticoncepción de adolescentes, se fortalecen tres habilidades para la vida, toma de decisiones, el autoconocimiento, y manejo de emociones. Y la cuarta estrategia es "*Bienestar en línea",* con recursos virtuales de temas relacionados con hábitos saludables, como actividad física, nutrición y hábitos en el hogar. Otra de las once líneas, que presentan, es la línea de Capellanía, que cuenta con cinco estrategias, la primera "*Grupo Alpha",* que explora aspectos relacionados con la fe cristiana, la segunda estrategia, es la "***Ruta de prevención y atención de la conducta suicida",*** esta ruta pretende asegurar la prevención, la mitigación y la atención exitosa de todos los componentes de la conducta suicida, esta ruta comienza con una identificación de los principales factores de riesgo (signos de alarma) y con una entrevista de perfil de ingreso, que permite evidenciar si hay o no factores de riesgo y en qué nivel se encuentran, después viene una primera remisión, si es necesario, al servicio médico (primeros auxilios vitales), al servicio psicológico (primeros auxilios psicológicos) o a capellanía (primeros auxilios espirituales). Una vez determinado el nivel de riesgo, se realiza la intervención conforme a Ideación suicida o Intento o consumación en cada uno de ellos se debe activar la red de apoyo concerniente que incluye compañeros, familiares y amigos. Cada sub-ruta implica necesariamente hacer un seguimiento entre tres a seis

meses en los que se ponen en juego los recursos institucionales como grupos de apoyo y servicios de la Vicerrectoría de Desarrollo Humano y Bienestar. Ver ilustración 13, Ruta de prevención y atención de la conducta suicida.

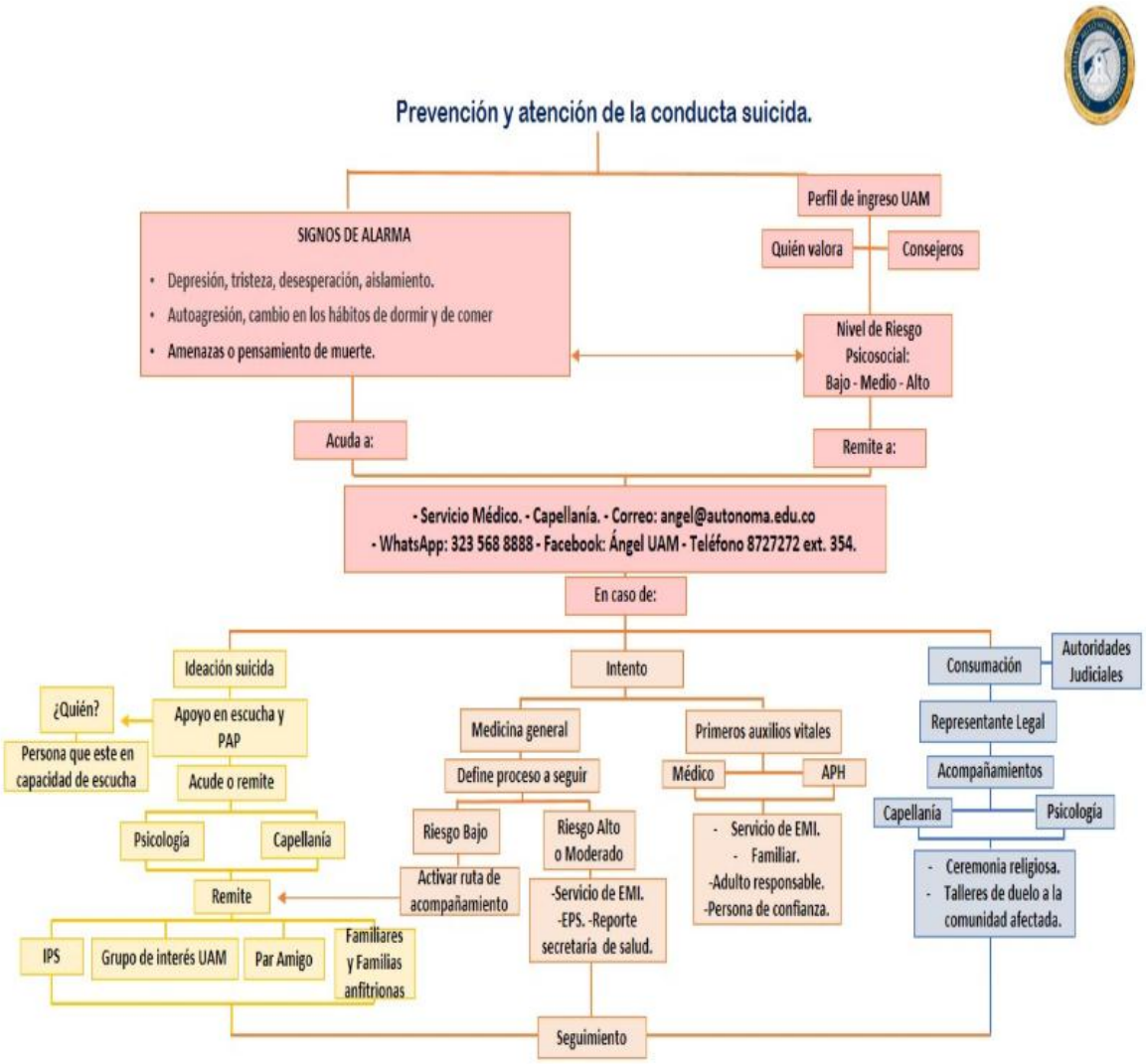


Ilustración 12, Ruta de Prevención y Atención de la conducta suicida. Fuente: Pagina Web Universidad Autónoma de Manizales

La tercera estrategia de esta línea, es ***"Ángel UAM",*** Este es un centro en donde se prestan primeros auxilios psicológicos y primeros auxilios espirituales que pertenece al programa Conéctate + Conciencia de la línea de acción: Calidad de vida y Bienestar, es el primer eslabón en la ruta de prevención y atención de la conducta suicida en la comunidad universitaria, sin límite de horario y fecha, cuenta con correo electrónico, WhatsApp, línea telefónica y Facebook. La cuarta estrategia es "Padrinos y Parceros UAM", tiene como objetivo acompañar a los estudiantes de fuera de la ciudad para lograr

la adaptación a la ciudad y a la universidad. Y la quinta estrategia se llama “Píldoras espirituales”, que ofrece recursos virtuales en temas de fe y espiritualidad.

Otra línea de Bienestar, es la línea de servicio médico, que presta servicios de atención básica en consulta médica general y consulta de psicológica, dirigido a estudiantes y empleados de la universidad. La línea “***Ser +”,*** es el programa de acompañamiento psicológico, orientado al reconocimiento de estrategias de afrontamiento y habilidades para la vida. Las demás líneas de acción, se relacionan con, arte y cultura, comunicaciones, deportes, grupo de interés, y programa de permanencia y graduación, esta última brinda servicios de orientación vocacional y acompañamiento psicológico entre otros temas que garantizan la permanencia de los estudiantes hasta la graduación, todas estas estrategias hacen parte del proyecto de bienestar y buscan la promoción de estilos de vida saludables.

Dentro de los hallazgos no se encontró política institucional de salud mental.

Universidad Católica de Colombia

Universidad privada, que cuenta dentro de los programas de bienestar universitario con el área de promoción de la salud universitaria la cual tiene como objetivo identificar y realizar seguimiento a las necesidades en salud de los diferentes departamentos que conforman toda la comunidad universitaria, de la misma manera busca que la comunidad y sus familias adquieran hábitos saludables a partir de la promoción de estilos de vida saludables para el autocuidado.

Dentro de las acciones adelantadas por la universidad se encuentran campañas en prevención y promoción de la salud las cuales pretenden generar conciencia sobre hábitos saludables en la comunidad universitaria, se ejecutan durante la semana de la salud que se realiza semestralmente y también se hacen visitas a los salones de pregrado de las diferentes facultades para promover comportamientos saludables teniendo en cuenta los factores de riesgo más comunes en la vida universitaria.

En los posgrados, se realizan campañas informativas frente a manejo de emergencias en salud y otras contingencias en el ámbito universitario, así mismo cuentan con el día de bienestar en donde motivan a los estudiantes de posgrado a realizar actividad física y adoptar hábitos de vida saludables.

Durante la revisión no se encontró información relacionada con políticas de salud mental o acciones puntuales.

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Esta Universidad cuenta dentro de las áreas de bienestar universitario con el área de Desarrollo humano, la cual brinda herramientas que facilitan el conocimiento de sí mismo y de los demás miembros que conforman la comunidad universitaria, desarrollo del sentido de pertenencia y compromiso individual con la universidad a través de actividades y programas como Inducción a la vida universitaria, Asesoría psicopedagógica, Asesoría psicológica, Asesoría en trabajo social, Asesoría espiritual, Asesoría grupal, Taller de inducción a la vida laboral, y Actividades de integración institucional. La Universidad presta servicios de salud tendientes a mejorar la calidad de la vida de la comunidad universitaria a través de programas, proyectos y acciones de promoción de la salud y prevención de la enfermedad esta área se encuentra habilitada solamente para prestar servicios de baja complejidad y no se presta atención de urgencias.

No se encontró más información relacionada con promoción de la salud mental o políticas institucionales de la misma.

Universidad de Caldas

Universidad pública, esta universidad cuenta con la IPS universitaria que presta servicios de salud a los estudiantes de la Universidad de Caldas, cuenta con servicios de consulta externa en medicina general, odontología y psicología, trabajo social y consulta de planificación familiar, además con servicios de vacunación y laboratorio clínico, el objetivo es la promoción de estilos de vida saludables y del autocuidado en estudiantes, docentes y personal administrativo. Enmarcado en el programa de promoción de la salud integral y el autocuidado. Por otro lado el área de Desarrollo Humano y Convivencia Universitaria presenta estrategias orientadas a la promoción de la convivencia y de las capacidades humanas de la comunidad universitaria, dentro de las líneas de trabajo están las ZOU[10]en las cuales participan diversos actores de la comunidad para gestionar problemas que afectan la vida universitaria, además contempla y potencia las acciones que se adelantan desde bienestar, otra línea son las rutas de atención a la violencia, acompañamiento psicosocial, y prevención del suicidio. Todos estos programas apuntan al concepto de universidad saludable.

La Universidad de Caldas cuenta con la herramienta de realidad virtual, relacionada con la formación en medicina.

[10] Zonas de Orientación Universitaria

Universidad de Cartagena

Universidad Pública, desde la vicerrectoría de Bienestar Universitario se cuenta con el centro de Bienestar estudiantil y laboral que cuenta con las secciones de Asesoría Psicológica, Asuntos Estudiantiles y Profesorales, Cultural, de Deportes, de Salud y Seguridad Laboral y Trabajo Social. La sección de Asesoría psicológica, cuenta con:

- Diseño y ejecución de programas de asesoría, orientación, capacitación y promoción de la salud mental.
- Orientación vocacional
- Atención individual y grupal a estudiantes de pregrado y postgrado, empleados, docentes y familiares.
- Programa "*ESTOY BIEN, ESTUDIO BIEN*" – Acompañamiento Psicosocial a estudiantes en condicionalidad académica y bajo rendimiento académico.
- Política Institucional de Prevención del Consumo de SPA.

Estos servicios se encuentran en el marco de SIRE, que es una estrategia de acompañamiento académico, psicosocial, socioeconómico y de seguimiento para estudiantes que se encuentren en riesgo de desertar por dificultades en su proceso de adaptación, bajo rendimiento académico y difícil situación económica para de esta manera garantizar su permanencia y graduación. Además de la política institucional de prevención del consumo de sustancias psicoactivas la universidad no cuenta con política de salud mental, sin embargo, la estrategia SIRE, enmarca todo lo relacionado con promoción de la salud mental en el ámbito universitario.

Universidad Distrital Francisco José de Caldas

Universidad pública, cuenta con la dirección de bienestar institucional desde donde se orientan actividades y servicios para promover la salud mental de la comunidad universitaria a través del centro de bienestar estudiantil el cual realiza actividades de promoción de estilos de vida saludables y presta servicios de salud y psicología de primer nivel de atención en las cinco facultades de la universidad.
La búsqueda no arrojo resultados relacionados con políticas de salud mental al interior de la universidad.

Universidad de la Sabana

Universidad privada, esta universidad cuenta con la dirección de Bienestar universitario quien a través de la jefatura de prevención de la universidad ofrece servicios de atención psicológica, igualmente cuentan con "*Tu línea Amiga*" que es un servicio de orientación psicológica centrada en la escucha y en los primeros auxilios psicológicos

dirigido a toda la comunidad universitaria, estudiantes de pregrado, posgrado, docentes y empleados con el objetivo de acompañar la búsqueda de estrategias para afrontar la situaciones de crisis, este servicio está disponible a través de teléfono, correo electrónico, WhatsApp y celular, esta línea está dispuesta de lunes a viernes de 8 am a 5:30 pm y también se presta servicio de manera presencial.
No se encontró información relacionada con políticas institucionales de salud mental.

Universidad de los Llanos

Universidad pública, los hallazgos frente al tema de promoción de la salud mental en esta universidad apuntan al programa de acción "Superando las brechas en salud Mental", un programa dirigido a líderes comunitarios desde la facultad de Ciencias de la Salud y Enfermería cuyo objetivo es capacitar a líderes de las comunas de Villavicencio en atención primaria en salud mental mediante prácticas de salud mental positiva que fomenten la confianza en la comunidad, de igual manera orientan a los líderes comunitarios para conformar grupos de apoyo en salud mental.

No se encontró más información relacionada con política institucional de salud mental.

Universidad de Medellín

Universidad privada, esta universidad desde la División de Desarrollo Humano y Bienestar universitario ofrece programas en las áreas de Deportes, cultura, capellanía, promoción socioeconómica, salud y Orientación psicológica esta última presta servicios a toda la comunidad universitaria en las áreas de promoción, prevención y atención de consulta psicológica de baja complejidad estas consultas deben ser programadas y son en horarios laborales están dirigidas a estudiantes de pregrado, posgrado, egresados, docentes, empleados y jubilados se realiza terapia individual, de pareja, intervención en crisis, asesoría y remisión de problemas de farmacodependencia, anorexia, bulimia, depresión, ansiedad y otras conductas de riesgo, igualmente ofrecen talleres reflexivos orientados a la promoción de estilos de vida saludables. Así mismo ofrece talleres de relajación en donde se promueve el aprendizaje de técnicas de masaje terapéutico y relajación para liberar el estrés potencializar la salud y mejorar el desempeño académico, laboral y deportivo, cuenta con cupo para 20 personas y es de libre asistencia.

El área de salud presta servicio de atención primaria en medicina general y odontología así mismo realiza actividades de promoción de la salud y prevención de la enfermedad. Estos programas y servicios obedecen a la política de bienestar de la universidad, no se encontró política institucional específica de salud mental.

Universidad de Nariño

Universidad pública, desde el sistema de Bienestar Universitario de la universidad tiene el servicio de psicología clínica cuyo objetivo es realizar terapia, asesoría académica, acompañamiento a casos especiales y primeros auxilios psicológicos para acceder al servicio por primera vez se requiere de una valoración previa del médico de la unidad de Salud estudiantil después de esta primera cita la solicitud de atención se realiza directamente. Se realiza atención inmediata en casos de ideación suicida o intentos de suicidio. No se encuentra más información relacionada.

Universidad del Atlántico

Universidad Pública, desde el departamento de Desarrollo Humano de la vicerrectoría de bienestar universitario cuentan con el programa de asesoría y consejería psicológica para la comunidad universitaria, presta atención a nivel individual y grupal. Orientan y apoyan a los miembros de la comunidad con estrategias de intervención terapéutica y de apoyo con el fin de identificar debilidades y fortalezas que generen cambios de actitud que conduzcan al desarrollo de las capacidades académicas, personales y laborales.

Igualmente, desde la unidad de salud de la universidad del Atlántico se prestan servicio dirigidos la comunidad con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad de vida y promueven estilos de vida saludables en las diferentes etapas del ciclo de vida.
En esta universidad no se encontró más información relacionada o política institucional de salud mental.

Universidad del Cauca

Universidad pública, en esta universidad las acciones, planes, proyectos y actividades relacionados con bienestar universitario son coordinados por la Vicerrectoría de Cultura y Bienestar de la Universidad que cuenta con el ***"Programa de Salud Mental"*** el cual es ejecutado por un grupo conformado por Psicólogos y Trabajadores sociales y tiene como objetivo *"Promover el auto cuidado de la Salud Mental, diseñando estrategias pedagógicas encaminadas al fortalecimiento de hábitos y estilos de vida saludables en la comunidad estudiantil de la Universidad del Cauca",* el programa contempla tres factores a impactar el factor psicológico, el factor académico y el factor salud, tal como se muestra en la ilustración 14.

PROGRAMA DE SALUD MENTAL		
FACTOR PSICOLOGICO	**FACTOR ACADEMICO**	**FACTOR SALUD**
Como evitar sufrir de: • Depresión • Ansiedad • Stress	Mejora el nivel académico • Métodos de estudio • Mejora la concentración • Estrategias de Aprendizaje	Fortalecimiento de la Alimentación • Nutrición y salud • Trastornos alimenticios
Manejo de Adicciones • Alcoholismo • Sustancias Psicoactivas • Juego	Como enfrentar el medio laboral • Éxito profesional	Salud Sexual y Reproductiva • Planificación Familiar. • Infecciones de transmisión sexual
Fortalecimiento de habilidades Sociales • Fobias • Timidez • Relaciones interpersonales • Comunicación asertiva		Salud Oral • Cuidado y prevención de la salud oral.
Relación de Pareja • Noviazgo • Apego Afectivo		
Fortalecimiento del sí mismo. • Inteligencia emocional • Autoestima y Autoconcepto • PNL		

Ilustración 13, Programa de Salud Mental. Fuente: Universidad del Cauca

Estas temáticas se modifican de acuerdo a los criterios del programa y el grupo interdisciplinario de acuerdo a las necesidades.
No se cuenta con información relacionada con Política e salud mental al interior de la universidad.

Universidad Popular del Cesar

Universidad pública, desde la División de Bienestar Institucional que depende de la Vicerrectoría administrativa a través del área de Permanencia y Bienestar Institucional, cuenta con el programa ***"POPS"*** programa de Orientación Psicosocial que tiene por objetivo "Proporcionar las herramientas necesarias para el adecuado desarrollo individual a través de sesiones individuales y grupales de orientación en el manejo o resolución de situaciones específicas", este programa está dirigido a estudiantes, padres o acudientes de estudiantes y docentes de la universidad prestan servicios de orientación individual, grupal y estrategias como campañas sobre proyecto de vida, técnicas para

potenciar la capacidad mental, fomento de habilidades sociales, personales y comunicativas. Ver ilustración 15.

Ilustración 14, Estrategias del programa de orientación psicosocial. Campañas de sensibilización

Estas actividades son dirigidas por el equipo de psicólogos de la universidad y se priorizan los estudiantes identificados con riesgo de deserción y estudiantes remitidos por los docentes de los diferentes programas académicos que se encuentran con bajo rendimiento asociado a factores de riesgo. En la página de esta universidad no se encontró más información asociada al tema de Promoción de la salud mental o política institucional de salud mental.

Universidad del Norte

Universidad privada, cuenta con ACES que es la unidad de acompañamiento y Consejería estudiantil diseñada por Bienestar Universitario en donde se orienta a los estudiantes frente a la toma de decisiones asertiva relacionada con la vida universitaria, es de acceso gratuito, el estudiante solicita por medio de la página web el servicio y recibe apoyo en temas académicos, sociales y personales. Desde el área de bienestar se cuenta con una serie de talleres y cursos, en temas como, armonía, mente y cuerpo, asertividad, autoestima, relación de pareja, manejo del estrés, nutrición y yoga a los cuales los estudiantes se pueden inscribir de manera gratuita. Así mismo presentan cinco programas llamados, “Actívate”, “Tu salud, lo primero” “vive en armonía”, “Ambiente saludable”, “Sabor y Salud”, en donde se trabaja alrededor del fortalecimiento de hábitos de vida saludables en las áreas de actividad física, salud física y manejo de emociones. Ver ilustración 16.

Ilustración 15, Programas bienestar universitario, Fuente: Página web, Universidad del Norte

En la página de la universidad no hay información sobre políticas en salud mental de la misma.

Universidad el Bosque

Universidad Privada, tiene el departamento de bienestar universitario el cual cuenta con áreas de cultura, salud y deportes y tiene el objetivo de mejorar la calidad de vida de los estudiantes y promover estilos de vida saludables, el área encargada de trabajar alrededor de la promoción y atención en salud mental es el área de salud la cual presta los servicios de asesoría psicológica la cual debe ser programada y tiene un costo de 5.000 pesos los cuales son devueltos una vez se toma el servicio, están dirigidas a toda la comunidad universitaria estudiantes, docentes y administrativos, en estas asesorías se otorga orientación frente a las necesidades en salud mental. Igualmente se atienden urgencias psicológicas previa valoración de un psicólogo quien considera si es o no urgencia. Esta atención se da solamente en horarios laborales es decir de lunes a viernes de 8 am a 5 pm. Dentro de los programas ofertados por el área de salud, se encuentra también el programa de “Salud mental”, ofreciendo actividades para proteger y mantener la salud mental, el programa “0 es 3”, en donde a partir de actividades de autocuidado y relajación se intenta reducir los niveles de estrés y el daño asociado al mismo, todo esto con el fin de promover el desarrollo de habilidades personales y colectivas que promuevan el bienestar.

El Área de Salud, de Bienestar Universitario, se articula con las unidades académicas y con el Centro de Éxito Estudiantil, para dar respuesta a necesidades específicas en temas de solución de conflictos; de esa manera, el equipo de salud mental de Bienestar Universitario prepara y dirige intervenciones grupales tipo taller en las que aborda las necesidades identificadas. También brinda a las facultades capacitación y herramientas para identificar riesgos psicosociales asociados a la deserción y a diseñar medidas para controlarlas.

Durante la búsqueda realizada no se encontraron resultados asociados a políticas de salud mental al interior de la universidad.

Universidad del Rosario

Universidad privada, las experiencias encontradas en esta universidad dan cuenta de programas y actividades desarrolladas desde la coordinación de Psicología y calidad de vida, que depende de la decanatura del medio universitario, allí se prestan servicios de atención psicológica y también se realizan charlas de promoción y prevención, con el objetivo de acompañar a los estudiantes en todo el proceso de formación académica, en estas charlas se manejan temas relacionados con entrenamiento emocional, manejo del estrés, depresión, comunicación asertiva, aprendizaje de herramientas y habilidades sociales, entre otros que se consideren pertinentes desde la coordinación de psicología y calidad de vida. Se cuenta también con el programa de *"Salud emocional y Aprendizaje van de la mano"*, en donde se brinda asesoría psicológica individual, así como talleres sobre ansiedad académica y manejo emocional en el contexto universitario. También desarrollan actividades de promoción de estilo de vida saludables durante la semana del bienestar la cual se realiza cada semestre académico.

En la categoría de acciones dirigidas a padres de familia, la universidad creo una red social ***"URFamily"*** con el objetivo de brindar orientación y apoyo a los padres, allí se resuelven dudas e inquietudes frente al ingreso a la universidad.

No se encuentra información sobre política institucional de salud mental, específicamente.

Universidad Externado

Universidad privada, desde el departamento de bienestar universitario, el área de desarrollo humano, se adelantan acciones de orientación y consejería las cuales no requieren de cita previa, es un espacio confidencial para conversar o tratar situaciones que generen estados emocionales que pongan en riesgo la salud o el rendimiento académico. Por medio del programa "Externado Saludable" se prestan servicios de salud en todas las áreas, incluido atención psicológica, en donde los estudiantes son remitidos por las facultades o por el departamento de bienestar universitario o acuden por voluntad propia. Estos servicios a diferencia de los mencionados anteriormente, si requieren de cita previa.

La universidad participa en el proyecto "Salud mental en el posconflicto en Colombia: Abriendo Caminos" en convenio con la ONG Danesa "Dignity" y el Ministerio de Salud, este proyecto busca conocer la situación de la salud mental de las poblaciones y así definir intervenciones que contribuyan a la superación de problemas en salud mental. El

externado participa por medio del grupo de investigación área de salud, conocimiento médico y sociedad de la facultad de ciencias sociales y humanas en la generación de conocimiento y aportes a las políticas públicas del país en temas de salud mental, teniendo en cuenta el impacto del conflicto armado sobre la salud mental. (Tomado de página Externado, Ciencias Sociales y Humanas). No se encontró información adicional.

Fundación Universitaria Juan N Corpas

Universidad privada, quienes, desde el departamento de Bienestar Estudiantil, en su área de salud brinda servicios de psicología, los cuales buscan apoyar a los miembros de la comunidad académica mediante apoyo de psicología individual, intervención en grupos, talleres sobre manejo de estrés, autoestima y sexualidad responsable.
Así mismo desde el área de desarrollo personal se realizan actividades de desarrollo "psico-espiritual" y talleres sobre proyecto de vida dirigidos a los funcionarios y estudiantes.

Desde la Facultad de medicina, Medicina comunitaria se adelanta desde el año 2005 el proyecto PIPSA, (Programa Integral de Promoción de Salud del Adolescente), tiene como objetivo brindar a los adolescentes de los colegios públicos del área de influencia de la universidad, herramientas para que desarrollen habilidades en la toma de decisiones y que tengan una mayor oportunidad de disminuir los eventos adversos asociados a:

Salud sexual: Con los eventos de ETS y embarazo no deseado. **Adictivos:** Con farmacodependencia como principal evento adverso. **Violencia:** Con daños físicos. **Convivencia:** Con familias desintegradas y resolución inapropiada de los problemas del diario vivir. **TCA:** Con bulimia y anorexia como máxima expresión. **Depresión:** Con el suicidio como el máximo evento adverso.

No se encontró más información relacionada con salud mental o políticas institucionales de salud mental en la página de esta universidad.

Universidad Jorge Tadeo Lozano UTADEO

Universidad privada**,** a través de la Dirección de Bienestar Universitario, presta servicios de asesoría psicológica, nivel de atención básico, en donde cada estudiante, cuenta con 3 sesiones, atendiendo las necesidades más frecuentes de la comunidad, con énfasis en promoción y prevención, si se requiere de un tratamiento prolongado se derivará a una atención externa, no tiene costo y se presta el servicio de lunes a viernes. También cuenta con espacios de escucha, con una duración de tres horas, en donde se brinda soporte en las dificultades de la cotidianidad que afectan el desempeño académico y son

ejecutados por un equipo de profesionales en psicología, igualmente se realizan talleres individuales, dirigidos a estudiantes.

Se brindan servicios de orientación a padres de familia, a través de un boletín informativo y formativo, en donde se trasmiten contenidos acerca de los procesos de desarrollo de sus hijos, problemáticas y como tratarlas, ofrece talleres y conversatorios virtuales acerca de prevención del suicidio.

Igualmente cuentan con el programa de radio "***Óyeme UJTL***" es un espacio en donde se conversa en torno a temas relacionados con la salud mental es promovido por Bienestar Universitario, se realiza un día a la semana y es liderado por un voluntario egresado, la directora de Bienestar Universitario, y por un representante del consejo de estudiantes del programa académico de Relaciones Internacionales, es un espacio de participación, opinión e información el cual cuenta con invitados especiales, comentarios de películas relacionadas con el tema del día, y la franja ***"Y los estudiantes ¿Qué piensan?".***

No se encontró información sobre política de salud mental en la universidad.

Universidad Manuela Beltrán

Universidad privada, Cuenta con el Departamento de Bienestar Universitario, quien ofrece programas y servicios relacionados con el tema de promoción de la salud mental desde el área de salud integral, que es quien promueve programas orientados al autocuidado, prevención, conservación de la salud en aspectos físicos, psicoafectivos, espirituales y sociales, con servicios de asesoría y orientación psicológica individual y familiar. Talleres de pareja. Talleres sobre manejo de duelo. Talleres de manejo del estrés. Talleres sobre manejo de heridas emocionales. Dirigidos a la comunidad universitaria en general.

Universidad Militar Nueva Granada

Universidad privada, esta universidad desde la división de Bienestar Universitario, por medio del área de Desarrollo Humano, presta servicios a los estudiantes, de asesoría Psicosocial y vocacional.

Desde el grupo de investigación Salud y Comportamiento, de la facultad de Medicina, se adelanta la investigación sobre percepción de calidad de vida de los oficiales de la fuerza aérea colombiana, y su relación con factores de la salud mental, con el fin de aportar elementos para el fortalecimiento de programas de promoción y prevención.

En la página de esta universidad no se encuentra mayor información frente al tema de salud mental.

Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia

Universidad pública, que, desde la dirección de Bienestar Universitario, por medio del área de salud presta servicios de atención primaria, a los estudiantes, y funcionarios, se realiza consulta psicológica general, asesoría en proyecto de vida, consulta individual, de pareja y familia, realizan atención en crisis y cuentan con la unidad amigable, especializada en temas de salud sexual y reproductiva.
No se encuentra información sobre política de salud mental o más acciones relacionadas.

Universidad Politécnico Grancolombiano

Universidad privada, aquí se encuentra el “Centro de Psicología”, perteneciente a la Facultad Cultura, Sociedad y Creatividad, por medio del proyecto de necesidades psicológicas se trabajan talleres de psicoeducación, en las áreas comportamental, cognitivo y social, y talleres grupales en los temas de manejo de emociones, proceso de duelo, ruptura amorosa, autodescubrimiento, manejo de redes sociales, los cuales son ejecutados por los profesionales de psicología en formación durante su segunda práctica quienes cuentan con apoyo y acompañamiento de docentes de la facultad. En el centro también se realizan talleres de “Manejo de crisis psicológicas”, dirigido a docentes de planta y catedra y el taller de primeros auxilios psicológicos. Se desarrolla la semana de salud mental por medio de diferentes estrategias que promueven la salud mental de la comunidad universitaria como son, conversatorios, talleres y actividades con el objetivo de generar conciencia en la importancia de cuidar la salud y fortalecer prácticas protectoras.

Por otro lado, el área de Seguridad y Salud en el trabajo organiza la semana de la salud y el bienestar, realizando actividades de promoción de estilos de vida saludables dirigido a los colaboradores en las diferentes sedes de la universidad y se abordan los temas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, promoción de la salud emocional, manejo del estrés, comunicación asertiva, cuidado, diversión, liberar la mente y salir de la rutina, actividades de pausas activas e higiene postural, actividades servicios generales, mantenimiento y jardinería, rumba aeróbica.

Pontificia Universidad Javeriana

Universidad Privada, esta universidad cuenta con el “Programa de intervenciones en Salud Mental”, el cual cuenta con recursos digitales, Docuteca, con documentos

relacionados con el tema de salud mental, blog, que tiene por objetivo promover una comprensión de la salud mental, “historia viva”, boletines y noticias, página en Facebook “Mentes Dementes”, que brindan información de interés para toda la comunidad universitaria, exclusivamente sobre salud mental, las instituciones participantes son, además del Hospital Universitario San Ignacio, el Centro de Memoria y Cognición e Intellectus, la Asociación Colombiana de Psiquiatría, la Fundación Acción Familiar Alzheimer Colombia, la Fundación Colombiana para el estudio de la demencia frontotemporal, las Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús, la Clínica de la Inmaculada, la Clínica de la Paz, la Asociación de Colegios Jesuitas de Colombia ACODESI, Javesalud, la Organización Panamericana de la Salud, la Red Latinoamericana de Cognición Social Demencia frontotemporal y otras alteraciones Neuropsiquiátricas, la Université de Lyon.

Por otro lado, la Vicerrectoría del medio universitario, tiene el centro de asesoría psicológica y salud CAPS, el cual Brinda acompañamiento a través de procesos psicoterapéuticos breves. Así mismo brinda atención inmediata a personas cuya situación de crisis supera su capacidad de afrontamiento. El centro tiene por objetivo acompañar el desarrollo personal y promover estilos de vida saludables en función del aporte a la construcción de los entornos, favorecen la reflexión y resignificación de aspectos emocionales y relacionales, contribuyen al mantenimiento y cuidado de la salud, así como a la consolidación de la Universidad como promotora de salud.
No se encontraron políticas de salud mental en la Universidad.

Tecnológico de Antioquia

Universidad pública, cuenta con el programa “***Vida Sana”,*** el cual es una estrategia desde Desarrollo Humano adscrito a la Dirección de Bienestar Institucional, en donde se busca la salud mental de todos los estudiantes y se prestan servicios de asesoría psicológica. Por otro lado, el programa Vida Universitaria, reúne áreas que procuran el Bienestar Institucional de toda la comunidad educativa y administrativos del Tecnológico de Antioquia, el objetivo es realizar programas y actividades que orienten el desarrollo físico, psicoafectivo, cultural y social de los estudiantes, profesores y personal administrativo. Estas áreas, además del área de Vida Sana, son, Vida deportiva, Vida Artística y Vida Solidaria, la cual brinda apoyos económicos a los estudiantes. Además de estas estrategias no se encontraron políticas de salud mental en la universidad, ni tampoco programas diferentes que apunten a la promoción de la salud mental.

Universidad del Valle- Univalle

Universidad pública, esta Universidad cuenta con la Vicerrectoría de Bienestar universitario, la cual tiene por objetivo contribuir a la formación integral de los miembros de la comunidad universitaria por medio de espacios adecuados para el desarrollo individual y colectivo a través de programas y servicios articulados a la academia. Dentro de los programas ofertados por esta vicerrectoría y que aportan a la promoción de la salud mental se encuentra el Servicio de Salud de la Universidad acompañado por la Escuela de Medicina Familiar y tiene el objetivo de garantizar la atención integral en salud a empleados, docentes, trabajadores, pensionados y beneficiarios. Presta servicios de Asesoría psicológica dirigido a todas las personas que requieran un proceso terapéutico y el programa de salud mental preventiva el cual desarrolla una serie de talleres con el objetivo de brindar herramientas que permitan un mayor conocimiento de sí mismo, de sus potencialidades y del fortalecimiento de principios y valores, estos talleres se ofrecen semestralmente al inicio de cada periodo académico previa inscripción. Otro programa es el de Apoyo emocional que brinda recursos virtuales con herramientas que fortalecen habilidades para la vida y toma de decisiones responsables, los temas más comunes son comunicación asertiva, manejo del tiempo libre, autoestima, manejo de emociones, orientación vocacional, entre otros.

La búsqueda no arrojó más resultados relacionados con el tema de promoción de la salud mental.

Universidad Santiago de Cali

Universidad privada, esta universidad presta a los estudiantes servicio de Asesoría psicológica desde el área de Salud de Bienestar Universitario estas asesorías requieren de cita previa y está dirigido a estudiantes de la universidad. Por otro lado, el programa de Psicología de la Universidad, cuenta con una Clínica de atención gratuita a la comunidad en general.

No se encuentra información adicional relacionada con el tema de Promoción de la Salud Mental.

Información estadística de acuerdo a los criterios de categorización de la información

Países en donde se ubican las universidades seleccionadas de acuerdo a los criterios mencionados anteriormente.

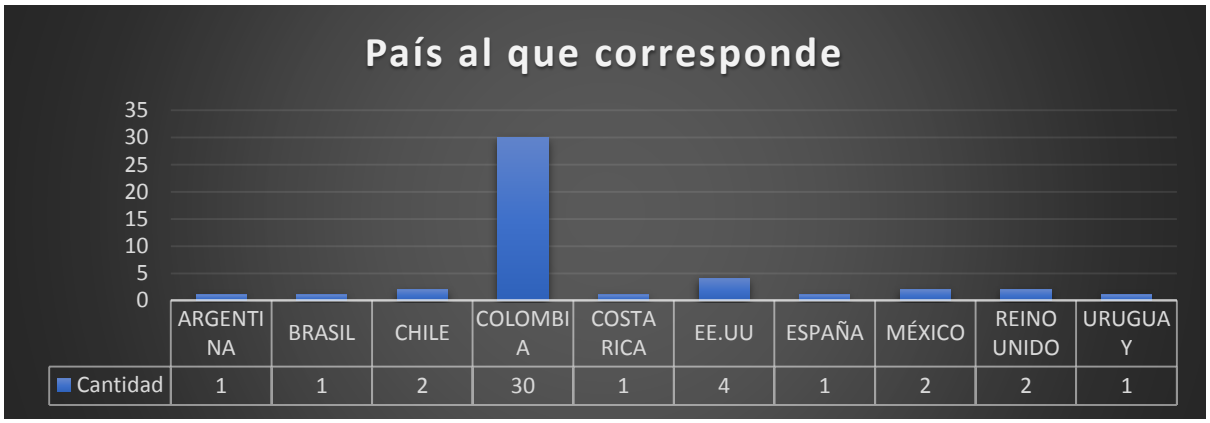


Figura 1. País al que corresponden las Universidades. fuente: Elaboración propia.

De acuerdo a la información encontrada en las 45 universidades seleccionadas a nivel internacional y nacional el 43 % pertenece a universidades públicas y el 56 % pertenece a universidades privadas.

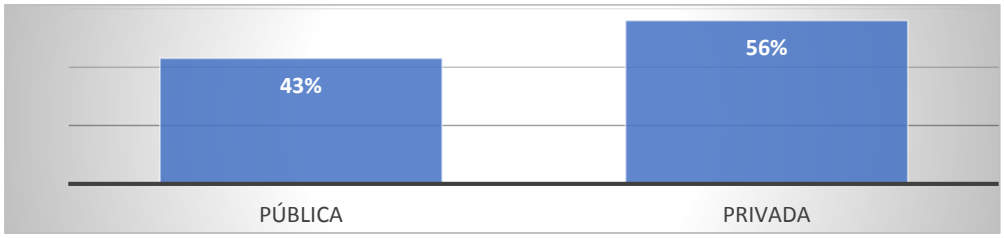


Figura 2. Tipo de Universidad. Fuente: Elaboración propia

Dentro de las estrategias relacionadas con salud mental en el ámbito universitario el 1.2 % pertenecen a Política Institucional en Salud Mental, 16 % pertenecen a Programas específicos de salud mental y un 36.8 % pertenece a actividades relacionadas con salud mental en el ámbito universitario.

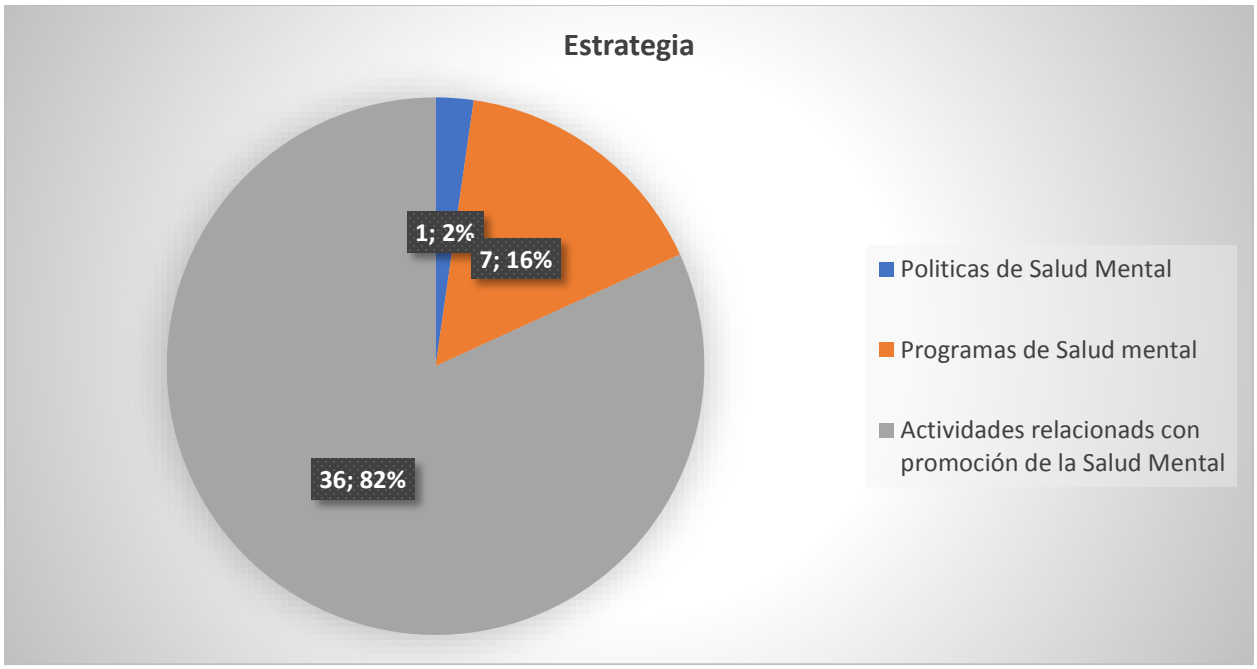


Figura 3, Estrategias en Salud Mental. Fuente: Elaboración propia.

Dentro de las estrategias mencionadas en la gráfica anterior, las actividades relacionadas con promoción de la salud mental, son; Talleres, realizados por profesionales de psicología, psiquiatría, trabajo social y enfermería, líneas telefónicas de escucha, programas de radio, servicios de Psicología, ejecutados por profesionales de psicología o psiquiatría, en donde se realiza asesoría psicología, intervenciones en psicología, terapia breve, terapia de pareja, terapia de grupo, terapia de familia, y se realiza remisión a otros servicios si el consultante lo requiere o se debe continuar con el tratamiento, la mayoría de estos servicios están relacionados con Atención primaria en salud, también se destacan espacios de escucha, que incluye conversatorios y jornadas de salud mental. Se resalta que el 60 % corresponde a servicios de Psicología, 45.29 %, a talleres, 40.26% espacios de escucha, el 15 % a líneas telefónicas de escucha, jornadas de Salud Mental 3.2% y programas de radio 1.1%, *Ver figura 4.*

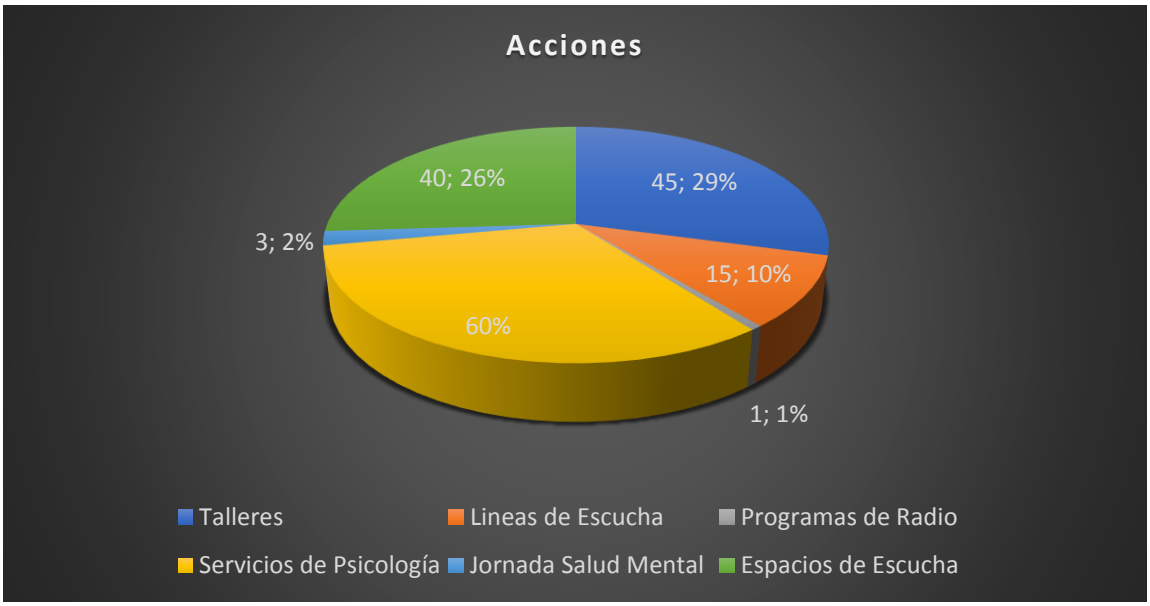


Figura 4, Acciones relacionadas con Salud Mental, Fuente: Elaboración propia.

Las actividades relacionadas con promoción de la salud mental en el ámbito universitario pertenecen a actividades de promoción y prevención un 59 %, solo promoción 22 %, solo prevención 20 % y atención 20 %. *Ver figura 5.*

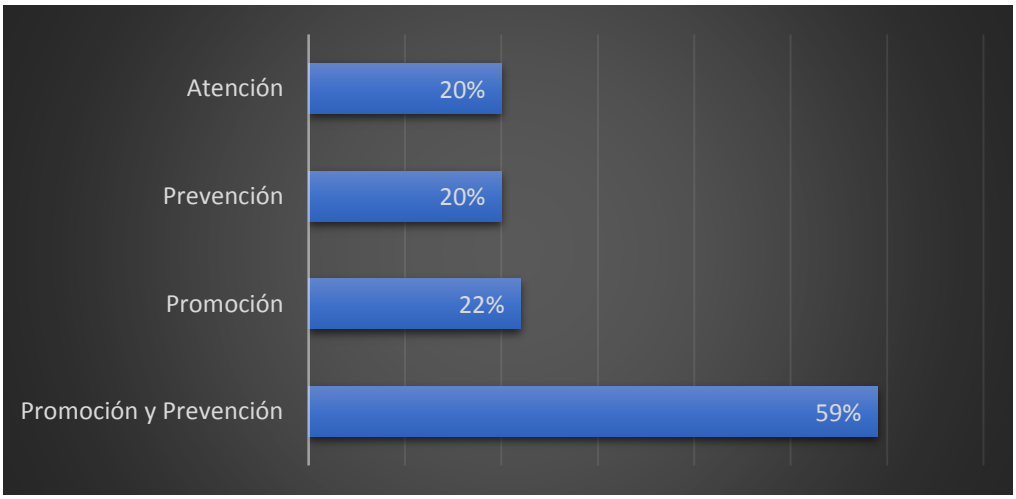


Figura 5, Tipo de Estrategia. Fuente: Elaboración propia.

Estas actividades en su mayoría van dirigidas a estudiantes de la Universidad, un 44 %, a toda la comunidad universitaria 35 %, y acciones específicas para docentes y administrativos un 6.8 %, las acciones más relevantes hacen referencia a planes de incentivos, jornadas de promoción de estilos de vida saludable y salud mental en el ámbito laboral y servicios de atención psicológica, en un porcentaje bajo, también se incluyen actividades específicas dirigidas a familias como son asesoría psicológica y

vocacional, talleres sobre manejo del estrés y fortalecimiento de redes de apoyo. Ver figura 6.

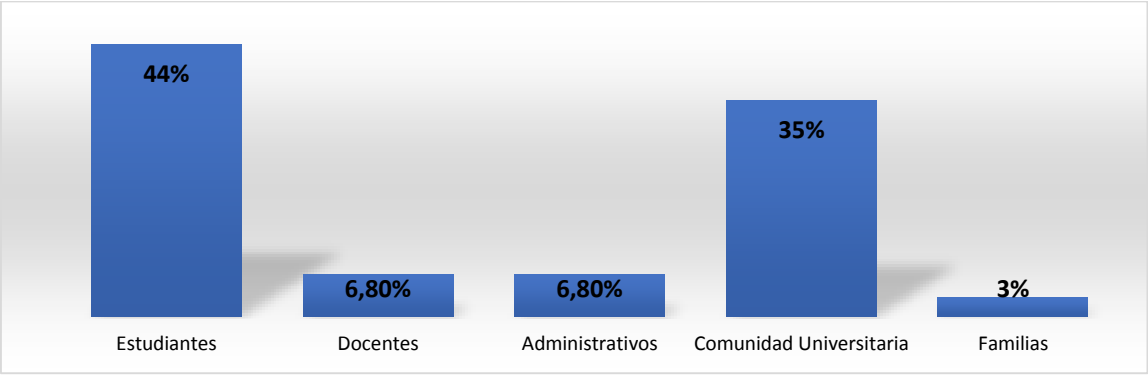


Figura 6. Beneficiarios de las acciones en Salud Mental. Fuente: Elaboración Propia.

Y por último estas acciones son ejecutadas en su mayoría por el área de Bienestar Universitario, lo sigue la facultad de psicología y medicina y un porcentaje bajo otras instancias, como son, grupos de voluntarios, colectivos de estudiantes entre otros. *Ver figura 7.*

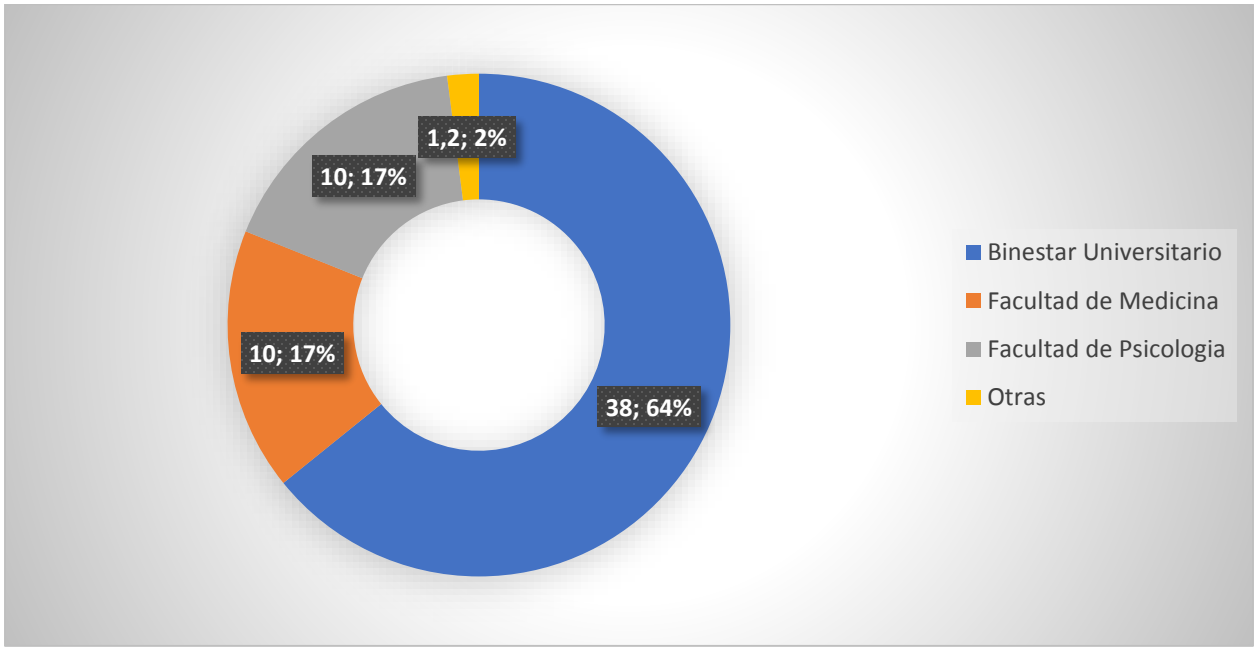


Figura 7. Responsable de la ejecución al interior de la universidad. Fuente: Elaboración propia.

EXPERIENCIAS RELACIONADAS CON PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN LA UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

La Universidad Nacional de Colombia fue creada en 1867, por medio de la expedición de la Ley 66 del Congreso de la Republica, como un ente universitario con autonomía vinculado al Ministerio de Educación Nacional, con régimen especial de carácter Público y perteneciente al estado. Por su carácter nacional y para cumplir la misión de contribuir a la identidad de la nación en su diversidad la Universidad está constituida por nueve sedes; Amazonia, Caribe, Bogotá, Manizales, Medellín, Orinoquia, Palmira, Tumaco y una nueva sede La Paz[11]. Ver ilustración.

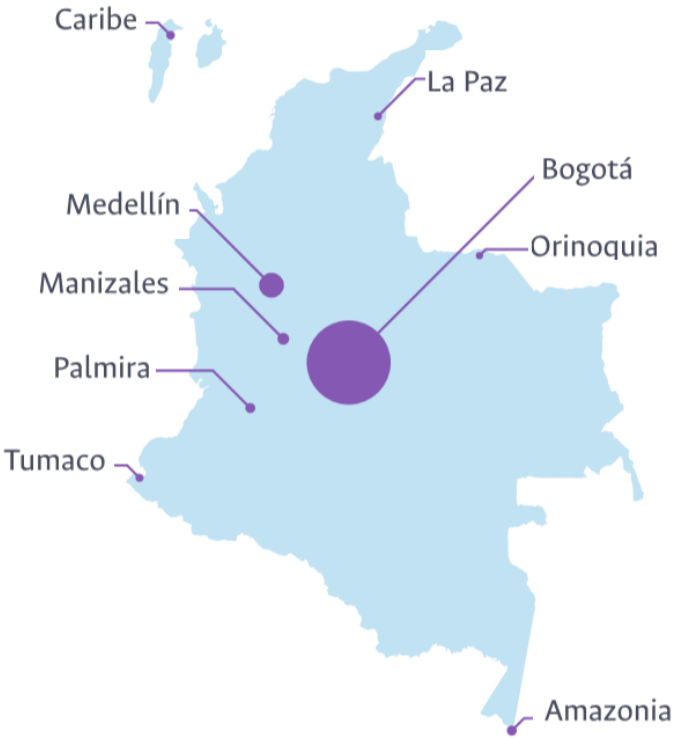


Ilustración 16, Ubicación sede Universidad Nacional de Colombia, Fuente: Localización del campus, página oficial Universidad.

[11] Tomado de página oficial de la Universidad Nacional de Colombia, link: https://unal.edu.co/la-universidad/naturaleza.html

La Universidad Nacional de Colombia está estructurada de la siguiente manera:

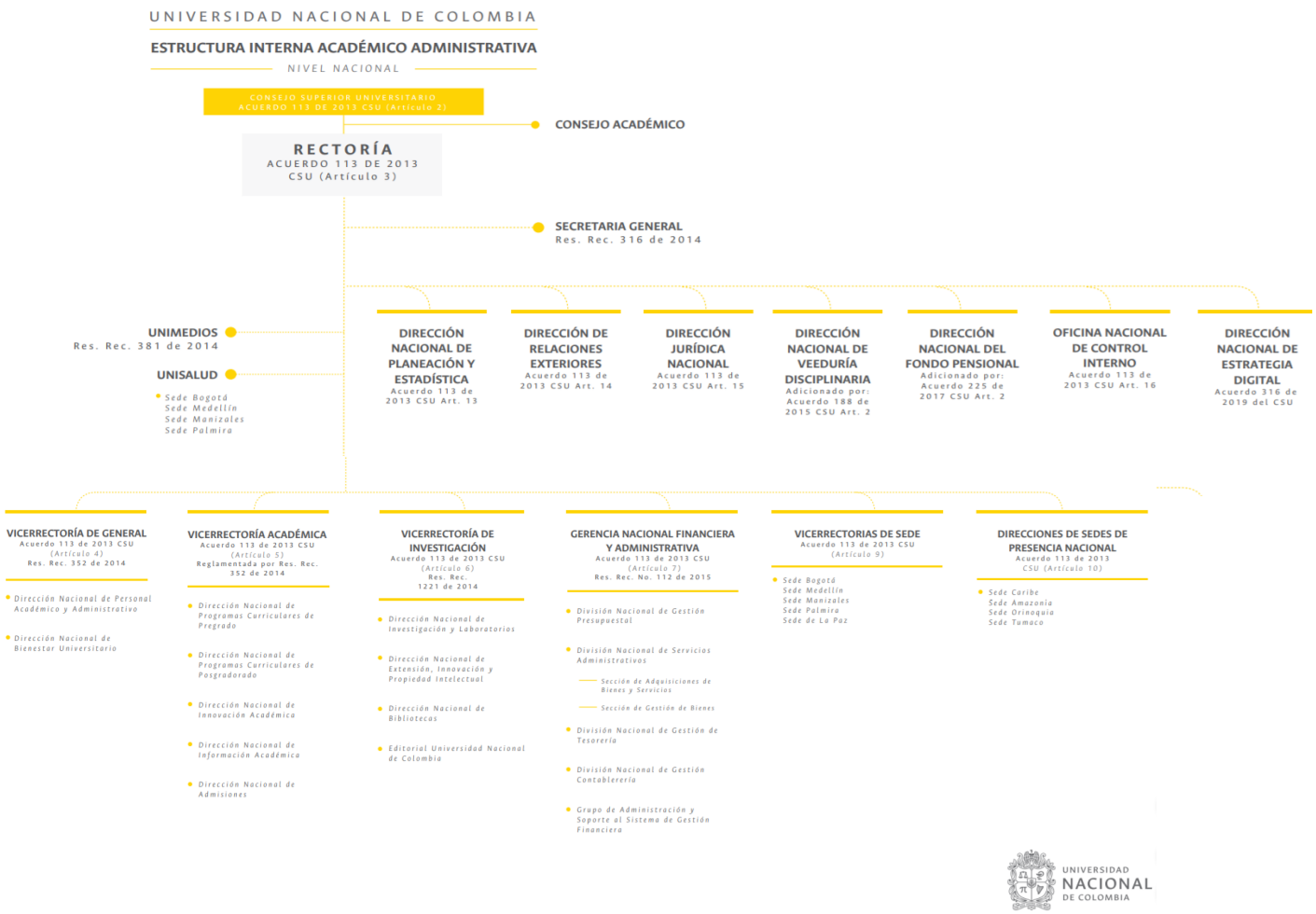


Ilustración 17, Estructura académico administrativa UNAL. Fuente: página unal.edu.co, organigrama nivel Nacional.

Por otro lado y de acuerdo a las estadísticas de la Universidad Nacional de Colombia, actualmente la universidad cuenta con 3.114 docentes de planta, 2.880 empleados administrativos, 3.000 personas vinculadas por ODS, 918 docentes ocasionales, 53.304 estudiantes matriculados, de estos el 84% (44.621) son estudiantes de pregrado y el 16% (8.633) son estudiantes de posgrado, 9.686 graduados año 2019, de estos el 58% (5.613), en pregrado y el 42% (4.073), en posgrado, 5.469 matriculados por admisión especial, de los cuales el 50%, (2.736) estudiantes pertenecen al programa PAES, programa de admisión especial, que tiene por objetivo brindar opciones de inclusión y participación de los grupos vulnerables en la educación superior, entre los que se encuentran, bachilleres miembros de comunidades indígenas, mejores bachilleres de Población Negra, Afrocolombiana, Palenquera y Raizal, así como los mejores bachilleres

de los municipios pobres, mejores bachilleres y víctimas del conflicto armado interno en Colombia, y el 50% (2.733) estudiantes pertenecen al programa PEAMA, Programa Especial de Admisión y Movilidad Académica, diseñado para las sedes ubicadas en Arauca, Leticia, San Andrés Islas y San Andrés de Tumaco, el cual tiene tres etapas de formación, etapa inicial, en donde una vez el estudiante es admitido iniciara sus estudios en las sedes de presencial nacional, etapa de movilidad a las sedes en donde se ofrece el programa que fue seleccionado, y etapa final, para finalizar el programa el estudiante se desplazara a la sede de presencia Nacional con el fin de realizar su trabajo de grado.

Igualmente las estadísticas de la Universidad Nacional, en relación con el número de estudiantes matriculados en pregrado a 2019-1 muestran que se encontraban matriculados en la sede de Amazonia 180 estudiantes, el 0.4%, en la sede Caribe, 0.2 % que corresponde a 75 estudiantes, la sede Bogotá, 57.7 %, corresponde a 25.753 estudiantes matriculados en pregrado, en la sede Manizales 10.7%, que son 4.757 estudiantes, en la sede Medellín 24.1 % corresponde a 10.742 estudiantes, la sede Orinoquia 0.6 %, correspondiente a 263 estudiantes, la sede Palmira 5.7% (2.545 estudiantes) la sede Tumaco 0.7% (306 estudiantes) y la sede De La Paz 0 estudiantes. Ver ilustración.

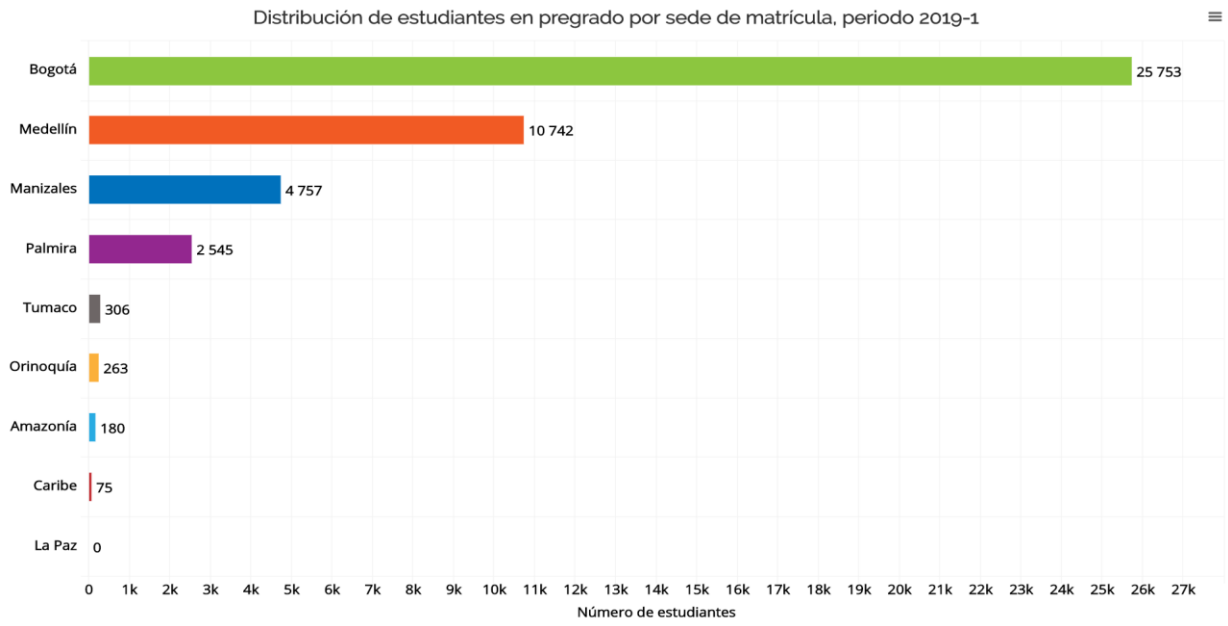


Ilustración 18, distribución de estudiantes en pregrado por sedes de matrícula, periodo 2019-1. Fuente: pagina UNAL, estadísticas.

La distribución de estudiantes matriculados en posgrado por sede, periodo 2019-1, se presenta de la siguiente manera; la sede de Amazonia con 35 (0.4%) estudiantes, sede Caribe, 34 estudiantes (0.4%), sede Bogotá 5.814 estudiantes (67%), sede Manizales 848 estudiantes (9.8%), sede Medellín 1616 estudiantes (18.6%); sede Orinoquia 0

estudiantes, sede Palmira 336 estudiantes (3.9%), sede Tumaco o estudiantes, sede De La Paz 0 estudiantes. Ver ilustración.

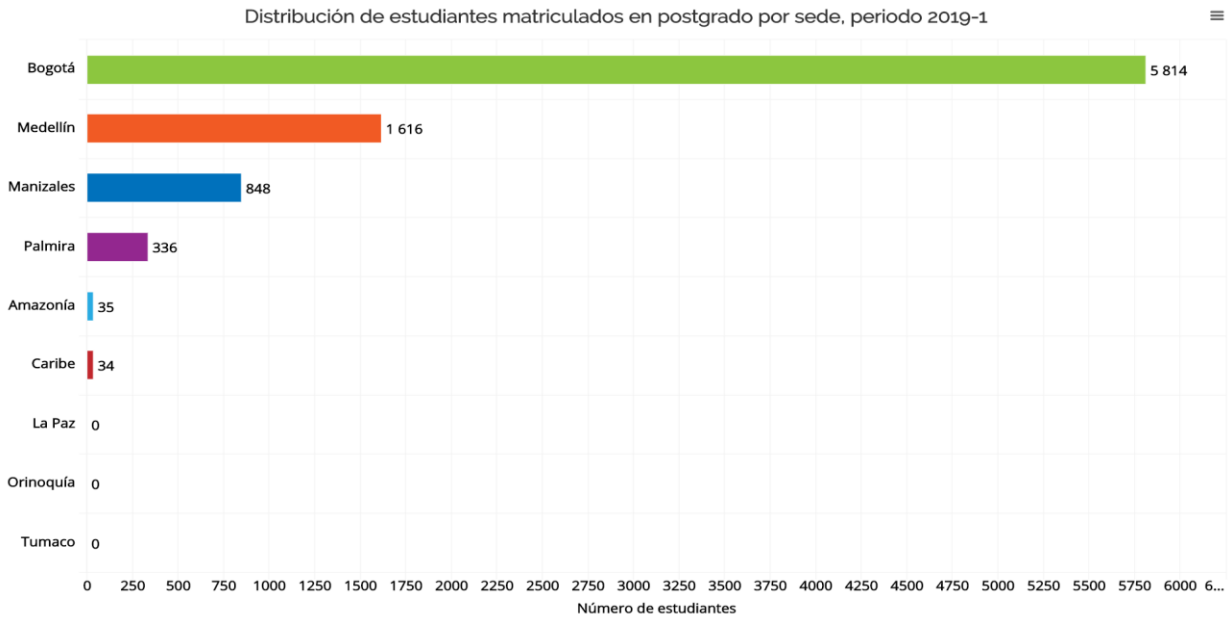


Ilustración 19, distribución de estudiantes matriculados en posgrado por sede, periodo 2019-1. Fuente: Pagina UNAL, Estadisticas.

Dentro de los programas que ofrece la Dirección Nacional de Bienestar, actualmente la Universidad cuenta con, Jardín Infantil, creado por Acuerdo del CSU (Consejo Superior Universitario) 086 DE 1975, como guardería infantil para hijos de estudiantes y trabajadores de la Universidad Nacional, el cual cambio su nombre a Jardín Infantil mediante Acuerdo 049 de 2006 del CSU. Adscrita a la sede Bogotá y vinculada a la Dirección Nacional de Bienestar Universitario -DNBU, ligado a sus programas a través de un contrato interadministrativo de aportes. El Jardín atiende niños desde los 3 meses hasta los 4 años y 11 meses de edad, funciona en horario de lunes a viernes de 7:00 am a 4:30 pm.

Por otro lado, la Universidad cuenta con el Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar IPARM, (creado en 1962 con dos cursos jardín y primero de primaria), unidad académica especial adscrita a la DNBU, ubicada dentro del campus de la sede Bogotá, brinda educación formal en los niveles de preescolar, básica y media a los hijos e hijas de los trabajadores, estudiantes, profesores, pensionados de la universidad. Con un total de estudiantes de Jardín, escuela y Colegio de 2.000.

Otro programa de la DNBU es la Capellanía la cual apoya y acompaña los procesos de formación integral de la comunidad universitaria con énfasis en la dimensión espiritual y trascendencia desde el respeto a la libertad de conciencia, de cultos y del carácter laico

de la UNAL[12]. Ubicada dentro del campus sede Bogotá. Presta servicios de formación espiritual, asesoría académica a quienes llevan a cabo investigaciones que incluyan lo religioso, teológico y la iglesia, acompañamiento y consejería, talleres de oración, y acompañamiento a la comunidad universitaria interesados en hacer un camino espiritual.

Y por último el programa de egresados, que promueve la vinculación de los egresados de la universidad en los campos académicos, culturales y sociales.

Dentro de las áreas de la DNBU se cuenta con el área de salud, (Acuerdo 22 De 2018 del Consejo De Bienestar Universitario) en sedes andinas y presencia nacional, "El Área de Salud promueve el mejoramiento permanente de las condiciones físicas, psíquicas, mentales, sociales y ambientales en las que se desarrolla la vida universitaria, mediante programas formativos, preventivos y correctivos que incidan en la calidad de vida y hábitos de vida saludable".

A continuación, se realiza una descripción por sede, de las actividades identificadas en cada una, relacionadas con el tema de promoción de la salud mental.

Sede Amazonia:

Bienestar universitario de sede Amazonia, desarrolla diferentes programas dirigidos a la comunidad universitaria, estos programas son de promoción y prevención, alimentación estudiantil, programa **"la bicicleta hace el camino",** apoyo a transporte, programas de inducción a la vida universitaria, preparación para el cambio y seminarios de premovilidad. Dentro del área de cultura se realizan actividades lúdicas culturales y el área de actividad física y deporte realiza programas de acondicionamiento con el objetivo de fomentar estilos de vida saludables en los miembros de la comunidad universitaria.

Sede Bogotá

Desde la División de Salud de Bienestar Universitario se realiza actividades de intervención en salud mental, mediante las estrategias de detección temprana e intervención de factores de riesgo, se realiza apertura de la historia clínica y consulta de factores de riesgo, este servicio es por demanda inducida, la estrategia de **"Seguimiento a casos críticos y redes"**, en donde después de realizar la identificación del estudiante, se acuerda con él el inicio del proceso de psicoterapia en el Hospital Universitario Nacional. Se cuenta con el servicio de "**UN escucha"**-atención en crisis, por medio de una línea de WhatsApp y correo electrónico, es atendido por una auxiliar de enfermería

[12] Tomado de Página oficial UNAl. Área de Capellanía.

quien brinda asesoría y direccionamiento del estudiante a los servicios de salud, se cuenta con la ruta de atención de urgencias psicológicas, *ver ilustración.*

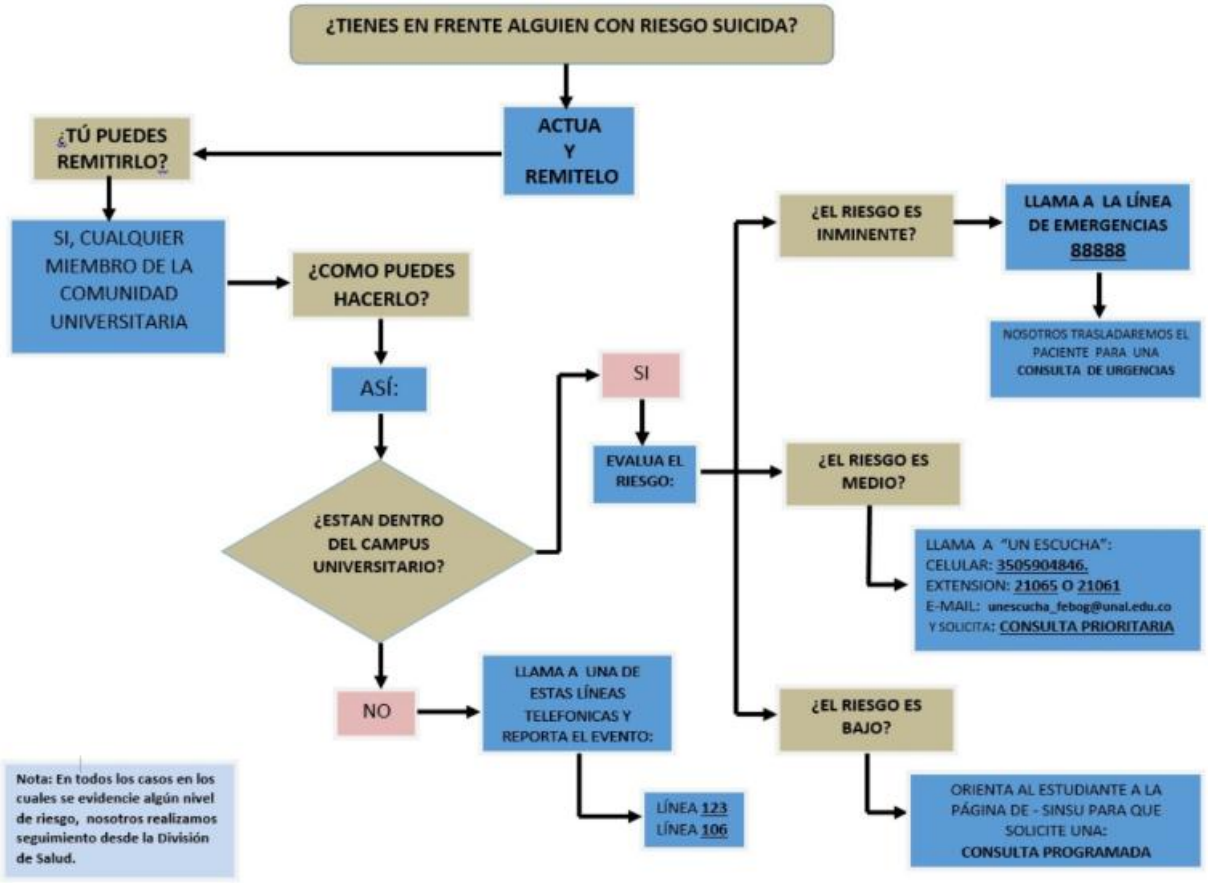


Ilustración 20, Atención de urgencias psicológicas. Fuente: presentación división de salud, mesa técnica

Se ofrecen programas de promoción en salud mental, en temas relacionados con rupturas amorosas, manejo de duelo, primeros auxilios psicológicos, manejo de la Ira, Mindfulness, entre otros. Igualmente se diseñaron y ejecutaron 4 ciclos temáticos a nivel virtual, ofrecidos a la comunidad universitaria con el objetivo principal de brindar un contexto de encuentro entre el profesional y los participantes a través de los cuales se favorezca la interacción, la auto reflexividad y la generación de nuevas comprensiones sobre la dinámica de las emociones en el ser humano, así como la identificación de herramientas para su buen manejo.

Teniendo en cuenta la situación de pandemia por Covid-19 y el confinamiento declarado en 2020 se reconoció el aumento la demanda de servicios relacionados con atención en salud mental durante el primer semestre de 2020.

Facultad de Derecho y ciencias políticas y sociales:

Desde esta facultad, se creó el **“Ciclo de talleres de Habilidades para la vida”,** el cual es un espacio de encuentro, de conocimientos y experiencias entre el docente y los y las estudiantes, identificados por el programa de acompañamiento académico y bienestar estudiantil de la Facultad, por presentar alguna alteración en su salud mental o un diagnóstico relacionado, este espacio permite a los participantes la identificación de habilidades que favorezcan el autoconocimiento, la identificación de redes de apoyo, la escucha activa, proyecto de vida, resiliencia, y la preparación para el cambio. Como herramienta para que los estudiantes comprendan mejor su situación y encaminen acciones tendientes a eliminar el auto estigma, estigma y discriminación. A partir de una metodología participativa, que promueve la expresión basada en el respeto por la diferencia y por el otro, la responsabilidad y la confianza.

En este ciclo de talleres se involucra a la familia o personas consideradas significativas, con el objetivo de conocer y afianzar las redes de apoyo y dar información frente a procesos farmacológicos y como desde la familia y la sociedad, se puede aportar a la adherencia y entendimiento de situaciones relacionadas y que influyen en las relaciones que se establecen en el ámbito familiar y social.

Este proceso fue liderado por el equipo coordinador, conformado por el docente (médico psiquíatra), una profesional de trabajo social designada por la Dirección de Bienestar, una profesional de psicología del Programa de Acompañamiento Académico y una profesional de psicología del Grupo de Investigación Discapacidad, Políticas y Justicia Social.

Se implementaron 11 sesiones los miércoles de 9 am a 11 am y se llevaron a cabo 4 reuniones individualizadas con los y las estudiantes que expresaron dicho interés con el objetivo de brindarles orientación frente a sus situaciones de salud y a nivel académico, direccionándolos a los programas que podrían brindarles el apoyo requerido. Cada semana se realizó el seguimiento y la invitación a los y las estudiantes para la asistencia a la siguiente sesión por medio del correo electrónico y de llamadas telefónicas. Al finalizar cada encuentro, el equipo coordinador se reunió para evaluar el desarrollo de la sesión y para sistematizar el proceso.

Se llevó a cabo una jornada pedagógica sobre los temas de salud mental y discapacidad de los y las estudiantes dirigida a personal administrativo y docente, a la que asistieron 3 personas, todas ellas del personal administrativo. Posteriormente, se elaboró un documento recopilando lo abordado en dicha jornada y fue enviado a docentes y administrativos por correo electrónico.

Durante la implementación de las sesiones se observó el aumento de la demanda por parte de los y las estudiantes del curso en los servicios ofrecidos por el Programa de Acompañamiento Académico, Bienestar de Facultad y la División de Salud.

La Facultad también cuenta con la ***Ruta de Atención a estudiantes en Salud mental***, *ver ilustración.*

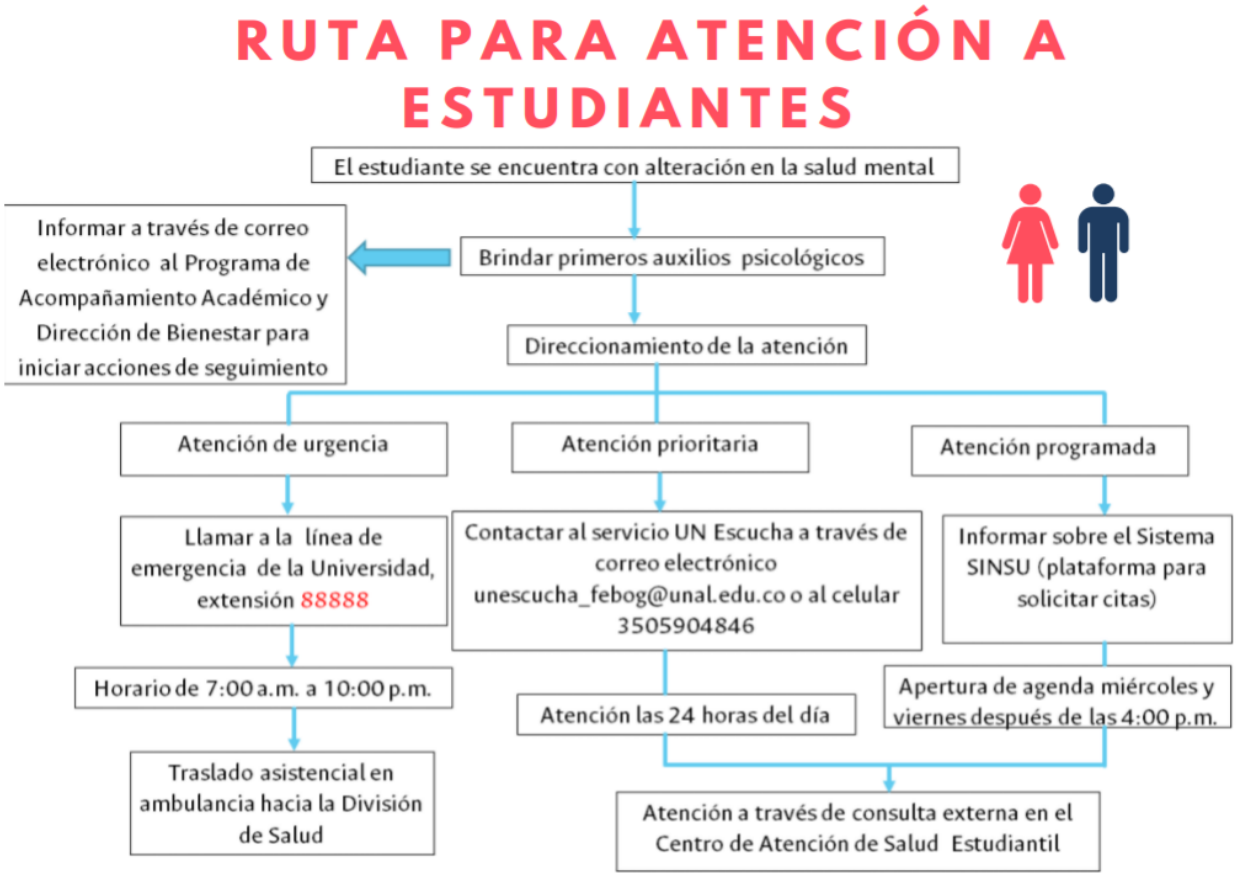


Ilustración 21, Ruta para Atención a Estudiantes. Fuente: Memorias Salud Mental, Facultad de Derecho y Ciencias Sociales

División de Actividad Física y Deporte

Desde esta división se desarrolla el Programa de Promoción de Actividad Física ***Vitalizate,*** con el objetivo de que toda la comunidad universitaria y sus familias cumplan con las recomendaciones de actividad física de la OMS, el cual se fundamenta básicamente en 4 estrategias, 1, Información, educación y comunicación, creación de espacios para la práctica de actividad física, intervención en espacios cotidianos y creación de redes y apoyo social. Se realizan diferentes actividades dependiendo de la estrategia que se implementa: piezas gráficas, charlas, capacitaciones, píldoras educativas, Vita-Actívate y Vita-Tips que son actividades físicas para romper con los comportamientos sedentarios con componente educativo; Encuentros Vitalízate, Club de

Corredores que son espacios de práctica de actividad física. Semestralmente se realiza una encuesta de nivel de actividad física y comportamiento, se mantienen canales abiertos de comunicación con los usuarios, para conocer sus dudas y ofrecer una guía en relación al tema.

Jardín Infantil

A través de la Dirección de Bienestar Universitario de sede, se realizan ***actividades de promoción en el tema de habilidades*** para la vida con el fin de formar en la metodología de habilidades para la vida partiendo de la aplicación y participación activa de los docentes, de manera que no solo fuese una formación teórica sino práctica y vivencial que permitiera la apropiación de la habilidades vistas y a su vez se concretará en el desarrollo de material propio para la formación de los padres de familia. La metodología a través de la cual se inició el proceso de formación fue presencial a través de talleres vivenciales y posteriormente a través de encuentros online. Se contó con la presencia de una experta en la temática quien fomentó el interés de los participantes y promovió su reflexión sobre el desarrollo de las habilidades en cada uno. Debido a la pandemia y al posterior proceso de adaptación de cada una de las actividades del Jardín Infantil incluyendo las capacitaciones y formación al talento humano, la capacitación en habilidades para la vida se fragmentó lo que impidió cubrir todas las habilidades que contempla la metodología.

IPARM

El Instituto Pedagógico Arturo Ramírez Montufar, dentro de sus programas o acciones en lo que respecta a actividades dirigidas a la comunidad educativa en general y que no son académicas cuenta con la conformación del ***equipo de convivencia*** desde la coordinación de bienestar con estudiantes de convivencia y el programa de gestión ambiental, por otro lado, dentro de las actividades o programas dirigido a estudiantes se destacan los talleres a estudiantes que se realizan desde el departamento de Psicología y Trabajo social, los cuales incluyen abordaje psicosocial, actividades extracurriculares que consisten en la práctica de deportes, así como el club de “Búhos” enfocado específicamente en la práctica de futbol. Dentro de las actividades dirigidas a docentes y administrativos se realizan procesos formativos en articulación con el Jardín y la Escuela con el fin de formar en la metodología de habilidades para la vida.

Igualmente, el Colegio se articula con la Facultad de Medicina y sus programas académicos en donde se involucran prácticas de acuerdo a las necesidades de los miembros de la comunidad educativa, de la misma manera se articula con la Facultad de enfermería, Psicología y Trabajo social desde relaciones gano-ganas, sinergias con el IDR por medio del programa” Muévete con empoderamiento de estudiantes pares”.

Observatorio de Inclusión Educativa para personas con Discapacidad

Es un cuerpo colegiado de la Universidad Nacional de Colombia creado mediante Acuerdo 036 de 2012 del Consejo Superior Universitario y reglamentado mediante Resolución 779 de 2016 de la Rectoría, que tiene por objeto hacer seguimiento a la implementación de las medidas y acciones reglamentadas, prestar asesoría y acompañamiento a las áreas académicas, administrativas y de Bienestar Universitario a nivel Nacional, de Sede y de Facultad, sugerir los apoyos que se requieren para facilitar el proceso de inclusión en el medio universitario de las personas con discapacidad, así como interactuar con entidades externas para permitir la actualización e intercambio de conocimientos y experiencias. Cuenta con tres ejes de acción, el primero de monitoreo y seguimiento que tiene como objetivo hacer seguimiento a la implementación de las reglamentaciones y medidas institucionales aprobadas. El segundo eje de asesoría y acompañamiento, con el objetivo de prestar asesoría y acompañamiento a las áreas académicas, administrativas y de bienestar universitario, a nivel Nacional, Sede y Facultad para el desarrollo de programas, estrategias y acciones orientadas a facilitar la formación académica y participación de las personas con discapacidad en la vida universitaria y el tercero es el eje de interacción e intercambio de conocimiento, este eje busca que el Observatorio interactúe con entidades externas para permitir la actualización, e intercambio de conocimientos y experiencias. Articular y trabajar en conjunto con la Red Colombiana y la Red Latinoamericana de universidades por la discapacidad, el Observatorio Nacional de Discapacidad y organismos de veeduría.
En esta mima, línea el observatorio ha enmarcado sus acciones en dos metas la de Cultura que hace referencia al fomento de la cultura de inclusión en la Universidad Nacional de Colombia y la de prácticas que pretende fortalecer las prácticas de inclusión de la Universidad Nacional de Colombia.

Por otro lado, el Observatorio cuenta con productos como el **inclusiometro*,*** el cual permite medir que tan inclusivos o inclusivas somos. *Ver ilustración y la* Carpeta pedagogías inclusivas para docentes. *Ver* ilustración y el diagnóstico a la implementación de la Política institucional para la inclusión educativa de las personas con discapacidad en la Universidad Nacional de Colombia – Acuerdo 036 de 2012.

¿Qué tan inclusivo o inclusiva soy?

Con respecto a las personas con discapacidad yo:

Genero ambientes accesibles y equitativos ¡Soy una persona inclusiva!

Actitud	Aprecio y celebro su diversidad
Accesibilidad física	Al programar eventos, clases o actividades priorizo ambientes físicos en los que puedan desempeñarse independientemente
Accesibilidad a la información	Creo contenidos que evidencian pluralidad de pensamiento y valoran la diversidad humana
Autonomía	Tengo en cuenta su participación al diseñar los planes, programas o proyectos que hacen parte de mi trabajo

Tengo una actitud respetuosa ¡Estoy en camino a la inclusión!

Actitud	Evito el uso de términos despectivos como: "discapacitado", "minusválido", "incapacitado", "cieguito", "enfermito" o "loco"
Accesibilidad física	Evito obstruir su paso, libre desplazamiento u ocupar espacios designados exclusivamente para ellas
Accesibilidad a la información	Evito usar expresiones, abreviaturas o siglas que no han sido explicadas o no son comprensibles
Autonomía	Cuando participo en un diálogo con ellas me dirijo a la persona y no a su acompañante o intérprete

¡Alerta! Mi actitud puede ser excluyente. Requiero informarme

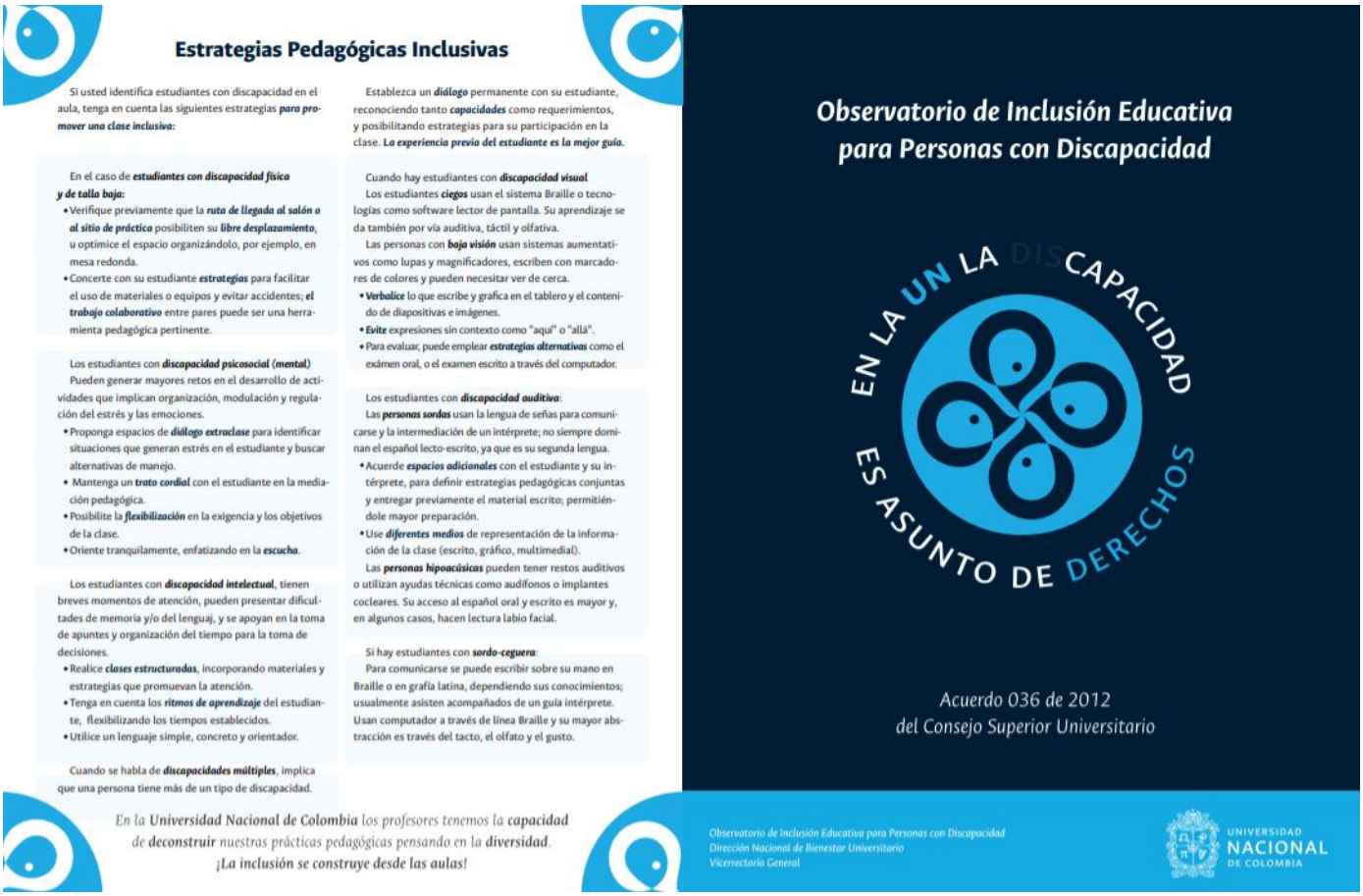
Actitud	Siento miedo, rechazo o deseo sobreprotegerlas
Accesibilidad física	Obstruyo su paso u ocupo los espacios designados exclusivamente para ellas
Accesibilidad a la información	Cuando creo documentos prefiero usar expresiones, abreviaturas o siglas a pesar de que no han sido explicadas o no son comprensibles
Autonomía	Cuando hablo con ellas prefiero dirigirme a su acompañante o intérprete

Inclusiómetro

Mi reto para esta semana es:

Acuerdo 036 de 2012 del Consejo Superior Universitario

Ilustración 22, Inclusiometro. Fuente: Observatorio de Inclusión educativa para personas con Discapacidad.



Estrategias Pedagógicas Inclusivas

Si usted identifica estudiantes con discapacidad en el aula, tenga en cuenta las siguientes estrategias ***para promover una clase inclusiva:***

En el caso de ***estudiantes con discapacidad física y de talla baja:***

- Verifique previamente que la ***ruta de llegada al salón o al sitio de práctica*** posibiliten su ***libre desplazamiento***, u optimice el espacio organizándolo, por ejemplo, en mesa redonda.
- Concerte con su estudiante ***estrategias*** para facilitar el uso de materiales o equipos y evitar accidentes; ***el trabajo colaborativo*** entre pares puede ser una herramienta pedagógica pertinente.

Los estudiantes con ***discapacidad psicosocial (mental)***
Pueden generar mayores retos en el desarrollo de actividades que implican organización, modulación y regulación del estrés y las emociones.

- Proponga espacios de ***diálogo extraclase*** para identificar situaciones que generan estrés en el estudiante y buscar alternativas de manejo.
- Mantenga un ***trato cordial*** con el estudiante en la mediación pedagógica.
- Posibilite la ***flexibilización*** en la exigencia y los objetivos de la clase.
- Oriente tranquilamente, enfatizando en la ***escucha***.

Los estudiantes con ***discapacidad intelectual***, tienen breves momentos de atención, pueden presentar dificultades de memoria y/o del lenguaj, y se apoyan en la toma de apuntes y organización del tiempo para la toma de decisiones.

- Realice ***clases estructuradas***, incorporando materiales y estrategias que promuevan la atención.
- Tenga en cuenta los ***ritmos de aprendizaje*** del estudiante, flexibilizando los tiempos establecidos.
- Utilice un lenguaje simple, concreto y orientador.

Cuando se habla de ***discapacidades múltiples***, implica que una persona tiene más de un tipo de discapacidad.

Establezca un ***diálogo*** permanente con su estudiante, reconociendo tanto ***capacidades*** como requerimientos, y posibilitando estrategias para su participación en la clase. ***La experiencia previa del estudiante es la mejor guía.***

Cuando hay estudiantes con ***discapacidad visual***
Los estudiantes ***ciegos*** usan el sistema Braille o tecnologías como software lector de pantalla. Su aprendizaje se da también por vía auditiva, táctil y olfativa.
Las personas con ***baja visión*** usan sistemas aumentativos como lupas y magnificadores, escriben con marcadores de colores y pueden necesitar ver de cerca.

- ***Verbalice*** lo que escribe y grafica en el tablero y el contenido de diapositivas e imágenes.
- ***Evite*** expresiones sin contexto como "aquí" o "allá".
- Para evaluar, puede emplear ***estrategias alternativas*** como el exámen oral, o el examen escrito a través del computador.

Los estudiantes con ***discapacidad auditiva***:
Las ***personas sordas*** usan la lengua de señas para comunicarse y la intermediación de un intérprete; no siempre dominan el español lecto-escrito, ya que es su segunda lengua.

- Acuerde ***espacios adicionales*** con el estudiante y su intérprete, para definir estrategias pedagógicas conjuntas y entregar previamente el material escrito; permitiéndole mayor preparación.
- Use ***diferentes medios*** de representación de la información de la clase (escrito, gráfico, multimedial).

Las ***personas hipoacúsicas*** pueden tener restos auditivos o utilizan ayudas técnicas como audífonos o implantes cocleares. Su acceso al español oral y escrito es mayor y, en algunos casos, hacen lectura labio facial.

Si hay estudiantes con ***sordo-ceguera***:
Para comunicarse se puede escribir sobre su mano en Braille o en grafía latina, dependiendo sus conocimientos; usualmente asisten acompañados de un guía intérprete. Usan computador a través de línea Braille y su mayor abstracción es través del tacto, el olfato y el gusto.

*En la **Universidad Nacional de Colombia** los profesores tenemos la **capacidad** de **deconstruir** nuestras prácticas pedagógicas pensando en la **diversidad**.*
¡La inclusión se construye desde las aulas!

Observatorio de Inclusión Educativa para Personas con Discapacidad

Acuerdo 036 de 2012
del Consejo Superior Universitario

Observatorio de Inclusión Educativa para Personas con Discapacidad
Dirección Nacional de Bienestar Universitario
Vicerrectoría General

UNIVERSIDAD NACIONAL DE COLOMBIA

Ilustración 23, Estrategias Pedagógicas Inclusivas. Fuente: Observatorio de Inclusión educativa para Personas con Discapacidad

Observatorio de Asuntos de Género

Por otro lado, también se cuenta en la Universidad con el **Observatorio de Asuntos de Género** el cual fue creado con el fin de fortalecer una cultura institucional de equidad de género e igualdad de oportunidades para mujeres y hombres. Mediante Acuerdo 035 de 2012 del Consejo Superior Universitario, y cuya reglamentación se dio en 2016, mediante el Acuerdo 013 del Consejo Superior Universitario. También cuenta con ejes de acción eje 1, Acceso, permanencia, movilidad y egreso, eje 2 Prevención, atención y acompañamiento en relación con las violencias y las discriminaciones, eje 3, transversalización curricular e investigativa, eje 4 vida cotidiana y participación universitaria, y por último eje 5, comunicación con equidad de género. Dentro de los productos hasta la fecha cuenta el boletín del Observatorio; ¿Qué tan equitativo es el acceso a la Universidad Nacional de Colombia?, Análisis comparativo de las poblaciones aspirantes y admitidas desde una perspectiva de género. Y Cuadernos de trabajo Genero y Universidad. Avances y retos para la equidad de género en la Universidad Nacional de Colombia. El protocolo para la prevención y atención de casos de violencias basadas en

género y violencias sexuales en la Universidad Nacional de Colombia y el violentometro virtual, ver ilustración.

Ilustración 24, Violento metro virtual. Fuente: página Observatorio Asunto de Género UNAl.

División Gestión y Apoyo económico

Desde la división se adelantan acciones de Prevención, promoción y atención de primer nivel y seguimiento, con el objetivo de promover la salud mental y prevenir los factores de riesgo para la salud mental. Liderado por la coordinación del programa de alojamiento sede Bogotá, a partir de la metodología de Tamizaje virtual - videoconferencias - Actividades virtuales de prevención y promoción - Atención de primera escucha y seguimiento psicológico virtual. Dentro de los logros se identifican la reducción del impacto de factores de riesgo para la salud mental, orientación y acompañamiento para

el acceso al tratamiento efectivo de algunos estudiantes con problemas o trastornos de salud mental emergente o preexistente y orientación y Vinculación de la familia.

Sede Caribe:

La sede caribe cuenta con ***talleres que abordan la temática de hábitos de vida saludables***, recetarios sobre alimentos esenciales para el consumo, consejos y rutinas de actividad física, los cuales están dirigidos a la comunidad universitaria, así como los sistemas de información que permiten caracterizar los factores de riesgo por estamento.

Dentro de las acciones dirigidas a los estudiantes se desarrolla el plan maestro de seguimiento a servicios de apoyo alimentario y alojamiento, se realiza seguimiento y evaluación semestral de los servicios que ofrece bienestar entre ellos las acciones entorno a la salud mediante las encuestas de satisfacción. Para los estudiantes también se realizan ***actividades de inducción y preparación para la vida universitaria***.

Sede de La PAZ:

Desde el área de acompañamiento integral y con el fin de fortalecer el proceso de inducción de la comunidad estudiantil y acompañar el proceso de adaptación a la vida universitaria de los estudiantes PAES (Programa de Admisión Especial) se creó el ***grupo promotor de salud llamado #Acompañame***, con quienes se adelantaron encuentros para afianzar conocimientos sobre la Universidad, de la misma manera se creó un espacio de encuentro ***titulado "Diálogos, etnias y comunidades indígenas"*** en el cual participan los estudiantes provenientes de las diferentes comunidades indígenas con el fin de identificar necesidades de acompañamiento académicos para el desarrollo de habilidades que les permita la adaptación a la vida universitaria y a los procesos de formación. Estas actividades son acompañadas por estudiantes para estudiantes durante el ***proceso de inducción y adaptación a la vida universitaria***.

Área de cultura

Con el objetivo de construir escenarios experienciales de experimentación colaborativa para el reconocimiento de saberes, la potencialización de habilidades y capacidades de la comunidad universitaria y para fortalecer los liderazgos universitarios, la convivencia, el bienestar y la salud emocional, mental y física de las y los estudiantes, se implementaron estrategias de investigación-acción que buscan sumar intereses y pasiones existenciales, políticas e intelectuales para construir conocimiento y diseñar estrategias de intervención. La metodología implementada es la de ***colaboratorios*** en donde se realizan sesiones de trabajo semanal con los 8 grupos existentes y se establecen temáticas de su interés, posteriormente se hace un plan de trabajo en donde las y los estudiantes asumen el liderazgo de los temas se utilizan ayudas audiovisuales, generadas por los estudiantes, después se evalúa y se identifican potencialidades y necesidades en las áreas de formación. Esta estrategia se basa en la posibilidad de construir procesos de circulación de conocimiento y saberes que permitan la potencialización de liderazgos y capacidades de formación desarrollando competencias

artísticas, habilidades para la vida y proyectos de aprendizaje colectivos. Se generan nodos temáticos para que los estudiantes participen de talleres especializados en distintas artes y adquieran herramientas de trabajo para circular dentro de la vida universitaria.

Sede Manizales:

La sede en el marco de proyecto 487, “Programa de cultura, patrimonio y proyección social” cuyo objetivo es propiciar la construcción de una Universidad promotora de salud a través de espacios de formación que contribuyan con el mejoramiento de la calidad de vida y la formación integral ***realiza talleres sobre pautas para la primera escucha***, la detección y activación de alertas tempranas y la prevención y ruta de atención a violencias basadas en género, mediante las plataformas Google Meet, ZOOM, Facebook y YouTube. Igualmente se realizan concursos y caja de preguntas mediante Instagram sobre protocolo de prevención y atención de violencias basadas en género, estas actividades están dirigidas a toda la comunidad universitaria. Uno de los logros identificados en esta estrategia es la generación de repositorio de conocimiento en plataformas de libre acceso, para que cualquier miembro de la comunidad universitaria y general.

Por otro lado, con el objetivo de generar estrategias de prevención, contención y atención en salud mental a través de actividades individuales y colectivas se desarrollan diferentes que incluyen ***evaluación, identificación y captación de situaciones específicas de riesgo en salud mental*** y se realizan actividades de atención y seguimiento por el equipo de la universidad o remisión a la institución especializada en atención de salud mental con convenio vigente a través proyecto de inversión. Este equipo está conformado por profesional en psicología quien realiza la atención específica en salud mental de intervención inicial y seguimiento de los casos identificados por demanda espontanea o por remisión de otros profesionales. Igualmente se articula con la Clínica San Juan de Dios de Manizales que ***presta servicios especializados en salud mental con enfoque de atención integral y seguimiento y educación grupal en salud,*** enfocada hacia la promoción de la salud mental y la prevención del consumo de sustancias psicoactivas, se cuenta con el sistema de referencia y contrarreferencia entre los profesionales del equipo de atención de salud en la universidad y el proveedor definido para la atención especializada. Está dirigido a estudiantes y las actividades grupales están dirigidas a la comunidad universitaria en general.

Sede Medellín:

Desde la Dirección de Bienestar Universitario de sede, se adelantan programas de promoción de la salud y el bienestar, mediante el ***proyecto de acompañamiento psicosocial***, de promoción y atención, el cual tiene por objetivo brindar estrategias desde el acompañamiento y el apoyo emocional para contener los estados de posible angustia o malestar en relación al confinamiento, así como atender las posibles necesidades educativas y pedagógicas que se presentan en la comunidad educativa durante el trabajo

en casa. Este proyecto utilizó la estrategia de talleres experienciales por medio de encuentros sincrónicos y contenido digital en el micrositio de la Escuela, así como Llamadas telefónicas, infografías, videos, charlas y encuestas de indagación para acompañar a la comunidad educativa y atender las necesidades emocionales y pedagógicas, así como promover prácticas de autocuidado que amortigüen el malestar y las consecuencias negativas sobre los estados emocionales que se desencadenan a raíz de la pandemia y el confinamiento. Este proyecto está dirigido a estudiantes, docentes administrativos, familia y la comunidad educativa de la Escuela UNAL.

Área de cultura

Desde el área de Cultura se desarrollan actividades de expresión artística y cultural con el fin de aportar al manejo del tiempo libre de todos los miembros de la comunidad universitaria, a través de herramientas virtuales.

Área de acompañamiento integral

Desde el área se desarrollaron una serie de estrategias virtuales y presenciales que en el contexto de pandemia permitieron dar cumplimiento a los objetivos de la Sección de Acompañamiento Integral y sus Programas: Preparación para el cambio, Acompañamiento a la vida universitaria, Desarrollo del potencial humano, Gestión de proyectos, Convivencia y cotidianidad, buscando contribuir a una adaptación y permanencia exitosa, a la inclusión educativa y al fortalecimiento de habilidades blandas y del aprendizaje en diferentes miembros de la comunidad Universitaria.

Teniendo en cuenta que se identificaron problemáticas relacionadas con dificultades de adaptación a la virtualidad, planificación del tiempo, control y manejo de las emociones. Fortalecimiento de habilidades para el aprendizaje en la virtualidad, estilos de aprendizaje, métodos de estudio y conducta orientada al logro. Convivencia en casa en el contexto de pandemia. Violencias de género y sexuales y dificultades de la población en discapacidad.

Por otro lado, y teniendo en cuenta que en la sede se identificó el aumento significativo del consumo de SPA y de las conductas adictivas al interior de la misma y el aumento del consumo de SPA en los estudiantes admitidos y la Identificación de las adicciones como causa común de la deserción.

Se desarrollaron ***programas de Habilidades para la vida***, en donde se trabajó alrededor de las 10 habilidades; Capacidad para tomar decisiones y resolver problemas, Capacidad para pensar en forma crítica y creativa, Capacidad para establecer empatía y mantener relaciones interpersonales adecuadas, Capacidad para manejar las emociones y comunicarse de manera efectiva, Capacidad para conocerse a sí mismo y manejar las tensiones y el estrés, el Programa de Cesación del consumo y otras adicciones, el Programa interdisciplinario donde intervienen todos los profesionales del área(psicólogo, médico, nutricionista y odontólogo), dirigido a la mitigación del y a la toma de decisiones sobre el consumo de SPA y otras adicciones y la identificación en el perfil

integral - ámbito salud, como factor de riesgo contundente, el hecho de que el admitido manifieste conductas adictivas y ***la Catedra SPA*** haciendo sensibilización de prevención en la cátedra de introducción a la carrera de las diferentes facultades. Los cuales tienen el objetivo de disminuir en los estudiantes de la sede el consumo de SPA y las adicciones comportamentales, sensibilizar a la comunidad estudiantil en la importancia de la correcta utilización del tiempo libre y la adecuada toma de decisiones y contribuir a la disminución de la deserción. Dirigido a estudiantes específicamente.

Área de gestión y fomento socioeconómico

En el marco del proyecto de inversión 370 "fortalecimiento de los servicios de alimentación, alojamiento y de transporte de la universidad nacional de Colombia", se adelantan acciones de promoción y prevención con el objetivo de desarrollar una ***sana convivencia*** al interior de los alojamientos mediante talleres, charlas y espacios de discusión bajo la metodología de educación popular y animación sociocultural para fomentar el desarrollo de habilidades blandas y la apropiación de estrategias para la negociación de conflictos y la comunicación asertiva.

Escuela sede Medellin

Dentro de los programas que se desarrollan en la Escuela, se encuentra el ***Proyecto de acompañamiento psicosocial***, es una estrategia que incluye talleres, encuentros sincrónicos y contenido digital para acompañar a la comunidad educativa y atender las necesidades emocionales y pedagógicas, así como promover prácticas de autocuidado que amortigüen el malestar y las consecuencias negativas sobre los estados emocionales que se desencadenan a raíz de la pandemia y el confinamiento. Este proyecto tiene el objetivo de brindar estrategias desde el acompañamiento y el apoyo emocional para contener los estados de posible angustia o malestar en relación al confinamiento y el trabajo en casa, así como atender las posibles necesidades educativas y pedagógicas que se presenten en la comunidad educativa. Está dirigido a estudiantes, docentes, administrativos, familia, comunidad educativa de la escuela UNAL. Se implementa la metodología de Contenido digital en el micrositio de la Escuela. Talleres experienciales por medio de encuentros sincrónicos, llamadas telefónicas, infografías, videos, charlas, encuestas de indagación.

Igualmente, desde la Escuela se realizan tamizajes nutricionales, los cuales permiten desarrollar acciones de promoción de la salud destacándose actividad física, alimentación saludable y estilos de vida saludables.

Para los docentes y administrativos, se realizan desde el área de seguridad y salud en el trabajo, jornadas de promoción y prevención, estilos de vida saludables, aplicación de encuestas de morbilidad sentida, jornadas de prevención de la accidentalidad deportiva y ***jornadas de prevención de riesgo psicosocial.***

Sede Orinoquia:

Esta sede desarrolla estrategias de información y educación para la salud dirigido a estudiantes y se desarrollan actividades como ***campañas de hábitos de vida saludable,*** consejería en salud sexual y reproductiva, buen uso del tiempo libre, ***una universidad incluyente***, así como el concurso dirigido a toda la comunidad universitaria" ***Protagoniza los valores UNAL***" y tiene como fin identificar, conocer y apropiar los valores éticos institucionales. Se realiza el seminario de premovilidad dirigido a estudiantes de la sede, así como la catedra rayos de sol para días de lluvia, la catedra de inducción y la catedra de la salud. Desde el área de acompañamiento integral se desarrolla la ***catedra Nacional de Inducción y preparación para la vida universitaria***, en donde se abordan temas relacionados con la prevención del consumo de sustancias psicoactivas (SPA), socialización de estrategias de prevención de daños que se encuentran en internet (Lugo y las drogas, Échele cabeza cuando se de en la cabeza).

Al igual que en las otras sedes se desarrolla el Plan maestro de seguimiento a los servicios de apoyo alimentario y alojamiento. Desde las áreas de bienestar se realizan estrategias para promover estilos de vida saludable y se evalúan de manera periódica desde la identificación de factores de riesgo. Se cuenta con la opción de citas programadas con los profesionales de psicología nutrición, auxiliar de enfermería. Desde el área de salud ocupacional se trabaja alrededor de promoción de estilos de vida saludables.

Sede Palmira:

Desde las áreas de bienestar se desarrollan acciones de carácter formativo, preventivo y correctivo. Se realiza apertura de la historia clínica para evaluar factores de riesgo y estilos de vida saludables en consulta por medicina general y psicología. A nivel regional participan en el ***"diálogo estrategias de prevención al consumo de sustancias psicoactivas***, como insumo para la formulación de la política pública de drogas en el valle del cauca. También destacan talleres, carpas con participación de personal médico. Al igual que en las otras sedes se desarrolla la catedra de inducción y de preparación para la vida universitaria.

Sede Tumaco:

Desde Bienestar Universitario de la sede, se desarrollan actividades de promoción y prevención, desarrollo de la catedra de inducción y preparación parala vida universitaria con el fin de fomentar prácticas de autocuidado dirigidas a estudiantes mediante la participación activa de los mismos y la elaboración de videos cortos en donde se abordaron los temas relacionados con sexualidad y COVID 19.

IV. CONCLUSIONES

Para finalizar es importante tener en cuenta que Colombia ha logrado avances importantes en el tema de normatividad en salud mental, así como en la formulación de políticas y en la adopción de enfoques que permitan ver a los individuos en su integralidad y que permitan a su vez llevar a cabo estrategias de promoción y prevención de los determinantes sociales en salud mental.

En este orden de ideas se pasó de ver la salud mental como la ausencia de problemas o trastornos mentales a verla como se retoma en la ley 1616 de 2013, como un estado de bienestar de cada individuo para desarrollarse en los diferentes entornos, afrontar las tensiones normales de la vida y contribuir a la comunidad, lo que requiere del establecimiento de estrategias y acciones que intervengan directamente los determinantes sociales de la salud teniendo en cuenta la influencia de estos en la salud mental de lo sujetos individuales y colectivos, lo que se materializa mediante la articulación intersectorial de manera que esta incida en la promoción de la salud mental, prevención y atención integral de las violencias, consumos de SPA, problemas y trastornos mentales y suicidio.

Por otro lado, a partir de la declaración de pandemia en marzo de 2020, se implementaron medidas en todo el territorio colombiano enfocadas en la mitigación de riesgos asociados a los problemas o trastornos mentales, como la implementación de líneas de apoyo a la salud mental, habilitación de servicios, elaboración de orientaciones técnicas y experiencias piloto en telemedicina en salud mental, entrenamiento a equipos de medios de comunicación en acciones de comunicación en salud sin daño. Igualmente se han desarrollado micrositios de salud mental en la página de corona virus Colombia, proporcionando a la comunidad recursos prácticos para el cuidado de su salud mental.

En lo que respecta a promoción de la salud mental en espacios universitarios vale la pena resaltar, las experiencias que dan cuenta de líneas de escucha y atención o asesoría psicología virtual o por tele consulta, ya que estas permiten brindar el servicio no solo a las sedes, o el campus con más recursos o acceso a los mismos, sino también a las sedes o estudiantes que se encuentran en zonas apartadas, o que no disponen de recursos para asistir a las consultas, asesorías o atención programada, hoy en día vemos como a raíz de las medidas tomadas para disminuir el contagio por coronavirus, las universidades se han visto en la obligación de implementar estrategias de comunicación por medio de las TIC, estas estrategias no solo obedecen a consulta psicológica sino también a recursos virtuales que permitan a la comunidad universitaria tener información y desarrollar habilidades en temas de salud mental, gracias a la información que obtienen por estos medios. Pensar en hacer telemedicina es una estrategia que en algunas universidades no solo de nuestro país sino de otros países se ha venido implementando con éxito y que por supuesto se ha fortalecido en esta época de Pandemia.

las universidades periódicamente actualizan sus páginas de acuerdo a las ofertas o a las necesidades identificadas específicamente en el tema de salud mental, cuentan con recursos virtuales muy valiosos, en los temas de salud mental y de fácil acceso a todos los integrantes de la comunidad universitaria, utilizan esta herramienta no solo para dar información de contacto o de oferta de servicios, entre otros, sino también para publicar videos, link, y recursos con información relacionada con manejo de emociones, estrés, ansiedad, entre otros, es así como los medios virtuales se convirtieron en una herramienta para no solo informar a los miembros de la comunidad sino también para atender en momentos de crisis o continuar y fortalecer procesos o tratamientos que ya se venían adelantando con éxito. Es así como se debe pensar en optimizar los recursos informáticos para que nuestra comunidad universitaria tenga acceso a los servicios especialmente en las áreas de salud mental, no solo permitiría el acceso, si no también brindar información y generar confianza en la institución y eliminar el estigma propio de la salud mental.

La realidad virtual es una herramienta que se ofrece en algunas universidades y está relacionada no solo con atención psicológica si no también con programas de formación, permite a los usuarios acceder a servicios ofertados desde el área de salud y beneficiarse de los mismos.

Otro aporte importante es la forma como se brinda la información en estas páginas, se evidencia que, en algunas universidades, la información publicada, sobre promoción de la salud mental, es de fácil acceso y contiene recursos prácticos, esto gracias a la forma como se presenta la información, que además facilita la interacción entre la comunidad y la institución, y se puede acceder desde diferentes dispositivos.

Respecto a las acciones dirigidas al personal administrativo y docente, vale la pena tener en cuenta los programas, en donde se realizan actividades, tendientes a desarrollar y fortalecer hábitos de vida saludables, a partir de diferentes estrategias como talleres, recursos virtuales, en donde no solamente se beneficia el personal sino también sus familias, a propósito del objetivo de Universidad Saludable, teniendo en cuenta temas como manejo del estrés, pausa activas, entre otros, comunes entre los administrativos y docentes, si bien a estos programas no asisten todos los convocados, se encontró que algunas universidades con el propósito de lograr mayor acogida y desarrollo de las estrategias, ofrecen incentivos no solo económicos, de manera que se aprovechen estos recursos y mejoren calidad de vida de los empleados y sus familias.

Las universidades seleccionadas y revisadas no cuentan con actos administrativos (decreto, resolución, circular), en temas relacionados específicamente con salud mental,

si bien cuentan con normatividad relacionada con bienestar no es específico el tema de promoción de la salud mental.

Es necesario tener en cuenta y ver la salud mental no como la ausencia de enfermedad mental sino como un bien colectivo en donde sean incorporadas las diferencias de etnia, clase, genero entre otras y además en donde la potencia que da lo común en el punto de encuentro de intereses particulares con los comunitarios permita vivir experiencias que den cuenta del goce efectivo de la salud mental y se reduzca el estigma y la discriminación alrededor de la misma.

Recomendaciones

Es importante realizar acciones de articulación no solamente al interior del Universidad si no también con otras instituciones externas que aporten al mantenimiento y promoción de la salud mental de la comunidad universitaria.

Tener en cuenta los determinantes sociales de la salud para el diseño y la implementación de estrategias dirigidas a la comunidad universitaria. Así como el enfoque interseccional.

Diseñar acciones y estrategias dirigidas a la comunidad universitaria en donde se desarrollen y fortalezcan las habilidades para la vida, teniendo en cuenta que estas herramientas facilitan el afrontamiento de las exigencias tanto a nivel académico, como social laboral y familiar.

Diseñar la ruta de atención integral para toda la universidad y realizar las adaptaciones de acuerdo a las características poblacionales de cada una de las sedes. Teniendo en cuenta los aportes de las mismas a la promoción de la salud mental al interior de la institución ya que no solo facilitan el entendimiento y manejo de situaciones adversas asociadas a la salud mental si no también brindan información clave y oportuna a la comunidad universitaria.

Vale la pena rescatar el Programa Par, no solo como un trabajo voluntario, sino también que requiere de capacitación constante y puntual en temas de salud mental, con un nivel de compromiso y empatía alto, vimos como los colectivos de estudiantes también aportan en la construcción de políticas y de estrategias para el mantenimiento de la salud mental, lo que es un recurso vital para dicha tarea.

La eliminación del estigma en salud mental es uno de los retos más importantes en la comunidad universitaria, es por esto que apropiar experiencias exitosas de otras

universidades, en esta materia aportaría mucho a esta labor dentro de la universidad Nacional de Colombia, estas estrategias, no solo involucran campañas, sino también requieren de estimular y fortalecer la confianza, de los miembros de la comunidad universitaria en la institución.

Involucrar en las acciones o estrategias diseñadas en el marco de la política a las familias o personas significativas identificadas dentro de las mismas como factor protector para la prevención de problemas o trastornos mentales, violencias, consumos nocivos y suicidio.

Por otro lado, el fortalecimiento de las estrategias en temas de deporte y cultura teniendo en cuenta que son considerados como un factor protector de la salud mental.

Y por último y no menos importante, las experiencias con centros especializados para la comunidad universitaria, espacios físicos en donde cualquier miembro puede asistir y cambiar de actividad “desconectándose” de sus preocupaciones, contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida. Estos espacios permiten desarrollar actividades que aportan a la salud física, mental y psicológica de todos los miembros de la comunidad, desde técnicas de relajación y masajes, hasta talleres de manejo del estrés.

REFERENCIAS

- Bosch, C. (2008). La técnica de investigación documental. México: Editorial Trillas.
- Cázares, L. (1990). Técnicas actuales de investigación documental. México: Casa Abierta al Tiempo.Organización mundial de la salud (OMS). Plan de Acción sobre Salud Mental 2013 – 2020. Ginebra, 2013.
- Consejo nacional de Política Económica y Social, Republica de Colombia, Departamento Nacional de Planeación, Documento CONPES 3992, 2020.
- Henao, Silvia. Quintero, Sebastián. Echeverri, Jonatan. Rivera, Eliana. López, Stephania. Políticas Públicas vigentes de salud mental en Suramérica: un estado del arte. 2016.
- La salud mental: una mirada desde su evolución en la normatividad colombiana. 1960-2012 (Rev. Gerenc. Polit. Salud, Bogotá (Colombia), 11 (23): 12-38, julio-diciembre de 2012)
- Ley 100 de 1993.
- Ley de Salud Mental (Ley 1616 / 2013 Ministerio de Salud y Protección Social)
- Ministerio de la Protección social. Lineamientos de Política de Salud Mental. 2005.
- Ministerio de Salud y Protección Social (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental. Bogotá: Universidad Javeriana.
- Ministerio de Salud y Protección Social (2016). Política de Atención Integral en Salud.
- Ministerio de Salud y Protección Social. Encuesta Nacional de Salud Mental (ENSM), 2015.
- Ministerio de Salud y Protección Social. Boletín de Salud Mental, Conducta Suicida.
- Ministerio de salud de el Salvador, Política Nacional de Salud Mental. 2018.
- Observatorio Nacional de Salud Mental (2019). Análisis de oferta sanitaria. Bogotá.: MSPS.
- Organización Panamericana de la Salud. WHO-AIMS: Informe sobre los sistemas de salud mental en América Latina y el Caribe. Washington, 2013.

- Organización Mundial de la Salud, Política, Planes y Programas en Salud Mental, Conjunto de Guías sobre servicios y Políticas de Salud Mental, 2005.
- Política Distrital de salud mental, 2015-2025
- Universidad de Cartagena, Política institucional de consumo de sustancias psicoactivas, universidad de Cartagena. 2016.
- Política Nacional de Salud Mental (Ministerio de Salud y Protección Social - Resolución 4886 de 2018.
- Plan Decenal de Salud Pública 2012 - 2021 (Ministerio de Salud y Protección Social).
- Plan de acción sobre Salud Mental. 2015-2020 (OMS/OPS. Oficina Regional para las Américas).

Anexos

Anexo 1. Matriz de Excel, sistematización de la Información

Anexo 2. Formulario recolección de experiencias en la universidad nacional de Colombia.

Anexo 3 Política de salud mental de Universidad de Oxford.