

Estrategia de comunicación en salud como instrumento integral para fortalecer la salud mental en
adolescentes entre 12 y a15 años de la localidad Barrios Unidos de la ciudad de Bogotá

Diana Guzmán

Danys Paola Sánchez

James David Rodríguez Caicedo

Nichool Cardozo Mejía

Asesora

Martha Lucía Ospina

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela Ciencias de la Salud

Administración en Salud

2023

Tabla de contenido

Introducción	4
Alcance de Intervención Para Fortalecer la Salud Mental en Adolescentes de 12 a 15 Años en la Localidad de Barrios Unidos	5
Análisis de Intervención Para Fortalecer la Comunicación en la Salud Mental de Adolescentes entre los 12 y los 15 Años en la Localidad de Barrios Unidos.....	6
Modelo de Comunicación Aplicado en las Estrategias de Comunicación Planteadas	7
Propuesta de Intervención de Comunicación.	8
Recurso digital	16
Impacto y Evaluación de la Estrategia en Adolescentes de 12 a 15 Años.....	17
Referencias	19

Lista de Figuras

Figura 1 <i>La Salud Mental en la Adolescencia</i>	9
Figura 2 <i>Gráfico Comunicacional para la Intervención</i>	11
Figura 3 <i>Invitación hacia adolescentes de 12 a 15 años en la localidad de barrios unidos de la ciudad de Bogotá.</i>	12
Figura 4 <i>Invitación actividad cuidado mi salud mental</i>	13
Figura 5 <i>Crea tu superhéroe</i>	14
Figura 6 <i>Presentación proyecto final grupal</i>	15

Introducción

En el siguiente trabajo, se plasmará la intervención y fortalecimiento de la comunicación en un problema de salud mental que se refleja en una población de la localidad de Barrios Unidos de Bogotá, que actualmente ataca a todo tipo de personas, en este caso nos hemos enfocado en la población más vulnerable que es adolescencia en ambos géneros. Es aquí en donde se decide impactar, en primer lugar, desde las instituciones de educación, siendo estos los sitios más adecuados para intervenir con el apoyo de los entes gubernamentales que cuentan con las herramientas necesarias para indagar y entrar a actuar en casos tales como maltrato, bullying, violencia en el hogar, entre otros, tantos problemas que desencadenan problemas en la salud mental de los adolescentes llevándolos a la depresión, trastornos y que, en muchas ocasiones, no son detectados a tiempo provocando que terminen en hechos traumáticos directamente tanto en los afectados como en sus familias.

Interviniendo desde programas de promoción y prevención que permitan detectar afectaciones en la salud mental de sus habitantes y que se puedan empezar a manejar de manera efectiva, la intervención de los centros de salud, IPS tanto privadas como públicas cumplen un papel de vital importancia. Por lo que, nuestro objetivo es que la comunicación sea tan eficiente que se transmita de manera conjunta con los entes de salud de manera oportuna, clara y eficaz, mediante la utilización de la tecnología a través de videos, charlas interactivas, talleres lúdicos de participación directa que la comunidad sienta que su participación y finalmente su salud mental está siendo atendida de forma responsable y conveniente

Alcance de Intervención Para Fortalecer la Salud Mental en Adolescentes de 12 a 15Años en la Localidad de Barrios Unidos

La metodología del trabajo pretende desarrollar una estrategia de comunicación, con la cual se logre establecer programas de promoción y prevención en el manejo de la salud mental en adolescentes comprendidos en un rango de 12 a 15 años, pertenecientes a la localidad Barrios Unidos de la ciudad de Bogotá, que dé resultados positivos en un tiempo estimado de 2 meses, siendo esta una de las alternativas más eficientes en el tratamiento de enfermedades derivadas de problemas de salud mental, teniendo en cuenta que el acompañamiento y la orientación adecuada conlleva a óptimos resultados.

Para esto se quiere impactar mediante campañas pertinentes y convincentes basadas en el uso de redes sociales, proyección de mensajes masivos en los colegios y la participación de personal de salud, que logren concientizar a la población de la atención e importancia que se debe prestar a esta condición específica de salud, considerando que los sitios en donde los jóvenes pasan la mayor parte del tiempo son los colegios, el entorno familiar e interactuando con la sociedad.

Análisis de Intervención Para Fortalecer la Comunicación en la Salud Mental de Adolescentes entre los 12 y los 15 Años en la Localidad de Barrios Unidos

La salud mental en la ciudad de Bogotá es un problema que desde hace un tiempo ha venido afectando de manera creciente a su población y esto debido a múltiples factores que tienen que afrontar en la sociedad desde temprana edad, pasando por todos los géneros, edades y finalizando en etapas que se convierten de difícil manejo. La pobreza, el maltrato, las exclusiones, la violencia intrafamiliar, bullying son entre muchos otros los factores que llevan a la población a comportarse de una manera diferente y que los va llevando a sufrir trastornos que terminan en muchas ocasiones con el suicidio y de no ser así se convierten en personas que deciden aislarse de su entorno familiar y social transformándose en seres con enfermedades tan delicadas como depresión, trastornos bipolares, estrés, pánico, fobias entre otras.

Para analizar de una forma más minuciosa esta problemática hemos tomado como referencia la localidad de Barrios Unidos siendo unas de las localidades con un número de habitantes en cantidad intermedia, aproximadamente 276.500 personas entre hombres y mujeres, pero que actualmente tiene un promedio importante de sujetos con enfermedades de salud mental en tratamiento. Se ha definido hacer el análisis a la adolescencia de ambos géneros con edades comprendidas entre los 12 y 15 años, esto debido a que son los rangos en los cuales se detecta el hallazgo de patologías de salud mental más marcadas de acuerdo a los porcentajes de trastornos que se encuentran actualmente en tratamiento o sus familiares han denunciado algún tipo de manifestaciones relacionadas con estos diagnósticos, evidenciados en las atenciones en los centros médicos de la localidad o referidos por las instituciones educativas correspondientes.

Además de querer instaurar programas que ayuden a promocionar una salud mental

apropiada para estas edades y así prevenir de manera oportuna el aumento del porcentaje de población con alteraciones mentales que los afecta de forma negativa en su desarrollo y crecimiento dentro de la sociedad.

Modelo de Comunicación Aplicado en las Estrategias de Comunicación Planteadas

Teniendo en cuenta que los modelos de comunicación en salud son fundamentales en la concientización de los individuos para así adquirir normas saludables y mejorar su calidad de vida, basados siempre en nuevos y mejores hábitos, para las estrategias que aplicaremos en el presente trabajo el modelo de comunicación en salud, que más se ajusta es: la de difusión de innovaciones, ya que es precisamente utilizada en la promoción y prevención de enfermedades, siendo estas innovaciones la suma de conductas y rutinas que aportan al desarrollo de resultados eficientes en tratamientos y seguimiento en patologías de salud, en este caso de aquellas que están asociadas a la salud mental de los adolescentes de una localidad específica.

Y, es que dentro del rango de edad que hemos elegido para desarrollar la estrategia de comunicación, queremos establecer que sea clara, llamativa, educativa y, sobre todo, de participación de toda la población involucrada, aplicando entonces la innovación mediante el diseño de campañas, la intervención de los medios de comunicación y la difusión de información a través de diversos canales, entre otros, para crear interrelación entre los actores y miembros de un sistema social. Las características que tiene este modelo comunicativo se adaptan al planteamiento expuesto ya que nos permite hacer uso de diferentes métodos de interacción como lo son las redes sociales, el uso de tics, la comunicación de temas frente a las personas y la presentación de nuevas tecnologías que brinden educación enfocados a los problemas de salud mental. “La difusión de una innovación, es decir, un proceso por el cual una innovación es

comunicada a través de ciertos canales en un tiempo determinado entre los miembros de un sistema social” (Alonso & Arcila Calderón, 2014, p.5). Aprovechando así la difusión masiva de todo el contenido educativo que queremos transmitir a cada una de las personas que hacen parte de los espacios dentro de la localidad que hemos escogido para llevar un mensaje de promoción, de prevención y de acompañamiento en el manejo de trastornos de salud mental.

Propuesta de Intervención de Comunicación.

En la localidad hay aproximadamente 69 instituciones escolares entre públicas y privadas, con alumnos de primaria y secundaria. Es desde allí en donde se debe empezar a tratar el manejo de las enfermedades relacionadas con la salud mental.

Las instituciones de salud de la localidad con el apoyo de la secretaria de Salud y entes gubernamentales de salud deben implementar visitas de promoción y prevención en donde se dicten charlas de manera didáctica, incluyendo a los padres de familia y de esta manera se empiecen a crear estrategias para alejar a la juventud del consumo de sustancias psicoactivas, del alcohol y además se brinde orientación y escucha a los jóvenes que ya traen problemas desde sus hogares. Es una manera de iniciar conociendo en que sectores se presentan inconvenientes.

Cuando ya se tienen identificadas personas con problemas de salud mental no se pueden estigmatizar con palabras, acciones o situaciones que las alejen más de la solución. Abordaremos la problemática de salud mental en la adolescencia comprendidas entre los 12 a 15 años en la localidad de Barrios Unidos desde 3 escenarios:

Desde los colegios implementando espacios y dedicando tiempo en los colegios para proyectar, a través de pantallas estratégicamente ubicadas y que capten la atención, videos educativos, imágenes con mensajes de prevención, tips informativos, entre otros y todos los

temas que estén relacionados con situaciones que afecta la salud mental de este grupo de edad.

Es de vital importancia la intervención del sector salud a través de psicólogos y trabajadores sociales que además ofrezcan el acompañamiento de manera presencial a los que lo necesiten por tal motivo el objetivo es normalizar la consulta con estos profesionales y evitar la estigmatización cuando se haga.

Figura 1

La Salud Mental en la Adolescencia



Nota. Video educativo con imágenes y mensajes de prevención, tips informativos, entre otros; con temas que están relacionados a situaciones que afecta la salud mental. Tomado de Cardozo (2022).

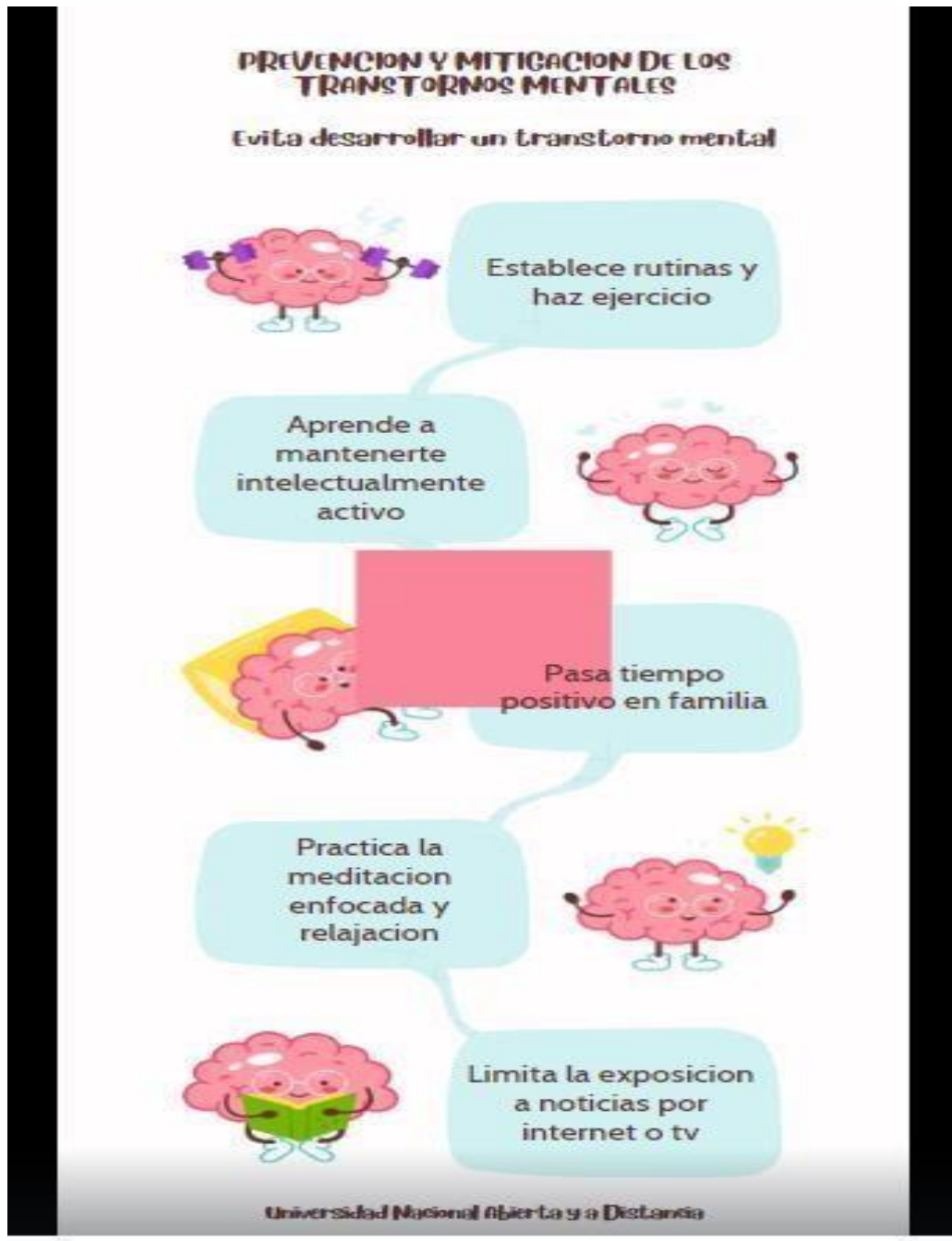
Desde el barrio se propone un espacio en colaboración con líderes del sector Barrios Unidos quienes realizarán la convocatoria a la población donde a partir de la comunicación asertiva se darán a conocer los riesgos y amenazas emergentes de la población en riesgo buscando expandir esta estrategia a localidades cercanas y a la ciudad en general. La estrategia va encaminada a llevar el mensaje de prevención y mitigación de los trastornos mentales a través de ***TALLERES LÚDICO-PEDAGÓGICOS DONDE EXISTA UN EMISOR Y UN RECEPTOR***

Los gráficos comunicacionales que serán dirigidos a la población objetivo se basarán en: Establecer rutinas, hacer ejercicios, aprender y mantenerse intelectualmente activo, pasar tiempo positivo en familia, practicar la meditación enfocada y relajación, limitar la exposición a las noticias por internet o televisión.

Lo anterior, con el fin de llegar a la población establecida y dentro del rango de edad determinada, identificar de raíz como inicia esta problemática si por drogadicción, problemas familiares, sentimentales y/o sexuales con el fin de prevenir que nuevas generaciones hagan parte de este porcentaje de población o tratar de impedir que este crezca, brindarles así una atención temprana y crear una red de apoyo que las haga sentirse como parte de una comunidad donde puedan expresar sus sentimientos y evitar en gran proporción desarrollar un trastorno mental.

Figura 2

Gráfico Comunicacional para la Intervención



Nota. Infografía: La comunicación en salud un instrumento integral para fortalecer la salud mental de los adolescentes. Tomada de Erazo (2022).

Desde las redes sociales debido al desafío que tiene la comunicación en salud ante esta problemática y la influencia de estas nuevas formas de comunicación y masificación de información, la estrategia propuesta es **#cuidomisaludmental**, se usará esta etiqueta en cada actividad que se realice para darle visibilidad y fortalecer la comunicación en la problemática de salud mental.

Figura 3

Invitación hacia adolescentes de 12 a 15 años en la localidad de barrios unidos de la ciudad de Bogotá.



Nota. Video con fines educativos, 2 influencers que apoyan la juventud de la capital invitan al inicio del tour por los barrios y colegios de la ciudad de Bogotá, locación de barrios unidos y a hacer la actividad viral con el hashtag **#cuidomisaludmental**. Tomada de Rodríguez (2022).

La estrategia se desea direccionar a que los llamados influencer, youtubers o creadores de contenido se concienticen de la gran influencia que tiene en la población que consume sus contenidos y que tomen con responsabilidad su rol en las comunicaciones. Teniendo en cuenta esto, es necesario que desde el Ministerio de las TIC endurezcan las reglamentaciones y sanciones para quienes quieran transmitir información de salud y medicina y condicionar en estos una preparación comprobada por entidades educativas o, en su defecto, darle este espacio sólo a profesionales de la salud, incluyendo profesionales en el área de las ciencias sociales como psicólogos o trabajadores sociales.

Figura 4

Invitación actividad cuidado mi salud mental.



Nota. Inicio de talleres, charlas y actividades en el parque de los novios en la localidad de barriosunidos de la ciudad de Bogotá a partir del próximo 02 de agosto del presente año con el fin de prevenir y mitigar los problemas de salud mental en adolescentes de 12 a 15 años.

Tomada de (Sánchez, 2022)

Figura 5

Crea tu superhéroe

CREA O RECREA TU SUPERHÉROE



1 Dibuja el superhéroe con el que te identifiques o crea uno



2 Crea un logo o escudo, además una frase y un superpoder con el que puedas transformar la comunidad.



3 Cuéntanos por que escogiste o creaste ese superhéroe y como te identificas con él.

Nos acompañará y apoyará en las actividades y charlas la Psicóloga Maryuris Mendoza Echenique



Contarán con los elementos necesarios para la actividad: marcadores, cartulinas, temperas y camisetas para que coloquen el logo o escudo dibujado

Nota. Actividad específica nos acompañará y apoyará en las actividades y charlas la Psicóloga Maryuris Mendoza Echenique. Tomada de Sánchez (2022).

Figura 6

Presentación proyecto final grupal



Nota. Estrategia de comunicación en salud como instrumento integral para fortalecer la salud mental en una localidad y rango de edad definidos. Tomada de Rodríguez (2022).

Recurso digital

<https://view.genial.ly/62cb32698541b00018d8ee6f/presentation-presentacion-salud>

Impacto y Evaluación de la Estrategia en Adolescentes de 12 a 15 Años.

Con la puesta en marcha de la estrategia de comunicación en salud como instrumento integral para fortalecer la salud mental en adolescentes entre 12 y 15 años de la localidad de barrios unidos de la ciudad de Bogotá, se pretende promover la salud mental, prevenir enfermedades mentales y erradicar la estigmatización asociada a los adolescentes con trastornos mentales.

Todas y cada una de las actividades de esta estrategia, diseñada para ser aplicada en tres escenarios diferentes (colegios, barrios y redes sociales), procuran lograr el impacto suficiente para alcanzar los anteriores objetivos y contribuir así a la disminución de los niveles de enfermedad mental en adolescentes entre 12 y 15 años de esta localidad y además promover la importancia de tener una buena salud mental.

Establecidos los objetivos es necesario determinar la forma como se le hará seguimiento y evaluación a la estrategia con el fin de tomar acciones correctivas o de mejora tendientes siempre a cumplir con las metas planteadas. La finalidad esencial de la evaluación es conocer la mejor estrategia para disminuir las enfermedades mentales en adolescentes entre 12 y 15 años para conocer el impacto y evaluar los resultados del proyecto, esta evaluación se hará por cada uno de los escenarios y así conocer si se logró cada uno de los objetivos.

En los colegios se evaluará con ayuda del personal de bienestar escolar, la secretaría de salud y los padres de los adolescentes, observando y dejando evidencia escrita si ha habido cambios de comportamiento en ellos, en especial aquellos que estén en riesgo o ya enfrenten problemas con su salud mental, además de las veces que hayan consultado al psicólogo y siguiendo las normas de confidencialidad se reportara la evolución de estos

Desde el barrio para poder realizar seguimiento y evaluación nos apoyaremos con los líderes de la comunidad quienes pueden dar informe de la disminución o no del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes y llevar registro de la asistencia de los adolescentes y sus familias a los talleres y actividades establecidas en la estrategia. En cuanto, a las redes sociales (Instagram y tik tok) se puede evaluar a través de diversos indicadores: Tráfico Web, número de “Me gusta”, número de clics, comentarios, compartidos, menciones del hashtag o etiqueta (#cuidomisaludmental), y de esta manera conoceremos la acogida que han tenido las actividades y que tanto funcionó.

Referencias

- Alonso, L. M., & Arcila Calderón, C. (30 de marzo de 2014). *La teoría de difusión de innovaciones y su relevancia en la promoción de la salud y prevención de la enfermedad*. Barranquilla, Colombia.
- Cardozo, N. (15 de Julio de 2022). *¡La salud mental en la adolescencia!* [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=ZjZsb1xedfl>
- Erazo, A. (14 de Julio de 2022). *La Comunicación en Salud un Instrumento Integral para Fortalecer la Salud Mental de los Adolescentes*. Canva.
https://www.canva.com/design/DAFGa9QHUP0/mN6x3StEVacDnrwYwwoQHQ/edit?utm_content=DAFGa9QHUP0&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton
- Escobar Bula, G., Reyes, I., Morales, Á., Lleras, E., & Espinosa, Á. (1995). *Tecnologías blandas*.
<https://repositorio.sena.edu.co/handle/11404/3335>
- Guedes Arbelo, C., Martos López, I. M., & Sánchez Guisado, M. del M. (2015). *Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (Tics) en Ciencias de la Salud*.
<http://hdl.handle.net/10016/21794>
- Mesías Hidalgo-Cajo, I; Hidalgo-Cajo, B; Hernández-Batista, S; Hidalgo-Cajo, D; & Latorre-Benalcázar, N. (2020). Uso y análisis estadístico de las tecnologías de la información y comunicación en salud. *Revista Boletín Redipe*, 9(3), 181–189. <https://doi-org.bibliotecavirtual.unad.edu.co/10.36260/rbr.v9i3.944>
- Reyes, L. (2007). *La teoría de acción razonada: implicaciones para el estudio de las actitudes*.

Investigación educativa duranguense.

Rodríguez, J. D. (15 de Julio de 2022). *Estrategia de Comunicación en Salud Grupal*. Genially.

<https://view.genial.ly/62cb32698541b00018d8ee6f/presentation-estrategia-de-comunicación-en-salud-grupal>

Rodríguez, J. D. (15 de Julio de 2022). *La Comunicación en Salud un Instrumento Integral para*

Fortalecer la Salud Mental de los Adolescentes. [Video]. YouTube

<https://youtube.com/shorts/C1a1Wqx-ht8>

Sánchez, D. (15 de Julio de 2022). *Crea o recrea tu super héroe*. Canva.

https://www.canva.com/design/DAFGcqlC4vk/asUsPvZ1j18vjOb0iUlznQ/edit?m_content=DAFGcqlC4vk&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton