

Tarea 5 - Formulación

Libardo Alfonso acosta

Ciro Cesar Cobo

Lessy del Carmen moreno

Madelyne Valencia Pérez

Angie Esmeralda Criollo Rivas

Lic. Claudia Patricia Serna

Grupo: 151517165_12

Universidad Nacional Abierta a Distancia - UNAD.

Escuela de ciencias de la salud.

Tecnología en Radiología e Imágenes Diagnosticas

Diciembre 2022

Tabla de contenido

Presentación	1
Introducción	3
Justificación	4
Objetivos.....	5
Análisis de la problemática.....	6
Propuesta de intervención para fortalecer la comunicación en salud de ese tema en ese departamento.....	10
Definir la estrategia de comunicación en salud y plasmarla en el documento	12
Los desafíos de comunicación en esta temática y la implementación de la Comunicación 4.0.....	20
Link de Presentación.....	22
Link de Folleto.....	22
Bibliografías.....	23

Introducción

El descuido y deterioro de la salud mental es una alerta a nivel mundial, que deja rastros de ansiedad, temor, angustia y demás patrones que no tienen en cuenta rangos de edad específicos para afectar a una comunidad o un individuo, en muchas ocasiones dicha preocupación debe ser llevada por gobernantes de cada departamento o entidad de tal manera que se fomente a una integración colectiva, dando implementación de planes que informen y concienticen sin desmeritar tanto al trabajador como el consultante.

En ese orden de ideas, es relevante puesto que, en los últimos años esta ha afectado de manera significativa teniendo un mayor incremento al presentarse la pandemia de Covid-19 dejando a muchos seres humanos con secuelas es por eso que en el presente documento se presenta una propuesta de intervención el cual tiene como objetivo aportar a salud mental teniendo buscado un impacto de interés para la población del departamento de sucre, creando conciencia fomentando el autocuidado mental y familiar.

Justificación

De manera continua al denotar la amplia desinformación sobre muchas de las técnicas adecuadas para mantener la calma, estado anímico adecuado, relaciones interpersonales estables y otras posturas que apuntan a la salud mental, se postula una propuesta encaminada al mejoramiento de la población del departamento de Sucre, principalmente buscando fortalecer el auto cuidado con el fin de disminuir la poca información de dicho tema y el índice de aumento que se presenta debido a la mala salud mental. De la misma manera es relevante centrarse en esta situación que disminuye el bienestar de las poblaciones de sucre, puesto que se requiere indagar posibles alternativas que ayuden a mitigar los problemas mentales encontrados. Así el objetivo que se quiere llevar a cabalidad es un impacto en la sociedad donde de manera colectiva e individualmente los incluidos en las afectaciones reciban atención oportuna, mejorando la calidad de vida, haciendo que esta se refleje en su cotidianidad y núcleo familiar. Para acarrear el diseño de los objetivos el asunto será abordado por una sucesión de acciones que serán realizadas por estudiantes de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, las cuales se manifestarán en los pacientes en la orientación de las tres esferas, tiempo lugar y persona

Objetivos

Objetivo General

Crear un plan de intervención, que busque identificar síntomas que estén afectando la salud mental en la población sucreña, para así minimizar los riesgos que generen en ellos y sus familias en momentos de crisis, brindando mayor información y progreso en la calidad de la existencia.

Objetivos Específicos

Promover la salud mental, en la población del departamento de Sucre por medio de capacitaciones y material didáctico de apoyo, con el fin de minimizar riesgos.

Concientizar a la población de este tipo de enfermedades, los factores de riesgo.

Diseñar una propuesta de impulso y suspicacia de la salud mental para la población del departamento de sucre.

Análisis de la problemática

Realizando la lectura del análisis de la situación de salud sucre se puede identificar desde el componente 3 los factores de alerta desde el componente de individual, familias y comunitarios las siguientes problemáticas más relevante del departamento de sucre:

ITS/ VIH sida.

Salud mental.

Violencia doméstica y sexual

Prestación del servicio

Conflicto Armado

Desplazamiento forzado

Violación a la misión médica

Comportamiento de riesgos a la salud.

Suicidio.

El departamento de sucre es uno del departamento donde se puede evidenciar la precariedad en el sistema de salud y que requiere del trabajo intersectorial para mitigar dicha problemática.

Después de la pandemia hay una de las enfermedades que está agudizándose en la población sucreña y a la cual no se le está brindando la debida atención y es el tema de SALUD

MENTAL, como vemos éste muestra menos avances en su implementación en escenarios humanitarios, ya que no se encuentra posicionado como una acción prioritaria en la atención, por lo tanto el proceso de planeación, implementación de acciones es limitado y rezagado a lo que otros actores sociales hagan pero sin articulación con el sector salud. Análisis de situación en salud (2021).

Se puede identificar Entre 2005 y 2019 se registraron un total de 136 muertes por trastornos mentales y del comportamiento, siendo el año el que mayor proporción (19,1%). la epilepsia aportó el 50,0% (mujeres 23,1%, hombres 26,9%); muestra una tendencia descendente. los trastornos mentales y del comportamiento aportó el 50,0% (mujeres 19,2%, hombres 30,8%).Según el análisis realizado en las causas de morbilidad y mortalidad en el departamento de Sucre presentan una congruencia con lo anteriormente expuesto. Las enfermedades no transmisibles generan la mayor carga de morbimortalidad. Análisis de situación en salud (2021).

Partiendo del análisis plasmado en el análisis se percibe la inobservancia de dicha problemática en la población sucreña identificándose a los problemas de salud mental como un tema sin priorización, de allí la importancia de generar un proceso de concientización sobre dicha tematiza que viene siendo estigmatizada en nuestra población.

El Ministerio de Salud y la Organización Panamericana de la Salud concluyen en algunos puntos que pueden llevar a la alteración de salud mental, entre todas esta encontramos algunas situaciones que se convierten en detonantes:

En algunos casos, los problemas te hacen pensar que la vida no tiene sentido o que no vale la pena vivirla, y el enfoque debe estar en superar esta incomodidad, y está bien buscar el apoyo de los demás.

Dialogar de cómo te sientes es el primer paso para solucionar problemas y hacernos sentir mejor

Las discusiones en las relaciones o la pérdida del amor pueden provocar un dolor intenso, desesperanza, ira y muchas emociones negativas que te hacen creer que nunca volverás a ser feliz. Busca ayuda para hacer frente a esta situación temporal, se puede superar.

Hay varias fuentes de ayuda potencial: familiares cercanos, amigos, maestros o adultos de confianza, líderes espirituales, líneas de ayuda de salud mental, profesionales de la salud (médica, de enfermería, psicológica) y otras opciones disponibles en la comunidad.

Se justifica la consulta con un proveedor de atención médica institucional si las personas experimentan síntomas como llanto frecuente, desesperanza, cambios de humor, negatividad, pensamientos de muerte, pérdida de interés en cosas que siempre han disfrutado, trastornos del sueño o del apetito.

Una de las situaciones que se convierten en una consulta de Urgencia, es la aparición de ideas suicidas, las cuales deben ser atendidas de forma inmediata, para evitar la autoagresión.

Los signos de alarma de la conducta suicida son:

Pensamientos o planes de autolesión en el último mes o autolesión en el último año

Alteraciones emocionales graves

Desesperanza

Agitación o extrema violencia

Conducta poco comunicativa

Aislamiento social

Este tipo de conductas implica la asistencia no solo de la red de apoyo de la persona como amigos y familia, sino a intervención de personal de la salud como Psiquiatra y Psicología, además descartar enfermedades orgánicas que puedan cambiar la salud mental de una persona.

Propuesta de intervención para fortalecer la comunicación en salud de ese tema en ese departamento

“Si la comunidad no toma conciencia de sus propios problemas de salud ni considera importante su solución, difícilmente tendrá disposición para aprender lo que el educador quiere enseñarle” Asunción, Paraguay. 2007.

Dr. Juan Díaz Bordenave

Desde la complejidad de la salud mental se requiere una intervención desde todos los sectores en salud desde lo público como privados, para poder generar un proceso de educación y concientización fundamentada en su corresponsabilidad sobre el cuidado de su estado mental; ya que siendo esta un derecho fundamental su implementación requiere de una mejor apropiación. Partiendo de esto la comunicación en salud contribuye de la siguiente manera.

Informar a las comunidades sobre los servicios de salud disponibles y cómo obtenerlos.

Colaborar a cada persona para determinar sus problemas de salud y los factores de este

Estimular el consejo público sobre las iniciativas de protección para su bienestar.

Posibilitar el cambio de pensamientos y experiencia en diferentes grupos comunitarios y entre comunidades distantes

Apoyar la movilización de la salud pública: impulsar llamamientos, legitimar recomendaciones y difundir resultados. Guía de planificación participativa de estrategias de comunicación en salud.(2007).

Apoyar la educación para la salud y promover prácticas saludables.

Organización Panamericana de la Salud. (2005).

De una estrategia multimedios se puede establecer estrategias educativas solidas donde la participación individual, comunitaria e intersectorial realice un aporte significativo sobre el empoderamiento conceptual de la salud emocional.

Definir la estrategia de comunicación en salud y plasmarla en el documento

La estrategia de comunicación sé que se va implementar es:

Estrategias para la entrada a la información, enseñanza y comunicación en salud: según la Ley N. 1618, que determina el acceso y la disponibilidad como “condiciones y medidas pertinentes que deben de cumplir las instalaciones y los servicios de información para adaptar el entorno, productos y servicios, así como los objetos, herramientas y utensilios, con el fin de asegurar el acceso de las personas con discapacidad, en igualdad de condiciones, al entorno físico , el transporte, la información y las comunicaciones, incluidos los sistemas y las tecnologías de la información y la comunicaciones” Ministerios de Salud y Protección Social (2018), se busca que la comunidad identifique alerta que puedan estar afectando su salud mental. Sobre todos los jóvenes.

La Organización Mundial de la Salud brinda las sgtes sugerencias para prevenir el comportamiento suicida:

Límite para acceder a los medios más comunes de suicidio (como pesticidas, armas mortales y algunos medicamentos).

Brindar un reporte correcto por los medios de comunicación.

Detección a tiempo, procedimiento y cuidado de las personas con problemas de salud mental y abuso de sustancias, dolor crónico y trastornos agudos del estado de ánimo

Capacitar al personal sanitario que no esté especializado para evaluar y manejar el comportamiento suicida

Seguimiento con atención y apoyo local para aquellos que han intentado suicidarse

Apoyar a quienes han perdido a seres queridos que se han suicidado

Introducción de políticas orientadas a reducir el consumo nocivo de alcohol.

Público:

La propuesta de intervención esta está dirigida a un público primario a personas y poblaciones en riesgo, pueden ser jóvenes, adultos y adultos mayores tanto a quienes tienen el problema como a su entorno social. La salud mental genera tristeza y perjudica la posibilidad de las personas para desarrollar hasta las actividades cotidianas más sencillas, lo que esto tiene un impacto negativo en las relaciones familiares, sociales y laborales, esto se puede derivar por factores como una enfermedad determinada, por su edad, sexo, donde vive, por su poder adquisitivo bajo, por la manera en la que actúa o estilos de vida, básicamente lo que queremos decir es que esta propuesta va dirigida al grupo de personas que se vean completamente afectados o tienen inicios de estarlo.

Medio de difusión:

Lo que se pretende es que la estrategia que estamos realizando sea implementada por medio de las redes sociales tales como WhatsApp, Facebook, Instagram y Twitter ya que hoy en día las personas utilizan las utilizan con mayor frecuencia hoy día sabemos la importancia de las redes sociales como estrategia de difusión de información para efectuar cambios o transformaciones sociales.

Recursos necesarios:

No requerimos dinero, todo lo realizamos por vía online solo se requiere conocimiento en el tema, en redes de contacto, como saber llegarle a las personas con una buena información y cómo manejar las nuevas tecnologías, lo más importante en la promoción de la salud es educar y concientizar a las personas sobre las condiciones actuales, como manejarlas y/o evitarlas, lo que debemos hacer para seguir un lineamiento de los recursos necesarios es primeramente informar a las personas sobre el tema que estamos tratando, este debe de reconocer sus emociones, realizar actividades como escribir en un papel expresando como lo hace sentir la nueva rutina diaria, destacar los beneficios que esta presenta, motivar a las personas sobre la acción que se está tomando.

Retos:

Como primer punto la totalidad de la población mundial, pasa por diversas vicisitudes, que en muchas ocasiones al querer enfrentarlas deja secuelas, como el miedo, angustia o demás inicios de graves patologías, es un amplio reto combatir la desinformación frente a la salud mental, puesto que no es un secreto que en muchas comunidades dejan alejada dicha temática, para centrarse netamente en la medicina, no dejando espacios para respirar profundamente, es por eso que se busca con la presente propuesta disminuir los riesgos de enfermedades mentales enfocándonos en los siguientes:

La depresión: Es una enfermedad real y común que afecta no solo al paciente sino también a la familia. La depresión, es la causa principal de incapacidad en las principales nacionalidades y razas, no es más que sentirse triste o deprimido durante unos días

La ansiedad: La ansiedad es un sentimiento frecuente y común que las personas sienten cuando estas se encuentran en situaciones de incertidumbre y preocupación, y las emociones cumplen una función útil para hacernos encajar en la vida. Síntomas de ansiedad sin motivo aparente, o el nivel de ansiedad que precede al evento es simplemente desproporcionado con respecto al peligro real que presenta

Prevención del suicidio: Se dice que el suicidio es la causa número 2 de las principales muertes en las personas de 14 a 15 años de edad, más o igual de 9.4 millones de personas adultas tienden a tener ideas suicidas prevenibles es por esto que es importante siempre saber que debemos hacer

Trauma emocional: Son eventos sorprendentes fuera de la experiencia humana universal que a menudo evocan fuertes respuestas emocionales, físicas, conductuales y espirituales en quienes los experimentan, ejemplo: violaciones, secuestros, homicidios, etc

Abuso de alcohol y/o sustancias: Los problemas de salud emocional suelen ser causados por el excesivo consumo de alcohol y de drogas, estos implican en la depresión los trastornos de bipolaridad, el trastorno compulsivo – obsesivo y esquizofrenia

Criterios de evaluación

Interés social

El interés social debe ser racional y también adaptativo ya que todas las personas debemos de vivir y divertirnos en una comunidad o en un grupo social y debemos de actuar moralmente protegiéndonos unos a los otros especialmente en los derechos favoreciendo la vida en sociedad para vivir una vida más cómoda y feliz

Interés en sí mismos

Normalmente las personas que nos encontramos emocionalmente bien nos interesamos en primer lugar por sentirnos bien nosotros mismos y colocar nuestros intereses por encima de los demás. Más sin embargo nos gusta preocuparnos por las personas, pero no se coloca en riesgo la felicidad de cada individuo

Autodirección

La gente sana asume la responsabilidad de su vida a la vez que coopera con los demás. Este tipo de personas no piden ni necesitan demasiada ayuda de los otros.

Alta tolerancia a la frustración

Los individuos racionales se permiten el derecho a equivocarse y lo toman de la mejor manera Y asumen sus errores sin ningún problema Y aceptan los errores de las demás personas sin juzgar a nadie saben que todo puede modificarse y aceptan los cambios y las situaciones sin alterar las acciones

Flexibilidad

Las personas sanas y maduras suelen ser personas flexibles tanto en sus ideas como en sus comportamientos están siempre abiertas al cambio y pensando en lo mejor no. No dictan reglas fijas ni rígidas para asimismo ni para los demás.

Aceptación de la incertidumbre

Las personas no dependen el género, hombres y mujeres sanos aceptamos la idea de qué vivimos en un mundo que no es perfecto y con miles de probabilidades, y continuos cambios donde no existe la certeza absoluta de qué va a ser perfecto dado cuenta, qué vivir en este mundo es vivir con incertidumbres y probabilidades a pasar cualquier momento o situación les gusta que haya un orden, pero no exigen saber con exactitud lo que les depara el destino y lo que puede llegar a suceder

Ocupaciones creativas

Para para la mayoría de las personas saludables es satisfactorio realizar una opción creativa aquí es cuando nace un interés creativo en los individuos en donde haya algún tipo humanitario que pueda servir para la sociedad y para su alrededor con cosas positivas para la vida

Pensamiento científico

Los individuos sanos tienden a ser más objetivos más científicos y personas más racionales Que las personas que tienen alguna alteración psicológica cognitiva o mental pueden

actuar correctamente pero también regulan sus acciones y emociones reflexionando sobre ellas esto ayuda para evaluar sus consecuencias y medir cómo cumplir sus metas a corto o largo plazo.

Auto aceptación

Las personas sanas se alegran de estar vivas y se aceptan así mismas como son simplemente por el hecho de vivir y tener las capacidades de divertirse son personas que agradecen a diario desde lo más mínimo hasta lo máximo, Rechazan la idea de medir lo que valen por sus logros externos o por lo que los demás piensen ellos se aceptan así mismos incondicionalmente intentan evaluarse para ponerse a prueba y dar mucho más de lo que tienen asumir riesgos.

Asumir riesgos

La gente sana emocionalmente tiende a arriesgarse e intentar hacer lo que pretende, incluso cuando hay muchas probabilidades de que fracasen. Son aventureros, pero no temerarios.

Hedonismo de la larga duración

Las personas bien apropiadas aspiran a conseguir buenas cosas del actual y que le aporten al futuro más sin embargo tienen cuidado de qué lo que están haciendo en el momento no les perjudique en el mañana, son hedonistas esto significa que busca la prosperidad, pero evitan el sufrimiento tienen tomado que no van a vivir eternamente y que es mejor pensar a la vez en el hoy y en el pronto sin obsesionarse con las gratificaciones lindantes.

Anti utopía

La gente sana acepta el hecho de que las utopías son inalcanzables ya que saben que nada es perfecto en este mundo en el que nos encontramos y que como pasan cosas positivas, también hay situaciones negativas y hay que saber vivir

La propia responsabilidad de sus alteraciones emocionales

Las personas saludables aceptan la gran parte de compromiso que tienen en sus propias alteraciones, en lugar de echar la culpa de forma defensiva a los demás o a las condiciones sociales, por sus conductas, pensamientos y sentimientos desadaptativos.

Los desafíos de comunicación en esta temática y la implementación de la Comunicación 4.0.

Para iniciar con los desafíos de la comunicación en especial la implementación de la comunicación 4.0, es necesario definir e identificar que la industria 4.0, según Sánchez (2019), se basa en el desarrollo de las tecnologías de la información y la comunicación, las innovaciones basadas en la robótica, la inteligencia artificial, la interconexión digital y las industrias interconectadas con barreras entre el mundo físico y el mundo digital, y ha surgido un nuevo modelo económico que tiene un gran impacto en la salud, incluida la salud. Todas las acciones, incluidas las preguntas, tienen un impacto donde la tecnología cotidiana juega un papel importante en el desarrollo de la empresa, dejando atrás la comunicación entre los pacientes y los participantes sanos.

Desde las tecnologías de la comunicación 4.0 y su herramienta la interconexión digital es posible que todos los miembros de la comunidad sucreña se empoderen del cuidado de sus salud mental ya la pandemia permito que en muchos territorios se intensificara su implementación de esta interconexiones tales como redes sociales. Así pues se puede llegar con ese proceso psicoeducativo.

Con la presentación de la Pandemia del coronavirus (COVID-19), la utilización de la tecnología fue la herramienta para mantener la comunicación en la humanidad, en especial en instituciones de salud. En diferentes autores, el proceso salud - enfermedad- atención - cuidado y las relaciones entre profesionales y usuarios de los servicios sanitarios y la salud mental, cambiaron la perspectiva y preponderó la tecnología como medio de comunicación, que posterior

a la pandemia se ha mantenido, con la persistencia de programas de comunicación inmediata, creación de modelos para la atención, de diferentes patologías, consultas bajo la modalidad de tele consulta y telemedicina, que incluso acercó la atención en salud a lugares muy apartados del país.

Según Del Castillo y otros, (2020), Las pandemias de infecciones se asocian con un aumento de la ansiedad, la depresión y los síntomas postraumáticos en niños y jóvenes. El encarcelamiento tiene un impacto negativo en su salud física y mental. Además, se concluyó que el desarrollo de un menor puede verse afectado por el cierre de escuelas, restricciones con respecto a los compañeros, la imposibilidad de participar en actividades físicas al aire libre y la pérdida de hábitos de vida saludable.

La pandemia de Covid-19 está asociada a un aumento de factores de riesgo psicosocial como el aislamiento y la violencia intrafamiliar, la pobreza, el hacinamiento y el mal uso de las nuevas tecnologías. La búsqueda de información sobre atención médica, la información errónea en línea y la motivación para "jugar" o "desafiar" han aumentado las autolesiones y la desesperanza cuando las personas no pueden hacer lo mismo.

Ahora bien, los desafíos consisten en promover medidas de prevención en la salud mental, partir de un ambiente familiar, mantener una comunicación positiva y promover un estilo de vida saludable.

Es necesario fortalecer la facilidad a la red de salud mental, de tal forma que no solo a nivel presencial se pueda tener acceso a redes de apoyo, sino con la utilización de la tecnología, la creación de redes de apoyo de salud mental, con la presencia de psicólogos, psiquiatras, terapeutas ocupacionales, trabajadores sociales que intervengan la población en medidas de

promoción, prevención e incluso diagnóstico y tratamiento. Buscar estrategias, que el Sistema de Seguridad Social, a través de las Entidades Promotoras de Salud, incluya tales actividades en los programas de bienestar de la salud mental y la comunicación entre los profesionales sanitarios y las personas.

Incluir un enlace con una presentación creativa en donde se muestre el contenido realizado. La presentación debe hacerse en un recurso digital como Genially, Powtoon, Prezi, Emaze. (Es importante que el enlace sea público y que los estudiantes revisen que abra sin dificultad desde cualquier dispositivo).

Link de Presentación: <https://prezi.com/view/KPRvcbtxcZaqia8aVNby/>

Link de Folleto:

https://www.canva.com/design/DAFUaQ2qnIw/FRIaJQvwq40S_ICAkNcGYQ/watch?utm_content=DAFUaQ2qnIw&utm_campaign=designshare&utm_medium=link2&utm_source=sharebutton

Bibliografías

Amante movimiento de salud mental en california

<https://www.sanamente.org/retos/abuso-de-alcohol-yo-sustancias/>

Díaz Bordenave, Juan y Martins Pereira, Adair. Estrategias de enseñanza-aprendizaje. San José, Costa Rica, Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), 3ª. Ed. 2005.

Díaz Bordenave, Juan y Martins Carvalho, Horacio. Planificación y comunicación. Quito, Ciespal, 1978.

Organización Panamericana de la Salud. Estrategias de comunicación para la salud integral de la infancia. Guía metodológica para su desarrollo. Washington, DC.(2005).

Sánchez, A. F. A. (2019). La industria 4.0. Análisis y estudio desde el Derecho en la 4ta Revolución Industrial. *Advocatus*, (32), 133-164.

Del Castillo, R. P., & Velasco, M. P. (2020). Salud mental infanto-juvenil y pandemia de Covid-19 en España: cuestiones y retos. *Revista de psiquiatría infanto-juvenil*, 37(2), 30-44.

Guía de planificación participativa de estrategias de comunicación en salud. Asunción, Paraguay. (2007). <https://www.paho.org/canada/dmdocuments/GUIA%20larga%20VF.pdf>