

**Importancia del Programa de Salud Mental en la Ese Hospital Nuestra Señora de los
Remedios**

Karen de Jesús Arguelles Zubiria

Asesor

Juan Sebastian Avila Santos

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD
Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades ECSAH
Programa de Psicología

2025

Contenido

Resumen.....	3
Abstract.....	4
Metodología.....	8
Diseño de la investigación.....	9
Fuentes de la de la Investigación.....	9
Método de la Investigación.....	10
Resultados y Discusión.....	11
Conclusiones.....	16
Referencias Bibliográficas.....	18

Resumen

El presente artículo tiene la finalidad analizar y comprender el programa de salud mental implementado en la Ese Hospital Nuestra Señora de los Remedios como tema central que afecta a la sociedad en general, así mismo se explica su importancia y las distintas formas en las que se manifiesta a través de factores como el estrés, la ansiedad y la depresión, ya que se pretende generar un impacto significativo no solo en la vida de los trabajadores asistenciales y administrativos, sino también en sus familias y comunidades. En este marco, el programa de salud mental del Hospital Nuestra Señora de los Remedios se convierte en un recurso vital para abordar estos desafíos con un enfoque integral que busca no solo tratar síntomas y trastornos, sino que también promover la prevención y la educación en salud mental considerando que la falta de información y el estigma asociado a las enfermedades mentales pueden impedir que las personas busquen la ayuda que necesitan. A través de campañas de sensibilización, talleres y otras actividades comunitarias, se busca derribar mitos y fomentar un ambiente de apoyo y comprensión, Además, se referencian varios autores con investigaciones relevantes acerca de este tema y se presentan los argumentos necesarios

Palabras clave: Salud mental, ansiedad, depresión, trastorno

Abstract

The purpose of this article is to analyze and understand the mental health program implemented at the Ese Hospital Nuestra Señora of the Remedies as a central issue that affects society in general, explaining its importance and the different ways in which it is manifested through factors such as stress, anxiety and depression, since it is intended to generate a significant impact not only in the lives of healthcare and administrative workers, but also in their families and communities. In this framework, the mental health program at Hospital Nuestra Señora of the Remedies becomes a vital resource to address these challenges with a comprehensive approach that seeks not only to treat symptoms and disorders, but also to promote prevention and mental health education considering that the lack of information and the stigma associated with mental illnesses can prevent people from seeking the help they need. Through awareness campaigns, workshops and other community activities, we seek to debunk myths and foster an environment of support and understanding. In addition, several authors with relevant research on this topic are referenced and the necessary arguments are presented.

Keywords: Mental health, anxiety, depression, disorder

Introducción

La globalización y el avance tecnológico han transformado radicalmente el entorno laboral, creando tanto oportunidades como desafíos, dejando consecuencias negativas y deteriorando cada día más la salud mental de las personas, existiendo una presión constante por cumplir con los objetivos empresariales lo que ha llevado a problemas como ansiedad, depresión, estrés y síndrome de burnout, La falta de conocimiento sobre los problemas y trastornos laborales y sus efectos es una barrera importante para la identificación y solución de este problema. Mediante el programa de salud mental en la Ese Hospital Nuestra Señora de los Remedios se pretende generar conciencia a través de charlas, talleres y campañas informativas ayudando a los empleados a reconocer los signos de estrés y buscando ayuda cuando sea necesario. Además, educar a los líderes y gerentes sobre la importancia de la salud mental en el trabajo es crucial para que puedan implementar políticas efectivas que promuevan el bienestar laboral.

Seguidamente, para Triveño (2006) la salud mental refleja un componente esencial, ya que es importante a nivel empresarial que se mantenga el bienestar integral de los trabajadores dentro del entorno organizacional, especialmente en el ámbito hospitalario. En este contexto, los trabajadores de la salud enfrentan desafíos únicos que pueden afectar su bienestar emocional y psicológicos, incluyendo largas jornadas laborales, la falta de tiempo para atender su propio bienestar mental viéndose reflejado en el rendimiento y cumplimiento de los objetivos establecidos por la empresa.

Por consiguiente, Jiménez y Arenas (2017) refieren la importancia que conlleva las empresas en el sector salud la identificación, orientación y detención temprana para el debido tratamiento de los trastornos psicosociales en las primeras etapas iniciales, esto con el fin de

reducir severidad y dar apoyo psicológico y terapias que conlleven al mejoramiento del empleado, centrándose en las rehabilitaciones en los programas terapéuticos hasta el reintegro social y laboral.

Así mismo, Morales (2021) en estudio realizados señala la importancia en la promoción de la salud mental en el entorno empresarial, mejorando el rendimiento y la empatía, ayudando a mejorar el clima laboral y el bienestar emocional demostrando un impacto positivo en las habilidades y destrezas sociales generando un impacto positivo en las organizaciones siendo fundamental continuar invirtiendo en estas iniciativas y fomentar políticas que apoyen su implementación y sostenibilidad a largo plazo.

Por su parte Santos y Iñiguez (2021) refieren en estudios relacionados las intervenciones de promoción de la salud mental en los hospitales demostrando ser efectivas duplicando las interacciones entre colaboradores. Estos programas no solo permiten mejorar a nivel psicológico de los individuos, sino que también contribuyen a la reducción de problemas sociales, reducir conductas agresivas y otros comportamientos problemáticos que afectan el clima laboral. En particular, los programas dirigidos a empleados demuestran resultados positivos en el corto plazo, incluyendo un aumento en el rendimiento y cumplimiento de metas empresariales y una disminución en el retraso mental, así como una mejora en el ajuste social de los participantes.

Seguidamente, el Programa de Salud Mental dirigido a los Trabajadores de la ESE HOSPITAL NUESTRA SEÑORA DE LOS REMEDIOS en el municipio de Riohacha surge como una respuesta integral a múltiples necesidades presentadas en la entidad para a su vez abordar efectos negativos generados en el entorno laboral, Este programa fue diseñado para proteger e implementar herramientas al personal sobre el manejo del estrés.

A través del programa de salud mental implementado en el Hospital Nuestra Señora de los Remedios, se busca generar un impacto positivo en el bienestar de los empleados. Este programa tiene como objetivo mejorar significativamente el clima laboral, promoviendo un ambiente de trabajo más saludable y productivo para todo el personal, resaltando la importancia de un enfoque integral que no solo aborde los síntomas, sino que también promuevan la prevención, la educación y la eliminación del estigma en torno a las enfermedades mentales, lo cual es crucial para mejorar la salud y el bienestar tanto en el entorno laboral como en la comunidad

Metodología

La metodología usada en la elaboración del presente artículo es de enfoque cualitativo, ya que, se busca con el mismo estudiar y analizar la información obtenida a través de la información de diferentes autores procediendo a conocer las cualidades y características del tema de referencia como lo es la desigualdad social. De acuerdo con ello, Vera (2015) expresa que la investigación cualitativa es aquella donde se estudia la calidad de las actividades, relaciones, asuntos, medios, materiales o instrumentos en una determinada situación o problema. La misma procura por lograr una descripción holística, es decir, se pretende analizar rigurosamente, o a detalle, una serie de actividades o situaciones en particular.

Según Hernández, Fernández, & Baptista, (2014) “El enfoque cualitativo, utiliza la recolección y análisis de los datos para afinar las preguntas de investigación o revelar nuevas interrogantes en el proceso de interpretación”. Por otra parte, para Palella y Martins (2012) en el paradigma cualitativo, la realidad se puede conocer mediante el campo teórico, conllevando analizar las experiencias planteadas sobre el fenómeno. Así mismo, asiente Bernal (2010) que el paradigma cualitativo, se orienta a profundizar casos específicos y no a generalizar, se caracteriza por no medir, sino cualificar y describir el fenómeno que se estudia.

Diseño de la investigación.

El diseño de investigación empleado en el presente artículo, trata de una investigación documental, bajo la revisión de hechos características del fenómeno disponibles en fuentes documentales. De acuerdo a Palella y Martins (2012) la investigación documental se concreta de la recopilación de información surgida de fuentes, tanto escritas como orales. Refiere Parra (2019) la investigación documental, trata de la revisión y evaluación de documentos que informan sobre un tema en específico que se investiga. Para Baena (2017), la investigación documental, se sustenta de la búsqueda de una respuesta específica a partir de la indagación en documentos.

Fuentes de la de la Investigación.

Para Palella y Martins (2012) el diseño de investigación, es la estrategia aplicada por el investigador para responder al problema, dificultad o inconveniente objeto de estudio, siendo bibliográfico cuando se apoya en la revisión sistemática, rigurosa y profunda de material documental. Dentro de este contexto, se recurrió a la consulta y revisión de fuentes secundarias, compilando teorías de autores sobre la salud mental, razón por la que se sustenta del diseño bibliográfico. Así mismo, señala Parra (2019) que las fuentes son las proveedoras de información para el equipo de investigación, representando el tipo secundaria, aquellas disponibles en libros, publicaciones periódicas como las revistas, documentos oficiales, páginas o portales de Internet, normas técnicas, material audiovisual como videos o películas, entre otros.

Método de la Investigación.

El método investigativo utilizado para plantear el tema central de investigación es el método inductivo, debido a que se aborda desde una perspectiva general para aterrizar en un contexto específico, donde explora particularidades del tema de estudio para construir conclusiones generales. Mediante el razonamiento deductivo se aplican los principios descubiertos, a casos particulares. (p.85). Del mismo modo explican Palella & Martins (2012), el método es el conjunto de procedimientos que orientan las ciencias para encontrar la verdad que investiga, por tanto, se trata de una vía o camino para alcanzar una meta o un fin, en cuanto al tipo inductivo, comprende los procedimientos que van de lo simple a lo compuesto, es decir, de las partes al todo, caracterizándose porque incluyen una síntesis

Resultados y Discusión

En Colombia, la salud mental ha tomado especial relevancia a través de los años debido a múltiples factores generados a raíz de preocupaciones en el contexto social, económicos y políticos afectando el bienestar de todas las personas, siendo que a pesar de generar sensibilización en las comunidades, sigue existiendo estigmatización social en las enfermedades mentales y trastornos generando la promulgación de políticas públicas. Así mismo los diversos programas que se han implementado pretenden la integración de estrategias direccionados en la prevención y tratamiento para mejorar la calidad de vida de la sociedad.

Por su parte, El artículo “*Salud Mental y Perinatología* (2014) señala que la brecha social en el acceso a servicios de salud mental es significativa” (p. 85), esto debido a las barreras económicas en las empresas siendo limitados e inequitativos en cobertura a la implementación de herramientas y capacitación del personal dirigidos a tratar trastorno generados por la presión laboral en el entorno empresarial. Seguidamente, algunas empresas dentro de sus objetivos organizaciones han logrado reconocer y garantizar la importancia de mantener a sus trabajadores en un entorno saludable, prestando especial atención a su salud mental respondiendo a una necesidad ética y social, permitiendo influir directamente para que estas sean competitivas y logren sus metas organizacionales.

Para, López Ríos et al. (2022) proponen reflexiones críticas y metodológicas, ya que a pesar de los retos y avances de algunas empresas en exaltar su labor estratégica como prioridad y enfoque en el bienestar mental de sus empleados generando un impacto positivo en la comunidad, aún existe un gran porcentaje que solo se enfoca en su productividad no reconociendo las afectaciones y trastornos de sus trabajadores, esto es debido al enfoque que pretenden en el mercado, minimizando su mentalidad empresarial y priorizando sus expectativas hacia el éxito en el mercado.

La salud mental actualmente es una problemática existente en la actualidad especialmente en el entorno laboral, donde los trabajadores están expuestos a altos niveles de estrés. Para enfrentar este gran reto, es necesario la implementación de herramientas que conlleven a promover una cultura de bienestar emocional tanto a nivel individual como social, y así garantizar entornos laborales saludables que permita mejorar la calidad de vida de las personas, sino que también contribuir a la sociedad para generar conciencia.

El análisis en este artículo sobre la implementación del programa de salud mental en la Ese Hospital Nuestra Señora de los Remedios permite identificar la alta carga que enfrentan los profesionales de la salud y personal administrativo, llevando a una necesidad urgente que ha de abordar temas complejos como la salud mental en este sector. La prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión indica un problema sistemático que, si no se aborda, puede tener repercusiones graves no solo para los empleados, sino también para los pacientes y el sistema de salud en su conjunto.

Seguidamente, este programa se implementó a partir de una necesidad identificada en el entorno con el objetivo de promover el bienestar emocional y psicológico de los empleados, reducir los niveles de estrés laboral y prevenir trastornos psicosociales como el agotamiento profesional. A lo largo de los meses de implementación del programa, se logró observar logros significativos entre los trabajadores, esto fue posible mediante encuestas realizadas y la observación directa, los empleados han logrado sentir una mejor capacidad para gestionar el estrés derivado de sus altas responsabilidades laborales, gracias a las sesiones implementadas y estrategias de intervención, talleres realizados de manejo del estrés y las prácticas con profesionales, ha contribuido a gran escala a muchos trabajadores a sentirse más equilibrados emocionalmente, incluso en situaciones laborales de alta presión.

Por su parte, uno de los grandes retos en el cual se ha trabajado es su sostenibilidad y viabilidad de las iniciativas. Aunque refleja resultados positivos, la continuidad del programa dependerá de la asignación de recursos financieros y de la priorización de la salud mental por parte de la administración del hospital. Es fundamental que los directivos sigan apoyando estas

iniciativas y que se asegure un financiamiento adecuado para mantener los servicios a largo plazo. Para de Lellis y Fotia (2019) Un aspecto importante sobre los programas de salud mental a nivel empresarial, es el desarrollo de resiliencia emocional, ya que muchos trabajadores que enfrentan grandes problemas laborales o bajo presión reportan que después de participar en algunas actividades de un programa, han sido capaces de enfrentar mejor las adversidades laborales en los procesos, como situaciones de alta presión, cambios organizacionales y la constante exposición al estrés, ya que las herramientas adquiridas les permiten manejar de forma eficiente sus emociones y tomar decisiones más efectivas en momentos de crisis.

Finalmente, se puede destacar los logros obtenidos y los procesos de mejoras que se han ajustado y optimizado para mejorar el clima laboral ya que, el programa tiene el potencial y las herramientas de convertirse y ser replicado en un modelo de referencia para otros hospitales en el departamento que busquen o se direccionen a mejorar la salud mental de sus trabajadores y promover un entorno laboral saludable.

El presente artículo tuvo como finalidad analizar la implementación del programa de salud mental en la ESE Hospital Nuestra Señora de los Remedios como innovación social siendo uno de los problemas centrales en la actualidad, desde el enfoque psicológico, la salud mental no solo se percibe como una problemática compleja y puntual, sino que abarca dimensiones profundas de la vida de los individuos y la sociedad. A través de este enfoque, se entiende como un elemento clave que impacta no solo en el bienestar inmediato y el entorno, sino también en aspectos fundamentales de la vida, como la identidad personal, las relaciones

interpersonales y el desarrollo tanto personal como profesional afectando la calidad de vida de todos. Por su parte, el artículo permite generar discusiones desde diferentes enfoques sociales, psicológicos, ya que la salud mental es un problema que afecta a los individuos en múltiples niveles de su vida, por lo tanto, las soluciones, herramientas y estrategias generadas también deben ser diversas y adaptarse a las distintas realidades que se enfrentan en los grupos sociales. Desde el enfoque de la psicología, hemos entendido cómo esta problemática ha impactado drásticamente y directamente al individuo, así como sus dinámicas familiares, pero también cabe recalcar que solo a través de un enfoque multidimensional que contemple estrategias de políticas e intervenciones psicológicas y reformas estructurales de programas direccionados los niveles educativos, institucionales se ayudará a contribuir eficazmente a mitigar los efectos y fomentar una sociedad saludable.

Por consiguiente, abordar esta problemática nos ha llevado a desempeñar un papel crucial y como profesionales de la salud, radicando en la identificación y abordaje de los efectos causados por la salud mental, emocional y el estrés enfocándonos en herramientas psicosociales que contribuyan a mejorar su condición de vida. Además de las terapias individuales, de las intervenciones psicosociales que se pueden realizar encontramos las terapias centradas en el empoderamiento, educación emocional en el contexto social y comunitarios.

Finalmente, por medio de este artículo se ha logrado colocar en práctica lo aprendido durante el desarrollo del semestre académico, evidenciando que la problemática de la salud mental es compleja y representa un fenómeno radical el cual requiere un análisis integral. A través de este análisis, se ha considerado que la salud mental no solo debe ser abordada desde lo psicosocial como se ha abordado desde nuestra formación, sino también desde una perspectiva

amplia y funcional que considere factores económicos, políticos, culturales ya que todo esto tiene una repercusión directa en los problemas causados por esta problemática.

Este artículo ha sido valioso para integrar los conocimientos adquiridos y aplicarlos a una problemática en específico que genera nuevos retos sociales e individuales en la actualidad. Además, nos permite resaltar la responsabilidad social que enfrentamos como profesionales de la salud ayudando a ser parte de los cambios para promover el bienestar social, psicológico y comunitario, siendo una oportunidad para reflexionar sobre el rol crucial que desempeñan desde nuestra disciplina y la comprensión a soluciones de problemas tan complejos como la salud mental y emocional de todas las personas

Conclusiones

Actualmente el tema sobre la salud mental sigue siendo uno de los temas centrales dentro de los diferentes ámbitos en nuestra vida, a pesar de los grandes esfuerzos y sensibilización generada por las empresas y la comunidad en general, ha traído muchas barreras y limitaciones impidiendo que la mayoría de las personas desarrollen sus potenciales y destaquen en diferentes áreas, es por ella la necesidad de garantizar la calidad, el mejoramiento y herramientas hacia políticas y estrategias que permitan garantizar a los individuos calidad de vida, entornos seguros y mejoramientos en sus procesos.

El presente artículo realizó una revisión integral de hallazgos relacionados con la salud mental en las empresas del sector salud, permitiendo reflexionar sobre los estigmas y bases para su aplicación, así como el desarrollo y la implementación de herramientas hacia soluciones eficaces dentro del contexto aplicado. Reflejando las barreras enmarcadas en la población vulnerable en Colombia con relación al acceso de los empleados a servicios de salud mental, siendo las barreras económicas, culturales y la capacidad del sistema empresarial para implementar estrategias para el mejoramiento de trastornos generados por la sobrecarga laboral generando círculos viciosos en la atención oportuna a los programas de salud mental crónicos.

Por consiguiente, las ideas centrales del programa sobre salud mental implementado es demostrar las particularidades y afectaciones que conllevan a la población a generar los distintos trastornos que afectan el clima laboral como consecuencia de las cargas y estrés en el entorno así mismo, direccionar el acceso de los empleados asistenciales y administrativos proporcionándoles las herramientas en las distintas áreas como infraestructura y recursos ilimitados que les permita generar un ambiente seguro que conlleve a cumplir con las estrategias empresariales, cambiando la percepción social y creencias culturales para la competitividad empresarial.

Por su parte, este artículo nos permitió conectar con la realidad en el campo de la psicología, enriqueciendo todo nuestro proceso académico y proporcionando conocimientos sólidos, estudiando a profundidad los distintos enfoques, intervenciones terapéuticas siendo valiosos para los tratamientos de trastornos como la ansiedad, la depresión.

Referencias Bibliográficas

de Lellis, M., & Fotia, G. D. (2019). Interdisciplina y salud mental. *Anuario de Investigaciones, XXVI*, 179-187.

Jiménez-López, J. L., & Arenas Osuna, J. (2017). Programa de prevención del suicidio, tratamiento de trastornos mentales y promoción de la salud mental para médicos residentes. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales, 8*(1), 227-241.
<https://doi.org/10.21501/22161201.1819>

López Ríos, J. M., Cano Bedoya, S. M., Montoya Vélez, E. M., Montero De LaRosa, Ó. D., Crisnacho Marulanda, S., & Restrepo, M. V. (2022). Reflexiones metodológicas en un estado del arte de la salud mental indígena de Colombia. *Andamios, 19*(49), 391-415. <https://doi.org/10.29092/uacm.v19i49.935>

Morales-Chainé, S. (2021). Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental. *Enfermería Universitaria, 18*(2), 1-4. <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2021.2.1218>

Salud Mental y Perinatología. Una mirada reflexiva sobre la práctica en el 80 aniversario de la Maternidad Sardá. (2014). *Revista del Hospital Materno Infantil Ramón Sardá, 33*(2), 84-86.

Santos, R. G., & Íñiguez-Rueda, L. (2021). Sentidos sobre el cuidado en salud mental: Una revisión bibliográfica. *Saúde em Debate*, 45(128), 234-248. <https://doi.org/10.1590/0103-1104202112818>

Parella, S., & Martins, F. (2012). *Metodología de la investigación cuantitativa* (3a ed.). FEDUPEL.

Parra, E. (2019). *Las fases del proyecto de investigación* (2a ed.). Editorial Universidad de Manizales.

Triveño Gutiérrez, G. (2006). Salud mental desde lo afectivo hasta lo laboral. *Perspectivas*, 9(18), 189-194.

Vera, L. (2015). *La investigación cualitativa*. Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto de Ponce.