

**Propuesta de Intervención Para Fortalecer la Comunicación en Salud Sobre la Salud Mental, Reflejando los Desafíos de Comunicación y la Implementación de la Comunicación 4.0 en Personas de 20 a 40 Años de Edad en el Departamento de Nariño**

Brandon Alexis Ceballos Prado

Diana Katherine Viveros Ortiz

Luz Adriana Mera Castrillón

Mario Fernando Ortega Pérez

Myriam Roció Tunubala Cuchillo

Tutora

Martha Lucia Ospina Gómez

Universidad Nacional Abierta y a Distancia -UNAD

Escuela de Ciencias de la Salud – ECISA

Diplomado de Profundización Comunicación en Salud

2023

## Tabla de Contenido

Introducción .....	4
Objetivos.....	5
Objetivo General .....	5
Objetivos Específicos.....	5
Problemática en Salud Pública Que Presenta el Departamento de Nariño Salud Mental .....	6
Propuesta de Intervención Para Fortalecer la Salud Mental, Reflejando los Desafíos y la Implementación de la Comunicación 4.0 en Personas de 20 a 40 años de Edad en el Departamento de Nariño .....	7
Población Objeto.....	7
Plan de Intervención .....	7
Diagnóstico de la Situación.....	7
Diseño de la Propuesta de Intervención .....	8
Implementación de la Propuesta de Intervención.....	10
Enfoque de la Intervención .....	12
Colaboración en la Intervención.....	13
Maximización del Impacto .....	14
Evaluación de la Intervención .....	15
Resultados Esperados .....	16
Presentación de la Propuesta de Intervención .....	16
Conclusiones .....	17
Referencias Bibliográficas .....	18

## Lista de Figuras

<b>Figura 1</b> <i>Logo y Slogan</i> .....	8
<b>Figura 2</b> <i>Perfil de Instagram</i> .....	10
<b>Figura 3</b> <i>Perfil de Facebook</i> .....	11
<b>Figura 4</b> <i>Material Infografías</i> .....	12
<b>Figura 5</b> <i>Infografía Salud Mental</i> .....	14

## **Introducción**

La situación de salud mental en el departamento de Nariño presenta desafíos significativos, evidenciados por altas tasas de suicidio, intentos de suicidio y consumo de sustancias psicoactivas. Este panorama está intrínsecamente ligado a factores como el conflicto armado, la violencia intrafamiliar, la pobreza y la exclusión social. El análisis detallado revela la insuficiencia de servicios de salud mental, junto con estigmatización y falta de conciencia sobre la importancia de abordar estas problemáticas, por lo que para abordar esta crisis, se propone una estrategia de comunicación en salud basada en los principios de la Comunicación 4.0, esta estrategia, centrada en la inclusión, participación y adaptación a plataformas digitales, busca crear una comunidad en línea, proporcionar información clara y desestigmatizante, y ofrecer herramientas prácticas para el autocuidado.

La intervención no solo se fundamenta en la creación de contenidos multimedia educativos, sino también en la interacción activa en redes sociales, colaboraciones con influenciadores y el desarrollo de una plataforma en línea accesible, la cual será evaluada constante, esta propuesta busca cambiar la narrativa en torno a la salud mental, promoviendo una cultura de apertura, comprensión y apoyo en el departamento de Nariño.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Diseñar e implementar una propuesta de intervención efectiva que brinde información y motive a las personas de 20 a 40 años en el departamento de Nariño a reducir los índices de problemas de salud mental, promoviendo la participación mediante la comunicación en salud y la comunicación 4.0.

### **Objetivos Específicos**

Desarrollar contenidos multimedia educativos y accesibles sobre salud mental, abordando conceptos clave y promoviendo la comprensión.

Establecer una comunidad en línea activa mediante redes sociales para fomentar la interacción, preguntas y conversaciones abiertas sobre salud mental.

Plantear un método de evaluación de la estrategia mediante indicadores cualitativos y cuantitativos.

## **Problemática en Salud Pública Que Presenta el Departamento de Nariño Salud Mental**

Según el Análisis de Situación de Salud (ASIS) de Colombia 2021, el departamento de Nariño presenta una situación de salud mental preocupante, relacionada con diversos factores de riesgo y determinantes sociales, algunos de los hallazgos más relevantes son:

Nariño es el segundo departamento con mayor tasa de suicidio en el país, con 9,8 casos por cada 100 mil habitantes, superado solo por Amazonas con 10,8.

Nariño también tiene la segunda mayor tasa de intento de suicidio, con 36,5 casos por cada 100 mil habitantes, después de Putumayo con 39,9.

Nariño ocupa el tercer lugar en consumo de sustancias psicoactivas, con una prevalencia de 12,4%, después de Bogotá con 14,9% y Antioquia con 13,1%.

Nariño tiene una de las menores coberturas de atención en salud mental, con solo el 19,4% de la población con algún trastorno mental que recibió algún tipo de servicio, muy por debajo del promedio nacional de 31,3%.

Estos datos evidencian la necesidad de fortalecer las acciones de promoción, prevención, atención y rehabilitación en salud mental en el departamento de Nariño, así como de mejorar el acceso y la calidad de los servicios, con enfoque diferencial y territorial. También se requiere de una mayor articulación entre los diferentes actores del sistema de salud, la sociedad civil y las autoridades locales, para generar una respuesta integral y efectiva a la problemática de salud mental en el departamento.

**Propuesta de Intervención Para Fortalecer la Salud Mental, Reflejando los Desafíos y la Implementación de la Comunicación 4.0 en Personas de 20 a 40 años de Edad en el Departamento de Nariño**

**Población Objeto**

Población del departamento de Nariño en edades de 20 a 40 años.

**Plan de Intervención**

La propuesta de intervención mediante la comunicación en salud para fortalecer la salud mental en el departamento de Nariño se basa en la implementación de la comunicación 4.0, la cual promueve el uso de canales de comunicación digital como redes sociales y páginas web que promuevan el diálogo, la participación y la movilización de los actores sociales para generar impactos positivos en la salud y el desarrollo de la población.

El plan de intervención consta de los siguientes componentes:

**Diagnóstico de la Situación**

Realizar un diagnóstico de la situación actual de la comunicación en salud sobre la salud mental en el contexto local, identificando las necesidades, los desafíos, los actores, los canales, los mensajes y las barreras que existen para una comunicación efectiva, responsable y respetuosa.

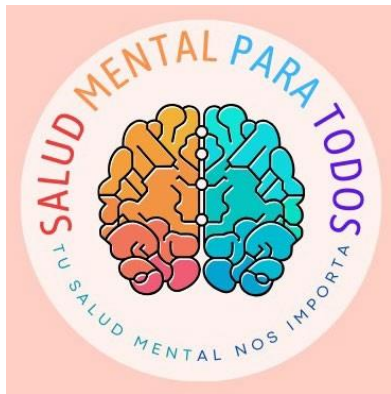
## Diseño de la Propuesta de Intervención

Diseñar una propuesta de comunicación en salud sobre la salud mental que tenga en cuenta los principios de la comunicación 4.0, es decir, que sea inclusiva, horizontal, participativa, interactiva, personalizada y adaptada a las características y preferencias de los diferentes públicos y plataformas digitales.

Crear y difundir contenidos informativos, educativos y de sensibilización sobre la salud mental, utilizando un lenguaje claro, preciso, positivo y no estigmatizante, y apoyándose en recursos visuales, audiovisuales y multimedia que capten la atención y el interés de los usuarios, bajo el slogan SALUD MENTAL PARA TODOS y el lema TU SALUD MENTAL NOS IMPORTA.

### Figura 1

*Logo y Slogan*



*Nota.* Autoría propia grupo colaborativo

Generar espacios de diálogo, consulta, análisis y valoración de las actitudes, habilidades, virtudes y puntos de mejora (feedback) con los usuarios, aprovechando las herramientas de la comunicación 4.0, como las redes sociales, los chats, los foros, las encuestas, los webinars, los podcasts, etc., para fomentar la participación, la interacción, la confianza y la retroalimentación.

Establecer alianzas y redes de colaboración con otros actores relevantes en el campo de la salud mental, como profesionales, instituciones, organizaciones, medios de comunicación, líderes de opinión, personas con experiencia propia, etc., para ampliar el alcance, la credibilidad y el impacto de la comunicación en salud sobre la salud mental.

## Implementación de la Propuesta de Intervención

La implementación de la propuesta de intervención sobre la salud mental se basa en acciones concretas, tales como:

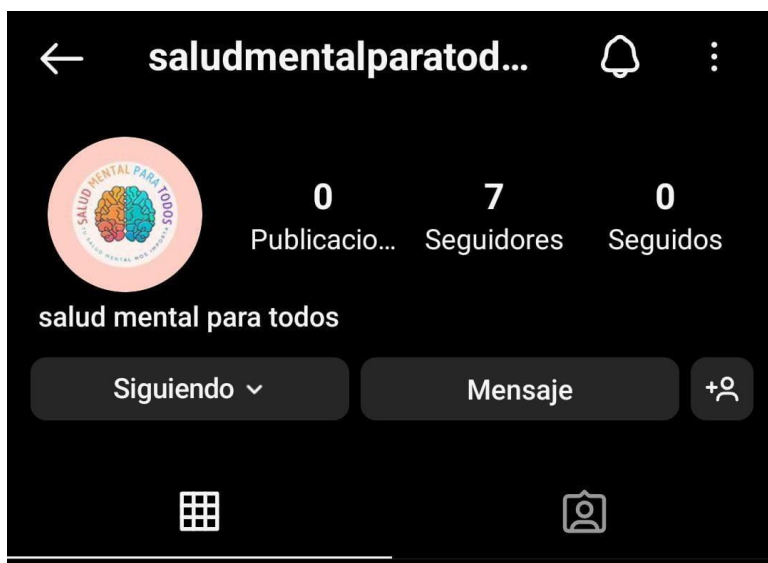
Utilización de medios interpersonales como las redes sociales de Facebook e Instagram.

Difusión de los contenidos y materiales mediante los perfiles en las plataformas de comunicación para fortalecer la salud mental en Nariño, utilizando los canales más adecuados y efectivos.

Participación activa en redes sociales para crear una comunidad en línea dedicada a la salud mental, estableciendo perfiles en plataformas populares como Instagram y Facebook, donde se compartirán regularmente consejos, historias de éxito, recursos útiles y datos relevantes, la interacción constante con la audiencia a través de comentarios y mensajes directos permitirá una comunicación bidireccional, creando un espacio seguro para preguntas y conversaciones sobre la salud mental.

### Figura 2

*Perfil de Instagram*



Nota. <https://www.instagram.com/saludmentalparatodos86/>

### Figura 3

#### Perfil de Facebook



Nota. <https://www.facebook.com/profile.php?id=61554106988436&mibextid=hIIR13>

Se opta por utilizar únicamente las redes sociales de Instagram y Facebook debido a que son las aplicaciones web más utilizadas por la población objeto de 20 a 40 años de edad, si la población objeto estuviera en un rango de edad de los 13 a 25 años, la aplicación web más apropiada sería TikTok ya que es la más popular dentro de ese rango de edad y una de las más virales.

## Enfoque de la Intervención

La intervención se enfocará en la creación de contenidos multimedia educativos que aborden de manera clara y accesible los conceptos clave relacionados con la salud mental, esto incluirá videos explicativos, infografías interactivas y podcasts informativos diseñados para personas de 20 a 40 años de edad; la diversidad de formatos permitirá llegar a una audiencia más amplia y adaptarse a diferentes preferencias de consumo de información, los materiales se compartirán en plataformas de redes sociales, aprovechando la viralidad y el alcance que ofrecen.

**Figura 4**

*Material Infografías*



## **Colaboración en la Intervención**

La intervención contemplará la colaboración con influencers y expertos en salud mental en las redes sociales para aumentar la credibilidad y el alcance de los mensajes. Estas colaboraciones pueden incluir entrevistas en vivo, participación en campañas específicas y la creación conjunta de contenido. La asociación con figuras respetadas en el ámbito de la salud mental contribuirá a desmitificar el tema y a normalizar las conversaciones en torno a él.

Se buscará la colaboración de influencers del departamento de Nariño quienes tienen gran alcance en las redes sociales como Ayeyo Vargas, Danny Boss, entre otros.

## Maximización del Impacto

Para maximizar el impacto, se implementará una campaña publicitaria en línea por medio de los perfiles de las redes sociales dirigida a audiencias específicas, como personas entre los 20 y 40 años de edad, donde los anuncios se diseñarán cuidadosamente para transmitir mensajes positivos y alentar la búsqueda de ayuda cuando sea necesario. La segmentación precisa garantizará que la campaña llegue a aquellos que pueden beneficiarse más y ayudará a superar las barreras de acceso a la información.

### Figura 5

#### Infografía Salud Mental



Nota. Autoría propia grupo colaborativo

## **Evaluación de la Intervención**

Evaluar la propuesta de intervención sobre la salud mental, utilizando indicadores cualitativos que serán tomados a partir de los comentarios que generen las publicaciones realizadas y cuantitativos a partir de la cantidad de seguidores y me gusta (likes) que se reporten en los perfiles de las redes sociales creadas para la implementación de la propuesta de intervención, con esto se podrá medir el grado de cumplimiento de los objetivos, la satisfacción de los usuarios, el cambio de actitudes y comportamientos, y la mejora de la salud mental de la población.

La evaluación constante será un aspecto fundamental de esta intervención, para esto se utilizarán métricas de participación en redes sociales, análisis de tráfico en la plataforma en línea para medir la efectividad de la comunicación y ajustar la estrategia según sea necesario. La retroalimentación de la audiencia también se utilizará para mejorar continuamente los contenidos y adaptar la intervención a las necesidades cambiantes.

## **Resultados Esperados**

La propuesta de intervención busca abordar los desafíos de comunicación en salud mental mediante la implementación de la Comunicación 4.0, al aprovechar las herramientas digitales, crear una comunidad en línea y proporcionar recursos prácticos, la intervención aspira a cambiar la conversación en torno a la salud mental, desestigmatizarla y fomentar una cultura de apertura y apoyo, por lo que es importante que se realice evaluación constante para garantizar la efectividad y la adaptabilidad de la intervención en respuesta a las necesidades cambiantes de la sociedad.

## **Presentación de la Propuesta de Intervención**

<https://prezi.com/view/bPe3orB9xxkubmjCOPhH/>

## **Conclusiones**

La implementación de la estrategia de comunicación en salud para abordar la salud mental en Nariño es esencial dada la alta prevalencia de problemas psicosociales y la insuficiente atención existente.

La estrategia basada en la Comunicación 4.0 tiene el potencial de transformar percepciones, desestigmatizar la salud mental y fomentar una cultura de apertura y apoyo, contribuyendo así a la mejora del bienestar general.

La creación de una plataforma en línea con recursos y evaluaciones de salud mental garantiza la accesibilidad universal, y su adaptabilidad a diversas necesidades y contextos culturales fortalece la eficacia de la intervención.

El establecimiento de una comunidad en línea activa a través de redes sociales no solo amplifica el alcance de la estrategia, sino que también crea un espacio inclusivo para diálogos abiertos y la compartición de experiencias.

La evaluación constante de la estrategia, mediante métricas de participación y retroalimentación de la audiencia, permitirá ajustes continuos, asegurando la relevancia y efectividad de la intervención en respuesta a las dinámicas cambiantes de la sociedad.

## Referencias Bibliográficas

- Briggs, C. (10 de Octubre de 2017). Descubriendo una falla trágica en las políticas revolucionarias de salud: Desde las inequidades en salud y comunicación a la justicia comunicativa en salud. <https://revistas.unla.edu.ar/saludcolectiva/article/view/1152>
- Bruno, D., & Demonte, F. (2015). Comunicación y salud en América Latina: Un panorama de las perspectivas, los itinerarios teórico-prácticos y los desafíos actuales. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/69795>
- Bustamante, E. (23 de Octubre de 2015). Comunicación y Salud en Colombia: El caso Parque de la Vida. <https://e-archivo.uc3m.es/handle/10016/22181>
- Escobar, G., Reyes, I., Morales, Á., Lleras, E., & Espinosa, Á. (Noviembre de 1995). Tecnologías blandas. <https://repositorio.sena.edu.co/handle/11404/3335>
- Guedes, C., Martos, I., & Sánchez, M. d. (23 de Octubre de 2015). Las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TICs) en Ciencias de la Salud. <https://e-archivo.uc3m.es/handle/10016/21794>
- Hidalgo, I., Hidalgo, B., Hernández, S., Hidalgo, D., & Latorre, N. (1 de Marzo de 2020). Uso y análisis estadístico de las tecnologías de la información y comunicación en salud. <https://revista.redipe.org/index.php/1/article/view/944>
- Instituto Departamental de Salud de Nariño. (Febrero de 2022). Análisis de la situación de salud del departamento de Nariño con el modelo de los determinantes sociales (ASIS). [https://www.idsn.gov.co/images/documentos/epidemiologia/asis/Departamento\\_Nari%C3%B1o\\_ASIS\\_2022.pdf](https://www.idsn.gov.co/images/documentos/epidemiologia/asis/Departamento_Nari%C3%B1o_ASIS_2022.pdf)

- IT Digital Media Group. (6 de Septiembre de 2017). Salud 4.0: la Sanidad personalizada y centrada en el paciente. <https://www.ituser.es/content-marketing/2017/09/salud-40-la-sanidad-personalizada-y-centrada-en-el-paciente>
- León, J. (2019). Impacto de las tecnologías disruptivas en la percepción remota: big data, internet de las cosas e inteligencia artificial. (Spanish). *UD y La GEOMÁTICA*, 14, 1-20. <https://eds-s-ebshost-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=f0920585-a5bb-4e72-b990-c087e1b282db%40redis>
- Martínez, J. (23 de Octubre de 2015). ¿Cuáles son los retos actuales en la comunicación en salud? <https://e-archivo.uc3m.es/handle/10016/22164>
- Montes de Oca, A., & Rizk, M. (2014). La comunicación para la salud y el desafío del enfoque ecosistémico. *Comunidad y Salud*, 12(2), 28-35. [https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1690-32932014000300006](https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1690-32932014000300006)
- Moraes, L., Rabelo, D., Áfio, J., Conceição, M., & Santos, M. (2016). Uso de tecnologia leve-dura nas práticas de enfermagem: análise de conceito. *Aquichan*, 16(2), 230–239. <https://aquichan.unisabana.edu.co/index.php/aquichan/article/view/4310/pdf>
- Saldívar Blanco, J. M. (23 de Octubre de 2015). La Red Iberoamericana de Comunicación y Salud en el CIDICS UANL. <https://e-archivo.uc3m.es/handle/10016/22179>
- Sanmartín, P., Ávila, K., Vilora, C., & Jabba, D. (2019). Internet de las cosas y la salud centrada en el hogar. *Salud Uninorte*, 32(2), 337-351. <https://eds-p-ebshost-com.bibliotecavirtual.unad.edu.co/eds/pdfviewer/pdfviewer?vid=1&sid=459fe5a6-4e63-4e64-a2c8-52a19601c4f7%40redis>