

## **Mente sana**

Anyela Brisseth Morales Quiroz

Evelin Vanessa Suarez González

Jensy Elizabeth Tarapues Tarapues

Yinari Natalia Quintero Salas

Yury Alexandra Castaño Muñoz

Asesor

Diego Fernando Pardo Santamaria

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Salud ECISA

Diplomado de Profundización en Comunicación en Salud

2024

## Resumen

La salud mental es un aspecto fundamental del bienestar general, y la organización mundial de la salud ha subrayado la importancia de promover el bienestar emocional y psicológico, así como la prevención, tratamiento y rehabilitación de los trastornos mentales. Este proyecto se enfoca en mejorar el bienestar mental de los adolescentes en la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el municipio del Tambo, Nariño. A través de un enfoque participativo que incluye a estudiantes, docentes y padres de familia, se busca identificar las necesidades y desafíos específicos relacionados con la salud mental en esta comunidad. El proyecto está fundamentado en un marco teórico que integra el modelo bio-psico-social, la teoría del apego y el modelo de resiliencia, lo cual permite una comprensión holística de los factores que afectan la salud mental de los adolescentes. Además, se consideran las particularidades socioculturales del Tambo para asegurar que las estrategias sean relevantes y efectivas para la comunidad.

***Palabras claves:*** Salud mental, Bienestar, Adolescentes, Bienestar, Comunidad

### **Abstract**

Mental health is a fundamental aspect of overall well-being, and the world health organization has stressed the importance of promoting emotional and psychological well-being, as well as the prevention, treatment and rehabilitation of mental disorders. this project focuses on improving the mental well-being of adolescents in the educational community of the Jesús nazareno educational institute in the municipality of tambo, Nariño. through a participatory approach that includes students, teachers and parents, it seeks to identify the specific needs and challenges related to mental health in this community. The project is based on a theoretical framework that integrates the bio-psycho-social model, the attachment theory and the resilience model, which allows a holistic understanding of the factors that affect the mental health of adolescents. In addition, the sociocultural particularities of Tambo are considered to ensure that the strategies are relevant and effective for the community.

***Keywords:*** Mental health, Adolescent, Well-being, Empowerment.

**Tabla de contenido**

Introducción .....	6
Justificación .....	7
Objetivos .....	8
Objetivo General .....	8
Objetivos Específicos.....	8
Descripción del Problema .....	9
Sistematización del Problema .....	10
Marco de Referencia .....	11
Estado del Arte.....	12
Marco Contextual.....	13
Marco Teórico.....	14
Marco Conceptual.....	15
Marco Normativo.....	16
Metodología .....	17
Investigación de Campo .....	19
Método .....	20
Enlace del Video .....	20
Enlace de Presentación Mentasana .....	20
Enlace del Folleto .....	20
Resultados .....	21
Primer Resultado.....	21
Segundo Resultado.....	21
Conclusiones .....	22

Recomendaciones .....	23
Referencias Bibliográficas .....	24

## **Introducción**

La comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno no cuenta con las herramientas y estrategias necesarias para promover eficazmente el bienestar emocional y psicológico de los adolescentes. Esto se debe a la falta de programas de salud mental integrales que aborden las necesidades específicas de los estudiantes, docentes y padres de familia. La ausencia de capacitación en la identificación temprana de problemas emocionales y la carencia de intervenciones preventivas adecuadas contribuyen a un entorno escolar que no favorece el bienestar mental de los adolescentes. Por tanto, es crucial desarrollar e implementar un plan de acción integral que aborde estos desafíos y fortalezca el apoyo emocional y psicológico en la comunidad educativa

## **Justificación**

La elección de la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el municipio del Tambo, Nariño, como lugar de intervención se basa en la identificación de necesidades específicas dentro de esta población. Esta comunidad presenta diversos desafíos en términos de acceso limitado a recursos y servicios de salud mental, así como barreras culturales y lingüísticas que dificultan la comunicación efectiva sobre este tema.

El proyecto se justifica en su enfoque preventivo, que busca intervenir antes de que los problemas de salud mental se agraven, mediante la promoción de la conciencia, la identificación temprana de signos de alerta y la provisión de herramientas y estrategias para el autocuidado y la búsqueda de ayuda. Esta estrategia no solo beneficia a los adolescentes directamente involucrados, sino que también contribuye a crear una cultura de cuidado mental en toda la comunidad educativa.

## **Objetivos**

### **Objetivo General**

Desarrollar e implementar un plan de acción integral enfocado en la promoción de la salud mental entre los adolescentes de la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el municipio del Tambo, Nariño, con el propósito de fortalecer su bienestar psicológico y emocional y crear un entorno escolar más saludable y comprensivo

### **Objetivos Específicos**

Sensibilizar a la comunidad educativa sobre la importancia de la salud mental en la etapa adolescente, destacando la necesidad de promover un entorno escolar favorable para el bienestar emocional de los estudiantes.

Capacitar a estudiantes, docentes y padres de familia en la identificación temprana de signos de problemas emocionales o trastornos mentales en los adolescentes, así como en la aplicación de estrategias de apoyo y derivación adecuadas.

Diseñar e implementar talleres formativos y actividades preventivas dirigidas a los adolescentes, con el objetivo de desarrollar habilidades socioemocionales, mejorar la resiliencia y promover prácticas de autocuidado.

## **Descripción del Problema**

El bienestar emocional y psicológico de los adolescentes en la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno, en el municipio del Tambo, Nariño, enfrenta desafíos significativos. Factores como el acceso limitado a recursos y servicios de salud mental, las barreras culturales y lingüísticas, y el estigma asociado a los problemas de salud mental afectan negativamente a los estudiantes. Estas condiciones dificultan la identificación temprana y el tratamiento adecuado de problemas emocionales y trastornos mentales, impactando el desarrollo integral y el rendimiento académico de los adolescentes.

La comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno no cuenta con las herramientas y estrategias necesarias para promover eficazmente el bienestar emocional y psicológico de los adolescentes. Esto se debe a la falta de programas de salud mental integrales que aborden las necesidades específicas de los estudiantes, docentes y padres de familia. La ausencia de capacitación en la identificación temprana de problemas emocionales y la carencia de intervenciones preventivas adecuadas contribuyen a un entorno escolar que no favorece el bienestar mental de los adolescentes. Por tanto, es crucial desarrollar e implementar un plan de acción integral que aborde estos desafíos y fortalezca el apoyo emocional y psicológico en la comunidad educativa.

### **Sistematización del Problema**

¿Cuál es el nivel de conocimiento y percepción sobre la salud mental entre los adolescentes, docentes y padres de familia en el Instituto Educativo Jesús Nazareno?

¿Cuáles son las principales necesidades y desafíos relacionados con la salud mental que enfrentan los adolescentes en el Instituto Educativo Jesús Nazareno?

¿Qué estrategias de capacitación y sensibilización son efectivas para que docentes y padres de familia identifiquen tempranamente signos de problemas emocionales y apliquen intervenciones de apoyo adecuadas?

## **Marco de Referencia**

Debe fundamentarse en estudios previos y prácticas exitosas en el campo de la salud mental escolar. Investigaciones globales y nacionales han demostrado que los programas integrales de salud mental en las escuelas, que incluyen la participación activa de docentes y padres, son efectivos para mejorar el bienestar emocional de los estudiantes. Estos programas suelen incluir componentes como la educación sobre salud mental, habilidades para la vida, apoyo psicosocial y la creación de un ambiente escolar positivo y seguro. La evidencia sugiere que cuando los docentes están capacitados para identificar y abordar problemas de salud mental, y cuando los padres están involucrados en el proceso, se logra un impacto más significativo en el bienestar de los adolescentes.

Además, las estrategias deben considerar los contextos socioculturales específicos del Municipio del Tambo. Estudios locales y regionales indican que la comprensión y abordaje de la salud mental en comunidades rurales pueden diferir significativamente de las áreas urbanas debido a factores como el acceso limitado a servicios de salud, estigmas culturales y diferencias en la estructura comunitaria. Por lo tanto, un marco de referencia eficaz incluiría un análisis de las condiciones locales, utilizando datos e investigaciones que reflejen las experiencias y necesidades particulares de los adolescentes en el Tambo. Incluir ejemplos de intervenciones exitosas en contextos similares puede guiar la implementación de estrategias adaptadas culturalmente, asegurando que sean pertinentes y efectivas para la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno

### **Estado del Arte**

Revela una creciente preocupación por el bienestar emocional de los estudiantes en entornos educativos. Investigaciones recientes destacan la importancia de abordar la salud mental de manera integral en el contexto escolar, reconociendo que los problemas de salud mental pueden afectar negativamente el rendimiento académico, la participación en la escuela y la calidad de vida de los adolescentes. Estudios han demostrado que la promoción del bienestar emocional en la escuela no solo tiene beneficios inmediatos para los estudiantes, sino que también puede tener efectos positivos a largo plazo en su salud mental y su capacidad para afrontar desafíos en la vida adulta.

Además, se han identificado prácticas prometedoras en otros contextos que podrían adaptarse a la realidad del Municipio del Tambo. Programas que involucran a los docentes en la detección temprana de problemas de salud mental, capacitación en habilidades de afrontamiento para los estudiantes y actividades de promoción de la salud mental en el aula han mostrado resultados alentadores en la mejora del bienestar emocional y el rendimiento académico.

Asimismo, la participación activa de los padres en programas de educación sobre salud mental y el establecimiento de redes de apoyo comunitario han demostrado ser efectivas para fortalecer el apoyo emocional y social de los adolescentes. Estas prácticas proporcionan un punto de partida sólido para el desarrollo e implementación de estrategias específicas en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno, con el potencial de mejorar significativamente la salud mental y el bienestar de los adolescentes, docentes y padres de familia en el Municipio del Tambo, Nariño.

### **Marco Contextual**

La estrategia en salud mental en adolescentes, docentes y padres de familia de la comunidad educativa del instituto educativo Jesús nazareno en el municipio del tambo, Nariño, se desarrolla en un contexto de diversas necesidades y desafíos específicos de la región. el municipio del tambo, ubicado en el departamento de Nariño, enfrenta problemáticas comunes en áreas rurales como el acceso limitado a servicios de salud especializados, contextos de violencia y conflictos socioeconómicos, y una infraestructura educativa que requiere fortalecimiento en aspectos psicosociales.

En este marco, la estrategia se enfoca en promover el bienestar emocional y mental de los adolescentes, quienes están en una etapa crítica de desarrollo. Para ello, se integran esfuerzos de capacitación y sensibilización dirigidos tanto a los docentes como a los padres de familia, con el fin de crear un entorno educativo y familiar más comprensivo y de apoyo. La participación activa de la comunidad educativa es crucial para identificar y abordar problemas como el estrés, la ansiedad, la depresión y otras condiciones de salud mental que afectan a los jóvenes.

La intervención busca fomentar habilidades socioemocionales, mejorar la comunicación y la relación entre los estudiantes y sus familias, así como capacitar a los docentes en la identificación y manejo de situaciones relacionadas con la salud mental. Además, se contempla la creación de redes de apoyo y la colaboración con instituciones de salud locales para asegurar un abordaje integral y sostenible.

### **Marco Teórico**

Se basa en una comprensión integral de los factores que influyen en el bienestar mental de los adolescentes. Este enfoque incluye el modelo bio-psico-social, que considera la interacción de factores biológicos, psicológicos y sociales en el desarrollo de la salud mental. Los cambios biológicos como la pubertad y el desarrollo cerebral afectan directamente el estado emocional y conductual de los adolescentes, desde una perspectiva psicológica, el desarrollo de la identidad y la autoestima, junto con la capacidad de manejar el estrés y las emociones, son aspectos críticos. Socialmente, la calidad de las relaciones con pares, la dinámica familiar y el entorno escolar juegan roles significativos. Por tanto, las intervenciones deben promover el bienestar emocional a través de programas educativos y recreativos, prevenir problemas mediante la detección temprana y proporcionar intervenciones adecuadas con apoyo psicosocial.

Además, la teoría del apego y el modelo de resiliencia son fundamentales para esta estrategia. La teoría del apego destaca la importancia de relaciones seguras y estables durante la infancia y adolescencia para un desarrollo emocional saludable. Esto sugiere que tanto los docentes como los padres deben fomentar un ambiente de apoyo y seguridad, el modelo de resiliencia enfatiza la capacidad de los adolescentes para superar adversidades y adaptarse positivamente, sugiriendo que las estrategias deben incluir el desarrollo de habilidades de afrontamiento y resiliencia. En el contexto sociocultural del Tambo, Nariño, es esencial que las estrategias sean culturalmente pertinentes y respetuosas de las prácticas y creencias locales, la colaboración activa de la comunidad educativa, junto con la evaluación continua de la efectividad de las intervenciones y la colaboración con instituciones de salud.

## **Marco Conceptual**

En salud mental dirigida a adolescentes, docentes y padres de familia en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el Municipio del Tambo, Nariño, debe considerarse múltiples factores interrelacionados que afectan el bienestar mental de los adolescentes. Este enfoque integral debe abordar los cambios biológicos, psicológicos y sociales que ocurren durante la adolescencia. Los cambios hormonales y el desarrollo cerebral son factores biológicos cruciales, mientras que la formación de la identidad y la autoestima, así como la capacidad de manejar el estrés y las emociones, son aspectos psicológicos fundamentales socialmente las relaciones con pares, el ambiente familiar y escolar, y las presiones sociales y académicas juegan un papel significativo en la salud mental de los adolescentes. Por lo tanto, las estrategias de intervención deben incluir la promoción de la salud mental a través de actividades educativas y recreativas, la prevención mediante la detección temprana de problemas y la intervención oportuna con apoyo psicosocial adecuado.

La implementación de estas estrategias requiere la colaboración activa de toda la comunidad educativa. Los docentes deben ser capacitados para identificar y manejar problemas de salud mental, creando un ambiente de apoyo en el aula. Los padres de familia necesitan estar involucrados en el proceso, manteniendo una comunicación abierta con sus hijos y colaborando con la escuela para apoyar el bienestar emocional de los estudiantes. Además, la adaptación cultural de las intervenciones es crucial, dado el contexto específico del Municipio del Tambo, Nariño, asegurando que las estrategias sean pertinentes y aceptadas por la comunidad local. La evaluación continua de la efectividad de estas intervenciones, con ajustes basados en la retroalimentación, mejora constante en el abordaje de la salud mental.

### **Marco Normativo**

Debe alinearse con las políticas y regulaciones nacionales e internacionales sobre salud mental y derechos de los niños y adolescentes. En Colombia, la Ley 1616 de 2013, conocida como la Ley de Salud Mental, establece directrices claras para la promoción, prevención, atención y rehabilitación en salud mental, asegurando el derecho a la salud mental para todos los ciudadanos, especialmente los grupos vulnerables como los adolescentes. Además, la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994) resalta la importancia de una educación integral que incluya componentes de salud mental y bienestar emocional dentro del currículo escolar. Estos marcos legales obligan a las instituciones educativas a implementar programas de salud mental que promuevan el bienestar de los estudiantes, detecten tempranamente problemas de salud mental y proporcionen intervenciones adecuadas.

A nivel internacional, la Convención sobre los Derechos del Niño (CDN), ratificada por Colombia, establece que los niños y adolescentes tienen derecho a disfrutar del más alto nivel posible de salud y a servicios de tratamiento y rehabilitación. La CDN también destaca la necesidad de que los estados parte adopten medidas apropiadas para reducir la incidencia de problemas de salud mental entre los jóvenes. Estas normativas internacionales complementan el marco legal nacional, enfatizando la obligación de las instituciones educativas de crear un entorno que apoye el desarrollo mental y emocional de los adolescentes. Implementar una estrategia en salud mental en el Instituto Educativo Jesús Nazareno implica cumplir con estas normativas, desarrollando programas que no solo aborden las necesidades de los adolescentes, sino que también capaciten a docentes y padres para identificar y manejar problemas de salud mental.

## **Metodología**

Para desarrollar una estrategia en salud mental dirigida a adolescentes, docentes y padres de familia en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el Municipio del Tambo, Nariño, debe ser participativa, holística y basada en evidencia. En primer lugar, se debe realizar un diagnóstico integral de las necesidades y desafíos específicos de la comunidad educativa en relación con la salud mental. Esto puede incluir la realización de encuestas, entrevistas y grupos focales con estudiantes, docentes y padres para identificar factores de riesgo, áreas de necesidad y recursos disponibles. Además, se pueden utilizar datos epidemiológicos y estadísticas locales para comprender la prevalencia de problemas de salud mental en la comunidad y su impacto en el rendimiento académico y el bienestar general.

Una vez identificadas las necesidades, se debe diseñar una estrategia que aborde de manera integral los factores biológicos, psicológicos y sociales que influyen en la salud mental de los adolescentes. Esto puede implicar la implementación de programas de promoción de la salud mental en el aula, la capacitación de docentes en detección temprana de problemas de salud mental y la colaboración con servicios de salud locales para proporcionar acceso a servicios de apoyo psicosocial. Además, se deben desarrollar actividades específicas para involucrar a los padres, como talleres de educación sobre salud mental y sesiones informativas sobre cómo apoyar el bienestar emocional de sus hijos. Es crucial que esta estrategia sea culturalmente sensible y adaptable a las necesidades y contextos específicos del Municipio del Tambo, garantizando que sea aceptada y efectiva en la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno. Por último, se debe establecer un plan de evaluación para monitorear la implementación de la estrategia y medir su impacto en el bienestar emocional de los

adolescentes, la satisfacción de los docentes y padres, y el rendimiento académico de los estudiantes.

Esto puede incluir la recopilación de datos antes y después de la implementación de la estrategia, así como la realización de evaluaciones periódicas para realizar ajustes según sea necesario. Mediante un enfoque participativo y basado en evidencia, esta metodología tiene el potencial de mejorar significativamente la salud mental de los adolescentes y fortalecer el apoyo emocional en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el Municipio del Tambo, Nariño.

Apoyar el bienestar emocional de sus hijos. Es crucial que esta estrategia sea culturalmente sensible y adaptable a las necesidades y contextos específicos del Municipio del Tambo, garantizando que sea aceptada y efectiva en la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno. Por último, se debe establecer un plan de evaluación para monitorear la implementación de la estrategia y medir su impacto en el bienestar emocional de los adolescentes, la satisfacción de los docentes y padres, y el rendimiento académico de los estudiantes. Esto puede incluir la recopilación de datos antes y después de la implementación de la estrategia, así como la realización de evaluaciones periódicas para realizar ajustes según sea necesario. Mediante un enfoque participativo y basado en evidencia, esta metodología tiene el potencial de mejorar significativamente la salud mental de los adolescentes y fortalecer el apoyo emocional en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el Municipio del Tambo, Nariño.

## **Investigación de Campo**

Con el objetivo de cumplir el objetivo de investigación "promover el bienestar emocional y psicológico de los adolescentes en la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno", se utiliza una metodología de investigación aplicada, buscando ampliar nuestros conocimientos y proporcionar soluciones prácticas para mejorar la salud mental en esta población.

En cuanto a la fuente de información, se concreta una investigación de campo combinada con una revisión documental. Esta investigación se basa en la recopilación de datos primarios a través de encuestas, entrevistas y grupos focales, así como en el análisis de fuentes secundarias, como artículos académicos, documentos institucionales y estudios previos sobre salud mental adolescente.

En esta investigación se plantean cinco (3) objetivos específicos, cada uno con su interrogante correspondiente, para dirigir nuestra investigación y cumplir todos los objetivos planteados.

¿Cuál es el nivel de conocimiento y percepción sobre la salud mental entre los adolescentes, docentes y padres de familia en el Instituto Educativo Jesús Nazareno?

## **Método**

Para implementar una estrategia en salud mental dirigida a adolescentes, docentes y padres de familia en la Comunidad Educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno en el Municipio del Tambo, Nariño, debe ser sistemático, participativo y adaptable a las necesidades específicas de la comunidad. Donde a continuación vamos a dar a conocer las estrategias que tenemos en mentesana.

### **Enlace del Video**

[https://youtu.be/Sc729o\\_SC0Q](https://youtu.be/Sc729o_SC0Q)

### **Enlace de Presentación Mentesana**

[https://www.canva.com/design/DAGGv6IjwvE/I6hf6s76sDZXqn2K1nIJvg/view?utm\\_content=DAGGv6IjwvE&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link&utm\\_source=editor](https://www.canva.com/design/DAGGv6IjwvE/I6hf6s76sDZXqn2K1nIJvg/view?utm_content=DAGGv6IjwvE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=editor)

### **Enlace del Folleto**

[https://www.canva.com/design/DAGGv6IjwvE/I6hf6s76sDZXqn2K1nIJvg/view?utm\\_content=DAGGv6IjwvE&utm\\_campaign=designshare&utm\\_medium=link&utm\\_source=editor](https://www.canva.com/design/DAGGv6IjwvE/I6hf6s76sDZXqn2K1nIJvg/view?utm_content=DAGGv6IjwvE&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=editor)

## **Resultados**

### **Primer Resultado**

El análisis de los datos recolectados inicialmente proporcionará un panorama detallado de la percepción y el estado actual de la salud mental en la comunidad educativa. Se presentarán hallazgos clave sobre los niveles de conciencia, actitudes y prácticas relacionadas con la salud mental, así como las principales barreras y desafíos identificados por los participantes. Estos resultados iniciales servirán como base para diseñar e implementar intervenciones adaptadas a las necesidades específicas de la comunidad.

### **Segundo Resultado**

Tras la implementación de las actividades preventivas y talleres formativos, se evaluará el impacto de estas intervenciones. Se analizarán los cambios observados en los conocimientos, actitudes y prácticas relacionadas con la salud mental. También se evaluará la efectividad de las estrategias implementadas en términos de mejora del bienestar emocional y psicológico de los adolescentes, así como la percepción de los participantes sobre la utilidad y relevancia de las actividades realizadas.

## **Conclusiones**

La promoción del bienestar emocional y psicológico de los adolescentes es esencial para su desarrollo integral. El proyecto ha destacado la necesidad urgente de abordar la salud mental en el contexto escolar, donde los adolescentes pasan una parte significativa de su tiempo, la involucración activa de estudiantes, docentes y padres de familia es crucial para el éxito de las intervenciones en salud mental.

Un enfoque participativo garantiza que las estrategias sean pertinentes y estén adaptadas a las necesidades y contextos específicos de la comunidad educativa del Instituto Educativo Jesús Nazareno, la capacitación de docentes y padres en la identificación temprana de signos de problemas emocionales y en la aplicación de estrategias de apoyo es fundamental, los talleres formativos y actividades preventivas han demostrado ser efectivos para mejorar la comprensión y el manejo de la salud mental en el entorno escolar.

## **Recomendaciones**

Continuar y ampliar los programas de capacitación para docentes en la identificación temprana de signos de problemas emocionales y trastornos mentales. Incluir talleres periódicos de actualización sobre nuevas estrategias y herramientas de apoyo emocional, organizar sesiones regulares de formación para padres sobre la importancia de la salud mental, técnicas de comunicación efectiva con sus hijos y métodos para apoyar el bienestar emocional en el hogar.

Desarrollar y ejecutar un plan integral que incluya actividades preventivas, tales como talleres de habilidades socioemocionales, programas de mentoría y actividades extracurriculares que promuevan el bienestar mental, fomentar una cultura escolar que valore y apoye la salud mental a través de campañas de sensibilización y actividades que promuevan el respeto, la empatía y la inclusión, crear espacios seguros dentro de la escuela donde los estudiantes puedan hablar sobre sus problemas y recibir apoyo emocional.

### Referencias Bibliográficas

Banco De Buenas Prácticas En Salud Mental Experiencias presentadas en el marco del proyecto:

*Acompañamiento para las trayectorias completas en educación superior del Ministerio de Educación Nacional 2021*

[https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files\\_public/2021-12/Buenas%20practicassalud%20Mental%20-%20completo.pdf](https://www.colombiaaprende.edu.co/sites/default/files/files_public/2021-12/Buenas%20practicassalud%20Mental%20-%20completo.pdf)

Del Valle Rojas, C. (2003): “*Comunicar la Salud*” Ediciones Universidad de la Frontera. Chile

<http://www.razonypalabra.org.mx/libros/libros/comunicarsalud.pdf>.

Ministerio de Salud y Protección Social. (2014). *Abecé sobre la salud mental, sus trastornos y estigma*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social (2015) *MinSalud comparte avances y experiencias en salud mental*. (2015). <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/MinSalud-comparte-avances-y-experiencias-en-salud-mental.aspx>

Ministerio de Salud de Colombia. (2018) *Estrategias de salud mental en adolescentes: Contextos rurales y urbanos*.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/politica-nacional-salud-mental.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2022). *Plan Decenal de Salud Pública PDSP 2022-2031*

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/lineamientos-formulacion-pdsp-2022-2031.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2022) *Salud mental: asunto de todos*

<https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Salud-mental-asunto-de-todos.aspx>

Organización Mundial de la Salud. Organización Panamericana de Salud. *Estrategia y plan de acción sobre salud mental*

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/ride/inec/intor/SaludMental.pdf>

UNICEF (2007). *Guía de planificación participativa de estrategias de comunicación en salud.*

<https://www.unicef.org/paraguay/media/2126/file/guia-salud.pdf>