

**Prácticas de acción psicosocial para el abordaje de la depresión en jóvenes colombianos en
los últimos 5 años**

Valentina Vallejo Ramírez

Asesora

Yira Diana Patiño Gutiérrez

Universidad Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias Sociales, Arte y Humanidades ECSAH

Psicología

2025

Agradecimientos

Al Concluir esta etapa tan importante de mi vida académica, quiero expresar mi más sincero agradecimiento a todas las personas que hicieron posible la realización de esta monografía y la culminación de mi carrera como profesional de Psicología.

En primer lugar, agradezco a Dios quien me brindó la oportunidad de poder conocer personas hermosas que me ayudaron en mi proceso de formación, al igual que me brindo la salud y la sabiduría para poder estudiar en todo este tiempo. Agradezco profundamente a mi familia, quienes me brindaron su apoyo incondicional a lo largo de este recorrido tan importante para mí, sus palabras de ánimo, confianza y amor fueron mi mayor motivación para seguir adelante. A mi pareja, quien me acompañó desde el principio de mi carrera, en cada paso del camino, compartiendo mis logros y alentándome a no rendirme, su apoyo incondicional, además, su paciencia, comprensión y compañía significaron un respaldo invaluable para alcanzar esta meta.

También deseo agradecer a mis profesores y compañeros, quienes, con sus enseñanzas y experiencias compartidas, contribuyeron a mi formación personal y profesional, agradezco también al equipo académico que orientó la realización de este trabajo por sus valiosos aportes y guía.

Finalmente, dedico este logro a todas las personas que creen en el poder de la educación y la acción psicosocial para transformar vidas. Este trabajo representa no solo un cierre, sino también el inicio de nuevas posibilidades para seguir aprendiendo y contribuyendo a la sociedad actual.

Resumen

La presente monografía analiza las prácticas de acción psicosocial para el abordaje de la depresión en jóvenes colombianos en los últimos 5 años con el propósito de comprender sus principales variables, características y enfoques. Para los fines teóricos del presente trabajo, se han establecido categorías relacionadas con el concepto de depresión y gestión psicosocial, evidenciando un estudio mixto documental de corte descriptivo mediante una revisión bibliográfica y el examen de intervenciones o experiencias específicas en Colombia. Algunos hallazgos que pueden mencionarse son que las prácticas de acción psicosocial tienen efectos en la reducción de las causas relacionadas con la depresión, además, las variables como el contexto, la cultura y la salud mental, son aspectos claves para la realización de tratamientos ante naturaleza de este fenómeno, tan común, en las nuevas generaciones.

Palabras claves: Acción Psicosocial, Depresión, Juventud, Metodologías y Salud Mental.

Abstract

This monograph analyzes psychosocial action practices to address depression in young Latin Americans in the last 5 years with the purpose of understanding their main variables, characteristics and approaches. For the theoretical purposes of this work, categories related to the concept of depression and psychosocial management have been established, evidencing a descriptive documentary study through a bibliographic review and the examination of specific interventions or experiences in countries such as Colombia. Some findings that can be mentioned are that psychosocial action practices can have positive effects in reducing the causes related to depression, in addition, variables such as context, culture and mental health are key aspects to understand the nature of this phenomenon, so common, in new generations.

Keywords: Depression, Psychosocial Action, Youth, Mental Health and Methodologies.

Tabla de Contenido

Introducción	9
Planteamiento del Problema	11
Justificación	15
Objetivos	18
Objetivo General	18
Objetivos Específicos.....	18
Marco Teórico.....	19
Salud Mental	19
<i>Componentes de la Salud Mental.....</i>	<i>19</i>
<i>Enfoques.....</i>	<i>20</i>
<i>Concepto de Prácticas</i>	<i>20</i>
Concepto de Enfoque Psicosocial	21
<i>Prácticas de Acción Psicosocial</i>	<i>22</i>
<i>Tipos de Prácticas de Acción Psicosocial</i>	<i>22</i>
<i>Metodologías de Acción Psicosocial</i>	<i>23</i>
Concepto de Depresión	25
<i>Depresión en Jóvenes</i>	<i>25</i>
<i>Trastornos de Estados de Ánimo DSM</i>	<i>26</i>
<i>Características de los Trastornos de Ánimo DMS.....</i>	<i>26</i>
Políticas Públicas con Enfoque en Salud Mental.....	29
<i>Políticas Públicas con Enfoque Psicosocial</i>	<i>29</i>

<i>Entidades u Organizaciones que Dirigen Acciones Psicosociales en Colombia</i>	29
Metodología	31
Enfoque	31
Tipo de Análisis	31
Fuentes	31
Población Objeto de Estudio.....	31
Procedimientos.....	33
Criterios de Análisis.....	33
Herramientas	34
Resultados y Discusión	35
Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia	35
Revisión Bibliográfica	35
Hallazgos Preliminares	37
Categorías y Análisis Descriptivo.....	38
Prácticas Psicosociales Detectadas en el País	41
<i>Descripción y Análisis de las Características, Metodologías y Enfoques de las Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia</i>	45
<i>Enfoque de la Acción Psicosocial</i>	46
<i>Objetivos de las Prácticas</i>	47
<i>Contexto</i>	48
<i>Población Objeto</i>	48
<i>Trastornos DSM</i>	49

<i>Teorías o Conceptos</i>	50
<i>Técnicas y Metodologías Implementadas</i>	51
<i>Aproximación a Resultados</i>	52
<i>Recursos</i>	52
<i>Áreas Temáticas Implicadas</i>	53
<i>Correspondencia con Políticas Públicas</i>	53
<i>Planes de Acción Presentes</i>	54
<i>Conclusiones</i>	55
<i>Referencias Bibliográficas</i>	57

Lista de Tablas

Tabla 1 <i>Caracterización de las Intervenciones Psicosociales en Colombia</i>	34
Tabla 2 <i>Base de datos para la revisión bibliográfica</i>	36
Tabla 3 <i>Categorías de Análisis</i>	39
Tabla 4 <i>Componentes o Categorías de los Programas de Acción Psicosocial</i>	40
Tabla 5 <i>Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia</i>	42

Introducción

El fenómeno de la depresión ha venido instalándose en el acontecer de la juventud y cuyo impacto merece el abordaje conceptual, teórico y metodológico del presente texto. Colombia no está exenta de una realidad traumática en la que la salud mental toma vital importancia cuando se reconocen los aspectos nocivos de una enfermedad que ya ha dejado de ser silenciosa y es reconocida por la Organización Mundial de la Salud en su Informe (2022), como un trastorno mental común que afecta a las personas de todas las edades y en la que la tristeza, el desinterés y la falta de placer en las actividades cotidianas, se evidencian alertas persistentes que deben ser tratadas más allá de los paliativos comunes.

Sobre este panorama, surge la necesidad de comprender cómo se ha tratado en Colombia esta enfermedad en los jóvenes y de qué manera la acción psicosocial ha cumplido un rol, teniendo en cuenta las prácticas, metodologías, planes y enfoques del país. El contexto de la depresión en esta latitud, no está libre de considerarla como un problema de salud pública en donde los factores socio-económicos, la violencia y el crimen, los desastres naturales, el estigma cultural, los factores biológicos y psicológicos, el acceso limitado a servicios de salud mental y el impacto de la pandemia COVID-19, en términos del Observatorio Nacional de Salud (2023) son referentes complejos ávidos de intervenciones específicas que puedan mitigar sus efectos en la población al establecer que la depresión es la enfermedad mental más frecuente de la sociedad.

A nivel emocional, físico, cognitivo y en las relaciones sociales, la depresión presenta efectos en la juventud que aparecen para disminuir la calidad de vida y someter al individuo en estados de letargo, irracionalidad e incapacidad de tomar decisiones asertivas para su bienestar como puede conocerse en el Boletín de Información Clínica y Terapéutica de la Academia Nacional de Medicina UNAM (2023). Dado lo anterior, se centra la atención en la forma como la acción psicosocial se configura en una herramienta que trascienda el estado de la enfermedad

para brindar soluciones efectivas, basadas en el reconocimiento de la integridad del ser humano, la investigación actualizada en este campo de estudio para el tratamiento de su sintomatología y sobre todo, la ejecución de actividades estratégicas que puedan ser consideradas como modelos que buscan soluciones y tratamientos para los jóvenes colombianos.

En síntesis, se pueden tomar los postulados de González (2020) sobre su propuesta de intervención para el tratamiento de los síntomas depresivos y de ansiedad en jóvenes, en la que indica que el análisis sobre la acción psicosocial es pertinente a la hora de interpretar su operación en aspectos específicos como su enfoque integral, los contextos de implementación, las acciones de prevención y promoción, la participación activa tanto de comunidades, políticas públicas y población vulnerable, entre otros.

Planteamiento del Problema

La Organización Panamericana de Salud (2024) considera a la depresión como un problema de salud pública y sus efectos no contribuyen al mejoramiento de la calidad de vida de la población, además, el bienestar físico, social, emocional y cognitivo de los individuos se ve afectado incrementando las tasas de mortalidad, las enfermedades mentales, la violencia y la improductividad. Colombia no dista de esta realidad y el aumento de este fenómeno en la juventud es común. Desde los diversos sistemas de interrelación humana (educación, salud, política, ambiente laboral etc.) se pueden presentar síntomas ligados con la baja autoestima, autocrítica excesiva, sentimientos de desesperanza, aislamiento social, dolores físicos, problemas de sueño, fatiga, problemas de concentración y demás situaciones que impactan sobre todo a la población más joven; tendencia que va creciendo como lo indican Meylan, Schmidt y Alam (2024) en la Revista Latinoamericana de Psiquiatría, si se tienen en cuenta eventos detonantes como la Pandemia de la COVID-19.

Los jóvenes en etapas de desarrollo escolar, por ejemplo, al pensar en su proyecto de vida o seleccionar una carrera, enfrentan episodios de estrés, ansiedad y depresión, por otra parte, la desintegración familiar acompañada de violencia, se suma a la lista de factores que inciden en la salud mental. Otras situaciones como la toma de decisiones, la interactividad, el rendimiento profesional o incapacidad para desarrollar lazos vinculantes socio-emocionales, describen la problemática actual en países en donde las crisis sociales y económicas no contribuyen para disminuir los indicadores de salud pública relacionados con este fenómeno.

En esa misma línea la UNICEF (2021) en su Resumen sobre el Estado Mundial de la Infancia, hace un llamado hacia el liderazgo y la implementación de la acción psicosocial como vía para afrontar los efectos negativos de los trastornos mentales, entre ellos la depresión. Debe

tenerse en cuenta en ello, la dualidad que implica este tipo de enfoques, por un lado, la gestión de la psique y el pensamiento y por el otro la dimensión social-comunitaria aplicada. Así, la complejidad de las problemáticas en cuestión, demanda un abordaje holístico para dar respuestas a preguntas como: ¿Qué tipo de intervenciones se ejecutan para tratar personas con depresión?, ¿Qué metodología o conjunto de estrategias puede recibir un joven para disminuir su ansiedad, estrés o etapas iniciales de depresión?, ¿Cuál ha sido el resultado de la implementación de políticas de salud pública con enfoque psicosocial para la reducción de los indicadores de mortalidad a causa de la depresión?, ¿Existe un abordaje desde temprana edad para detectar, describir y tratar trastornos mentales?

Sobre el tratamiento de los cuestionamientos antecedentes Quintana, Mendoza, Bravo y Mora (2019) establecen la aplicabilidad del enfoque psicosocial para la formación en psicología, en el que no se trata de hacer un acento aislado en la responsabilidad del estado sobre la salud mental de su población, sino más en analizar la operación de dichas acciones en beneficio de la población y la corresponsabilidad de los diversos actores profesionales en los que reposa la operación acciones para hacer del enfoque psicosocial una herramienta activa que mitigue los cuadros sintomatológicos. En esta línea, es menester realizar un análisis documentado donde puedan caracterizarse los programas de acción psicosocial. Según el Ministerio de Salud y de la Protección Social (2024), en Colombia, se ha hecho énfasis en procesos como la Estrategia de Salud Mental y Apoyo Psicosocial (SMAPS) implementada por la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). Puede citarse La Política Nacional de Salud Mental con enfoque diferencial y la atención a las víctimas del conflicto armado, además experiencias específicas orientada hacia la “Acción Psicosocial en Zonas de Conflicto y Desplazamiento Forzado”,

ejecutadas por organizaciones no gubernamentales, privados y el propio ministerio con su PAPSIVI Programa de Atención Psicosocial y salud integral a víctimas.

Estas iniciativas en territorio, se transforman en objeto de estudio o fenómeno investigativo construyendo categorías de análisis enfocadas en la definición de prácticas psicosociales, contextos de desarrollo de los jóvenes o población atendida, tendencias para la atención de la depresión y las políticas públicas locales en educación y salud mental. Este abordaje problémico, encuentra su sustento en el Modelo de Atención Psicosocial Remota (2021) de la Unicef, donde se justifica su utilidad y se bosqueja un marco referencial de estándares, instrumentos, estado del arte con las normas mínimas para la aplicabilidad de la propuesta.

Para concluir, vale la pena hablar de la población seleccionada en la monografía, los jóvenes colombianos. La ONU (2019) en su texto Las juventudes latinoamericanas y caribeñas y la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible, caracteriza algunos rasgos de la juventud en cuanto a su uso intensivo de las redes sociales y la tecnología, el aislamiento social, las diversas presiones académicas y laborales permanente, los cambios imprevistos en su estructura familiar, el apoyo emocional, el sentido de incertidumbre y temor hacia el futuro. potencialmente pueden llegar a consumir sustancias, usa su cuerpo como medio de expresión y se expone a eventos traumáticos como violencia o desplazamiento forzado.

Esta caracterización, exhibe una problemática o una alerta activa para la salud mental toda vez la población adolescente vive en la inmediatez de la información, el consumo y la levedad que generan los estímulos multimedia, lo que exhibe una triada compuesta por las acciones psicosociales encontradas en Colombia, la población en estado de juventud, que en teoría debería apropiarlas para mejorar su calidad de vida, y la depresión como enfermedad recurrente. Este marco posibilita la formulación de la siguiente pregunta problema: ¿Cuáles son

las técnicas y estrategias derivadas de los enfoques de intervención psicosocial más utilizadas para el abordaje de la depresión en jóvenes colombianos en los últimos 5 años?

Justificación

La realización del presente estudio monográfico, encuentra sentido en una temática abordada desde diversas perspectivas de las ciencias humanas, donde la sociología, la psicología y el psicoanálisis, han visto el tema de la depresión como un fenómeno de estudio pertinente y capaz de transformar la salud pública en los territorios. En ese orden de ideas, emprender el análisis de las prácticas de acción psicosocial para el abordaje de este trastorno, haya justificación en:

Según la OMS (2021) el crecimiento de la depresión en jóvenes de América Latina se ha hecho evidente desde la pandemia COVID-19, teniendo como causas las problemáticas relacionadas como el aislamiento, la falta de interacción humana y el confinamiento, impactaron en la psique social trayendo consigo efectos nocivos como el aumento de los niveles de ansiedad y estrés, trastornos de sueño, estrés postraumático profesional, dependencia tecnológica y fatiga digital, conflictos familiares y violencia intrafamiliar, y sensación de incertidumbre. Este panorama, se considera una causa directa para la depresión, lo que requiere análisis conceptuales y metodológicos en pro de reconocer las mejores prácticas, soluciones y planes psicosociales que coadyuven a mejorar el bienestar o la calidad de vida de la población en cuestión.

El impacto de la cultura y el contexto socio-político para determinar cómo se vive y se aborda la problemática por parte de los actores estatales, médicos y sociales. Es menester interpretar la forma como los programas o las acciones orientadas al mejoramiento de la salud mental evidencian indicadores de eficiencia, así mismo, el ejercicio documental descriptivo es pertinente en la medida que ayuda a sistematizar las buenas prácticas y las apuestas más efectivas en el ámbito psicosocial. Además, los actores involucrados tienen una responsabilidad que amerita ser revisada desde un estado del arte o una aproximación investigativa en la que se

establezcan roles, funciones, impactos, indicadores y valoraciones que permitan conocer cuál es la ruta más eficiente para mitigar los impactos negativos de la depresión toda vez que la ONU (2024) en su texto sobre estrategias de salud mental y bienestar, reconoce que la depresión evidencia factores psicosociales que deben ser atendidos con intervenciones de igual naturaleza.

Arenas y Mayorga (2024), validan la importancia de la acción psicosocial aplicada en contextos comunitarios situados y en el marco de la ejecución de programas o proyectos a validar. El enfoque psicosocial integra la psicología y a la sociología desde perspectivas teóricas relacionadas en donde se entiende la complejidad del individuo como un ser social y un ser pensante, así, ambas posturas movilizan la identidad, los comportamientos y los razonamientos del sujeto cognoscente. Así, la presente monografía representa una oportunidad para contribuir a la epistemología del enfoque psicosocial en razón de poder determinar tendencias teóricas, perspectivas y modelos de aplicabilidad, conceptos y marcos teóricos útiles para entender la forma como funciona la problemática, cuáles son sus causas, cuáles sus efectos y cuáles sus alternativas de solución.

Establecer las innovaciones en los últimos cinco años para enfrentar la depresión desde el enfoque psicosocial. Ligado con el aporte científico, será importante revisar que ha pasado con aquellas iniciativas y acciones que han enfrentado el problema de la depresión en los jóvenes. Así, caracterizar innovaciones y respuestas alternativas descubiertas funge como un repositorio de consulta o estado del arte inicial en el que futuras investigación puedan sustentarse. Por otra parte, se contribuye a la ampliación de conocimientos y nuevas evidencias científicas que permitan reconocer a la depresión como un objeto de estudio pertinente y actual en el ámbito académico.

Padilla Torres (2024) resalta la salud mental como un tema de interés y relevancia para las políticas públicas en las que se aborde la depresión y otro tipo de trastornos como un asunto de salud pública. Resulta pertinente establecer el rol de estas políticas en el fomento del bienestar y cuidado de la salud. Se debe tener en cuenta que son instrumentos comunitarios de acción social de carácter vinculante en los planes de desarrollo y en las que aparecen estrategias para atender necesidades sobre de la calidad de vida de la sociedad. Aquí, se trata de definir como están alineadas dichas políticas con los enfoques psicosociales y los programas de salud mental capaces de atender casos de depresión.

La conexión entre la depresión juvenil y el desarrollo social, tomando como base que esta enfermedad no solo impacta al individuo sino a su capacidad de construir tejido social y su contribución a los diversos sistemas económicos, culturales y sociales. Establecer la forma como la depresión en jóvenes impide el desarrollo efectivo en sociedad y dentro de los sistemas que le rodean permiten la formulación de preguntas como ¿de qué forma la juventud define su proyecto de vida?, ¿cómo se inserta en el mercado laboral un joven con depresión? y ¿de qué manera desarrolla su identidad, cognición, psique y procesamiento de la realidad un joven depresivo sin tratamiento? Hernández Holguín (2020) conceptúa sobre el enfoque psicosocial y permite validar que la enfermedad detectada a tiempo, el ayudar a la toma de conciencia juvenil, las prácticas psicosociales focalizadas, ayudan a los jóvenes a enfrentar futuros retos, definir sus proyectos de vida y mejorar la calidad de vida.

Objetivos

Objetivo General

Analizar intervenciones, enfoques, modelos y procesos de acción psicosocial para el abordaje de la depresión en jóvenes colombianos en los últimos 5 años.

Objetivos Específicos

Consultar 3 bases de datos respecto a las prácticas de acción psicosocial para el abordaje de la depresión en jóvenes colombianos en los últimos 5 años en aras de explorar y conocer las prácticas de acción psicosocial.

Establecer categorías que permitan un análisis descriptivo de las diferentes acciones psicosociales utilizadas en Colombia en los últimos 5 años.

Describir las practicas psicosociales consultadas a través de un muestreo en Colombia para el abordaje de jóvenes colombianos en los últimos 5 años.

Analizar las características, metodologías y enfoques de las prácticas de acción psicosocial en jóvenes de Colombia en los últimos 5 años.

Marco Teórico

Salud Mental

Para los fines teóricos de la presente monografía, se entenderá como salud mental aquel estado de bienestar psicológico, emocional y social, que permite al ser humano desempeñar su cotidianidad, responder a las exigencias de los sistemas de desempeño social, trabajar de forma productiva y contribuir a la comunidad. Según la Organización Mundial de la Salud OMS (2024), la salud mental es el estado de bienestar en el que el individuo ejecuta sus capacidades, domina el estrés normalizado de la cotidianidad, puede expresar su trabajo de forma productiva y tiene la posibilidad de contribuir socialmente. Sobre este respecto, la salud mental se centra en la persona y sus habilidades, lo que indica que el estado de bienestar debe estar en balance para que pueda expresar habilidades, potenciales, procesos cognitivos plenos y desarrollo de sus facultades intra e interpersonales.

Componentes de la Salud Mental

La Organización Panamericana de la Salud OPS (2024) alerta que, en América, uno de cada cinco niños o adolescentes es diagnosticado con un trastorno mental. En ese sentido, la salud mental evidencia una serie de dimensiones, consideradas como básicas y que deben estar en armonía para garantizar el desarrollo efectivo de la integridad psicológica del ser humano. Sapiens-Labs (2021) enuncia que la salud mental está ligada con el bienestar emocional, las relaciones sociales, el equilibrio psicológico, la capacidad de afrontamiento y la autonomía. El bienestar emocional entendido como la capacidad de experimentar emociones positivas y negativas, las relaciones sociales como una habilidad para generar vínculos interpersonales, el equilibrio psicológico es considerado como la estabilidad del pensamiento, la capacidad de afrontamiento es la resiliencia para administrar situaciones negativas o difíciles y superarlas; y

finalmente la autonomía se expresa en la habilidad para controlar las situaciones cotidianas y tomar decisiones.

Enfoques

Para Agudelo y Rojas (2023) se entiende por enfoque o ciencia implementada, la perspectiva conceptual y axiológica en la que se promueva la salud mental como dimensión de bienestar, derecho e identidad del sujeto. Pueden considerarse enfoques clínicos, centrado en diagnósticos, tratamientos y prevención de trastornos mentales; enfoques psicológicos, gestiona los patrones de pensamiento, las emociones y los comportamientos que afectan la salud mental; enfoques psicosociales, considera la forma como el entorno impacta en el bienestar mental; enfoques preventivos, aborda la prevención de los problemas mentales y fomenta acciones que salvaguarden la salud mental; enfoques holísticos, integra las dimensiones físicas, mentales, emocionales, sociales, y espirituales para un bienestar integral; enfoques culturales, admite la forma como las tradiciones y las influencias de la cultural impactan en la salud mental; enfoques educativos, busca la formación y la instrucción en la que se fortalezcan las habilidades psicoemocionales; enfoque de derechos humanos, busca que la comunidad tenga asegurado su acceso al sistema de salud y tenga el derecho de cuidar de su salud mental; enfoques tecnológicos, uso de herramientas técnicas y digitales para acceder a servicios, información y buenas prácticas en el cuidado de la salud mental; enfoques interdisciplinarios, integración de diversas disciplinas y enfoques epistemológicos en los que se investiguen las condiciones de la salud mental comprendiendo este fenómeno desde diversas perspectivas.

Concepto de Prácticas

Se consideran como prácticas, aquel conjunto de acciones o actividades orientadas hacia la preservación de la salud mental. Stolkiner (2021) en su texto *Prácticas en Salud Mental*,

conceptúa sobre los ejercicios y aplicaciones, que nacen de la cotidianidad del individuo y también de los enfoques anteriormente descritos que ayudan a establecer modelos de ejecución o planes específicos capaces de mejorar las condiciones mentales y promover un bienestar integral articulando pensamiento, conductas y tejido social. Pueden considerarse como prácticas para este ámbito el fomento de hábitos saludables, la gestión emocional, relaciones saludables, prácticas recreativas para el uso del tiempo libre y la búsqueda de profesionales de apoyo.

Concepto de Enfoque Psicosocial

Del Rosario Cuadros (2022) considera este enfoque como la articulación de la psicología y la sociología en donde se admite que el entorno puede afectar los procesos de pensamiento, las conductas y la salud mental. Por un lado, la psicología trata los asuntos relacionados con los procesos del pensamiento, las conductas, las emociones, las interacciones, la cognición y en general el desarrollo humano. Por otra parte, la sociología atiende el análisis sobre las estructuras sociales, las instituciones, los cambios culturales, los niveles de relacionamiento humano y la cohesión social, entre otros.

De la relación de ambos paradigmas, pueden inferirse tesis relacionadas con la salud mental, como: los procesos de pensamiento y el desarrollo emocional impacta el tejido social y el constructo comunitario de los individuos; los factores externos tienden a modificar patrones de comportamiento; las conductas no son acciones aisladas de los sistemas comunitarios; el desarrollo humano se ve impactado por la adhesión social y los hechos sociales, en términos de Durkheim, son dualismos que implican el concurso del universo personal psíquico y las exterioridad arquetípica colectiva que presiona los modos de ser, actuar y pensar de cada individuo.

Prácticas de Acción Psicosocial

El enfoque psicosocial evidencia un marco axiológico integrativo en el que se reconocen posturas endógenas (procesos propios del ser humano en cuanto a los niveles de procesamiento de información, emocionalidad, razonamiento y pensamiento) y exógenas (rol de la sociedad), así, las prácticas son consideradas como intervenciones diseñadas para influir y potenciar el bienestar emocional, psicológico y social del ser humano en su individualidad o en sus constructos comunitarios, como indican Toledo, Ramos y Aneiros (2021). Estas intervenciones deberán tener claramente definido su enfoque de abordaje (perspectiva de análisis y expresión axiológica), el componente diagnóstico o valoración inicial de la situación a intervenir, el propósito o alcance de la experiencia, el plan de intervención (acciones de prevención, promoción y actividades) redes de apoyo y definición de profesionales, proceso de monitoreo, seguimiento y evaluación, componente de sostenibilidad y recursos. Puede afirmarse en este caso, que las acciones o intervenciones psicosociales son planes de acción diseñados con la intención de tratar problemáticas de salud mental particularizadas.

Tipos de Prácticas de Acción Psicosocial

En la línea de Toledo, Ramos y Aneiros (2021), las intervenciones más comunes en psicología aluden a aspectos holísticos, es decir combinan acciones que atienden el espectro personal y el ámbito más social del sujeto, así se pueden encontrar programas psicoeducativos centrados en las debilidades y fortalezas internas, las terapias psicosociales como tratamientos focalizados en debilidades específicas detectadas por especialistas, psico-sociología comunitaria donde se trabaja con un grupo de personas que comparten rasgos identitarios, filiaciones antropológicas o espectros culturales comunes, la atención de crisis, la resolución de conflictos, el diseño de escenarios de prevención, la integración de la escuela con y psico-sociología donde

se diagnostica, se previene y se entienden los casos más perentorios, el abordaje clínico de la salud mental, la gestión de grupos vulnerables, rol de la familia reconociendo antecedentes, relaciones y problemáticas situadas, políticas y salud pública.

Metodologías de Acción Psicosocial

Puede decirse que el ámbito metodológico, según Aristizabal y Mayorga (2022) obedece más a la estrategia, es decir a la pregunta por el ¿cómo?, pasar de la problemática en salud mental, ejemplo depresión, a una solución efectiva. En este aspecto debe decirse que las metodologías más comunes aluden a ámbitos de aplicabilidad centrados en enfoques participativos (La metodología consiste en integrar al individuo con otros actores que impacto positiva o negativamente su salud mental), enfoques sistémicos (abordando la situación desde principios inductivos y deductivos) Método IAP (Investigación Acción Participación) entre otros. En este apartado, también puede hablarse de otros métodos como:

La psicología comunitaria. Trabaja en la prevención de problemas psicosociales haciendo un abordaje desde la comunidad con redes de apoyo y la creación de programas de salud comunitaria en pro de la prevención de la violencia y el soporte de comunidades vulnerables, entre otros.

Las Terapias Cognitivas-Conductuales. Busca la transformación de pensamientos, emociones y conductas desde un enfoque estructurado y apelando a métodos científicos basados en la evidencia.

Las Terapias de Grupo. Se basa en las relaciones interpersonales y la consolidación de equipos promoviendo cambios emocionales, comportamentales y sociales. Existe la figura de apoyo mutuo y la lidera un especialista-líder, quien fomenta el sentido de pertenencia, la inclusión y escenarios de solidaridad. Los grupos de trabajo se configuran según los rasgos

identitarios de la población, su cultura y los modos de interacción. Es una experiencia grupal reducida a 5 o 10 integrantes para realizar trabajos focalizados.

Los Método de Resolución de Conflictos. Promueve la resolución de problemas y el cooperativismo de manera constructiva en la búsqueda del entendimiento mutuo. La negociación, los acuerdos, el ámbito familiar y organizacional, hacen parte de los principios de una metodología que busca la asertividad y reconocimiento de las diferencias a partir del conflicto.

El Método de Empoderamiento. Su objetivo es capacitar a las personas y a las comunidades para que tomen el control de su vida, tomen decisiones, establezcan proyectos de vida y desarrollo personal bajo los principios del autocontrol auto-eficiencia, autonomía, trabajo en grupo y la prevención de cualquier tipo de violencia.

La Psicoterapia centrada en la persona. Gestiona la empatía y la autenticidad del individuo mediante relaciones terapéuticas situadas en los problemas personales, las crisis individuales, el desarrollo personal y el autoconocimiento.

La Terapia Narrativa. Apela a las historias de vida de los individuos observando las reestructuraciones de sus experiencias, lo que facilita la interpretación de su realidad en tercera persona. El problema se observa desde la distancia y la disección de sus componentes en el ámbito narrativo para encontrar nuevos significados, datos y manifestaciones.

Mindfulness. Se conoce como la práctica de la atención plena observando de forma no crítica el presente, gestionando la conciencia sobre las emociones y fomentando la resiliencia en atención a las vivencias inmediatas del ser humano.

Concepto de Depresión

Para la Organización Mundial de la Salud (2024) la depresión se considera como una enfermedad o un trastorno mental que afecta la vida diaria de las personas y dado su nivel de gravedad implica tratamientos clínicos especializados.

Este trastorno se caracteriza por presentar, en los individuos, rasgos de tristeza permanente, pérdida de interés (anhedonia), alteraciones en el sueño, pensamientos suicidas, irritabilidad, entre otras manifestaciones nocivas para la salud mental, física y cognitiva.

Las causas más comunes y por las que se presenta la depresión está relacionadas con orígenes biológico-químicos, los neurotransmisores (serotonina, dopamina y norepinefrina) cerebrales están alterados; genética y propensión a una depresión hereditaria, factores psicológicos por experiencias con abusos y baja autoestima; estrés crónico y condiciones de vida no deseadas; salud física deteriorada, eventos traumáticos y expectativas sociales impuestas; entre otros.

Depresión en Jóvenes

Este trastorno, en la juventud, opera con síntomas indiscriminados atacando la personalidad, la psique, el comportamiento y la calidad de vida, desde la aparición de cambios hormonales, la presión social, conflictos familiares, genética y eventos traumáticos, sumados al fenómeno de enclaustramiento de la pandemia. Los jóvenes, que padecen de depresión, evidencian cambios emocionales drásticos que pueden llevarlos al suicidio, cambios físicos que deterioran su salud corporal y cambios conductuales que hacen perder el interés, aislarse, dificultad para concentrarse y perder el interés en actividades que antes representaban goce. Para Osorio, Ortiz y Avendaño (2022), los impactos más comunes, están orientados hacia temas académicos, en donde el joven baja su rendimiento o se abstiene de realizar actividades

formativas; también, no se concretan relaciones interpersonales y la posibilidad de constituirse como un ser comunitario disminuye y finalmente, la autopercepción se transforma en negativa, el joven no disfruta de lo que es, lo que tiene, lo que aprende, lo que vive y regularmente se siente extraño.

Trastornos de Estados de Ánimo DSM

Según la Asociación Americana de Psiquiatría (2018) en su Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM Quinta Edición, estos se consideran como condiciones psicológicas que afectan, de manera significativa, el estado emocional de las personas, lo que degenera en la incapacidad de gestionar las emociones, pensamientos y procesos cognitivos. El DMS evidencia la siguiente clasificación: Trastornos Depresivos, (Pérdida del interés, baja autoestima, episodios de tristeza, irritabilidad severa y cambios físicos) Trastornos Bipolares (cambios intempestivos entre euforia y estrés, y la aparición de manías) y Trastornos del Estado de Ánimo (Trastornos no específicos pero presentes en las acciones del paciente).

Características de los Trastornos de Ánimo DMS

La Asociación Americana de Psiquiatría (2018), indica que las personas o pacientes con cuadros clínicos relacionados a trastornos de ánimo por lo general experimentan cambios en los flujos y estados energéticos, insomnio o hipersomnia (según sea el caso), transformaciones en los hábitos alimenticios y el apetito, temor ante la toma decisiones, sensaciones de inutilidad e inoperancia y una de las más trágicas, lo pensamientos suicidas. Es importante decir que el abordaje de estas instancias obedece a diagnósticos clínicos y psicológicos donde se tiene en cuenta la duración de los síntomas, la recurrencia en la aparición de los mismos, el grado de severidad y la detección de factores complejos (Consumo de drogas, violencia intrafamiliar, eventos traumáticos etc.)

Tratamientos. Pueden reconocer diversos tratamientos o terapias que ayuden a controlar los trastornos mentales. Pueden indicarse las terapias Cognitivo-Conductuales TCC interpersonales, la farmacoterapia y técnicas complementarias creativas para el manejo del estrés y los estados iniciales de la enfermedad.

Recursos para el Abordaje de la Depresión en Jóvenes. Puede entenderse como recurso cualquier operación o actividad orientada al tratamiento de trastornos mentales, en este caso, con énfasis en jóvenes. La OMS (2024), indica que los recursos, tratamientos o técnicas que pueden implementarse son:

Terapia Cognitivo-Conductual. Su abordaje es la comprensión de las interacciones entre pensamientos, emociones y conductas. Además, estudia las distorsiones cognitivas, el cambio de los patrones de pensamiento, análisis de conductas desadaptativas y la enseñanza de habilidades prácticas. Sus aplicaciones están orientadas hacia el tratamiento de la depresión, la ansiedad, el estrés post-traumático, las fobias y los trastornos en conductas alimenticias.

Terapia Interpersonal. Se centra en el mejoramiento de las relaciones interpersonales del paciente gestionando la capacidad de desarrollar tejidos sociales vitalizando la salud emocional desde el presente y atendiendo fenómenos como los duelos, los conflictos, la identidad, los nuevos roles y el aislamiento. Terapia de Ritmos Interpersonales y Sociales. Se centra en los trastornos de bipolaridad trabajando la regulación de rutinas, los círculos circadianos, la forma como impactan las relaciones interpersonales y la prevención de episodios de desregulación emocional

Terapias Electroconvulsivas TEC. Tratamiento clínico orientado al uso de breves impulsos de energía eléctrica para provocar crisis convulsivas controladas en el cerebro. Se

presenta como un recurso médico a implementar cuando el resto de terapias no funciona a la hora de tratar casos extremos de estrés, bipolaridad, ansiedad, esquizofrenia, catatonía, entre otros.

Farmacoterapia. Uso de medicamentos para el tratamiento de los trastornos y las enfermedades con el fin de curarlas o aliviar el cuadro sintomatológico del paciente. Se emplea en todas las áreas de la salud apoyándose en la química para la producción de medicinas administradas bajo supervisión médica.

Terapias de Aceptación y Compromiso. Orienta al paciente a trabajar desde la aceptación de su realidad o aquel factor problemático que lo impacta. Desde ese punto, se detectan problemas y aspectos de mejora apoyando la conciencia sobre el trastorno. Se trabaja un plan de acción y un compromiso específico en una ruta de atención con objetivos a corto y mediano plazo. Su principal herramienta es la defusión cognitiva (Distanciamiento de los pensamientos o el fenómeno abordado para hacer una mirada más objetiva tratando de comprender como fenómenos observables, medibles y tratables.)

Mindfulness. Busca intencionar el pensamiento y la capacidad de procesar la información del tiempo presente de forma plena. Sus principios son la conciencia plena, la aceptación sin juicios, la intencionalidad de la consciencia, la apertura hacia la curiosidad, el desapego de desapegos y emociones. Este tratamiento se acompaña de técnicas como la meditación, la exploración corporal, la respiración y las actividades informales.

Psicoeducación. Es un enfoque que articula principios de la psicología y la educación en donde se busca la administración de información precisa sobre los estadios de pensamiento del paciente, así como de su cuadro emocional. La psicoeducación se centra en informar sobre cada condición, reducir los estigmas, fomentar prácticas de autocuidado, la promoción de estrategias de afrontamiento, favorecer la adherencia a los tratamientos e involucrar a los actores necesarios.

Políticas Públicas con Enfoque en Salud Mental

Barrantes, Adrianzén, Carranza y Bravo (2022) exponen el desafío de la política de salud mental en Latinoamérica. Las políticas públicas con enfoque en salud mental, son aquellos planes, programas, estrategias y acciones, diseñadas por el gobierno o las entidades territoriales para abordar las problemáticas con la salud mental de las comunidades, además, estas políticas buscan la promoción del bienestar psicológico, la prevención de los trastornos mentales y el acceso a servicios de salud mental para la mejora de la calidad de vida. La esencia de estos instrumentos públicos debe considerar componentes de prevención y promoción, acceso a servicios, integración de los diversos sistemas de salud, enfoque en la población, marco legal y financiamiento, investigación y monitoreo, y toda la dimensión axiológica suscrita a los planes de desarrollo nacionales, regionales y locales.

Políticas Públicas con Enfoque Psicosocial

Se reconocen como estrategia cuyo enfoque es el abordaje de la salud mental de la ciudadanía, haciendo énfasis en sus dimensiones psicológicas y sociales para buscar soluciones multidimensionales a contextos complejos. Estos instrumentos entienden que la individualidad del sujeto está impactada por factores sociales, culturales, políticos y económicos en cuanto a su bienestar y desarrollo. Los rasgos más comunes, y que se pueden detectar en las Políticas Públicas con enfoque Psicosocial son interdisciplinariedad, la participación comunitaria, los derechos humanos, la educación, la prevención de la violencia, la atención a emergencias y desastres.

Entidades u Organizaciones que Dirigen Acciones Psicosociales en Colombia

En Colombia pueden reconocerse diversas entidades que desarrollan acciones o programas psicosociales, entre las que se destacan: El Ministerio de la Salud y Protección Social,

Organización Internacional de las Migraciones OIM, Agencia de la ONU para los refugiados, Unidad para las Víctimas, Cruz Roja Colombiana y Save The Children.

Metodología

Enfoque

El enfoque dispuesto para la monografía obedece a una revisión documental en la que se tendrán en cuenta datos cualitativos y cuantitativos, buscando una comprensión integral del objeto de estudio.

Tipo de Análisis

Se postula un análisis Descriptivo, el cual, atiende la comprensión del problema desde sus características y datos. Al describir, se abordan diversas variables de análisis de manera objetiva buscando el conocimiento sobre la operación, causas y efectos de una problemática específica.

Las matrices categoriales propuestas son manuales y se definen en el instrumento de recolección de información, en donde se tienen tópicos como enfoques, metodologías, grupos poblacionales y acciones específicas ejecutadas, entre otras.

Fuentes

Secundarias. Artículos Científicos. Terciarias. Bases de datos. Técnicas de Recolección de la Información. Revisión bibliográfica y documental.

Población Objeto de Estudio

Según la OMS, el periodo de juventud comprende el periodo de edad de los 15 a los 24 años y es el que más riesgo corre a la hora de generar episodios de depresión o trastornos mentales. Si bien la depresión puede afectar al ser humano en cualquier etapa de su vida, en esta se registran los indicadores de mayor vulnerabilidad, teniendo en cuenta los cambios hormonales, sociales y emocionales, sumado a las circunstancias como la presión escolar, problemas familiares, uso de la tecnología en exceso y tecno-dependencia entre otros.

Se define Colombia como marco demográfico de estudio, dado el impacto del conflicto armado en la salud psicosocial de poblaciones vulnerables. Se han reconocido oficialmente más de nueve millones de víctimas entre las que se destaca la población juvenil a las que se les ha diseñado un marco axiológico de programas liderados por el estado.

La diversidad poblacional y los contextos de vulnerabilidad. Se debe analizar la forma como se han atendido otras poblaciones que no necesariamente respondan a procesos de conflicto armado.

La riqueza socio-cultural del país, relacionada con factores como la pobreza, la desigualdad y los procesos de migración. Estudiar a los jóvenes colombianos en este contexto permite explorar enfoques diferenciales, multiculturales y técnicos adaptados a las características de cada comunidad.

En el territorio, se cuenta con un sistema de salud que ofrece servicios orientados a la salud mental y psicosocial, pero, también se presentan brechas de acceso entre la zona rural y urbana, situación que acentúa la desigualdad en cuanto a la universalidad de acceso a la educación, la salud y la garantía de derechos.

Datos Epidemiológicos: Según la Organización Panamericana de la Salud, después de la pandemia COVID-19, se incrementaron los trastornos depresivos en jóvenes provenientes de los países Latinoamericanos, entre ellos Colombia.

Por otra parte, la información arroja que, para enfrentar este escenario, el país ha impulsado políticas públicas con enfoque psicosocial en las que se pueden observar acciones focalizadas como las terapias grupales, los programas escolares, la atención comunitaria y las terapias digitales, entre otras.

Procedimientos

Se realiza la elección del tema, objeto de estudio: Obedece al perfil del programa de estudio y su línea de investigación. Aporte científico y construcción de conocimiento documental actual. Vacíos sobre el abordaje del problema y la realidad problemática del análisis.

Proceso de Búsqueda de Información con base en el problema planteado: Desarrollo del estado del arte. Consulta en bases de datos autorizadas. Consulta con entidades certificadas en la temática. Rastreo de datos cuantitativos respecto a la edad, número de intervenciones, prácticas y datos estadísticos.

Se definen los Métodos para Clasificar la Información, siendo estos: Análisis documental. Método Deductivo: Revisión General de la información y creación de unidades específicas a interpretar. Definición de criterios de análisis.

Se establece el plan de acción para construir la monografía: Definición del Tema Cronograma. Creación del Estado del Arte y revisión documental preliminar. Formulación del problema. Recolección de la información y Análisis. Gestión de Resultados. Desarrollo de la discusión y el análisis a la luz de los objetivos. Presentación del documento.

Criterios de Análisis

Se entienden por criterios de análisis todos aquellos factores de orden cuantitativos y cualitativos que permiten la creación de unidades de sentido o significados orientados a establecer conceptos que permitan esquematizar los hallazgos, resultados y aproximaciones teóricas sobre el fenómeno en cuestión. Se tienen en cuenta las siguientes: Recurrencia en datos, indicios y unidades temáticas. Relacionamiento con los enfoques psicosociales definidos. Similitud entre los grupos poblacionales atendidos. Relación con la depresión juvenil como

objeto de intervención o tratamiento. Fuentes verificables y confiables. Estructura rigurosa, técnica y avalada por las entidades correspondientes. Actualidad Periodo 2019-2024.

Herramientas

Para los fines metodológicos en la recolección y sistematización de la información, se diseñó la siguiente herramienta.

Tabla 1

Caracterización de las Intervenciones Psicosociales en Colombia

Nombre de la Intervención		
Organización Responsable		
Tiempo de Vigencia		
Enfoque de la Intervención	La psicología comunitaria. Terapias de Grupo. Método de Resolución de Conflictos Método de Empoderamiento Psicoterapia centrada en la persona Terapia Narrativa Mindfulness. Psicoeducación.	Terapia Cognitivo-Conductual. Terapia Interpersonal. Terapia de Ritmos Interpersonales y Sociales. Terapias Electro convulsivas TEC. Farmacoterapia. Terapias de Aceptación y Compromiso.
Objetivos de la Intervención		
Contexto		
Descripción de la Población		
Síntomas o Trastornos Tratados DSM 5	Depresión Distimia Disfórico Pre-Menstrual	Consumo de Sustancias Bipolaridad Ciclotimia Afección Médica
Enfoque Conceptual de la Intervención		
Técnicas y Metodologías Implementadas		
Algunos Resultados y Métricas		
Recursos Asignados		
Áreas Implicadas	Educación Psicología Sociología Antropología	Ciencias de la Salud Psiquiatría Antropología
¿Son Políticas Públicas?	Si/No	
¿Tiene Plan de Acción?	Si/No	

Nota. En esta tabla se muestran las dimensiones o características a considerar en los programas de acción psicosocial. *Fuente.* Creación Propia.

Resultados y Discusión

Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia

Luego de realizar una revisión documental de corte descriptivo en 19 bases de datos académicas y fuentes oficiales relacionadas con los procesos, programas, planes y políticas en Acción Psicosocial en Colombia, donde se consideraron datos cuantitativos y cualitativos, teniendo en cuenta la complejidad del objeto de estudio propuesto, se detectaron más de 60 fuentes de información en las que pudieron caracterizarse iniciativas, estudios y abordajes científicos directamente relacionados con los objetivos propuestos en la presente monografía.

Vale la pena decir que estos hallazgos obedecen a los criterios metodológicos, descritos con antelación y a la herramienta diseñada para caracterizar la acción psicosocial ubicada en el territorio nacional. Aristizabal y Mayorga (2022) en su estudio sobre la acción psicosocial, justifican el hecho de establecer como son estas prácticas, cuáles son los límites metodológicos y cuál es su situación contextual, compartiendo un escenario epistemológico y analítico con el presente texto.

Revisión Bibliográfica

Como se indicó, la revisión documental, orientó la pesquisa de información hacia diversas bases de datos y fuentes de información oficial en las que se tomaron referentes desde el año 2019, correspondiendo al criterio de actualidad de los datos y delimitando una sub-categoría o concepto relacionado con la Pandemia Covid-19, que permitió esbozar una hipótesis de trabajo relacionada con la forma como este evento impulsó el desarrollo de mayores prácticas psicosociales en Colombia, con énfasis en la definición de Jóvenes dada por la OMS.

La revisión bibliográfica representa un importante ejercicio toda vez que permite la caracterización de los fenómenos asociados al problema planteado y al constructo temático.

En la siguiente tabla, se puede encontrar la descripción de las bases de datos, así como las fuentes principales implicadas en el abordaje del problema de investigación propuesto.

Tabla 2

Base de Datos para la Revisión Bibliográfica de la Acción Psicosocial en Colombia

Tipo de Fuente	Hallazgos	Base de Datos o Fuente	Descripción	Metodología de Búsquedas	Criterios de Inclusión
Terciaria/Base de datos	10	Academic Search Ultimate EBSCO (UNAD)	Compendio de investigaciones y estudios situados en Colombia y que atienden referentes disciplinares como la salud mental, la psicología, terapia ocupacional, comportamiento social y Psicología Clínica.	Búsqueda simple con palabras claves: Colombia, Acción Psicosocial, Programas, Juventud, 2019-2024.	Programa, plan, estudio, proyección o acción ejecutada en Colombia. Relevancia en cuanto a su relación directa con el objeto de estudio y la temática.
Terciaria/Base de datos	3	Scielo	Compendio de artículos indexados en revistas científicas con referentes disciplinares asociados a la Depresión, Tratamientos Farmacológicos, Enfermedades Mentales y Psicoterapia.	Búsqueda avanzada con operadores Boléanos: AND – OR (Filtros: Fecha, Tipo de documento y País) Frase Exacta: Programas de Acción Psicosocial en Colombia para Jóvenes desde el año 2019.	Calidad y Actualidad. Fuentes de información verificadas y aprobadas científicamente. Exhaustividad, en cuanto a completitud de datos y acceso.
Terciaria/Base de datos	17	Google Académico	Conjunto de artículos de revista científicas y publicaciones de organizaciones en las que se tienen los referentes disciplinares como Depresión, Acción Psicosocial, Salud Mental y Programas de Atención Psicosocial.	Navegación por Categoría Temática: Acción Psicosocial.	
Secundaria/Publicaciones	5	Organización Mundial de la Salud	Publicaciones y artículos en los que aparecen iniciativas, experiencias y casos de éxito. Los		

Secundaria/ Publicaciones	10	Ministerio de Salud y Protección Social	referentes son: Programas de Acción Psicosocial para jóvenes y concepto de depresión. Publicaciones y artículos en los que aparecen iniciativas, experiencias y casos de éxito. Los referentes son: Programas de Acción Psicosocial para jóvenes y concepto de depresión.
Terciaria/Base de datos	10	Dialnet	Conjunto de artículos de revista científicas y publicaciones de organizaciones en las que se tienen los referentes disciplinares como Depresión, Acción Psicosocial, Salud Mental y Programas de Atención Psicosocial.

Nota. En esta tabla se muestra la base de datos implementada en la monografía. *Fuente.* Creación Propia.

Hallazgos Preliminares

Al hablar de algunos hallazgos sobre los programas de acción psicosocial en Colombia para atender la depresión en jóvenes, pueden enunciarse que:

La información y la sistematización de prácticas en las que se pueda demostrar la operación de programas o acciones de esta naturaleza, aún es incipiente y su estado del arte indica la apertura de objetos de investigación actuales y pertinentes con la ciencia psicológica y las metodologías que atienden la depresión desde este enfoque. Se reconocen acciones psicosociales y su impacto desde un enfoque trans-disciplinar en donde áreas como la biología, la psiquiatría, las ciencias humanas y la psicología, tejen redes de conocimiento y significados aplicados a la resolución de problemáticas específicas como la

depresión juvenil. Se aprecian metodologías clínicas, dialógicas, sociales y terapéuticas para afrontar las causas y los efectos de la depresión.

La pandemia COVID-19 se admite como una fuente significativa para el incremento de las enfermedades mentales, en especial en los jóvenes. Revisando las bases de datos propuestas, puede establecer que la acción psicosocial obedece a lógicas de intervención y gestión integrando aspectos como el emocional, el físico y mental. Estas dimensiones, se reconocen desde un enfoque integrativo comprendiendo la complejidad del ser humano, aun cuando se tratan enfermedades como la ansiedad en los jóvenes. La acción psicosocial emerge como una herramienta ideal a la hora de afrontar interacciones complejas entre las conductas, los pensamientos y el espectro social del paciente.

Categorías y Análisis Descriptivo

Barquero (2022), afirma que el análisis descriptivo, es una revisión sistemática que permite la apertura o concepción de nuevos paradigmas metodológicos y fundamentos epistemológicos. En ese sentido, el análisis propuesto encuentra justificación ya que permite entender cualquier fenómeno desde sus componentes y condiciones primarias. Esta razón no es ajena al espectro de la acción psicosocial como área del conocimiento y axiología capaz de enfrentar enfermedades mentales y tratarlas. Por otra parte, Vives y Hamui (2021) admiten que las Categorías de Análisis son construcciones conceptuales relacionadas con el objeto de estudio y contemplan la teoría, el enfoque (perspectiva de estudio) y la definición de criterios organizados para clasificar, comprender e interpretar una realidad particular descomponiéndola de manera sistemática. Se obtienen, en este caso, unidades de información más comprensibles y capaces de adaptarse a escenarios cualitativos y cuantitativos.

Para la presente monografía, se establecen 2 tipos de categorías analíticas, las predefinidas (conceptuadas en el Marco Teórico) y emergentes (surgen a partir del análisis de la información).

En el siguiente cuadro pueden apreciarse las categorías de análisis propuestas en la monografía, las cuales fungen como lineamientos conceptuales para el estudio en mención:

Tabla 3

Categorías de Análisis

Tipo	Categorías	Descripción	Alcance	Criterios de Definición
Predefinidas	Prácticas y Metodologías de Acción Psicosocial	Definición del concepto de acción psicosocial y abordaje metodológico de las prácticas asociados con este enfoque. Relación entre práctica y teoría.	¿Cuáles son los fundamentos conceptuales y metodológicos del enfoque psicosocial? ¿Qué son las prácticas de acción psicosocial?	Relación con el tema e interés investigativo.
	Concepto de Depresión	Abordaje de la depresión como enfermedad. Se establecen causas y efectos de esta problemática.	¿Qué es la depresión? ¿Cuáles son sus causas y efectos? ¿Qué tratamientos y acciones existen para abordar la depresión?	Relacionado con el tema y el público objetivo.
Emergentes	Salud Mental	Definición de la Salud Mental como concepto y abordaje epistemológico. Se expresan sus principios, concepciones y definiciones.	¿Qué es la salud mental? ¿Cómo se preserva la salud mental en Jóvenes?	Nueva cuestión e interés investigativo relacionado con el objeto de estudio.
	Planes, Programas y Políticas de Salud Mental con enfoque psicosocial en Colombia.	Reconocimiento de las características y componentes de los programas objeto de estudio.	¿Cuáles son los elementos estratégicos de programas o planes en salud mental? ¿Cuál es la relación entre el enfoque psicosocial y la salud mental?	Hallazgo analítico emergente.

Nota. En esta tabla se muestran las categorías de análisis del objeto de estudio propuesto. *Fuente.*

Creación Propia.

Ahora bien, vale la pena indicar las categorías de análisis o componentes que serán objeto de interés a analizar, en cada iniciativa, programa o plan de acción psicosocial detectado en Colombia.

Tabla 4

Componentes o Categorías de los Programas de Acción Psicosocial

Componente	Descripción
Enfoque del programa o la Intervención	Se define como enfoque la perspectiva teórica y conceptual desde la cual se trata la depresión. Se reconocen, desde el Marco Teórico, las siguientes: La psicología comunitaria, Terapias de Grupo, Método de Resolución de Conflictos, Método de Empoderamiento, Psicoterapia centrada en la persona, Terapia Narrativa, Mindfulness, Terapia Cognitivo-Conductual, Terapia Interpersonal, Terapia de Ritmos Interpersonales y Sociales, Terapias Electro convulsivas TEC, Farmacoterapia, Terapias de Aceptación y Compromiso, y Psicoeducación.
Objetivos	Se analiza el alcance y la utilidad de cada programa teniendo en cuenta los propósitos, recursos y utilidad aplicada en cada caso.
Contexto	Descripción del contexto social, cultural, educativo y geográfico del programa. Se buscan características situacionales.
Población	Descripción del grupo poblacional atendido.
Síntomas Tratados	Se tiene la escala de los síntomas y trastornos DSM Versión 5, lo que puede indicar el énfasis de los tratamientos, las recurrencias sintomatológicas más comunes abordadas. Se discriminan: Depresión, Distimia, Disfórico Pre-Menstrual, Afección Médica, Consumo de Sustancias, Bipolaridad y Ciclotimia
Enfoque conceptual	Teorías y conceptos más utilizados.
Técnicas y Metodologías Implementadas	Acciones aplicadas y actividades concretas usadas en las intervenciones.
Algunos Resultados	Aproximación a los resultados más relevantes en las intervenciones,
Recursos Asignados	Descripción de los recursos definidos en cada experiencia.
Áreas Implicadas	Las áreas son las disciplinas asociadas a la intervención y al enfoque desde el que se realiza la intervención, reconociendo: Educación, Psicología, Sociología, Antropología, Ciencias de la Salud, Psiquiatría y Antropología.
¿Son Políticas Públicas?	Se analiza el nivel vinculante con los planes de desarrollo locales y regionales, o si son programas privados.
¿Tienen Plan de Acción?	Se determina si se formula un plan estratégico.

Nota. En esta tabla se muestran los componentes de los programas de Acción Psicosocial. *Fuente.*

Creación Propia.

Las anteriores categorías revisten una importancia metodológica ya que permiten la comprensión del fenómeno de acción psicosocial aplicada al tratamiento de la depresión en

Colombia ligada con las condiciones de los jóvenes. Como se puede apreciar, el abordaje de las categorías integra la definición teórica, su relación con el objeto de estudio y las deducciones propias en un marco de interpretación lógica con criterios, lo que permitirá reconocer el fundamento, las características y los componentes de dichas intervenciones o programas en su operación.

Prácticas Psicosociales Detectadas en el País

La revisión de las bases de datos y fuentes de información arrojaron datos de orden cualitativo y cuantitativo que merecen la pena ser interpretados con base en el objeto de estudio. En ese sentido, cerca 53 iniciativas de acción psicosocial son descritas en función de su identificación, el tipo de actividad que ejecutan, las organizaciones que las lideran y los enfoques u objetivos perseguidos en terreno.

En primer lugar, puede decirse que las iniciativas responden a dinámicas organizaciones estructuradas en cuanto a metodología, técnica y contenido, lo que indica el avance de la acción psicosocial como un tema de recurrente interés en el país en función de los procesos de paz, la erradicación de la violencia, los tratamientos preventivos, las iniciativas holísticas que tratan la promoción del pensamiento saludable, las buenas prácticas para la resolución de conflictos y todas aquellas posturas que buscan disminuir los efectos de la depresión en la ciudadanía.

La caracterización elaborada arroja una suerte de indicios entre los que se destaca el rol de la acción psicosocial situada en comunidades marcadas por fenómenos como la violencia o con indicadores de depresión, considerada como causa de nuevas enfermedades o traumatismos mentales más severos. Las 53 iniciativas trabajan diversos grupos de interés con objetivos compartidos procurando el bienestar y la promoción de la salud mental, además, puede notarse que el público objetivo juvenil, es de vital interés.

En la siguiente tabla se puede ver la caracterización de cada una de las iniciativas teniendo en cuenta el instrumento metodológico propuesto:

Tabla 5

Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia

#	Nombre	Tipo	Organización	Enfoque
1	Juventud por la paz	Convivencia	Fundación mi Sangre	Promoción de la paz y la resiliencia emocional en jóvenes.
2	Círculos de escucha	Grupos de diálogo	Iglesias Cristianas	Promoción de la sanación emocional mediante el diálogo y la escucha activa.
3	Recuperación Emocional	Intervenciones	Cruz Roja Internacional	Abordar los casos de estrés post-traumático en jóvenes en situación de desplazamiento.
4	Salud Mental en la Familia	Terapias y Grupos de diálogo	Secretarías de Salud	Trabaja los problemas de salud mental en las familias. Son programas autónomos de las entidades territoriales adscritos a los planes de desarrollo.
5	Centro de Atención Psicosocial en Putumayo	Terapias y Grupos de diálogo	Médicos sin fronteras	Trabaja el impacto de la violencia dentro del tejido familiar y sus prácticas de convivencia.
6	Conexión Rural	Intervenciones Digitales	Fundación Telefónica	Mediante la tecnología se hacen procesos de conexión entre jóvenes para proveerles servicios de salud mental especializada.
7	Caminos de Reconciliación	Acompañamiento	ONU	Promociona la convivencia y la resolución de conflictos desde la gestión de la salud mental como herramienta comunitaria.
8	Tejiendo Vidas	Intervenciones	OIM Colombia	Uso del arte y del deporte para mejorar las emociones y promover el bienestar en la salud mental de los jóvenes.
9	Salud Mental Rural	Acompañamiento	Ministerio de Salud de Colombia	Se propone cerrar las brechas de acceso en zonas apartadas y en situación de conflicto.
10	Manos Amigas	Intervenciones	Fundación Manos Amigas	Realiza acompañamiento a todos los jóvenes víctimas de desplazamiento y en situación de conflicto.
11	Reconciliación mediante el Arte	Terapias con expresiones artísticas	Corpo-Humanas	Se gestiona la resiliencia y la expresión de las emociones usando el arte como terapia. Su énfasis son los jóvenes desplazados.
12	Huellas de Vida	Talleres	Cruz Roja Colombiana	Busca reducir el impacto emocional del conflicto armado en comunidades rurales mediante la realización de espacios formativos y dinámicos.
13	Programas Integrales de Salud Mental	Intervenciones	Sistema de Salud Local – Hospitales Públicos	Se inscriben en la política pública de salud local por cada entidad territorial buscando la garantía del acceso a servicios de salud mental a la población. Énfasis desplazamiento.
14	Resiliencia comunitaria Nariño	Acompañamiento	Gobierno Nacional y Alcaldía de Pasto	Apoyo social para prevenir o disminuir la depresión en jóvenes en situación de desplazamiento.

15	Escucha a jóvenes	Grupos de Acompañamiento	Secretarías de Salud Departamentales	Son estrategias integradas en los planes de desarrollo locales y regionales, en las que se busca la generación de espacios dialógicos en pro del apoyo emocional en comunidades (desplazadas, rurales, urbanas etc.)
16	Volver a Soñar	Intervenciones	ONG Montes de María	Apoya a los jóvenes en reconstruir su realidad mediante la narración de historias y la construcción de narrativas positivas posterior a los traumas o enfermedades mentales.
17	Brigadas de salud mental y acompañamiento psicosocial	Intervenciones	USAID, OIM y Fundación Mi Sangre	Promueve el acceso a programas de salud mental en comunidades rurales que fueron afectadas por el desplazamiento y la violencia.
18	Jóvenes Hilando Juntos	Acompañamiento	USAID, OIM y Fundación Mi Sangre	Se promueve la salud mental mediante la implementación de actividades comunitarias con un enfoque educativo e instruccional.
19	Atención Psicosocial en el Cauca	Terapias Grupales	Médicos sin fronteras	Trabaja la depresión, el estrés post-traumático y la ansiedad en zonas rurales afectadas por el conflicto armado.
20	Psicología en Territorios de Conflicto	Intervenciones	Ministerio de Salud de Colombia	Asistencia y apoyo emocional a los jóvenes que requieren un abordaje terapéutico dado su relacionamiento con el conflicto armado y el desplazamiento.
21	Desafíos Colombia	Terapias	Fundación Desafíos Colombia	Procesos de rehabilitación psicosocial para prevenir adicciones en jóvenes en situación de vulnerabilidad.
22	Centros de Atención Básica en Salud Mental	Intervenciones	IPSI – La Guajira	Realiza procesos de atención en salud mental para jóvenes indígenas y migrantes
23	Escuchar para Comprender	Acompañamiento	Gobernación del Santander	Gestiona acciones preventivas contra el suicidio a través de la implementación de redes de apoyo y escucha activa.
24	Conéctate con la Vida	Intervenciones	Alcaldía de Manizales	Realiza procesos formativos orientados hacia la salud mental en entornos escolares.
25	Cuida tu mente	Campañas	Gobernación del Valle del Cauca	Gestiona habilidades socio-emocionales en jóvenes para la resolución de conflictos y el cuidado de la salud mental.
26	Bienestar para Todos	Acompañamiento	Fundación Saldarriaga Concha	Realiza procesos de atención integral a los jóvenes que están en condición de vulnerabilidad.
27	Plan de salud mental Atlántico	Acompañamiento	Secretaría de Salud del Atlántico	Busca la reducción de los factores de riesgos relacionados con la depresión y el suicidio mediante la implementación de campañas y procesos formativos.
28	Jóvenes Conectados	Acompañamiento	Alcaldía de Cali	Entrega herramientas socioemocionales y psicosociales para empoderar a los jóvenes en diversos aspectos de desarrollo humano entre ellos la salud mental.
29	Red Nacional de Salud Mental Escolar	Acompañamiento	Fundación PLAN	Busca el fortalecimiento de los entornos educativos para transformarlos en escenarios seguros y saludables garantizando el derecho a la educación desde la salud integral.
30	Entrelazando Caminos	Intervenciones	ONG Cauca	Promueve el bienestar integral dentro de contextos violentos y de migración.

31	Red de líderes juveniles de salud mental	Formación	Gobernación de Boyacá	Se realizan procesos de formación para promover la salud mental en comunidades.
32	Enlazando Puentes	Terapias y Grupos de diálogo	Fundación Mi Tierra	Trabaja en la reducción de conflictos familiares orientados hacia la prevención de trastornos emocionales en jóvenes.
33	SMAPS	Acompañamiento	OIM	Busca la prevención de trastornos mentales desde la promoción del bienestar psicosocial, enfocado en comunidades vulnerables.
34	Red de espacios amigables para la Salud Mental	Intervenciones	Ministerio de Salud y de la Protección Social Colombia	Son espacios para la atención de jóvenes que buscan la promoción de su salud mental y prevenir, desde el trabajo con enfermedades o trastornos mentales.
35	AMARTE	Talleres	Secretaría de la Mujer Bogotá	Se trabaja el componente de la gestión emocional para promover el bienestar integral de jóvenes mujeres en situación de vulnerabilidad.
36	Espacios con Enfoque Diferencial	Terapias y Grupos de diálogo	Secretaría de la Mujer Bogotá	Gestiona el autocuidado y el bienestar emocional con un enfoque diferencial y poblaciones vulnerables.
37	Iniciativas Saludables	Actividades de Recreación	Redes Comunitarias de Salud	Se implementa el deporte, el arte y la recreación para fomentar la salud psicosocial con énfasis en comunidades de migrantes.
38	SER Joven	Acompañamiento	Gobernación de Antioquia	Promueve la prevención del suicidio y el bienestar juvenil.
39	Rita Integral para la Prevención del Suicidio	Acompañamiento	Alcaldía de Medellín	Caracteriza riesgos y procesos de atención prioritaria para los jóvenes en condición de vulnerabilidad.
40	Programa CREA	Intervenciones	Alcaldía de Bogotá	Se fomenta el uso del arte para mejorar la salud mental de niños, jóvenes y adolescentes.
41	Jóvenes Capibará	Talleres	Boston College y Fundación Hilton	Gestiona el desarrollo de habilidades emocionales para la reconstrucción del tejido social en jóvenes en situación de violencia.
42	Línea Salva Vidas	Acompañamiento	Fundación Sergio Urrego	Apoya a los jóvenes con ideas suicidas y víctimas de la violencia. Tiene un enfoque diverso.
43	Zona de Escucha	Acompañamiento	Alcaldía de Santa Rosa de Cabal	Realiza orientación en temas de salud mental mediante la intervención de profesionales en espacios comunitarios.
44	Red de Amor y Salud Mental	Acompañamiento	Comfama Antioquia	Apoya el cuidado de la salud mental mediante la ejecución de sesiones sin costo y especializadas en trastornos emocionales.
45	Salud para el Alma	Acompañamiento	Gobernación de Antioquia	Fortalece emociones en comunidad para la reducción de los efectos de la violencia.
46	Línea 106	Acompañamiento	Secretaría de Salud Distrital de Bogotá	Busca la prevención de problemas emocionales en adolescentes implementando la atención anónima y con acceso.
47	Espacios Protectores	Intervenciones	UNICEF	Gestiona el desarrollo de habilidades socioemocionales para la prevención de trastornos mentales en los jóvenes.
48	Que te escuchen	Talleres	Fundación de Apoyo Emocional	Enfrenta la depresión mediante la creación de espacios dialógicos seguros y la ejecución de talleres para promover la expresión emocional.

49	Resiliencia Juvenil	Intervenciones	Universidad Nacional de Colombia	Empodera a los jóvenes que están en situación de vulnerabilidad usando estrategias psicosociales.
50	Jóvenes Resilientes	Talleres	Universidad Tecnológica de Pereira	Desarrolla el manejo de técnicas emocionales para gestionar la salud mental a partir del fortalecimiento de las redes de apoyo en jóvenes expuestos a situaciones de conflicto.
51	Semillas de Esperanza	Acompañamiento	Corporación SUMAPAZ	Brinda atención psicosocial a jóvenes en sitios rurales del eje cafetero para que superen traumas a causa del conflicto con estrategias culturales.
52	Conectados para Sanar	Terapias Digitales	Fundación Eje Salud Mental	Usa plataformas para el apoyo psicológico de jóvenes en zonas remotas.
53	Caminos de Vida	Acompañamiento	Gobernación de Caldas	Busca la prevención de la depresión en jóvenes desde la ejecución de programas educativos y actividades recreativas para la integración y bienestar social.

Nota. En esta tabla se muestran las prácticas de Acción Psicosocial detectadas en Colombia.

Fuente. Creación Propia.

Puede afirmarse que las iniciativas o programas de acción psicosocial provienen de diversas entidades, tanto públicas como privadas, y cuyo énfasis es la salud mental como una situación articulada a problemáticas sociales como el conflicto armado, la violencia intrafamiliar, las condiciones de vulnerabilidad a las que se exponen los jóvenes y los fenómenos asociados con la depresión.

En ese sentido, Colombia también demuestra que atiende el espectro de la salud mental usando herramientas psicosociales activas y pertinentes teniendo en cuenta que, en los planes de desarrollo y las políticas de estado, este tema se adscribe al componente de salud como una agenda parara salvaguardar la salud integral de las poblaciones. En el siguiente apartado se mostrará el análisis de los componentes de cada programa.

Descripción y Análisis de las Características, Metodologías y Enfoques de las Prácticas de Acción Psicosocial en Colombia

Teniendo como base los hallazgos preliminares detectados en la revisión bibliográfica realizada en las bases de datos que permitieron establecer los programas, planes o acciones

psicosociales ejecutadas en Colombia y las categorías de análisis propuestas para atender el fenómeno de la depresión en jóvenes, resulta pertinente hacer la descripción y análisis de las prácticas de acción psicosocial. Para tal fin, se hará uso de la herramienta diseñada en la metodología en la que se caracterizan las enunciadas prácticas y abordan componentes como el enfoque, los objetivos de las prácticas, el contexto de implementación, la población objeto, trastornos DSM 5 tratados, teorías o conceptos abordados, técnicas implementadas, algunos resultados, recursos, áreas de trabajo implicadas y si responden a políticas públicas con sus correspondientes planes de acción.

Enfoque de la Acción Psicosocial

Puede inferirse en primer lugar que los programas de acción psicosocial orientados al tratamiento de la depresión en jóvenes colombiano, evidentemente integran terapias psicológicas y con vocación social atendiendo situaciones de salud mental. También, la psicología comunitaria se usa la resolución de conflictos, la gestión de emociones ligadas con situaciones de vulnerabilidad y conflicto armado. Se reconoce también una reiterada manifestación de talleres grupales, procesos de psicoeducación y métodos de empoderamiento integrando el deporte, el arte y diversas manifestaciones artísticas. No se detectaron procesos que implementaran terapias electro-convulsivas controladas o el uso reiterado de fármacos para tratar la depresión. Se puede concluir en esta primera aproximación que el principal enfoque de la acción psicosocial está íntimamente ligado con la gestión emocional desde las interacciones dialógicas entre pares, la actividad física en comunidad y la atención de situaciones conflictivas representativas como la exposición a casos de violencia intrafamiliar que generen depresión, situaciones de aislamiento y el consumo de sustancias.

El enfoque de acción psicosocial es entendido desde la prevención y la formación articulando la creación de esquemas cognitivos en el paciente y su interacción con el contexto comunitario que le rodea. A la hora de interpretar el sentido, impacto y alcance de las acciones con este enfoque se puede inferir en primera instancia que es importante el espectro preventivo frente al correctivo, además, es vital que el diseño de planes obedezca a los estándares reconocidos por la OMS en materia de salud mental y cuidado del ser humano en cuanto a su quehacer en sociedad.

Objetivos de las Prácticas

El principal objetivo de las prácticas es la garantía del derecho al acceso a programas o planes de salud mental. En Colombia, las organizaciones privadas y el propio estado, orientan su esfuerzo para incluir a toda la población, determinando dos grandes segmentos. El primero obedece a comunidades o individuos expuestos a situaciones de conflicto armado y migraciones, el segundo, se define por aquellas personas que padecen trastornos, ya sea por condiciones mentales o por experiencias traumáticas. Pueden aparecer grupos poblacionales emergentes con otro tipo de rasgos, pero, se señala que en estas poblaciones el objetivo es brindar programas pertinentes que aborden su salud mental. Otros objetivos que aparecen están direccionados hacia la prevención del suicidio y la reducción de los factores de riesgo de la depresión, la orientación o el acompañamiento de los jóvenes para evitar adicciones o dependencias, y la ejecución de tratamientos específicos para gestionar trastornos ya presentes, que degeneran la salud emocional y la calidad de vida de los pacientes. Uno de los efectos de la pandemia COVID-19, fue el crecimiento de programas de atención ciudadana para preservar la salud mental en todas sus dimensiones.

Contexto

Para hablar de contexto, se definen dos apartados, el contexto geográfico y el contexto demográfico. Sobre la geografía, la presencia de programas de acción psicosocial puede encontrarse en los 32 departamentos del territorio nacional, gracias a los planes adscritos a las Secretarías de Salud u organizaciones no gubernamentales que ejecutan sus acciones de Responsabilidad Social Empresarial, en territorios rurales y urbanos, con el interés de apoyar la integralidad del individuo y su desarrollo personal. Departamentos como La Guajira y el Cauca, por ejemplo, demuestran acciones tanto gubernamentales y privadas, teniendo en cuenta aspectos como las brechas económicas, procesos migratorios y exposición al conflicto. A propósito del conflicto armado, se puede apreciar que los programas de acción psicosocial, prefieren ejecutar sus actividades en estas zonas expuestas, dado el impacto generacional de la violencia, la falta de acceso a sistemas de salud que permita atender trastornos mentales y el direccionamiento de los recursos a poblaciones vulnerables. Sobre el contexto demográfico, puede afirmarse que la atención se centra en poblaciones rurales, en su mayoría, urbanas, atendidas por el estado y las ONG, y los estratos sociales con mayores carencias de acceso. En términos de las regiones, no puede hablarse de un contexto atendido con exclusividad, pero si puede describirse el hecho que las intervenciones obedecen a necesidades situadas en poblaciones con diversidad étnica, situaciones de pobreza, sistema de salud precario y brechas urbano-rurales.

Población Objeto

Las intervenciones analizadas toman como población, en su mayoría, a los niños, jóvenes y adolescentes entre los 11 y 25 años de edad. Este rango se alinea con los planteamientos generacionales de la OMS, pero sin descuidar grupos poblaciones como mujeres gestantes, víctimas de la violencia, tercera edad y personas con trastornos DMS. Esta población

se caracteriza por su edad de escolaridad entre la primaria, secundaria y universidad, uso de la tecnología y las redes sociales, sentido de inmediatez y levedad, víctimas del COVID 19 (Ya sea de forma directa o indirecta) y exposición a situaciones de conflicto (Conflicto Armado, Conflictos Familiares, Presión Escolar etc.) Llama poderosamente la atención que, al revisar los programas o intervenciones, no se encontraron acciones específicas con grupos étnicos específicos en sus territorios o comunidades etnográficas, salvo aquellas que el estado focaliza por verse situadas en zonas de conflicto. Podría afirmarse, en ese caso, que aún hay una brecha latente con este tipo de grupos, quienes, por su cosmogonía, creencias o ubicación de difícil acceso, no se ven expuesta a este tipo de iniciativas.

Trastornos DSM

El trastorno más tratado es la depresión, seguido del consumo de sustancia e indicios de bipolaridad y ciclotimia. Es de resaltar que la salud mental es un tema de interés y se integra a los sistemas de salud con sus deficiencias y aciertos, además, las acciones están diseñadas con base en los reportes de la Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de la Salud y Protección, en cuanto a las alarmas tempranas sobre el incremento de situaciones críticas de estrés que degeneran en depresión, citando causas capaces de generar otro tipo de situaciones problemáticas como la drogadicción, la violencia y el suicidio. En departamentos como Risaralda, Antioquia, Cundinamarca y Valle del Cauca, el enfoque es preventivo y su ruta de atención se centra en la prevención de todos aquellos factores que puedan afectar la salud mental. No pude decirse que únicamente se abordan estos trastornos, pero sí se puede indicar que dado su incremento, sus reportes y alertas, se configuran como objetos de intervención exhaustiva articulando al estado, el sistema de salud, las universidades y las ONG, en pro de la confección de planes en donde se abogue por una calidad de vida integral de la población y la gestión de un

estado ideal de las emociones, los pensamientos, las relaciones interpersonales y el propio proyecto de vida de la población.

Los trastornos DSM descritos en la acción psicosocial son evidencias útiles a la hora de mapear la forma como se vienen presentando trastornos en la sociedad. Con el presente estudio se puede afirmar que la depresión, la bipolaridad y demás enfermedades relacionadas con los procesos socio-emocionales de los jóvenes se constituyen en el origen potencial de nuevos trastornos que degeneren el rendimiento académico, el desempeño profesional, las interacciones humanas y el mismo desarrollo integral de la personalidad. Aquí, se pueden notar las alarmas para la creación de planes, programas y proyectos que atiendan a la población vulnerable.

Teorías o Conceptos

Las disciplinas, conceptos y teorías asociadas a las prácticas de acción psicosocial en Colombia son la psicología, la sociología, las ciencias de la educación (Pedagogía y Didáctica) la etnografía y la tecnología. Llama la atención el uso de la tecnología para el cierre de las brechas de acceso. Se encuentran plataformas y programas virtuales capaces de interactuar con la población para atender situaciones iniciales de estrés u otros trastornos. El rol de la etnografía, radica en la posibilidad de caracterizar los rasgos identitarios y culturales de las poblaciones vulnerables, para adaptar las metodologías hacia sus creencias, lógicas comunitarias y modos de reconocerse como sujetos con una salud mental a tratar. La educación hace presencia ya que se detectaron iniciativas que usan los ambientes escolares de aprendizaje como plataforma activa para la realización de talleres y procesos de alfabetización sobre la importancia del diálogo, la gestión de las emociones, la resolución de conflictos, la comunicación y la forma como se pueden enfrentar episodios relacionados con los trastornos DSM.

Técnicas y Metodologías Implementadas

Desde el enfoque psicosocial, las técnicas o metodologías más reiteradas en las intervenciones analizadas son los acompañamientos, los talleres, las líneas de atención y el trabajo dialógico grupal o individual. En primer lugar, el diálogo como herramienta se usa para generar relaciones de confianza entre el guía y el paciente, así, se posibilita la emergencia de indicios y datos claves que permitan detectar el origen de los trastornos. Por otra parte, el diálogo también aparece en los grupos, para la generación de redes colaborativas horizontales, en donde las problemáticas o situaciones compartidas general lecciones y aprendizajes comunitarios. Temas como el abordaje sobre los conflictos, el diseño de estrategias compartidas de cuidado de la salud y programas de impacto comunitario para la inteligencia emocional, hacen parte de estas lógicas in situ. Como se mencionó la tecnología tiene su lugar en cuando a la promoción de interacciones activas para la atención de trastornos y la definición de sintomatologías, lo que se integran con las líneas de atención, que las entidades territoriales han dispuesto en cada región el fin de responder a las demandas inmediatas de los pacientes. El taller es un instrumento recurrente y se diseña conforme a las situaciones problemáticas detectadas en comunidad. Responde a expectativas, situaciones de interés y procesos formativos de orden preventivo con énfasis en las emociones. Finalmente, los acompañamientos son entendidos como rutas de atención integral dispuestas de manera permanente y a las cuales la población puede acudir bajo la lógica de información-respuesta, diseño de planes colectivos e individuales para tratar traumatismos y revisión periódica de resultados o avances. El acompañamiento va en distintos niveles como lo son la entrega de medicamentos, la ejecución de terapias, la implementación de estrategias, la asignación de recursos y el apoyo de profesionales.

Aproximación a Resultados

Si bien no es menester el impacto de los resultados de los programas de acción psicosocial en Colombia para la atención de la depresión en jóvenes, si pueden mencionarse algunas líneas en las cuales se resaltan resultados como: Desde la pandemia, el interés por la salud mental es creciente en Colombia por lo que los planes de desarrollo y el mismo sistema de salud, han ido adaptando sus lógicas y preocupaciones hacia la integralidad de su población desde un abordaje sistémico en donde no sólo se cuida de la salud física sino también de la mental. Se han visto acciones integrales en el territorio nacional cuyos propósitos son el cierre de brechas, la garantía al acceso y el trabajo con las comunidades más vulnerables. La salud mental cuenta con recursos de parte del estado y las organizaciones no gubernamentales. Si bien aparecen programas e iniciativas que no necesariamente apliquen a zonas en conflicto armado, si se nota en su mayoría un interés por trabajar y salvaguardar el derecho a una buena salud mental en este tipo de contextos, podría pensarse, en este caso que sería válido requerir un punto de equilibrio entre el escenario rural y urbano, y entre las poblaciones que están en esos territorios y aquellos que no. Los programas escolares y aquellos pensados para la juventud, han tenido un impacto positivo en la medida que han implementado estrategias como la actividad física, el deporte, las artes y la cultura. El cuerpo se muestra como mecanismo de expresión y como manifestación activa de las expectativas que esta población tiene respecto de la vida, su profesión y todas aquellas demandas que potencialmente se pueden constituir en agentes generados de estrés y depresión.

Recursos

Al revisarse la estructura de las iniciativas puede decirse que la asignación de recursos tiene dos fuentes, una es la estatal y la otra es la privada. Los recursos financieros están definidos

en los planes de desarrollo y las políticas públicas de orden social, no obstante, no dan abasto para atender a toda la población y se alinean a las lógicas del sistema de salud.

Por lo general, este sistema privilegia la salud física, si bien expone iniciativas psicosociales, pero en cuanto a los recursos, se nota una brecha significativa a la hora de garantizar cobertura, acceso y aplicación generalizada.

La presencia de profesionales voluntarios, así como de recursos auto-gestionado es significativa, pero nace de los recursos limitados de las ONG y los programas de Responsabilidad Social de las organizaciones privadas. La salud mental es un tema de interés, pero los recursos aún siguen siendo insuficientes para atender al total de la población y convertirla en un derecho real aplicable en cada escenario.

Áreas Temáticas Implicadas

La trans-disciplinariedad expuesta en las intervenciones, indica que las ciencias de la educación, la psicología y las ciencias de la salud, son las más articuladas en cada programa. La salud mental sigue siendo un problema atinente a las disciplinas y ciencias de la salud en donde los profesionales están facultados para la administración de terapias y medicamentos como muestra de las acciones correctivas cuando la enfermedad ya está presente, empero los escenarios educativos y psicológicos, tratan los trastornos de manera preventiva, desde una mirada holística y en la que el paciente toma un papel clave para disminuir el impacto de la sintomatología.

Correspondencia con Políticas Públicas

La gran mayoría de las intervenciones se alinea con las políticas públicas en salud mental y las circulares o indicaciones de la OMS sobre el particular. No son políticas públicas en sí,

pero si evidencian un panorama estratégico metódico definiendo grupos poblaciones concretos, trastornos específicos y dinámicas axiológicas evaluadas.

Planes de Acción Presentes

Puede decirse que la mayor parte de los programas analizados si tiene planes de acción, aunque el acceso documental a sus resultados y la sistematización de los mismos, es incipiente.

Conclusiones

Luego de realizar la revisión documental propuesta, pueden concluirse que en Colombia las prácticas e intervenciones psicosociales hacen presencia activa en los planes de desarrollo y proyectos de salud institucional, demostrando que el estado y las organizaciones no gubernamentales demuestran un interés significativo en la salud mental de la población.

En enfoque del acompañamiento, el diálogo y los talleres son los más usados y tienden a evidenciar los resultados más significativos desde una mirada preventiva. La articulación entre el sistema educativo y el sistema de salud en el país, evidencia una gestión desde edades tempranas y ligada con una visión holística en la que diversos enfoques son esenciales a la hora de tratar a la población. Es evidente que la depresión en los jóvenes, es un tema fundamental con un alto grado de proyectos, programas o iniciativas que buscan mitigar sus efectos.

Si bien el enfoque clínico hace parte del panorama de intervenciones, este es visto como una solución ulterior, es decir, en Colombia el enfoque de la prevención, la campaña y la información toma mayor relevancia y es el más patrocinado en cuanto a tema de recursos, metodologías y posibilidades de acceso.

Es creciente la necesidad de cerrar las brechas de acceso de la población menos favorecida, además, el acento de las intervenciones está en el cuidado, el desarrollo de competencias socio-emocionales y la garantía del derecho a la salud en zonas de conflicto. Las prácticas psicosociales en Colombia, están muy ligadas a las comunidades o poblaciones que han tenido circunstancias relacionadas con el conflicto armado. En su mayoría puede notarse este énfasis.

Las bases de datos consultadas, están en su mayoría actualizadas, no obstante temas como los enfoques teóricos, los resultados y la sistematización integral de cada práctica sigue

siendo una deuda permanente para los sistemas de información ligados con el componente de la salud mental.

Los enfoques psicosociales más presentes tienen actividades específicas como el diálogo, la escucha, el taller, las intervenciones con la comunidad, el trabajo de profesionales (pagos y voluntarios) con comunidades, los círculos de transferencia de información y la presencia de entidades públicas o privadas bajo una premisa de corresponsabilidad.

Referencias Bibliográficas

- Agudelo, F y Rojas, R. (2023) *Ciencias De La Implementación Y Salud Mental: Un Diálogo*.
Revista Colombiana De Psiquiatría.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0034745021001384>
- Arenas, A y Mayorga, A. (2024) *La Acción Psicosocial Como Praxis En Psicología*.
Comprensiones Desde Las Prácticas Profesionales.
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/9549481.pdf>
- Aristizábal Murillo, I. D y Mayorga Ortegón, A. I. (2022). *Acercamiento A La Acción Psicosocial*. Documentos De Trabajo Ecsah. Unad.
<https://doi.org/10.22490/Ecsah.6169>
- Asociación Americana de Psiquiatría (2018) *En Su Manual Diagnóstico Y Estadístico De Los Trastornos Mentales*. Dsm Quinta Edición. <https://www.federaciocatalanadah.org/wp-content/uploads/2018/12/Dsm5-Manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Barquero Morales, W. G. (2022). *Análisis de Prisma como Metodología para Revisión Sistemática: una Aproximación General*. Medes <https://doi.org/10.18310/2446-4813.2022v8nsup1p339-360>
- Barrantes Carrasco, J. C., Adrianzén Guerrero, R. E., Carranza Guerrero, B. E., y Bravo González, K. E. (2022). *El desafío de la política de salud mental en Latinoamérica*. Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/2406>
- Bejarano, D y Rodríguez, A. (2023) *Identificación de barreras de la depresión no atendida en Colombia y recomendaciones de política*. Observatorio Nacional De La Salud. Policy

Brief.

<https://Www.Ins.Gov.Co/Direcciones/Ons/Publicaciones%20alternas/Policy%20brief%20identificaci%C3%B3n%20de%20barreras%20de%20la%20depresi%C3%B3n%20no%20atendida%20en%20colombia%20y%20recomendaciones%20de%20pol%C3%Adtica.Pdf>

Del Rosario, V (2022) *La Atención Del Adulto Mayor Desde Un Enfoque Psicosocial: Aproximaciones Al Programa De Atención Al Adulto Mayor Del Municipio De Sucre Durante La Gestión 2019*. Revista Ciencia, Tecnología E Innovación Gestión 2022 Volumen 20, Número 25 37 – 54. https://Doi.Org/10.37811/Ci_Rcm.V6i3.2406

González, M. (2020) *Propuesta De Intervención Para El Tratamiento De Los Síntomas Depresivos Y De Ansiedad En Adolescentes*. Centro Universitario Cardenal Cisneros Universidad De Alcalá. Centro Universitario Cardenal Cisneros. Universidad de Alcalá. https://ebuah.uah.es/dspace/bitstream/handle/10017/42858/TFM_Gonzalez_Garcia_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Méndez, N y Varios. (2023) *Boletín De Información Clínica y Terapéutica De La Academia Nacional De Medicina*. Vol. XXXII, Número 5, Septiembre – Octubre. UNAM. <https://www.anmm.org.mx/publicaciones-boletin-info.php>

Meylan, Schmidt y Alam (2024) *Protegidos: Hacia Un Cambio De Paradigma En La Salud Mental En Latinoamérica*. Revista Latinoamericana De Psiquiatría. <https://webapal.org/docs/revista/revista-apal124.pdf>

Ministerio de Salud y de la Protección Social (2024), *Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas*. PAPSIVI. <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Victimas/paginas/papsivi.aspx>

OMS (2022) *Informe Mundial De La Salud*. <https://www.who.int/es/publications/m/item/2022-progress-report-executive-summary>

OMS (2024) *¿Qué Es La Depresión?* OMS https://www.who.int/es/news-room/factsheets/detail/depression?Gad_Source=1yGclid=Cjwkcaial4a6bhbqeiwaqvrquuwmt_Qrlxsqgb7rzpybfkmofofkyilf7rl2br8l1zyzw-Mtjfpixxocap8qavd_Bwe

OMS (2024) *Concepto De Salud Mental*. https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#Tab=Tab_1

ONU (2021) *Las Juventudes Latinoamericanas Y caribeñas Y La Agenda 2030 Para El Desarrollo Sostenible*. ONU.

https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/47112/4/S1901186_Es.Pdf

ONU (2024) *Estrategia Del Sistema De Las Naciones Unidas Sobre Salud Mental Y Bienestar Para 2024 Y Los Años Posteriores*.

https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/un_system_mental_health_and_well_being_strategy_for_2024-es.pdf

OPS (2024) *Depresión*. <https://www.paho.org/es/temas/depresion>

OPS (2024) *No Hay Salud Sin Salud Mental*. OPS. <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>

Osorio Castaño, César Augusto, Ortiz, Eliana, Avendaño-Prieto, Bertha Lucía, y Hernández-Pozo, María Del Rocío. (2022). *Sentido De Vida Y Su Asociación Con La Ansiedad Y La Depresión En Jóvenes*. *Interdisciplinaria*, 39(2), 355-368.

<https://dx.doi.org/10.16888/interd.2022.39.2.22>

Padilla, L. (2024) *Salud Mental En Poblaciones Vulnerables De Chile*.

https://www.revistaavft.com/images/revistas/2024/avft_1_2024/5_Salud_Mental_Poblaciones.Pdf

Quintana, I, Mendoza, C, Mora, M y Bravo, C. (2019) *Enfoque Psicosocial. Concepto Y Aplicabilidad En La Formación Profesional De Estudiantes De Psicología*.

https://www.researchgate.net/publication/348635179_enfoque_psicosocial_concepto_y_aplicabilidad_en_la_formacion_profesional_de_estudiantes_de_psicologia

Sapiens-Lab (2021) *Estado Mental Del Mundo*. Resumen.

<https://mentalstateoftheworld.report/wp-content/uploads/2022/04/Estado-Mental-Del-Mundo-2021.Pdf>

Stolkiner, A. (2021) *En Su Texto Prácticas En Salud Mental*. Noveduc.

<https://books.google.com.co/books?hl=es&lr=y&id=E0pieaaqbajyOi=FndyPg=Pt4yDq=Qu%C3%A9+Son+Pr%C3%A1cticas+En+Salud+Mental+y+Ots=Naztd4gs0sySig=6juq-9uzlh8yzqjxbgnlsf8lc0g>

Toledo M, Ramos Cs, y Aneiros Mr (2021) *La Intervención Psicosocial Mediada Por La Subjetividad En La Práctica Clínica Del Apoyo Social*. Medicentro.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/medicentro/cmc-2021/cmc214m.pdf>

Unicef (2021) *Estado Mundial De La Infancia*.

<https://www.unicef.org/media/108166/file/resumen%20regional:%20america%20latina%20e1%20caribe%20.pdf>

Unicef (2021) *Modelo De Atención Psicosocial Remota*.

<https://www.unicef.org/lac/media/21961/file/Modelo-De-Atencion-Remota.Pdf>

Vives VT y Hamui SL (2021) *La codificación y categorización en la teoría fundamentada, un método para el análisis de los datos cualitativos*. Inv Ed Med.

<https://www.medigraphic.com/pdfs/invedumed/iem-2021/iem2140k.pdf>