

Línea Salud Mental- Sistema de Bienestar Integral Unadista

¿Cuál fue el problema o la necesidad que originó la práctica?

Las afectaciones en la salud mental es un tema que ha tomado fuerza en los últimos años, pues el desarrollo de enfermedades mentales es cada vez más frecuente ligado a los diferentes fenómenos psicosociales. Torres, Roncancio, Restrepo, Giraldo, Giraldo, Montenegro, Chavarro y Villegas (2019) indican que en el ámbito universitario existen hábitos que desencadenan desequilibrios en salud mental como tener una mala alimentación, no dormir las horas suficientes, la falta de una rutina de estudio organizada, entre otros factores que conllevan a que se presenten estados emocionales que afectan la salud mental, tal como la ansiedad, el estrés, la depresión, entre otros; esto a su vez, afecta la calidad de las relaciones interpersonales. Adicionalmente, se presentan predisponentes socioeconómicos, dentro de los cuales se encuentran las condiciones laborales, marginación, vulnerabilidad, exposición a adversidades a edad temprana, así como la calidad de vida, sin embargo, algunos grupos o personas presentan un mayor riesgo en padecer problemas de salud mental en relación con su entorno social, como las personas que viven en la pobreza, personas con estados de salud crónico entre otro tipo de agresiones (OMS, 2013).

En Colombia, la ley 1616 de 2013, garantiza el derecho pleno a la salud mental, en el 2018 desde la resolución 4886 se adopta la Política Nacional de Salud Mental que refiere la responsabilidad de las Instituciones de Educación Superior en aportar a la prevención de enfermedades y trastornos mentales, la eliminación del estigma y la discriminación, así como actuar desde la promoción de hábitos saludables que aporten a la calidad de vida de la comunidad académica.

En razón a lo anterior, la UNAD, en su Proyecto Académico Pedagógico Solidario, PAPs y desde su decálogo de valores cree en, *“la fortaleza que genera en las personas la integración de la calidad profesional y humana como resultado de un trabajo reticular e inteligente”*, (p. 34), adicionalmente, desde el Reglamento General Estudiantil, en los artículos 18 y 19 consagró como uno de los fines de la acción universitaria, la implementación de acciones para la intervención o acompañamiento psicosocial desde estrategias pedagógicas didácticas orientadas a fortalecer la formación integral

complementaria para así disminuir factores de riesgo académico aportando a la retención y permanencia estudiantil (Acuerdo 029 del 13 de diciembre de 2013).

De tal manera, desde el sistema misional y más específicamente desde la Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes, Estudiantes y Egresados, VISAE y su Sistema de Bienestar Integral Unadista se ha comprometido en generar proyectos, experiencias y servicios en pro de la salud mental desde la atención psicosocial para estudiantes y egresados.

Acorde a la modalidad abierta y a distancia de la UNAD, para lograr una cobertura nacional e internacional, se apropió la telepsicología como modalidad de atención, generando espacios de interacción sincrónicos y asincrónicos en pro del cuidado y acompañamiento en salud mental de la comunidad Unadista y sus diferentes estamentos. Adicionalmente, las estrategias de prevención, promoción y atención en salud mental cuentan con un foque de intervención enfoque basado en derechos humanos, enfoque diferencial poblacional – territorial y enfoque intersectorial dando respuesta a lo sugerido por Consejo Nacional de Política Económica y Social CONPES 3993 (Departamento Nacional de Planeación 14 de abril de 2020).

Objetivo(s) de la práctica

Objetivo General: Promover escenarios de atención y acompañamiento en salud mental a través de estrategias psicopedagógicas orientadas a la apropiación de habilidades que inviten a responder de manera positiva al estrés normal de la vida a partir de un equilibrio en el pensar, sentir y actuar desde el reconocimiento de los multicontextos.

Objetivos Específicos.

1. Identificar y realizar acompañamiento a la población que notifica riesgo psicosocial o cuenta con soporte de diagnóstico en trastornos de salud mental desde la prueba de caracterización.
2. Establecer escenarios de interacción grupal virtual e in situ con fines a la prevención de enfermedades en salud mental y la promoción del bienestar.

3. Promover alianzas intrainstitucionales con los sistemas y unidades afines al desarrollo de acciones en salud mental e inclusión.
4. Aportar a la retención y permanencia académica a partir de la promoción de hábitos y estrategias que propicien una salud mental positiva.

¿Cómo se desarrolló e implementó la práctica?

Desde el año 2017, se ha ofertado el servicio Chat Tu Psicólogo en Línea, canal de atención online sincrónico de orientación en primeros auxilios psicológicos y contención emocional. En aquella época, se contaba con un profesional en Psicología de apoyo desde la línea de Crecimiento Personal del Sistema de Bienestar Integral Unadista.

En el año 2020, se implementó el proyecto de telepsicología, con el objetivo de fortalecer los servicios de atención en salud mental en la UNAD. Tomando como base un diagnóstico de necesidades realizado por los practicantes de Psicología, durante el periodo académico 16-01, cuya población objeto fue los profesionales que acompañaron durante ese periodo el servicio Chat Tu Psicólogo en Línea y una encuesta realizada a nivel nacional, cuya población objeto fueron 1.022 Unadistas entre docentes, administrativos y monitores.

Entre los resultados de estos dos estudios, se identificó la importancia de visibilizar más este servicio de atención psicológica para estudiantes y egresados así como para administrativos, docentes y comunidad en general, fortalecer la plataforma humana integrando más profesionales en la atención, determinar una ruta de atención y promover capacitaciones en los actores académicos acerca de la validación emocional y redireccionamiento para que el consultante logre obtener una atención idónea por parte de un profesional que cuente con las competencias adecuadas.

De tal manera, desde la segunda vigencia del 2020, se incorporó el servicio de acompañamiento psicosocial, vinculando un equipo de psicólogos para abordar procesos de intervención breve desde 5 a 7 encuentros desde la modalidad de Telepsicología, cumpliendo con los criterios éticos y legales que se establecen desde la ley 1090 del 2006 en la cual se determina el Código Deontológico y Bioético que reglamenta el ejercicio profesional de la Psicología en Colombia

La intervención breve según Hewitt y Gantiva (2009) se caracteriza por ser proceso de acompañamiento de corta duración con resultados favorables en situaciones asociadas a dificultades emocionales, incapacidad para tomar decisiones o déficit conductuales. Entre las características de este acompañamiento, aunque se reconoce los antecedentes e historia de aprendizaje del individuo, las estrategias se sitúan en el momento presente y proyección del futuro, se pretende incrementar autoeficacia y la motivación desde el establecimiento de metas, la toma de decisiones, la autoevaluación y auto refuerzo, así como la disponibilidad de cambio a partir de las valoraciones, expectativas o reflexiones desde el reconocimiento de las emociones y cogniciones subyacentes.

Es importante aclarar que el modelo de atención psicosocial ofrecido desde el acompañamiento psicosocial no reemplaza un proceso terapéutico, de ser necesario se orientará a los beneficiarios las rutas para acceder a servicios de salud psicoterapéuticos.

Finalmente, en el año 2023 se consolida la línea de Salud Mental en el Sistema de Bienestar Integral Unadista, generando un valor agregado a los servicios de atención y acompañamiento psicosocial. Logrando para el 2024, conformar un equipo de 10 psicólogos a nivel nacional para la atención y acompañamiento psicosocial de los estudiantes y egresados Unadistas. Así mismo se logra el nodo de la Línea de Salud Mental con material Psicoeducativo dentro del campus virtual, se amplía el servicio a atenciones de orientación única para estudiantes con diagnóstico en salud mental, se implementan sesiones de acompañamiento para estudiantes con discapacidad psicocial, detectada en la prueba de caracterización y se inician procesos de investigación dentro de la línea.

Describe los recursos que fueron utilizados para a implementación de la práctica

Recurso Humano

- Psicólogos con formación en el área clínica, neuropsicología o salud mental, quienes a su vez asuman el rol de consejeros académicos en la UNAD. Entre el año 2017 a 2020 I, se conto con 1 profesional para la atención en el servicio Chat Tu Psicólogo en Línea, desde el 2020 se fueron vinculando psicólogos de manera gradual y diferencial se modificaba la conformación del equipo. Actualmente el Equipo de Atención Psicosocial está conformado por 10 psicólogos pertenecientes a diversas zonas del país.
- Practicantes de psicología, escenario II estudiantes del Programa de Psicología de la Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades - ECSAH, que apoyan las diferentes estrategias y a su vez fortalecen sus competencias disciplinares.
- Monitor de bienestar que apoya la logística de los encuentros grupales, creación de material psicoeducativo y dinamización de recursos audiovisuales.

Recurso técnico

- **Chat Tu Psicólogo en línea:** se aborda desde un software diseñado por la VISAE, desde la mensajería interna se logra la comunicación sincrónica (www.chatvisae.unad.edu.co).
- **SIVISAE:** Sistema de Información de la Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes, Estudiantes y Egresados. Desde este software el Equipo de Atención Psicosocial cuenta con modulo para registrar las atenciones y adjuntar los diferentes formatos de atención, dando cumplimiento con los criterios de confidencialidad y responsabilidad de la información.
- **Nodo virtual Línea Salud Mental:** Desde el micrositio del Bienestar Integral en la pagina de la UNAD, se encuentra el acceso al nodo virtual, escenario de acompañamiento asincrónico a través del cual se encuentra contenido psicoeducativo desde videos, lecturas, banner, etc.
- Plataforma tecnológica Meet para realizar las atenciones de Telepsicología y atenciones únicas.

Recursos económicos

El pago de la nómina de los profesionales que intervienen en el desarrollo e implementación de los servicios de atención y acompañamiento psicosocial como lo son:

- Psicólogos del Equipo de Atención Psicosocial
- Arl de practicantes de psicología
- Ingenieros de apoyo en la gestión.

¿Cuáles fueron las lecciones aprendidas?

- Se identifica la necesidad de continuar ampliando el equipo con psicólogos que cuenten con la cualificación y experiencia idónea.
- Es importante contar con una actualización en el software de atención del Chat Tu Psicólogo en Línea y el SIVISAE, contando con servidores que faciliten la interacción y registros de la información
- Se cuenta con la necesidad de continuar sensibilizando y capacitando a la comunidad Unadista sobre la importancia de promover una salud mental positiva y prevenir posibles trastornos.
- Se debe continuar con la capacitación constante a los docentes, directores y diferentes líderes en primeros auxilios psicológicos, así como el reconocimiento de las rutas de atención y acompañamiento en salud mental desde la UNAD y entidades externas.
- Necesitamos visibilizar el éxito de la estrategia de telepsicología y la conformación de la línea Salud Mental en escenarios externos a la UNAD.
- Se requiere generar alianzas con entidades de salud a nivel nacional
- Fortalecer los procesos de investigación dentro de la Línea de Salud Mental.
- Se identifica la necesidad de sistematizar el modelo de atención, siendo este pionero dentro de las instituciones de educación superior en Colombia.
- Se identifica la necesidad de ampliar la cobertura del servicio, para incluir los estudiantes pertenecientes a los centros internacionales de la UNAD.

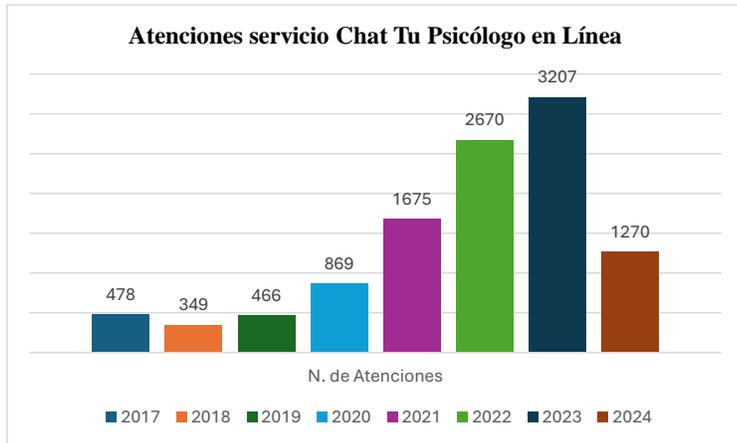
- Se hace necesario proyectar el impacto social que tiene la línea en las comunidades en las que hace presencia la UNAD, como estrategias de fortalecimiento de los territorios.
- Articulación en la prestación del servicio con otras iniciativas en el área de salud mental, que han sido implementadas por la Escuela de Ciencias Sociales Artes y Humanidades y Talento Humano.

Describe los resultados alcanzados en términos cualitativos

- Consolidación de la línea Salud Mental del Sistema del Bienestar Integral Unadista.
- Actualización de software para registrar y sistematizar la atención psicológica, cumpliendo con los criterios éticos y legales correspondientes.
- Construcción del Protocolo para la atención y acompañamiento psicosocial en la UNAD.
- Conformación de un equipo de psicólogos a nivel nacional, logrando un representante por zona.
- Implementación de un espacio virtual para orientar de manera asincrónica contenido psicoeducativo de prevención a trastornos mentales y promoción de una salud mental positiva.
- Consolidación de encuentros grupales para abordar temáticas de interés general en salud mental.
- Presentación y publicación de investigaciones.
- Articulación con la Gerencia de Talento Humano GTHUM, la Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH y la Vicerrectoría de Inclusión Social para el Desarrollo Regional y Proyección Comunitaria VIDER.

Describe los resultados alcanzados en términos cuantitativos

Grafica 1. Atención Chat Tu Psicólogo en Línea



Reporte SIVISAE 30 de junio 2024

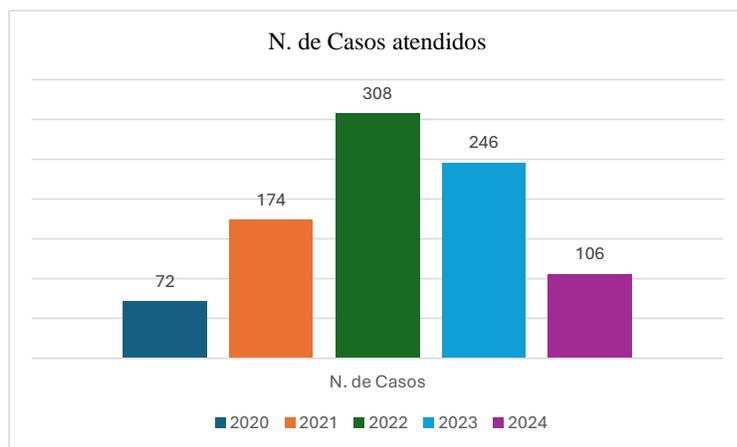
En la gráfica anterior se ilustran el número de usuarios atendidos a través del Chat del Psicólogo en Línea, desde la creación del servicio hasta la fecha.

Para el año 2017 se realizaron 478 atenciones a través del Chat del Psicólogo en línea, lo cual es una cifra significativa teniendo en cuenta que fue el año de incorporación de la estrategia y no se contaba con el conocimiento del servicio por parte de la comunidad educativa. En el año 2018 se realizaron 349 atenciones, se identifica la disminución en los usuarios atendidos, debido al número de profesionales que acompañaron el servicio. Para el año 2019 se realizó acompañamiento por este medio a 466 estudiantes, mostrando un aumento significativo de consultantes.

En el año 2020 se realizó atención a 869 estudiantes, el aumento de los usuarios del chat obedece a factores externos como la Pandemia por Covid 19 que desató incremento en alteraciones en salud mental, así como el fortalecimiento del equipo de profesionales que acompañó las estrategias. En el año 2021 se atendieron 1675 estudiantes, lo que demuestra una demanda inminente de acceso a escenarios de salud mental por parte de estudiantes, egresados, mayor visibilización del servicio y fortalecimiento de la plataforma humana.

Para el año 2022 se impactó a través del Chat del Psicólogo en Línea 2670 estudiantes, egresados, docentes y administrativos, esto como consecuencia de las secuelas a nivel de salud mental generadas en la población post pandemia Covid 19, mayor visibilización del servicio, sensibilización de la importancia del cuidado de la salud mental y fortalecimiento del equipo de profesionales. Durante el año 2023 se logró atender 3207 usuarios, mostrando un incremento significativo en la demanda del servicio y para la primera vigencia del 2024 se ha logrado atender 1270 estudiantes y egresados.

Grafica 2. Acompañamiento Psicosocial



Reporte SIVISAE 30 de junio 2024

En el anterior grafico se ilustra el número de estudiantes atendidos desde el servicio de acompañamiento psicosocial, desde la modalidad de Telepsicología. Allí se muestra que en el año 2022 accedieron a acompañamiento 72 estudiantes, usuarios del chat de Psicólogo en Línea, cifra significativa, siendo este el primer año de prestación de este servicio. Para el año 2021 se logró un aumento significativo en el número de usuarios atendidos, con una cifra de 174 casos de acompañamiento, esto a razón del aumento de alteraciones emocionales producto de la pandemia por Covid 19 y al fortalecimiento del equipo de profesionales que acompañaron el servicio durante este año.

Durante el año 2022 con el fortalecimiento del Equipo de Atención Psicosocial, se logró mayor cobertura en este servicio, logrando impactar 308 estudiantes. Es importante destacar que el motivo de consulta de los usuarios a través del Chat Tú Psicólogo en Línea, ha aumentado su nivel, clasificando como casos de alta complejidad, por lo que se hace necesario implementar acompañamiento desde el servicio de atención psicosocial. Así mismo, el aumento el incremento desde este servicio, obedece a una mayor visibilización del mismo en la comunidad Unadista y a la remisión de consejeros académicos, docentes y administrativo, de estudiantes con riesgo de deserción por factores psicosociales, detectados en los cursos asignados ó a solicitud del propio estudiante quien identifica la necesidad.

En el año 2023 se atendieron 246 estudiantes desde el servicio de atención psicosocial, la disminución en las atenciones obedece a la disminución de la plataforma humana que conforma el equipo de atención psicosocial, así como el aumento en el número de sesiones de acompañamiento por usuario, con motivo del aumento del grado de complejidad de los casos.

Para lo que va corrido del año 2024 se han atendido 106 estudiante, se aclara que, en esta primera vigencia, solo se cotó con 4 profesionales en el Equipo de Atención Psicosocial.

Permanencia y Graduación.

A partir de la investigación “Salud Mental, una Estrategia VISAE para la Vida Académica y Vida Universitaria de los Estudiantes Unadistas realizada por (Medina,2023), cuyo objetivo fue identificar la incidencia en la permanencia, retención y graduación de los estudiantes de la UNAD quienes fueron beneficiarios del proceso de acompañamiento psicosocial, durante el periodo comprendido entre el 2020 a agosto del 2023. Se encontró que, de los 779 estudiantes beneficiarios del proceso de acompañamiento, el 77% equivalente a 600 beneficiarios, continúan su proceso académico durante el 2023 II con matrícula activa en el periodo 16.04 y 16.05.

El 6% de los estudiantes lograron su proceso de graduación durante el 2020 al 2023. Por otra parte, el 17% representa a 129 estudiantes quienes actualmente no cuentan con matrícula activa, lo que puede inferir en una posible deserción académica. Finalmente, el 1%

Comentado [JJMB1]: Por fis me ayudas con la referencia

representa el número de egresados con titulación posterior al 2020 quienes han sido beneficiarios del proceso de acompañamiento psicosocial en la UNAD.

Tabla 1.

	Permanencia	Graduación	Egresados	Deserción
N. de estudiantes	600	43	7	129
Porcentaje	77%	6%	1%	17%

SIVISAE agosto, 2023

Población Objetivo/ Beneficiarios de la experiencia

- Estudiante con matrícula vigente en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD.
- Pasantes y practicantes, que se encuentren desempeñando su actividad de pasantía o práctica profesional, debidamente autorizados por la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD.
- Egresados de la UNAD que cuenten con título de alguno de los niveles de formación de la universidad.
- Docentes y administrativos de la UNAD.

¿La práctica se adoptó a partir de un modelo existente?

La telepsicología, es una modalidad de atención que permiten llevar a cabo procesos psicológicos a distancia a través de los diferentes medios tecnológicos de comunicación, facilitando el acceso a un acompañamiento en pro del bienestar y salud mental de los usuarios.

El Ministerio de Salud y Protección Social, relaciona los servicios y métodos para la atención en salud a distancia por medio de herramientas tecnológicas desde la ley 1419 de 2010 que rige la telesalud, adicionalmente desde la Resolución 2003 del 2014 define la telemedicina como la modalidad de prestación de servicios desde los componentes de

promoción, prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación por profesionales de la salud, aspectos y condiciones.

Adicionalmente, dentro del marco legal colombiano en la Resolución 2654 del 2019, se establecen los parámetros para la práctica y atención desde el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación, especificando las competencias del profesional de la salud, la calidad y disponibilidad de la información, así como la privacidad y seguridad de esta.

De tal manera, desde lo abordado en el proceso de consolidación de la Línea Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral Unadista, se prevalece el dar cumplimiento a la normatividad vigente en Colombia preservando la calidad y pertinencia en los servicios desde la confidencialidad, privacidad, protección de datos de cada uno de los beneficiarios a los diferentes servicios de atención y acompañamiento psicosocial.

¿Cuáles son los elementos adicionales, modificaciones o adaptaciones que se realizaron a ese modelo y por qué es novedoso?

Desde el 2017 la Vicerrectoría de Servicios a Aspirantes, Estudiantes y Egresados VISAE, ha implementado el servicio Chat Tu Psicólogo en Línea, siendo un canal de atención innovador en las instituciones de educación superior en Colombia, además, siendo pertinente al modelo pedagógico Unadista, permitiendo así un alcance nacional e internacional con los estudiantes y egresados, además, es un servicio gratuito que beneficia a poblaciones rurales, lejanas o personas de bajos recursos.

Adicionalmente, se ha diseñado y consolidado un Protocolo para la Atención y Acompañamiento Psicosocial en la UNAD desde la modalidad de telepsicología en canales sincrónicos y asincrónicos permitiendo un libre acceso aportando al desarrollo integral y la calidad de vida de la Comunidad Unadista.

¿Cuáles son los factores de creatividad y/o novedad que incorpora la implementación de la practica?

- Diseño y divulgación de recursos tecnopedagógicos para la prevención de trastornos mentales y la promoción de una salud mental positiva.
- Consolidación de software para la atención, sistematización y análisis de los procesos abordados, asegurando la confidencialidad de la información.
- Fácil acceso a estudiantes que residen en áreas rurales donde los servicios en salud mental son limitados.

Describe si para el desarrollo de la práctica se generaron procesos de trabajo en equipo, esquemas de co-creación, participación con servidores públicos, con ciudadanía, unidades, centros regionales o entidades externas.

Se genero articulación intrainstitucional con las siguientes unidades.

- Gerencia de Talento Humano GTHUM.
- Escuela de Ciencias Sociales, Artes y Humanidades ECSAH.
- Vicerrectoría de Inclusión Social para el Desarrollo Regional y Proyección Comunitaria VIDER.

Adicionalmente, dentro del Equipo de Atención Psicosocial, se generan las siguientes mesas de trabajo.

- Investigación y estudios de caso.
- Atención a Discapacidad Intelectual
- Contenido y recursos Psicoeducativos
- Experiencias grupales (virtuales/in – situ)
- Seguimiento a la Atención Psicosocial.

Sustentabilidad en el Tiempo y Capacidad de Transferencia

Tiempo de implementación de la práctica (entre 9 meses y 1 año, entre 1 y 2 años, o mayor a 2 años)

La implementación de la práctica es mayor a dos años. Desde el año 2017, se ha ofertado el servicio Chat Tu Psicólogo en Línea, canal de atención online sincrónico de orientación en primeros auxilios psicológicos y contención emocional.

Describe si la práctica se ha mantenido constante durante el tiempo de implementación y/o si en este momento se encuentra detenida su implementación.

Los servicios de la Línea de Salud Mental se han prestado de manera constante desde el año 2017 hasta la fecha, ampliando el portafolio de la siguiente manera: año 2020 se generó la idea del proyecto de telepsicología con el objetivo de fortalecer los servicios de atención en salud mental en la UNAD. De tal manera, se incorpora el proceso de acompañamiento psicosocial siendo un modelo de atención breve conformado por 5 a 7 encuentros a través de la videollamada.

En el año 2023 se consolidó la Línea de Salud Mental en el Sistema de Bienestar Integral Unadista, generando un valor agregado a los servicios de atención y acompañamiento psicosocial. El objetivo de la línea es, promover escenarios de atención y acompañamiento en salud mental a través de estrategias psicopedagógicas orientadas a la apropiación de habilidades que inviten a responder de manera positiva al estrés normal de la vida a partir de un equilibrio en el pensar, sentir y actuar desde el reconocimiento de los multicontextos. Esto permitió la creación del nodo dentro del campus virtual, se amplió el servicio de acompañamiento a estudiantes con discapacidad psicosocial detectada en la prueba de caracterización, atención única de orientación a estudiantes con diagnósticos en salud mental, orientación grupal a través de los Jueves de Salud Mental, Equilibrio y Bienestar. Participación en procesos de investigación, congresos y simposios nacionales e internacionales, para difundir la experiencia.

Para el año 2024, se fortaleció la plataforma humana con un total de 10 psicólogos a nivel nacional para la atención y acompañamiento psicosocial de los estudiantes y egresados Unadistas.

¿La práctica ha sido replicada en otra unidad o centro?

Los servicios ofrecidos por la Línea de Salud Mental, actualmente cubre las 8 zonas a nivel nacional y los 70 centros de la UNAD, se cuenta con un Psicólogo por zona y beneficiando a estudiantes y egresados a lo largo y ancho de nuestra geografía colombiana e incluso con alcance internacional.

¿Cuáles son los retos hacia el futuro de la practica?

Los retos hacia el futuro en la práctica de la salud mental son diversos y requieren un enfoque integral para avanzar hacia el cumplimiento del ODS 3, “Salud y Bienestar”. Entre ellos se mencionan los siguientes:

- Ampliar el acceso a los servicios de la línea de salud mental especialmente aprovechando la conectividad digital, mediante el apoyo y acompañamiento psicosocial incluso en regiones remotas o para personas que enfrentan barreras para acceder a servicios presenciales. Esta expansión contribuye significativamente a reducir las brechas en la atención y promover un bienestar integral, alineándose con los principios del desarrollo sostenible y mejorando la calidad de vida de nuestros consultantes.
- Psico-educar y aumentar la conciencia sobre la importancia de la salud mental en diversos grupos vulnerables. Esto incluye personas con discapacidad, mayores, minorías étnicas, migrantes, jóvenes y poblaciones LGBTQ+, quienes frecuentemente enfrentan desafíos adicionales como la discriminación, la exclusión social o la falta de servicios culturalmente sensibles. Al abordar estas barreras, podemos avanzar hacia una atención más equitativa y efectiva.
- Profundizar desde la investigación en la comprensión de los determinantes sociales, genéticos y ambientales de la salud mental. Esta investigación no solo ayuda a identificar factores clave que influyen en el bienestar emocional, sino que también permite desarrollar intervenciones más efectivas y basadas en evidencia

¿Qué tan sostenibles en el tiempo pueden permanecer los beneficios o cambios positivos generados?

La salud mental es un tema que ha tomado fuerza en los últimos años en las instituciones de educación superior. Alarcón (2019) refiere la importancia de tomar acción a las necesidades evidenciadas en la salud mental de los estudiantes universitarios con el fin de prevenir y atender el malestar, generando espacios que promuevan un bienestar acogedor, positivo, anímico, espiritual e intelectual, considerando una formación desde la estabilidad emocional, proyección al futuro y calidad humana. Por lo tanto, es fundamental permitir y orientar el acceso a servicios de atención y acompañamiento en salud mental.

Por otra parte, telepsicología como modalidad de atención es un proceso innovador ya que la tecnología continúa a la vanguardia, además, promueve un impacto social y significativo permitiendo un acceso a servicios de salud mental, fomentando un desarrollo integral en la calidad de vida de cada beneficiario.

Adicionalmente, estos servicios que ofrece la Línea de Salud Mental son sostenibles en el tiempo, ya que aportan al Plan de Desarrollo Decenal 2023-2034 Más UNAD Más Equidad desde el macroproyecto 1: Gestión holística para la educación con equidad y calidad, proyecto 4. Gestión integral, armónica y coherente al reconocimiento del impacto transformador de la UNAD y el tercer objetivo de desarrollo sostenible "salud y bienestar".

Así mismo y de acuerdo con la ponencia titulada "Salud Mental, una Estrategia VISAE para la Vida Académica y Vida Universitaria de los Estudiantes Unadistas, (Medina,2023) se encontró que, de los 779 estudiantes impactados, 600 estudiantes continúan su proceso de formación, lo que corresponde a un 77%, siendo esta una estrategia de alto impacto en los procesos de retención y permanencia estudiantil.

Referencias bibliográficas

Alarcán, R. (2019). La salud mental de los estudiantes universitarios. *Revista Médica Herediana*, 30(4), 219-221. La Salud Mental de los estudiantes universitarios (scielo.org.pe)

Departamento Nacional de Planeación. (14 de abril de 2020). Estrategia para la promoción de la salud mental en Colombia. (Documento CONPES 3992).

Hewitt Ramírez, N., & Gantiva, C. (2009). La terapia breve: una alternativa de intervención psicológica efectiva. *Avances en psicología Latinoamericana*, 27(1), 165-176

Ley 1090 de 2006. Código Deontológico y Bioético que reglamenta el ejercicio profesional de Psicología

Ley 1616 de 2013. (2013, 21 de enero) Congreso de la República, Colombia, por medio de la cual se expide la ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones.

Medina, J. (Noviembre,2023). Salud Mental, una Estrategia VISAE para la Vida Académica y Vida Universitaria de los Estudiantes Unadistas. Ponencia presentada en Cuarto Coloquio Unadista en Educación a Distancia y Virtual.

Torres, G., Roncancio, L., Restrepo, P., Giraldo, A., Giraldo, L., Montenegro, D., Chavarro, E., Villegas, B. (30 de junio de 2019). Reflexiones sobre el bienestar universitario en Colombia. *Revista inclusión y desarrollo*, No. 1 Vol. 6 Año 2019.

Organización Mundial de la Salud (2013) Plan de Acción sobre salud mental 2013-2020. Recuperado de [https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf;jsessionid](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/97488/9789243506029_spa.pdf;jsessionid=)

Resolución 4886 de 2018 (noviembre 7) Ministerio de Salud y Protección Social. Por la cual se adopta la Política Nacional de Salud Mental.

Resolución 2654 de 2019 (03 de octubre) Ministerio de Salud y Protección Social. Por la cual se establecen disposiciones para la telesalud y parámetros para la práctica de la telemedicina en el país.

Resolución 2654 del 2019, por la cual se establecen los parámetros para la práctica y atención desde el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación.

Resolución 2003 del 2014. Definición y actualización de los servicios desde la Telemedicina

Resolución 2654 del 2019, por la cual se establecen los parámetros para la práctica y atención desde el uso de las tecnologías de la información y de la comunicación.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (2011). Proyecto Académico Pedagógico Solidario PAPS.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (2013). ACUERDO 029 DEL 13 DE DICIEMBRE, por el cual se expide el Reglamento general estudiantil.

Universidad Nacional Abierta y a Distancia (2023). Plan de Desarrollo Docente 2023-2034 UNAD 5.0 Más UNAD Más Equidad.

Anexos

Anexo 1 Chat Tu Psicólogo en Línea

Enlace de acceso al chat:

<https://chatvisae.unad.edu.co/client.php?locale=es&style=default>

The screenshot shows a web browser window displaying the 'Bienestar' (Well-being) section of the Unad website. The page features a navigation menu with options like 'VISAE', 'Aspirantes', 'Estudiantes', 'Monitoría', 'Egresados', 'Bienestar', 'Aseguramiento Calidad', and 'Contacto'. Below the navigation, there is a main heading 'Los servicios del sistema de Bienestar Integral, permiten apoyar a nuestra comunidad Unadista en el fortalecimiento de aspectos relacionados con el desarrollo humano mejorando así su calidad de vida.' Two main service cards are visible: 'Telepsicología' and 'Portal Laboral'. The 'Telepsicología' card includes a graphic with the text 'Chat Tu psicólogo en Linea' and a list of 'Horarios de Atención' (Attention Hours): Lunes: 10:00 a.m. a 12:00 m., Martes: 4:00 p.m. a 6:00 p.m., Miércoles: 3:00 p.m. a 5:00 p.m., Jueves: 2:00 p.m. a 4:00 p.m., and Viernes: 8:00 a.m. a 10:00 a.m. Below the hours, it states 'Tu salud mental es una prioridad, tu felicidad es esencial, tu autocuidado es necesario.' The 'Portal Laboral' card features a photo of a man working on a laptop and text describing the portal's purpose for students and graduates. The browser's taskbar at the bottom shows the date as 5/07/2024 and the time as 2:56 p.m.

UNAD Universidad Nacional de Colombia
ACREDITADA por el ICFES
VISAE VISITA EL SITIO WEB VISAE

CHAT TU PSICOLOGO EN LINEA

¡Bienvenido!
A través de nuestro chat, encontrarás un equipo de Psicólogos con amplia experiencia para aportar al cuidado de tu Salud Mental.

Este es un espacio seguro en el cual podrás expresar todos los aspectos que te aquejan actualmente.

¿Qué aspectos debo tener en cuenta para acceder al servicio?

Te invitamos a tener en cuenta lo siguiente:

- Es una atención breve con intención de apoyarte emocionalmente.

Anexo dos. Nodo Línea de Salud Mental

The image displays two screenshots of the UNAD website. The top screenshot shows the 'Línea Salud Mental' page, which includes a navigation menu, a list of links for administrative and student access, and a detailed description of the mental health line's objectives. The bottom screenshot shows a course view page with four video thumbnails: 'Primeros Auxilios Emocionales', 'Conéctate con tus Emociones', 'Salud Mental Positiva', and 'Diversidad y Género'. Both screenshots include a footer with contact information and accreditation logos.

comunidad Unadista.

- Ingreso Administrativos y Egresados
- Ingreso Estudiantes y Docentes

- Ingreso Administrativos y Egresados
- Ingreso Estudiantes y Docentes

Línea Salud Mental

Nuestro objetivo es promover escenarios de atención y acompañamiento a través de estrategias psicopedagógicas orientadas a la apropiación de habilidades que inviten a responder de manera positiva al estrés normal de la vida a partir de un equilibrio en el pensar, sentir y actuar desde el reconocimiento de los multicontextos.

- Ingreso Administrativos y Egresados
- Ingreso Estudiantes y Docentes

Accesos Directos | **Datos de Contacto** | **Normatividad**

Seleccionar enlace

Línea gratuita nacional: 01 8000 115223
Teléfono: 601-375 9500 - En Bogotá D.C. (Colombia)

Ir al Plan anticorrupción
Línea anticorrupción: 601-3443700 ext. 1544

Contratación
Normatividad y Políticas Institucionales
Política de Cookies

USD/COP -0.37%

Búsqueda

ESP LAA

2:59 p. m.
5/07/2024

nodosvirtuales.unad.edu.co/course/view.php?id=13

Primeros Auxilios Emocionales

Conéctate con tus Emociones

Salud Mental Positiva

Diversidad y Género

Línea anticorrupción: 601-3443700 ext. 1544
En Bogotá D.C. (Colombia) Teléfono: 601-375 9500 - Línea gratuita nacional: 01

16°C
Lluvia suave

Búsqueda

ESP LAA

2:59 p. m.
5/07/2024

Anexo tres: Jueves de Salud Mental Equilibrio y Bienestar





Línea Salud Mental

RENACER TRAS LA PÉRDIDA:
CLAVES PARA SANAR

¡Nos complace invitarte a participar en una experiencia transformadora!

Fecha **Jueves 27 de junio**

Hora **11:30 a.m.**

Escanea el código QR
Insíbete/Participa



Invita: Bienestar integral Unadista



Anexo Cuatro: Ruta de atención y acompañamiento Psicosocial.



Ruta de Atención y Acompañamiento Psicosocial

La Línea de Salud Mental del Sistema de Bienestar Integral Unadista, te invita a conocer la ruta de orientación a estudiantes y egresados quienes requieran de una atención o acompañamiento psicológico.

1 Brindar Primeros auxilios emocionales

A. Escucha activa: Acompañar desde una comunicación respetuosa y no invasiva. Evitar consejos o soluciones.

B. Estabilización: Brindar calma desde la respiración y validación emocional.

C. Activar red de apoyo: Orientar el acceso a servicios de atención psicológica e indicar la importancia de conformar redes de apoyo.

De ser necesario comunicar la situación a la red de apoyo familiar.

2 Comunicar servicios de atención Psicológica.

Promueve nuestro canal de atención

CHAT TU PSICÓLOGO EN LÍNEA

Lunes: 10:00 a.m. a 12:00 m.
Martes: 4:00 p.m. a 6:00 p.m.
Miércoles: 3:00 p.m. a 5:00 p.m.
Jueves: 2:00 p.m. a 4:00 p.m.
Viernes: 8:00 a.m. a 10:00 a.m.

LÍNEAS DE EMERGENCIAS

- Policía Nacional: 123
- Bienestar Familiar: 141
- El poder ser escuchado: 106
- Línea de orientación a mujeres: 155
- Línea psicoactiva: 01800 112439
- Línea de orientación a hombres: 018000423614

3 Notificar situación

Si el estudiante o egresado requiere de un acompañamiento psicológico, por favor notificar al correo bienestar.psicosocial@unad.edu.co según los criterios del formato.

[Descargar formato](#)

Equipo de Atención Psicosocial

Nuestra objetivo es promover estrategias de prevención, detección y acompañamiento en pro de la salud mental de nuestros estudiantes y egresados.

Te invitamos a sumarte a esta gran labor y tener en cuenta los siguientes pasos.

Anexo cinco: Sistema de registro de atenciones SIVISAE

The image shows a web browser window displaying the SIVISAE system. A modal window titled "Registrar Caso Psicosocial" is open, allowing users to register a new case. The form includes the following fields:

- Documento: Ingrese documento [input] [buscar]
- Nombre Consultante: [input]
- Estamento: [dropdown menu: Seleccione un estamento]
- Zona: [dropdown menu: Seleccione una zona]
- CEAD: [dropdown menu: Seleccione un CEAD]
- Riesgo de deserción académica: SI NO
- Violencia de género: SI NO
- Solicitud de atención: [dropdown menu: Seleccione de la lista]
- Mediación: [input]
- Fecha Inicio: dd/mm/aaaa [calendar icon]
- Fecha Fin: dd/mm/aaaa [calendar icon]

Below the form is a button labeled "Descargue listado de casos". The background dashboard shows the UNAD logo and a table with the following headers:

ID CASO	DOCUMENTO CONSULTANTE	NOMBRE CONSULTANTE	ZONA	CENTRO	SESIONES	ESTADO	FECHA INICIO	FECHA FIN	CATEGORÍA DE ATENCIÓN	ACCIONES
---------	-----------------------	--------------------	------	--------	----------	--------	--------------	-----------	-----------------------	----------

