



**Promotores
y promotoras de salud
mental en el
contexto de la
Educación Superior**

**Guía
Instruccional
módulo 3**



Guía conceptual módulo 3

Salud mental comunitaria (SMC)

Introducción:

¡Bienvenidos al tercer módulo!

Durante este módulo "Salud mental comunitaria " usted encontrará 4 temas. El primer tema será promoción de Salud Mental Comunitaria, el segundo tema se centrará en participación comunitaria en salud, el tercero redes de apoyo social, familiar y comunitario como factor protector, y finalmente como cuarto tema encontrarán la importancia de la rehabilitación psicosocial en salud mental comunitaria. Por lo cual, este módulo se propone aportar a la construcción de conocimiento situado sobre la importancia de las acciones en salud mental comunitaria.

Actividad de sensibilización módulo 3

Para iniciar este recorrido por este módulo, invitamos a visualizar el siguiente video:

<https://vimeo.com/157422902>

Luego de realizar la actividad, animate a expresarnos tus ideas sobre *¿Qué podemos hacer desde las IES para reducir la estigmatización sobre la salud mental?* en el siguiente enlace: <https://padlet.com/angelamariammmch/g0bxb8s3rkepj66x>

Profundización teórica módulo 3

Introducción a la promoción de salud mental comunitaria

Los organismos internacionales en salud, como la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de salud, anuncian, desde hace décadas, la importancia de la atención a la salud mental en el conjunto de las intervenciones sanitarias y sociales. El abordaje comunitario a la salud mental pretende intervenir no solo en la salud individual sino teniendo en cuenta toda la población de un territorio (Organización Panamericana de la Salud, 2009).

La promoción de salud mental comunitaria busca la transformación de los lazos comunitarios hacia vínculos solidarios y la participación comunitaria hacia la constitución de la propia comunidad como sujeto activo de transformación de sus realidades, generando condiciones comunitarias propicias para la toma de decisiones autónoma y conjunta sobre



el propio proceso de salud-enfermedad. (Bang, 2014).

En la Promoción de salud mental comunitaria se destacan tres componentes principales:



Figura 1. Componentes en promoción de la salud mental comunitaria

Lección 3.1 _ Participación comunitaria en salud mental

Desde una perspectiva histórica, la participación comunitaria ha tomado fuerza a partir de la declaración de Alma-Ata en 1978, momento en el que se centra la atención en la comunidad y su participación como estrategia central para lograr el acceso universal a los servicios. Surge una primera definición formal del concepto, entendiéndolo como: *“el proceso en virtud del cual los individuos y las familias asumen responsabilidades en cuanto a su salud y bienestar propios y los de la colectividad, y mejoran la capacidad de contribuir a su propio desarrollo económico y comunitario”* (OMS/UNICEF, 1978, p. 7)

Las intervenciones orientadas desde la promoción de SMC tienen como finalidad generar una participación de la comunidad, entendiendo que una comunidad que participa activamente de sus propios procesos colectivos de salud permite la construcción en entornos protectores.

Se asume la participación comunitaria en salud como un proceso complejo y dinámico en que la comunidad sostiene activamente mecanismos y prácticas para la toma de decisiones conjunta sobre el propio proceso salud-enfermedad. Este proceso involucra diversos de



actores que se encuentran, comparten, discuten y deciden sobre diferentes aspectos de sus vidas.

Desde la perspectiva de la salud mental comunitaria, la participación, se constituye en un factor de Salud Mental, ya que fomenta lazos de solidaridad social, permitiendo la vivencia común y compartida de las problemáticas presentes en el entorno, activando los sistemas de ayuda y recursos propios de la comunidad para superar las adversidades.

En los procesos participativos, es posible incluir al menos tres aspectos como ejes de participación comunitaria en salud mental (Bang, 2014):

1. Espacios de intercambio

Generación de espacios de encuentro comunitario e intercambio sobre problemáticas e inquietudes compartidas. Allí estrategias como las tutorías grupales, centros de escucha comunitarios, las asambleas comunitarias y consejos de participación estudiantil se constituyen entre otros posibles, en dispositivos privilegiados para facilitar la participación en salud mental.

2. Comunicación en salud mental

Circulación de información y comunicación clara y basada en la evidencia sobre salud mental. En la actualidad las redes sociales y las nuevas tecnológicas de la comunicación son escenarios fundamentales para activar la participación comunitaria en salud mental.

3. Toma de decisiones

Posibilidad de los diferentes actores de la comunidad de incidir en la toma de decisiones conjunta sobre los procesos de salud-enfermedad,

Figura 2. Estrategias de participación comunitaria

La participación comunitaria es vital para el buen desempeño de las acciones que en materia de salud mental se requieren en los diferentes territorios e instituciones de educación superior del país. Pero no es solo en el accionar que se requiere de la participación social, sino también en el diseño y planificación de las tareas, así como en la detección de los problemas que constituyen necesidades sentidas de la población en términos de salud. Los líderes de las acciones de bienestar en las universidades deben interrelacionarse con la comunidad y sus líderes docentes, estudiantiles, administrativos, directivos para divulgar aspectos relacionados con la salud mental, conocer sus



preocupaciones, y comprometerlos para que participen activamente en la solución de sus propias necesidades de salud con los recursos disponibles para ello. (León González, 2002).

Lectura base:

Bang, C. & Stolkiner, A. (2013). Aportes para pensar la participación comunitaria en salud desde la perspectiva de redes. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 46, 123-143.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14527692005>

Lección 3.2 _ Diagnóstico y estrategias comunitarias en salud mental

La intervención comunitaria tiene por objetivo fortalecer y acompañar procesos de transformación a nivel grupal y comunitario (Montero, 2004). La generación de espacios de encuentro y la realización de diagnósticos participativos que permiten una lectura y abordaje colectivo de las problemáticas compartidas. Ese enfoque reconoce las acciones en salud mental como práctica vincular, tejida por el reconocimiento de los recursos comunitarios como activos en la gestión del riesgo y el mejoramiento de la calidad de vida.

Conocer los principales problemas de salud mental de la comunidad y sus necesidades es esencial para establecer planes de acción o programas específicos capaces de solucionarlos. El diagnóstico comunitario es un ejercicio participativo que nos permite conocer el proceso salud-enfermedad en una población específica, pero que a su vez incluye la valoración de los activos comunitarios y un necesidades y factores determinantes en salud.

Se propone el diagnóstico rápido participativo-DRP como herramienta de diagnóstico comunitario y evaluación de las necesidades sociales en salud mental. Desde la perspectiva de la participación y el empoderamiento comunitario, es clave que la lectura de los contextos parta desde la mirada de los actores que construyen la cotidianidad comunitaria, por esta razón se recurre al Diagnóstico Rápido Participativo (DRP) como enfoque y estrategia metodológica que hace énfasis en el rol activo que asumen los miembros de la comunidad para el análisis de sus problemas y planificación de soluciones, lo que a su vez demanda que las personas externas, es decir los facilitadores, actúen como dinamizadores del proceso. Dentro de su amplia caja de herramientas, el DRP cuenta con técnicas orales, técnicas narrativas, técnicas interactivas, dinámicas grupales y de visualización que facilitan la participación de los diversos miembros de la comunidad.

En el contexto iberoamericano son significativas las prácticas comunitarias que abordan la atención en salud mental desde una perspectiva de prevención y promoción por fuera incluso del sistema institucionalizado. Todas reconoce el papel activo de los saberes y recursos comunitarios en la construcción de entornos protectores en salud mental. (Bang, 2013; Wald, 2011).

Los abordajes en salud mental con enfoque comunitario, señalan la importancia de



reconocer los saberes de las personas, grupos y colectivos como herramientas fundamentales para tejer alternativas a las problemáticas psicosociales presentes en el entorno. Partiendo de la idea de que cada territorio es específico y responde a unas dinámicas concretas, las estrategias a planificar y desarrollar desde la intervención comunitaria deben responder a las necesidades y condiciones contextuales (históricas, políticas, sociales, culturales, geográficas, económicas). Además, las acciones comunitarias se enfocan en diferentes niveles de atención: promoción, prevención, y rehabilitación de la salud mental, algunas de las estrategias y dispositivos que se pueden evidenciar en las prácticas exitosas y la evidencia científica son:

Tabla 1 Niveles de atención, estrategia y dispositivos metodológicos

Nivel de atención	Estrategias y dispositivos metodológicos
Promoción de la salud mental	Estrategia de habilidades para la vida Planes y programas orientados a la construcción de estilos de vida saludables. Formación de agentes en salud mental Dinamización cultural a través de metodologías como la animación sociocultural Educación comunitaria en salud Fortalecimiento de redes de apoyo social Fomento de la participación comunitaria Movilización social y comunicación para la salud
Prevención del trastorno mental	Educación en Primeros auxilios psicológicos Intervención en crisis Educación comunitaria en salud Socialización de rutas de atención en salud mental Estrategias orientadas a la prevención de la discriminación y la estigmatización Estrategias comunicacionales en salud



Rehabilitación	<p>Rehabilitación basada en la comunidad</p> <p>Rehabilitación e inclusión social a través del arte y la cultura</p> <p>Fortalecimiento de redes de apoyo social y familiar a personas con diagnóstico de discapacidad psicosocial.</p> <p>Fomento de la integración y participación comunitaria de las personas con diagnóstico de discapacidad psicosocial.</p> <p>Movilización social en normalización de la salud mental</p> <p>Estrategias orientadas a la prevención de la discriminación y la estigmatización</p> <p>Integración sociolaboral a través del fomento de empresa y emprendimientos Sociales en Salud Mental</p>
----------------	---





Las acciones se van tejiendo de acuerdo a las necesidades, recursos y características de cada población, se deben diseñar dispositivos metodológicos flexibles y diversos que respondan al conocimiento situado de las comunidades y que logren insertarse en la red comunitaria preexistente. Por lo tanto, es un enfoque de abordaje que requiere la construcción de tiempos y vínculos de confianza con los miembros de la comunidad, el conocimiento situado del entorno desde los sentires y vivencias de los actores, además de una capacidad de escucha y creatividad que permita el diseño de estrategias focalizada, innovadoras y con enfoque diferencial respondiendo a las diversidades de los actores del territorio.

En los procesos comunitarios es clave el desarrollo de la difusión de información utilizando herramientas como las estrategias comunicativas focalizadas en este caso la radio, las redes sociales y los espacios formativos en donde la comunidad asuma que la salud mental es inherente al ser humano, considerando la importancia de las tecnologías digitales en la actualidad se cuenta con experiencias en salud mental comunitarias focalizadas en dispositivos tecnológicos que facilitan la comunicación, la interacción y la integración de las personas, así como la activación de alarmas y rutas de atención , un ejemplo es la red Acompañantes Comunitarias contra la violencia de género en argentina, ver el caso en:

<https://www.ar.undp.org/content/argentina/es/home/presscenter/articles/2020/RedAcompañantesCBA.html>

Desde el enfoque comunitario en salud, es vital la construcción de escenarios de encuentro que promuevan vínculos solidarios, la participación y la posibilidad de sostener espacios compartidos para la reconfiguración de redes vecinales. Una particularidad de la intervención comunitaria es la necesaria articulación en red intersectorial e interinstitucional, es fundamental la articulación y el dialogo entre los diferentes actores vinculados en la construcción de entornos protectores. Las estrategias pueden desarrollarse a partir del trabajo interdisciplinario articulado en varios niveles, desde la conformación y sostenimiento de redes y el fortalecimiento de redes comunitarias a partir de los procesos participativos (Bang y Stolkiner, 2013).



Lección 3.3_ Redes de apoyo social, familiar y comunitario

El hecho de contar con redes de apoyo social tiene un impacto significativo en la calidad de vida de las personas y los grupos. La evidencia muestra que las relaciones y los intercambios que se establecen en las redes cumplen un papel protector en salud.

Una parte esencial de las redes son los intercambios entre las personas. Estos pueden ser materiales, de servicios, emocionales u otros y alcanzan satisfacer sus necesidades de las personas. En general se distingue entre dos tipos de redes: informales y formales. Las redes informales se basan predominantemente en las relaciones familiares y las amistades y reúnen un componente afectivo esencial. Las redes formales en cambio, son institucionales y se han establecido con el propósito específico de dar apoyo a las personas. En estas sus miembros cumplen roles concretos y algunas veces requieren contar con la preparación adecuada. Las redes formales pueden ser parte de un centro de salud, de un centro comunitario, de una iglesia, o ser parte de programas gubernamentales o no gubernamentales

El ser humano tiende naturalmente a buscar la compañía de otros para su bienestar y ajuste a las condiciones del entorno, esta tendencia emerge con mayor claridad en procesos de afrontamiento ante situaciones de vulnerabilidad, dado que el apoyo social permite reducir la incertidumbre y la ansiedad con respecto a las mismas. Uno de estos elementos son las redes de apoyo social, formas de organización social, en las cuales se produce intercambio continuo de ideas, objetos y servicios con el objetivo de satisfacer una necesidad colectiva. (Madariaga, Abello & Sierra, 2014).

Las redes de apoyo social hacen parte de la cotidianidad de los seres humanos son fundamentales en los procesos de salud-enfermedad en el sentido que facilitan soporte y acompañamiento a las personas y grupos. Constituyen formas organización para la supervivencia, la optimización de la producción y la potencialización de los recursos, es un entramado humano de relaciones con un carácter social y político. El concepto es asumido como una forma de interacción continua, en donde hay un intercambio dinámico entre personas, grupos e instituciones, con el fin de alcanzar metas comunes en forma colectiva y eficiente. (Madariaga, Abello & Sierra, 2014).

Según Lin (1986), el apoyo social se puede definir como el conjunto de provisiones expresivas o instrumentales, percibidas o recibidas, proporcionadas por la comunidad, las redes sociales y las relaciones íntimas y de confianza, y que se producen en situaciones cotidianas y de crisis a lo largo de la vida. El apoyo social, cuenta con dos funciones, una función instrumental y una función expresiva. La función instrumental está orientada a la ayuda material, la oferta de servicios, la orientación, la educación en salud y el intercambio de información. Por ejemplo, ofrecer consejo a un estudiante sobre cómo buscar información sobre asociaciones en salud mental. Por otro lado, la función expresiva se



relaciona con los espacios de contención, expresión de las emociones, preocupaciones o frustraciones y sentirnos mejor. Estas provisiones expresivas o instrumentales, pueden ser percibidas o reales y se pueden desarrollar en diferentes ámbitos como la comunidad, las redes y las relaciones cercanas. (Musitu, Herrero, Cantera, y Montenegro, 2004; Herrero, y Gracia, 2006).

Las fuentes de apoyo social están referidas, por lo tanto, a la vinculación de un sujeto con su entorno social, las cuales pueden desarrollarse desde la comunidad, las redes sociales y las relaciones íntimas (confianza):



Figura 3. Niveles de análisis de las relaciones sociales. Fuente: Adaptación de Herrero y Gracia, 2006; Lin, 1986).

La red de apoyo social es un tejido de relaciones sociales que los individuos construyen a través de sus vínculos familiares, barriales, educativos, institucionales y/o comunitarios. Según Berkman y Glass (2000) son importantes para la salud, en tanto mecanismos psicosociales porque:

- Proporcionan soporte social, tanto emocional como instrumental o de ayuda en la toma de decisiones o en la facilitación de información.
 - Generan procesos de influencia social impactando en el desarrollo de conductas y actitudes saludables
 - Fomentan la participación y el compromiso social;
 - Promueven el contacto social y la integración entre las personas
- Estos mecanismos psicosociales tienen efecto en la salud mental a través de los cambios en



los estilos de vida, el fortalecimiento de la autoestima y la autoeficacia, así como en la generación de un sentimiento de pertenencia fundamental para el cuidado y mantenimiento de la salud.

Lecturas base:

Herrero, J. & Gracia, E. (2006). La comunidad como fuente de apoyo social: evaluación e implicaciones en los ámbitos individual y comunitario. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 38(2), 327-342. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v38n2/v38n2a07.pdf>

Barrera, M,y Flores, M. (2020). Apoyo social percibido y salud mental positiva en hombres y mujeres universitarios. *Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación*. 11(2), 67-83. <https://revistas.uniandes.edu.co/doi/pdf/10.18175/VyS11.2.2020.4>

Lección 3.4 _ Rehabilitación psicosocial en salud mental comunitaria

Por rehabilitación psicosocial, se entiende al conjunto de intervenciones y apoyos cuyo objetivo esencial es ayudar a la persona con diagnóstico de trastorno mental a recuperar o fortalecer las habilidades necesarias para el desarrollo de una vida cotidiana en comunidad de la manera más autónoma y digna, así como en el desempeño y manejo de las diferentes funciones sociales y demandas que supone vivir, trabajar y relacionarse. La rehabilitación psicosocial no es un centro u unidad de tratamiento específica, sino un enfoque de atención a las personas con determinada discapacidad psicosocial, implica tanto un conjunto de procedimientos específicos como una red de recursos orientados a proporcionar una mayor calidad de vida en que faciliten la normalización y autogestión (Asociación Española de Neuropsiquiatría, 2003)

En el caso de los contextos universitarios podemos apoyar a las personas y familias con diversas estrategias que permitan aportar al mejoramiento de la calidad de vida de las personas que tienen algún diagnóstico de discapacidad psicosocial, entre ellas se pueden incluir:



Figura 4. Acciones basadas en Rehabilitación basada en la comunidad- RBC



Con respecto al campo específico de la rehabilitación psicosocial en Colombia , en 2014, el Ministerio de Salud publicó los Lineamientos Nacionales de la Rehabilitación Basada en la Comunidad (RBC), la cual se define en el documento como Rehabilitación Basada en Comunidad – RBC, es una estrategia de desarrollo socioeconómico e inclusión social que permite satisfacer necesidades básicas, crear oportunidades, desarrollar capacidades, apoyar y trabajar con las Organizaciones de Personas con Discapacidad y Grupos de Apoyo, involucrar la participación intersectorial, promover el liderazgo y la participación de los gobiernos locales y aprovechar los sistemas legislativos, jurídicos y sociales del país.

Luego de esta lectura, profundiza la información con los materiales dispuestos en la plataforma para el módulo 3 Adicionalmente, te solicitamos revisar el siguiente modelo integral de atención en salud - MIAS Guainía:

Sinergia DNP. (2018, octubre 5). *Evaluación Modelo Integral de Atención en Salud - MIAS Guainía*. [Archivo de vídeo]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=khliAsq6Pfs>

Asociación Colombiana de Psiquiatría. (2017). *Rehabilitación psicosocial*. .video Youtube:<https://www.youtube.com/watch?v=Svq0IYJAKgs>

UVa_Online. (2018). *El apoyo social: aspectos conceptuales*. Video. Youtube: <https://www.youtube.com/watch?v=Qv1S4xtoh2g>

Lecturas base:

Muñoz, L. F., Muñoz, C. X., & Uribe, J. M. (2020). La rehabilitación psicosocial en Colombia: la utopía que nos invita a seguir caminando. *Avances En Psicología Latinoamericana*, 38(3). <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.8547>

Página de Ministerio de salud sobre RBC:
<https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Discapacidad/Paginas/rehabilitacion-RBC.aspx>

Lineamientos de RBC Colombia Video Introductorio
<https://www.youtube.com/watch?v=tDcwTH1Bilc>

Dejando atrás los manicomios: Implementación de programas de salud mental comunitaria en Colombia. (MODULO DE EXPERIENCIA)
<https://www.youtube.com/watch?v=Svq0IYJAKgs>

Curso Psiquiatría Comunitaria - LIX Congreso Colombiano de Psiquiatría ACP:
<https://www.youtube.com/watch?v=zCrCyH0gwbE&t=101s>



Trabajo autónomo módulo 3

Para la realización de este trabajo independiente correspondiente al módulo 3 salud mental comunitaria y de acuerdo con las temáticas abordadas, usted deberá realizar un diagnóstico comunitario teniendo como base la caracterización previamente realizada. Los resultados de este diagnóstico le servirán de soporte para iniciar a exponer la situación problemática que lo motiva a pensar en la construcción de una estrategia de promoción en salud mental y bienestar en la IES. Tome en cuenta las siguientes instrucciones.

1. Para la realización de resultados del diagnóstico comunitario diríjase a la guía (anexo modulo 1), en él encontrará recursos para el procesamiento de la información, se sugiere que esta sea realizada a través de mapeo de redes y recursos comunitarios en salud.
2. Use referentes conceptuales de los datos relevantes de su diagnóstico, es decir aquellos elementos problematizadores que le puedan dar apertura a su trabajo de promoción en salud mental y bienestar basados en atención primaria, seguido de la importancia de las redes de apoyo social, familiar y comunitaria, además, emplee antecedentes o estado del arte.
3. Realice el ejercicio de problematización y justificación de acuerdo con el diagnóstico y a las variables de interés en las que desee realizar una estrategia de promoción en salud mental y bienestar.

