# DOCUMENTO DE PLANEACIÓN PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA POLÍTICA INSTITUCIONAL DE SALUD MENTAL

**UNIVERSIDAD POPULAR DEL CESAR**

**VALLEDUPAR, CESAR**

**2025**

***DOCUMENTO DE PLANEACIÓN PARA LA CONSTRUCCIÓN DE LA POLÍTICA INSTITUCIONAL DE SALUD MENTAL***

**Entidad responsable:** Universidad popular del cesar, área de permanencia y bienestar institucional

**Equipo técnico:**

Psicólogos
Economistas
Abogados
Ingenieros
Trabajador social
Fisioterapeutas
Sociólogos

**Fecha de elaboración:** 10 de octubre al 30 de diciembre del 2025

Universidad Popular del Cesar

# Tabla de contenido


**INTRODUCCION** ..... 5

**JUSTIFICACIÓN** ..... 7

**OBJETIVOS** ..... 9

General ..... 9

Especificos ..... 9

**DISEÑO Y METODOLOGÍA** ..... 10

Diseño ..... 10

Metodología ..... 10

**RUTAS DE CONVOCATORIA A LOS DIFERENTES ESTAMENTOS** ..... 11

Convocatoria institucional (fase de planeación) ..... 11

Convocatoria de los contratistas ..... 12

Convocatoria al estamento docente y administrativo ..... 12

Convocatoria a estudiantes ..... 12

Convocatoria a directivos y unidades de apoyo ..... 13

**INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y SISTEMATIZACIÓN** ..... 13

Instrumento de registro ..... 13

Instrumento de sistematización ..... 13

**ESTRATEGIA COMUNICATIVA** ..... 13

Análisis de la Situación Actual (Diagnóstico) ..... 14

Identificación de Públicos Objetivos ..... 14

Definición de los Objetivos del Plan ..... 15

Definición del Mensaje y Estrategias ..... 16

Estructuración del documento técnico del plan ..... 16

Planificación e Implementación ..... 18

Seguimiento y Evaluación ..... 20

**CONCLUSION** ..... 21

**REFERENCIAS** ..... 22

## Lista de tablas

**Tabla 2** *Plan de acción*..... 19

## INTRODUCCION

El presente documento establece la planeación estratégica del plan de trabajo para la construcción de la política pública de salud mental. Este proceso busca consolidar una ruta metodológica que garantice la participación activa de los diferentes actores institucionales, comunitarios y académicos. Se formula como un instrumento técnico y orientador del proceso de planeación, ejecución y seguimiento de las acciones necesarias para fortalecer la atención integral en salud mental dentro de la comunidad universitaria de primer a cuarto semestre de la Universidad Popular del Cesar. Por lo tanto, este plan se desarrolla en el marco del convenio 8328589 suscrito entre la Universidad Popular del Cesar y el Ministerio de Educación Nacional (MEN) mediante el cual se presenta la propuesta “Formulación de la Política Institucional de Salud Mental” como parte de la convocatoria “Estrategias para promover la permanencia en educación superior en el marco del CONPES 4122 y el Contrato de Préstamo No. 5850/OC-CO”, el cual establece directrices, compromisos y lineamientos para la gestión institucional del bienestar estudiantil y la permanencia académica.

Este proyecto, responde a la necesidad de consolidar una ruta de intervención que promueva el bienestar psicosocial, la prevención del riesgo y la permanencia estudiantil, en articulación con las instancias académicas, institucionales y con el acompañamiento técnico derivado del convenio con el MEN.

El plan integra un conjunto de objetivos estratégicos que orientan el desarrollo de actividades dirigidas al diagnóstico, identificación de factores de

riesgo, implementación de estrategias de acompañamiento psicosocial y generación de informes técnicos de línea base. Cada una de estas acciones está acompañada de indicadores verificables, entregables específicos y un cronograma detallado, lo cual garantiza el control y la trazabilidad del proceso.

La metodología planteada se fundamenta en la participación activa de los diferentes estamentos institucionales, el uso de instrumentos técnicos para la recolección y sistematización de información por medio de un tamizaje, y la articulación intersectorial para el diseño de estrategias sostenibles que contribuyan a la formulación de una política pública de salud mental pertinente, incluyente y basada en la evidencia. Este proceso se ejecuta bajo las orientaciones y compromisos establecidos en el convenio entre la institución y el MEN, lo cual fortalece la capacidad técnica y operativa del proyecto.

De esta manera, el presente plan no solo constituye una guía operativa, sino también un compromiso institucional orientado a garantizar el derecho a la salud mental, promover entornos educativos saludables y fortalecer las capacidades institucionales para la gestión integral del bienestar emocional de la comunidad universitaria, en coherencia con los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional.

## JUSTIFICACIÓN

La salud mental es un componente esencial del bienestar integral y un derecho humano fundamental reconocido por el Estado colombiano. Su garantía no solo implica la atención de los trastornos mentales, sino también la promoción del bienestar emocional, la prevención de factores de riesgo psicosocial y la creación de entornos protectores que fortalezcan la calidad de vida de las personas y las comunidades.

En el ámbito universitario, las condiciones académicas, sociales, familiares y económicas inciden directamente en la estabilidad emocional de los estudiantes y pueden generar situaciones de estrés, ansiedad, depresión, desmotivación, por lo que este factor dentro del ámbito universitario puede causar desmotivación académica, ausencia periódica al cumplimiento de su horario escolar e incluso disertación escolar. Por ello, la construcción de una Política Pública de Salud Mental se hace necesaria para orientar la acción institucional hacia la promoción, prevención, atención y seguimiento de los factores que afectan la salud mental, garantizando la permanencia educativa y el bienestar integral.

Este plan de trabajo se justifica en la necesidad de consolidar un proceso sistemático y participativo que permita evaluar los riesgos psicosociales, identificar las principales problemáticas de salud mental y formular estrategias de acompañamiento y atención integral. Las actividades propuestas como la aplicación de diagnósticos, la elaboración de informes técnicos y la socialización con los diferentes estamentos institucionales responden a una ruta metodológica

que asegura la recolección de información confiable y la construcción colectiva de soluciones sostenibles.

Desde el marco normativo, este proceso se sustenta en la Ley 1616 de 2013, “por la cual se expide la Ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones”, que establece la salud mental como un derecho fundamental y promueve la adopción de políticas públicas que garanticen la atención integral y la promoción del bienestar psicológico. Así mismo, se articula con el Plan Decenal de Salud Pública 2022–2031, que en su dimensión de “Salud mental y convivencia social” orienta acciones intersectoriales para promover entornos saludables y prevenir trastornos mentales.

De igual manera, el plan se alinea con los lineamientos del Ministerio de Educación Nacional y la Política de Educación Superior Inclusiva, que reconocen la importancia de la salud mental como factor determinante en la permanencia estudiantil, la calidad académica y la formación integral.

Por otro lado, aplicada la sección de bienestar institucional de la universidad popular del cesar la cual establece en su presentación que esta dependencia está ligada al bienestar de los estudiantes, docentes y administrativos desde su desarrollo físico, psicoactivo, espiritual cultural y estético, por lo tanto, la realización de este proyecto en aras de mejorar el bienestar académico desde los inicios de semestre para contrarrestar afectaciones futuras.

# OBJETIVOS

## General

Evaluar el estado de salud mental de los estudiantes de primer a cuarto semestre de la sede sabana y bellas artes de la universidad popular del cesar

## Especificos

- Identificar los principales factores académicos, sociales, familiares y personales que afectan la salud mental de los estudiantes
- Analizar las manifestaciones emocionales y comportamentales más frecuentes de la población universitaria
- Proponer recomendaciones y estrategias institucionales orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico y la atención integral de la salud mental de la población universitaria

# DISEÑO Y METODOLOGÍA

El diseño y metodología de esta investigación está sustentado en la realización de la estructura del tamizaje y población escogida dentro de la institución, por lo tanto, se abordan diferentes diseños que explica el procedimiento de los cuestionarios

## Diseño

1. **Cuantitativo**: se utilizan instrumentos estandarizados (como el Cuestionario de Factores de Riesgo Psicosocial, DASS-21 y GHQ-12) que permiten obtener datos numéricos y analizarlos estadísticamente.
2. **Transversal:** la recolección de datos se realiza en un solo momento (jornada de medición) para la cohorte de estudiantes de primer a cuarto semestre.
3. **Descriptivo:** identifica y describe la prevalencia y los niveles de riesgo psicosocial, sintomatología (depresión, ansiedad, estrés) y malestar psicológico general.
4. **Correlacional**: permite examinar asociaciones entre variables sociodemográficas y puntajes de los instrumentos, y entre las dimensiones de riesgo psicosocial y la sintomatología emocional.

## Metodología

### Población y muestra

**Población**: estudiantes de pregrado matriculados en primer a cuarto semestre en las sedes Sábanas y Bellas Artes (periodo 2025-2).

**Tamaño de muestra:** 5804 estudiantes de todas las carreras en sede sabanas y bellas artes que curse del primer a cuarto semestre

**Criterios de inclusión y exclusión**

**Inclusión:** ser estudiante de pregrado (1–4 semestre) en las sedes Sábanas o Bellas Artes; estudiante activo en periodo 2025-2; haber firmado consentimiento informado (o asentimiento para menores).

**Exclusión:** no pertenecer a las sedes indicadas, ni al semestre indicado en el proyecto

## RUTAS DE CONVOCATORIA A LOS DIFERENTES ESTAMENTOS

El proyecto establece una ruta de convocatoria institucional que involucra a estudiantes, docentes, directivos y personal administrativo para garantizar la participación en la aplicación de los instrumentos y el desarrollo del estudio.

**Convocatoria institucional (fase de planeación)**

- Se inicia desde Bienestar Institucional y Permanencia Estudiantil, quienes coordinan el proyecto.
- Se emite una comunicación oficial a los decanos, coordinadores de programa y directores de sede para socializar el propósito del estudio y solicitar apoyo logístico.
- Se establecen los cronogramas y espacios físicos (17 salas y cerca de 415 equipos disponibles).

**Convocatoria de los contratistas**

- Se realiza una selección de estudiantes, profesionales y profesional especializado como (Psicólogos, economistas, abogados, ingenieros, trabajador social, fisioterapeutas, sociólogos)
- Se convoca una reunión para la explicación y abordaje del cronograma de actividades con base al proyecto
- Se reciben una serie de instrucciones en las cuales los contratistas guiaran a cierta cantidad de estudiantes para la realización de los cuestionarios

**Convocatoria al estamento docente y administrativo**

- Los docentes participan como facilitadores del proceso (brindan espacio y tiempo en clase para la aplicación de instrumentos). Y estos son notificados por correos electrónicos con una invitación a ser partícipes del proyecto guiando a los estudiantes hacia los espacios establecidos
- El personal administrativo y de apoyo colabora en la organización de los espacios, manejo de equipos y control de asistencia.

**Convocatoria a estudiantes**

- Estos serán notificados por los docentes correspondientes a la clase en el horario de la aplicación del cuestionario, estos deben dirigirse hacia el aula asignada para la realización de la misma
- Se aclara que la participación es voluntaria, con consentimiento informado y sin afectar su desempeño académico

**Convocatoria a directivos y unidades de apoyo**

- Los directivos (rectoría, vicerrectorías, decanaturas) son informados mediante informe de avance y convocados a reuniones de seguimiento.
- Su rol es de acompañamiento, supervisión y toma de decisiones para la correcta ejecución.

## INSTRUMENTOS DE REGISTRO Y SISTEMATIZACIÓN

**Instrumento de registro**

- El registro de participantes en la aplicación de los instrumentos psicosocialesy la asistencia y participación en las mesas de trabajo se tomaron sobre listados de asistencias.
- Para la socialización en la seccional Aguachica se implementó un formulario de Google para registrar la asistencia de los participantes.

**Instrumento de sistematización**

- Actas de mesas de trabajos donde se registra la metodología aplicada, aportes de los participantes, acuerdos alcanzados y compromisos definidos.

## ESTRATEGIA COMUNICATIVA

Este plan estratégico de comunicación se basa en los lineamientos de la Herramienta 3. Plan Estratégico de Comunicación (Ministerio de Educación, 2015), con el fin de garantizar una buena comunicación a toda la comunidad académica para que conozcan la Política Institucional que se ha estado elaborando en este proyecto y asimismo motivarlos a que se vinculen y estén enterados del proceso.

**Análisis de la Situación Actual (Diagnóstico)**

- Evaluar el estado de salud mental de los estudiantes de primer a cuarto semestre de las sedes Sabana y Bellas Artes.
- Identificar factores académicos, sociales, familiares, y personales que afectan la salud mental.
- Analizar las manifestaciones emocionales y comportamentales más frecuentes.
- Proponer recomendaciones y estrategias institucionales para el bienestar psicológico y la atención integral.
- Promover la participación activa de los diferentes actores institucionales, comunitarios y académicos en la construcción de la política.

**Identificación de Públicos Objetivos**

La identificación de públicos es indispensable para centrar los esfuerzos comunicativos.

**Estudiantes (1° a 4° semestre):** Principal destinatario. Su participación (voluntaria) es clave para la aplicación de instrumentos.

**Docentes:** Facilitadores (brindan tiempo y espacio en clase para la aplicación). Deben ser notificados sobre los tiempos y espacios establecidos.

**Directivos:** (Rectoría, Vicerrectorías, Decanaturas) Acompañamiento, supervisión y toma de decisiones para la correcta ejecución. Deben ser informados mediante informes de avance y convocados a reuniones de seguimiento.

**Personal Administrativo y de Apoyo:** Colaboradores en la organización de espacios, manejo de equipos y control de asistencia.

**Contratistas**: Ejecutores del proyecto. Necesitan instrucciones claras y abordaje del cronograma.

**Comunidad Académica en general:** (Familias, Egresados, etc.) Informar sobre los beneficios y la importancia de la política.

**Definición de los Objetivos del Plan**

**Objetivo General:** Garantizar una participación efectiva y oportuna de los 5804 estudiantes de la muestra en la jornada de aplicación de los instrumentos (tamizaje).

**Objetivos Específicos:**

- Convocatoria: Notificar al 100% de los docentes y directivos involucrados sobre el propósito del estudio y el apoyo logístico requerido.
- Sensibilización: Difundir la importancia de la salud mental y la voluntariedad de la participación estudiantil, logrando un alto porcentaje de consentimiento informado.
- Posicionamiento: Crear una identidad visual para el proyecto que promueva un ambiente de certidumbre y motivación.

**Definición del Mensaje y Estrategias**

**Estudiantes:** "Tu voz es esencial para el bienestar: Participa voluntariamente en el tamizaje para construir una política que te proteja. Tu salud mental es nuestra prioridad." Campaña de lanzamiento y divulgación a través de medios permanentes. Uso de redes sociales y de plataforma institucional.

**Docentes:** "Facilitador del bienestar: Tu apoyo es clave para garantizar el espacio y el tiempo de aplicación, asegurando la trazabilidad del proceso." Correo institucional y comunicación oficial de Bienestar Institucional.

**Directivos:** "Liderazgo y compromiso: La información de este estudio (línea base) guiará la toma de decisiones estratégicas para la permanencia estudiantil." | Informes de avance y reuniones de seguimiento/socialización. |

**Comunidad Universitaria:** "Construyendo un Entorno Saludable: Conoce los beneficios de la futura Política de Salud Mental, un pilar para la permanencia y graduación". Difusión de información en micro sitios, pendones y espacios institucionales (ferias).

**Estructuración del documento técnico del plan**

**Estrategia Convocatoria Focalizada y Estructurada (Garantía de Participación)**

- Público objetivo: Estudiantes, Docentes, Personal Administrativo.
- Enfoque: Utilizar los canales de comunicación jerárquicos y oficiales de la universidad para asegurar que el 100% de la población objetivo sea informada y convocada formalmente.

- Acción clave: Que los docentes actúen como facilitadores del proceso, utilizando el tiempo de clase para la aplicación de los instrumentos.

**Estrategia 2: Sensibilización y Posicionamiento del Bienestar Psicológico**

- Público objetivo: Estudiantes.
- Enfoque: Crear mensajes persuasivos y claros sobre la voluntariedad de la participación y la importancia del proyecto para su permanencia y salud mental.
- Acción clave: Definir una imagen institucional y utilizar materiales gráficos (infografías, redes sociales) que hagan el proyecto atractivo y confiable.

**Estrategia 3: Trazabilidad y Reporte a Directivos (Toma de Decisiones)**

- Público objetivo: Directivos (Rectoría, Vicerrectorías, Decanaturas).
- Enfoque: Mantener un flujo de información constante y formal, asegurando el rol de acompañamiento, supervisión y toma de decisiones.
- Acción clave: Presentar informes de avance y convocar a reuniones de seguimiento.

**Acciones (Actividades y medios a utilizar)**

**Institucional/General:** Emisión de Comunicación Oficial a Decanos y Directores. Correo institucional, Memorando oficial.

**Docentes/Administrativos:** Notificación e invitación a ser partícipes y guiar a estudiantes. Correo institucional.

**Estudiantes**: Notificación de la clase asignada, horario, y aula para el tamizaje. Notificación a través del Docente en la clase asignada.

**Directivos:** Presentación del Informe de Avance y Convocatoria a Seguimiento. Documento técnico formal, Reunión de seguimiento.

**Sensibilización:** Campaña de lanzamiento (inducción, ferias). Micrositios, Infografías, Redes Sociales, Pendones, Material promocional.

**Equipo Técnico:** Reunión para explicación y abordaje del cronograma. | Reunión de trabajo presencial/virtual.

**Instrumentos de Control y Seguimiento (Indicadores)**

- Número de comunicaciones oficiales emitidas a decanos.
- Número de salas/equipos (415 equipos) verificados y listos para la aplicación.
- Porcentaje de estudiantes de la muestra (5732) que firman el consentimiento informado (o asentimiento para menores).

**Planificación e Implementación**

**Proyecto General:** Construcción de la Política Institucional de Salud Mental

**Periodo de Elaboración del Documento**: 10 de octubre al 30 de diciembre del 2025.

**Entidad Responsable:** Universidad Popular del Cesar, Área de Permanencia y Bienestar Institucional.

**Población Objetivo de la Medición**: 5793 estudiantes de primer a cuarto semestre de las sedes Sabana y Bellas Artes.

**Tabla 1**
*Plan de acción*

| ACTIVIDAD | DURACION | RESPONSABLES |
|---|---|---|
| Planeación y Articulación Convocatoria Institucional (Oficialización del proyecto). | 10 de octubre de 2025 | Bienestar Institucional, Permanencia Estudiantil |
| Emisión de la Comunicación Oficial a Decanos/Directores | 1 semana de octubre | Bienestar Institucional, Permanencia Estudiantil |
| Convocatoria y reunión con el Equipo Técnico (Contratistas). | 2 semana de octubre | Bienestar institucional |
| Logística y Convocatoria Específica \| Establecimiento de cronogramas, espacios físicos y equipos (17 salas/415 equipos). | 2-3 semana de octubre | Personal administrativo y de apoyo |
| Notificación a Docentes (facilitadores) por correo electrónico | 3 semana de octubre | Bienestar institucional |
| Campaña de Sensibilización \| Diseño y lanzamiento de la Campaña de Comunicación (Imagen y mensajes). | 3-4 semana de octubre | Equipo de Comunicación/Bienestar Institucional |
| Aplicación de Instrumentos (Medición) Convocatoria a Estudiantes por el Docente en clase. | Medición única | contratistas |
| Cierre y Reporte en consolidación y análisis de resultados/base de datos | Noviembre y diciembre | Equipo técnico |
| Presentación de Informes de Avance a Directivos | Diciembre | Bienestar institucional |

**Seguimiento y Evaluación**

- Número de estudiantes que participan en la aplicación de instrumentos (meta: 5793).
- Ingreso a página web o micro sitio diseñado para el proyecto.
- Satisfacción de los usuarios (docentes, estudiantes) con la claridad de la convocatoria/información.
- Avance físico del proceso de convocatoria y aplicación según el cronograma.

## CONCLUSION

El desarrollo de este proyecto permitió establecer una ruta metodológica sólida para la identificación de los factores de riesgo psicosocial y de la sintomatología emocional en los estudiantes de la institución. A través de un diseño cuantitativo, transversal y descriptivo–correlacional, se estructuró un proceso de aplicación ordenado, ético y participativo que integra a los diferentes estamentos universitarios. La utilización de instrumentos validados, así como la planificación logística y la convocatoria institucional, garantiza que la información recolectada sea confiable y representativa de la población estudiantil.

Este proyecto constituye una herramienta fundamental para comprender el estado actual del bienestar psicológico de los estudiantes, permitiendo no solo describir los niveles de riesgo, sino también analizar las relaciones entre los factores académicos, personales, sociales y emocionales. A partir de estos resultados, la institución contará con insumos reales y pertinentes para orientar decisiones, fortalecer las políticas de salud mental y diseñar estrategias de intervención que promuevan la permanencia estudiantil, el acompañamiento oportuno y el desarrollo integral de la comunidad educativa.

En suma, este estudio aporta una base técnica y científica para la toma de decisiones institucionales, reafirmando el compromiso con el bienestar, la prevención y la construcción de ambientes educativos saludables.

## REFERENCIAS

Vera-Villarroel, P., Celis-Atenas, K., & Lillo, S. (2012). Evaluación de la Escala de Depresión, Ansiedad y Estrés (DASS-21) en población universitaria. Revista Latinoamericana de Psicología, 44(2), 159–166.

Berrío, N., & Mazo, R. (2011). Validación del GHQ-12 en población latinoamericana. Revista Colombiana de Psicología, 20(1), 17–27.

Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: fortalecimiento de la respuesta de los sistemas de salud. OMS.

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (2015). Política Nacional de Salud Mental. MinSalud.

Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2015). Guía para la Implementación del Modelo de Gestión de Permanencia y Graduación Estudiantil en Instituciones de Educación Superior.https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356272_recurso.pdf