



## PROCESO DE GESTIÓN DE FORMACIÓN PROFESIONAL INTEGRAL FORMATO GUÍA DE APRENDIZAJE

### 1. IDENTIFICACIÓN DE LA GUÍA DE APRENDIZAJE

- **Denominación del programa de formación:** Cuidado de la salud mental en los entornos de vida
- **Código del programa de formación:** 33130226
- **Nombre del proyecto (si es formación titulada):** no aplica.
- **Fase del proyecto (si es formación titulada):** no aplica.
- **Competencia:** 230101239 - Promocionar acciones de salud de acuerdo con la normativa de salud pública.
- **Resultados de aprendizaje a alcanzar:**
  - 230101239-01 - Reconocer lineamientos y contextos de la política pública en salud mental de acuerdo con la normatividad vigente en Colombia.
  - 230101239-02 - Relacionar factores de riesgo y factores protectores en salud mental a nivel individual, familiar y comunitario, en el marco de las condiciones del entorno.
  - 230101239-03 - Proponer acciones en salud mental a nivel familiar y comunitario teniendo en cuenta características socioculturales de la población y plan de cuidado primario.
  - 230101239-04 - Realizar acciones de promoción de la salud mental, prevención de problemas y trastornos según lineamientos normativos.
- **Duración de la guía:** 48 horas.

### 2. PRESENTACIÓN

Apreciado aprendiz, reciba una cordial bienvenida por parte del SENA. En el presente documento encuentra las evidencias de cumplimiento, requisitos del programa, que durante las cuatro semanas se deberán presentar, de manera acordada con su instructor quien le estará brindando el acompañamiento, apoyo y seguimiento durante todo el proceso formativo.

Esta guía de aprendizaje le permitirá conocer **el cuidado de la salud mental en los entornos de vida** y todo lo relacionado con la comprensión de la salud mental desde la perspectiva de los derechos, las diferencias entre las patologías más comunes y la forma de identificar signos y síntomas, así como las acciones de prevención, promoción y alternativas de intervención primaria como los primeros auxilios psicológicos. Todo esto desde la perspectiva de la participación que permite entender la importancia de los entornos frente a la salud mental positiva y la forma de poder incidir desde la comunidad en las políticas, planes, programas y proyectos en salud mental.

### 3. FORMULACIÓN DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE

En este apartado se describirán las actividades de aprendizaje a realizar y se detallan cada una de las evidencias correspondientes que se deben entregar, las cuales se realizarán durante las cuatro (4) semanas planeadas para esta guía, tal y como se puede observar en el siguiente cuadro:



Semanas / competencia	Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4
230101239	Matriz de organización conceptual. AA1-EV01.  Mapa mental sobre coberturas y beneficios en salud mental. AA1-EV02.	Infografía: presentación sobre factores de riesgo y factores protectores. AA2-EV01.	Caso de estudio de factores de riesgo y ruta de protección. AA3-EV01.	Taller de prevención y promoción de la salud mental. AA4-EV01.
Total horas	12	12	12	12

- **Actividad de reflexión inicial.**

En este primer momento de aprendizaje, le invitamos a participar de una actividad que facilitará la comprensión de cada uno de los saberes a desarrollar durante esta guía de aprendizaje. Responda a partir de sus presaberes, por favor no consultar fuentes externas para estas preguntas:

- ✓ ¿Qué es la salud mental?
- ✓ ¿Conoce acerca de la depresión, ansiedad y trastorno bipolar afectivo y qué síntomas y/o signos identifica?
- ✓ ¿Qué situaciones de la cotidianidad considera usted que pueden afectar la salud mental de las personas?

Esta actividad no es calificable, sin embargo, le permitirá conocer y compartir su opinión para enriquecer la de los demás aprendices. Así, que explore las reflexiones y opiniones de sus compañeros y aporte sus conocimientos cuando su instructor lo considere pertinente.

De igual manera, para iniciar de manera adecuada este programa de formación, tenga presente las siguientes recomendaciones:

- ✓ Actualice los datos personales
- ✓ Consulte el enlace **Información del programa**, disponible en la plataforma, para conocer la descripción del proceso de formación y la metodología a seguir.
- ✓ Realice su presentación personal en el **Foro social**.
- ✓ Lea detenidamente los siguientes documentos y materiales de estudio:
  - Cronograma.
  - Guía de aprendizaje.
  - Componentes formativos.



### 3.1. Actividad de aprendizaje para la competencia: Promocionar acciones de salud de acuerdo con la normativa de salud pública (230101239).

Con esta competencia desarrollará acciones fundamentales para cumplir con las estrategias de promoción, prevención y atención primaria desde diversas estrategias individuales y comunitarias, teniendo en cuenta los factores de riesgo y de protección en salud mental y la normatividad vigente en Colombia.

#### 3.1.1. Actividad de aprendizaje AA1 - Apropiar los lineamientos y políticas públicas en salud mental, teniendo en cuenta el marco normativo vigente del Sistema de Salud Nacional.

Esta actividad aporta a la competencia porque los aprendices deben apropiarse los conceptos acerca de los antecedentes, políticas, normas y lineamientos asociados a la salud mental y, de esta manera, afianzar los conocimientos dentro del marco normativo de los entornos saludables establecidos en nuestro país. Este es el propósito de esta actividad de aprendizaje.

**Duración:** 12 horas.

**Materiales de formación:** para desarrollar la presente actividad de aprendizaje, el aprendiz debe apropiarse los contenidos del componente formativo: “**Salud mental, normas y perspectiva de derechos**”.

**Evidencias:** a continuación, se describen las acciones y las correspondientes evidencias que conforman la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia AA1-EV01. Matriz de organización conceptual.**

La matriz de organización conceptual es una herramienta que permite y facilita la organización y jerarquización de conceptos. Para su construcción, tenga en cuenta las variables y los conceptos que se relacionan a continuación:

- ✓ **Variables:** conceptos, características, síntomas e importancia frente a la salud mental.
- ✓ **Conceptos:** salud mental, problema mental, trastorno mental, trastornos mentales comunes, factores de riesgo, factores protectores, determinantes sociales en salud.

El siguiente formato de matriz, se presenta para que pueda ser diligenciado:

SALUD MENTAL				
	Conceptos	Características	Síntomas	Importancia frente a los PAP (Primeros Auxilios Psicológicos)
Salud mental				
Problema mental				
Trastorno mental				
Crisis				
Trastornos mentales comunes				



Factores de riesgo				
Factores protectores				
Determinantes sociales en salud				

#### **Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:**

- **Producto a entregar:** matriz de organización conceptual.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** libre
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Matriz de organización conceptual. AA1-EV01.**

#### **● Evidencia AA1-EV02. Mapa mental sobre coberturas y beneficios en salud mental.**

Para el desarrollo de esta evidencia se recomienda tener en cuenta los beneficios en salud mental contemplados en la normatividad nacional y las relaciones que pueda identificar entre estos.

Recuerde que un mapa mental es una herramienta de organización conceptual que permite generar relaciones lógicas entre conceptos a partir de una idea principal. En el siguiente video se aprecian algunos ejemplos de mapas mentales: <https://www.youtube.com/watch?v=yB2a6u7vX8Y>

Para realizar la evidencia puede utilizar herramientas *online* que puede consultar a través del siguiente enlace: <https://ideasparalacase.com/2013/07/14/excelentes-herramientas-tic-para-hacer-mapas-mentales/>

#### **Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:**

- **Producto a entregar:** mapa mental.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** 1 página
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Mapa mental sobre coberturas y beneficios en salud mental. AA1-EV02.**

#### ***3.1.2. Actividad de aprendizaje AA2 - Identificar los factores de riesgo y factores de protección en salud mental teniendo en cuenta factores individuales y colectivos.***

Una vez apropiados los conceptos anteriores, se hace importante identificar los factores de riesgo y factores de protección en salud mental abordados en esta actividad de aprendizaje, los cuales permiten entender las acciones de promoción y prevención en los entornos de vida.

**Duración:** 12 horas.

**Materiales de formación:** para desarrollar la presente actividad de aprendizaje, el aprendiz debe apropiarse los contenidos del componente formativo: **“Salud mental, normas y perspectiva de derechos”**.

**Evidencias:** a continuación, se describen las acciones y la correspondiente evidencia que conforma la actividad de aprendizaje:



- **Evidencia AA2-EV01. Infografía: presentación sobre factores de riesgo y factores protectores.**

El objetivo de esta evidencia es validar su conocimiento frente a los saberes relacionados con la identificación de los factores de riesgo y factores de protección en salud mental que permiten entender las acciones de promoción y prevención en los entornos de vida, para poder construir la infografía.

Por consiguiente, se requiere realizar una infografía donde ilustre y/o plasme los factores de riesgo y factores protectores, teniendo en cuenta las dinámicas territoriales y los demás actores que puedan intervenir.

Para su elaboración se sugiere tener en cuenta estas recomendaciones:

1. Consulte el material correspondiente al componente formativo: **“Salud mental, normas y perspectiva de derechos”**.
2. Presente en orden lógico y coherente la información registrada; recuerde que en una infografía debe involucrar imágenes o figuras que apliquen a los conceptos que se abordan.
3. Puede utilizar PowerPoint, Illustrator o cualquier otra aplicación que permita realizar infografías.

**Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:**

- **Producto a entregar:** infografía de factores de riesgo y factores protectores.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** libre.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Infografía: presentación sobre factores de riesgo y factores protectores. AA2-EV01.**

***3.1.3. Actividad de aprendizaje AA3 - Apropiar los elementos y componentes que hacen parte de los programas en salud mental, para proyectar acciones según características socioculturales.***

Esta actividad abre la posibilidad al aprendiz de pensar los aprendizajes adquiridos en contexto, a través de una situación real que permite comprender cómo los factores de riesgo en salud mental pueden estar a lo largo de la vida de una familia, pero a la vez permite pensar en cómo actuar para activar rutas de atención y protección.

**Duración:** 12 horas.

**Materiales de formación:** para desarrollar la presente actividad de aprendizaje, el aprendiz debe apropiarse los contenidos del componente formativo: **“Atención integral en salud mental”**.

**Evidencias:** a continuación, se describen las acciones y la correspondiente evidencia que conforma la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia AA3-EV01. Caso de estudio de factores de riesgo y ruta de protección.**

El estudio de caso es una herramienta que permite aplicar de forma pertinente los aprendizajes adquiridos y buscar alternativas de solución frente a la situación planteada.

Por ello, para el desarrollo de esta evidencia, es importante apoyarse en el componente formativo y leer detenidamente el siguiente caso.



### **Caso: “Factores de riesgo y ruta de protección”**

*Sebastián y Catalina son dos hermanos de 8 y 13 años. Sus padres Juana y Pedro son una pareja muy joven, Juana de 26 años quedó embarazada a los 13 y Pedro tenía 15. Ellos decidieron hacer un hogar; sin embargo, no estaban preparados para asumir una responsabilidad tan grande como criar un hijo.*

*Sus padres nunca los apoyaron, por lo que tuvieron que pasar por situaciones difíciles para trabajar y tener un lugar donde vivir. Al comienzo sentían que podían enfrentar los retos propios de su situación de padres adolescentes; no obstante, los problemas inician en los primeros meses de convivencia, ya que las discusiones se hacían cada vez más fuertes debido a las dificultades económicas. Catalina nace de 7 meses, con muy bajo peso y fue una niña que recibió poco afecto, fue cuidada por los vecinos cercanos, para que sus padres lograran trabajar, la niña vivía sucia y con un peso muy bajo.*

*Cuando Catalina empezó a crecer ella seguía al cuidado de personas distintas a sus padres y cuando estaba con ellos era humillada y maltratada. A los 6 años Catalina fue abusada sexualmente por el esposo de una de las vecinas que la cuidaban; sin embargo, sus padres nunca lo denunciaron y la niña no recibió ningún tipo de apoyo profesional para superar la situación de abuso. Para ese momento su hermano ya había nacido y la historia empezó a repetirse.*

*Finalmente, Sebastián y Catalina crecen en un entorno difícil lo cual lleva a Catalina a que a los 13 años empiece a consumir licor con sus amigos del colegio y la marihuana se convierte en un mecanismo de escape de su realidad. Sebastián es un niño muy introvertido, de pocos amigos y tiene muy bajo rendimiento escolar. Sebastián llora con facilidad, se ha cortado en varias ocasiones y la orientadora escolar hace un llamado al sistema de protección de ICBF, debido a que observa un alto riesgo en la familia. Juana vive una condición de maltrato por parte de Pedro quien se ha vuelto adicto a la marihuana...*

Luego de leído y analizado el caso, se debe redactar un documento en donde responda:

- ✓ ¿Cuáles son los factores de riesgo que han llevado a Catalina y Sebastián a las situaciones narradas en el caso?
- ✓ ¿Qué tipo de afectaciones en salud mental pueden tener los miembros de esta familia?
- ✓ ¿Cuáles serían las diferentes rutas de atención que se pueden activar para las problemáticas planteadas en el caso?
- ✓ ¿Qué factores protectores se pueden construir para proteger a esta familia?

#### **Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:**

- **Producto a entregar:** documento con la solución del caso.
- **Formato:** PDF.



- **Extensión:** máximo 2 páginas.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Caso de estudio de factores de riesgo y ruta de protección. AA3-EV01.**

### **3.1.4. Actividad de aprendizaje AA4 - Definir acciones de prevención en salud mental según las características y riesgos de la población, teniendo en cuenta los lineamientos normativos.**

Esta actividad de aprendizaje permitirá adquirir las habilidades para la realización de acciones de prevención y promoción de salud mental a nivel individual y colectivo en los entornos de vida.

**Duración:** 12 horas.

**Materiales de formación:** para desarrollar la presente actividad de aprendizaje, el aprendiz debe apropiarse los contenidos del componente formativo: “**Atención integral en salud mental**”.

**Evidencias:** a continuación, se describen las acciones y la correspondiente evidencia que conforma la actividad de aprendizaje:

- **Evidencia AA4-EV01. Taller de prevención y promoción de la salud mental.**

Para comenzar con la elaboración de la evidencia, es importante conocer que el taller de prevención propicia un contexto de aprendizaje, cuyo principal objetivo es facilitar el cambio y fomentar la prevención, promoción, acciones individuales y colectivas en salud mental en los entornos de vida.

Por tanto y de acuerdo con los saberes que se abordan en el componente formativo sobre prevención y promoción de la salud mental, para la elaboración de esta evidencia tenga en cuenta que el documento debe contener la siguiente información:

- ✓ Considerar la población al cual irá dirigido el taller. Deberá escoger un grupo poblacional de su preferencia, donde el taller debe ser aplicado.
- ✓ Definir el tamaño del taller considerando: concepto de prevención, alternativas y acciones psicoeducativas; estas temáticas deben ser abordadas en el taller.
- ✓ Incluir diferentes tipos de actividades a desarrollar en el taller desde diferentes estrategias didácticas.
- ✓ Generar espacios para la socialización de las actividades, que permita la construcción del conocimiento conjunto. Mencionar de qué manera se socializarán las actividades propuestas.

#### **Lineamientos generales para la entrega de la evidencia:**

- **Producto a entregar:** documento sobre la propuesta del taller.
- **Formato:** PDF.
- **Extensión:** máximo 4 páginas.
- Para hacer el envío de la evidencia remítase al área de la actividad correspondiente y acceda al espacio: **Taller de prevención y promoción de la salud mental. AA4-EV01.**



#### 4. ACTIVIDADES DE EVALUACIÓN

Evidencias de aprendizaje	Criterios de evaluación	Técnicas e instrumentos de evaluación
<b>Evidencia de conocimiento:</b>  Matriz de organización conceptual. AA1-EV01.	Concibe la salud mental en el marco de la autonomía, capacidad individual y la responsabilidad con el entorno.  Identifica la importancia de la promoción, prevención y atención en salud mental en el marco de la política nacional.	<b>Lista de chequeo:</b>  IE-AA1-EV01.
<b>Evidencia de conocimiento:</b>  Mapa mental sobre coberturas y beneficios en salud mental. AA1-EV02.	Identifica las coberturas y beneficios en salud mental teniendo en cuenta lineamientos del sistema de salud.	<b>Lista de chequeo:</b>  IE-AA1-EV02.
<b>Evidencia de producto:</b>  Infografía: presentación sobre factores de riesgo y factores protectores. AA2-EV01.	Comprende las diferencias entre los determinantes sociales en salud, los factores de riesgo y los factores protectores en el marco de la salud mental.  Identifica los factores de riesgo individuales y colectivos que pueden generar problemas y/o trastornos mentales según referentes teóricos.  Describe las acciones de atención primaria de los trastornos prevalentes en salud mental según lineamientos.  Comprende la importancia del afrontamiento positivo para generar factores protectores en salud mental teniendo en cuenta condiciones del entorno.	<b>Lista de chequeo:</b>  IE-AA2-EV01.
<b>Evidencia de producto:</b>  Caso de estudio de factores de riesgo y ruta de protección. AA3-EV01.	Explica mecanismos de participación teniendo en cuenta planes de acción en salud mental a nivel familiar y comunitario.  Describe los componentes de los planes acción en salud mental	<b>Lista de chequeo:</b>  IE-AA3-EV01.





	<p>según características de la población.</p> <p>Explica la ruta integral de atención en salud mental teniendo en cuenta principios de atención primaria.</p> <p>Explica la importancia de la denuncia de las violencias y los trastornos derivados de esta teniendo en cuenta las Rutas de Atención Integral.</p>	
<p><b>Evidencia de desempeño:</b></p> <p>Taller de prevención y promoción de la salud mental. AA4-EV01.</p>	<p>Orienta acciones de promoción en salud mental en el marco de las condiciones de vida familiares y comunitarias.</p> <p>Desarrolla programas psicoeducativos para fortalecer factores protectores en salud mental teniendo en cuenta lineamientos.</p>	<p><b>Lista de chequeo:</b></p> <p>IE-AA4-EV01.</p>

## 5. GLOSARIO DE TÉRMINOS

**Diseño:** proceso mediante el cual se llega a un resultado sobre algo previamente analizado.

**Estrategias:** hace referencia al procedimiento a través del cual se toman las decisiones en un escenario determinado con el objetivo de conseguir una o varias metas.

**Infografía:** es una representación visual de información; es decir, que en lugar de tener una cantidad de texto que nadie jamás leerá, se presenta la misma información de forma distinta y fácil de entender.

**Lineamientos:** es una tendencia, una dirección o un rasgo característico de algo.

## 6. REFERENTES BIBLIOGRÁFICOS.

Canva. (2022). *Aprende cómo hacer una infografía en 15 pasos sencillos*. [https://www.canva.com/es\\_mx/aprende/que-es-una-infografia-como-se-hace/](https://www.canva.com/es_mx/aprende/que-es-una-infografia-como-se-hace/)

Mindmeister. (2022). *Mapas mentales colectivos*. <https://www.mindmeister.com/es>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). *Boletín de salud mental Análisis de Indicadores en Salud Mental por territorio*. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-onsm-abril-2018.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Resolución 4886 de 2018 Política Nacional de Salud Mental.



[https://www.minsalud.gov.co/Normatividad\\_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%204886%20de%202018.pdf](https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/Resoluci%C3%B3n%20No.%204886%20de%202018.pdf)

PAHO. (2021). *Plan de Acción sobre Salud Mental 2015-2020*. [e-book] PAHO. <https://www.paho.org/es/documentos/plan-accion-sobre-salud-mental-2015-2020>

SENA-Cenigraf Bogotá. (2015). *Mapas mentales - Aprendices SENA Cenigraf (Técnico en sistemas)*. [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=yB2a6u7vX8Y>

Spline Media. (2018). *¿Qué es una infografía?* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=kc4FJKg2824&t=30s>

## 7. CONTROL DEL DOCUMENTO

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha
<b>Autor (es)</b>	Sonia Margarita Leal Cruz	Experta Temática	Regional Distrito Capital - Centro de Formación de Talento Humano en Salud	Mayo de 2022
	Claudia Milena Hernández Naranjo	Diseñadora Instruccional	Regional Distrito Capital - Centro de Gestión Industrial	Mayo de 2022
	Alix Cecilia Chinchilla Rueda	Asesor Metodológico	Regional Distrito Capital - Centro de Diseño y Metrología	Mayo de 2022
	Rafael Neftalí Lizcano Reyes	Responsable Equipo Desarrollo Curricular	Regional Santander - Centro Industrial del Diseño y la Manufactura.	Mayo de 2022
	José Gabriel Ortiz Abella	Corrector de Estilo	Regional Distrito Capital - Centro de Diseño y Metrología	Septiembre de 2022.

## 8. CONTROL DE CAMBIOS

	Nombre	Cargo	Dependencia	Fecha	Razón del Cambio
<b>Autor (es)</b>					