

## Los Adolescentes en sintonía con la Salud Mental

### Adolescents in tune with Mental Health

Arias Neira, Cinthya Julieth<sup>1</sup>  
GonzalezGomez, Leonela Alejandra<sup>2</sup>  
Valderrama Sanabria, Mery Luz<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Estudiante Universidad de los Llanos/Meta, Villavicencio, Colombia, cinthya.arias@unillanos.edu.co

<sup>2</sup>Estudiante Universidad de los Llanos/Meta, Villavicencio, Colombia, leonela.gonzalez@unillanos.edu.co

<sup>3</sup>Profesora Universidad de los Llanos/Meta, Villavicencio, Colombia, mvalderrama@unillanos.edu.co

#### Resumen

**Introducción:** El proyecto surge a raíz de la problemática por múltiples casos de violencia sexual, embarazos no planeados y en general otro tipo de decisiones poco asertivas que toma la juventud, además del interés como futuras profesionales de dar un aporte positivo a la sociedad y generar más conciencia acerca de estas situaciones. **Objetivo:** Educar a la comunidad sobre la importancia de la salud mental en los adolescentes a través del lenguaje radial, en busca de cambios significativos en la vida. **Métodos:** Proyecto comunitario de proyección social. Se desarrolló de Agosto de 2017 a mayo de 2018. **Resultados:** El contenido de los programas mostró variedad y creatividad en cada una de sus secciones, para entretener al oyente. Las estrategias de difusión fueron videos en Youtube, Facebook e Instagram, donde se hacía el seguimiento de los programas escuchados. **Conclusiones:** La educación a través de la radio es una herramienta útil para promoción de la salud adolescente. Se lograron fortalecer competencias cognitivas al reforzar los temas vistos en clase y las comunicativas al enfrentarse a otra manera de brindar cuidado, fortaleciendo la expresión oral y escrita. Se espera que el estudio apunte a mejorar el futuro de los adolescentes, de tal forma que sepan reconocerse a sí mismos, reflexionen sobre su proyecto de vida y se preparen para el mundo laboral tomando decisiones asertivas.

Palabras clave: Conducta del adolescente; Salud Mental; Educación; Depresión; Educación en enfermería; radio

#### Abstract

**Introduction:** The project arises as a result of the problem due to multiple cases of sexual violence, unplanned pregnancies and, in general, another type of misguided decisions that young people make, as well as the interest of us as future professionals to give a positive contribution to society and generate more awareness about these situations. **Objective:** To educate the community about the importance of mental health in adolescents through radial language, in search of significant changes in life. **Methods:** Community project of social projection. It was developed from August 2017 to May 2018. **Results:** The content of the programs showed variety and creativity in each of its sections, to entertain the listener. The dissemination strategies were videos on Youtube, Facebook and Instagram, where the programs listened to were monitored. **Conclusions:** Education through radio is a useful tool for the promotion of adolescent health. Cognitive skills were strengthened by reinforcing the topics seen in class and communicative issues when faced with another way of providing care, strengthening oral and written expression. It is hoped that the study aims to improve the future of the adolescents, in such a way that they

know how to recognize themselves, reflect on their life project and prepare for the workplace by making assertive decisions.

Key words: Adolescent Behavior; Mental Health; Education; Depression; Education Nursing; G radio

## I. INTRODUCCIÓN

El proyecto surge por la alianza que se ha dado entre la educación y las nuevas tecnologías, ayudando a perfeccionar el aprendizaje y brindando una educación global; la elección de esta propuesta de proyección social se da a raíz de la problemática actual que se ve en el país por múltiples casos de violencia sexual, embarazos no planeados y en general otro tipo de decisiones poco asertivas que toma la juventud frente a ciertas circunstancias que se les presenta, además del interés como futuras profesionales de dar un aporte positivo a la sociedad y generando conciencia acerca de estas situaciones.

Este trabajo se encuentra anidado al macroproyecto denominado Educación en Salud a través del Lenguaje Radial, liderado por la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de los Llanos, cuyo objetivo es educar a la comunidad en temas relacionados con el cuidado de la salud a través de la radio.

Se diseñaron programas dirigidos a la población adolescente, partiendo de que es allí donde se empiezan a generar cambios físicos, cognitivos y emocionales que puede afectar las relaciones de los adolescentes con sus padres y con los iguales, propiciando a la incorrecta toma de decisiones<sup>1,2</sup>.

Los adolescentes tienen derechos; tal como estableció en 1989 la Convención sobre los Derechos del Niño y entre ellos se encuentra el derecho a la información y a adquirir conocimientos; a acceder a servicios, como la educación, la salud, los entretenimientos y la justicia” y a pesar de ello, cada año alrededor de cuatro millones de niños intentan suicidarse en el mundo; una décima parte de los nacimientos son de madres adolescentes; y el 20% de los niños en edad escolar son fumadores<sup>3</sup>. Los adolescentes están tomando decisiones que tienen consecuencias permanentes, sin orientación o apoyo de los adultos.

“Una sociedad que se aísla de sus jóvenes... está condenada a desangrarse”, dijo Kofi Annan, Secretario General de las Naciones Unidas, en una alocución dirigida a la Conferencia Mundial de Ministros responsables de la Juventud. Cuando se protegen los derechos de los adolescentes, su fuerza, su creatividad y su pasión puede transformarse en esperanza, incluso en las situaciones más desesperadas<sup>4</sup>.

Y tal como lo afirma Araujo P. donde "los enfermeros debemos aprovechar nuestra cercanía a la población que atendemos, para llevar a cabo actividades de promoción y educación para la salud, fomentando hábitos de vida saludable"<sup>5</sup>. Los adolescentes perciben el sistema de salud como poco accesible para aclarar sus dudas, aunque creen que es una fuente fiable de información; entonces, ¿qué mejor opción que ser nosotros los que nos acerquemos a ellos para cambiar esta visión?

Como profesionales de la salud, creemos que nuestra función como educadores no sólo se debe limitar a la consulta, a la seguridad y superioridad que nos da estar entre cuatro paredes, sino que debemos ir mucho más allá y enfrentarnos a la realidad del adolescente, a su contexto sociocultural, tratándolos

como iguales y comprendiéndolos, empatizando, para poder así ofrecerles unos conocimientos realistas abordando los aspectos que les preocupan y motivan.

En Colombia en el periodo comprendido entre 2010-2014 se presentó una cifra de 7116 casos de violencia sexual en niñas entre 10 a 14 años y de 2151 casos en niñas de 15 a 17. Otro dato revelador es el embarazo adolescente en menores de 14 años con un promedio de 6550 nacimientos anuales de madres<sup>6</sup>.

Expertos de la Secretaría de Salud afirmaron que algunos factores como proyectos de vida a corto plazo, consumo de alcohol y alucinógenos, exceso de tiempo libre, entre otros; se convierten en una peligrosa combinación cuando los jóvenes deciden explorar su sexualidad.

En el primer semestre de 2015, según cifras oficiales, hubo 815 partos de madres menores de 19 años en la capital del Meta; Angélica Rondón, epidemióloga de la Secretaría de Salud en el programa de salud sexual y reproductiva, explicó que combatir esta problemática ha sido complicado porque puede traer graves complicaciones de salud, pero la sociedad todavía tolera un embarazo a temprana edad y afirma que “Si una mujer se embaraza o inicia su vida sexual a temprana edad puede tener riesgos como contraer cáncer cervicouterino o someterse a una histerectomía, sin embargo para muchos este no es un problema porque varias de nuestras madres o abuelas tuvieron su primer hijo muy jóvenes”<sup>7</sup>.

Basados en un estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en el 2013, en Colombia se comprobó que el mayor consumo de sustancias ilícitas en ese año se presentó en el grupo de 18 a 24 años, con una tasa del 8.7%, seguido por los adolescentes con una tasa del 4.8% y las personas de 25 a 34 años, con una prevalencia del 4.3% para dicho periodo<sup>8</sup>.

Según datos del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INMLCF) la tasa general de suicidios en Colombia en los últimos 5 años se ha mantenido entre 4 y 4.1, mientras que aquella de menores entre 5 y 18 años pasó de 1.57 en el 2008 a 1,75 en el 2012, lo que en casos representa 18 casos más, una cifra lo suficientemente alta como para empezar a indagar qué está sucediendo para que más<sup>9</sup>.

Según cifras de la Secretaría de Salud al cierre de la semana epidemiológica 16 (hasta el 23 de abril) del presente año, la capital del Meta registraba 73 casos de intento de suicidio, de los cuales 23 correspondieron a menores entre 15 y 18 años, y 7 casos entre 14 y 10 años; frente a estas, las autoridades de salud, educación y Policía de Infancia y Adolescencia del municipio trabajan en estrategias de prevención para disminuir los casos. “Por medio de llamadas a la línea 123 de la Policía se puede solicitar apoyo en caso de sospecha que algún menor de edad presente algún tipo de síntoma, como depresión o aislamiento que pueda poner en riesgo su integridad física”<sup>10</sup>.

El abuso de drogas en los jóvenes altera la dinámica de sus relaciones sociales y puede llevar a una toma de decisiones inadecuada y en ocasiones violenta. El consumo de drogas está altamente relacionado con violencia juvenil. Por ejemplo, determinadas formas de beber producen una pérdida de control; algunas sustancias, especialmente sintéticas, hacen sentir al adolescente sin límites, ni inhibición<sup>11</sup>.

Los principales factores relacionados con el abuso y dependencia a las drogas son; la edad, trastornos parentales (padres poco involucrados y/o con problemas de alcohol u otras drogas), influencia de los pares (amigos cercanos que consumen sustancias), reincidencia delictiva (es decir, número de veces que ha sido arrestado), gravedad del delito cometido y régimen de detención<sup>12</sup>.

En el departamento del Meta los jóvenes están entre los que más consumen licor en el país, según el estudio nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas; María Teresa Parrado, coordinadora de salud mental de la Secretaría de Salud del Meta, señaló que la edad de consumo es a los 14 años y la primera sustancia que se consume en el departamento es el alcohol, seguida de marihuana y luego el bazuco<sup>13</sup>.

Cassano y Fava (2002), resaltan la relación entre depresión y salud pública, los hallazgos de diversos autores en cuanto a las consecuencias del trastorno depresivo, tienen que ver con el incremento de la mortalidad, el aumento de la tasa de suicidio y de homicidios, el incremento de los comportamientos agresivos y del consumo de drogas y la disminución de la actividad productiva<sup>14</sup>.

Los datos del Segundo Estudio Nacional de Salud y Consumo de Sustancias Psicoactivas (Santacruz, Gómez, Posada & Viracachá, 2015), sobre depresión leve, moderada y severa, sugieren que los jóvenes colombianos entre los 16 y 21 años muestran los más altos índices de depresión en comparación con otros rangos de edad. Además, según los datos de la Secretaría de Salud de Bogotá, en el año 2013 la tercera causa de muerte de los jóvenes de 14 a 26 años se debió a suicidios con un 7.0% del total de muertes, después de las agresiones violentas y los accidentes de tránsito<sup>15</sup>.

Una compleja situación en materia de salud mental se vive en el departamento del Meta, según lo expresa el médico psiquiatra de Unidad Mental del Hospital Departamental de Villavicencio, Alexander Galeano, al asegurar que el departamento, en los últimos 20 años, ha estado entre los cinco del país con más trastornos de afectividad y ansiedad, con base en los informes que ha hecho el Ministerio de Salud desde el año 1993, cuando se hizo el primer estudio en donde la depresión en el Meta alcanzó el 57,4%, siendo el más alto del país.

La región del Ariari, es donde hay más inconvenientes afectivos en el Meta y traen la enfermedad en sus genes, que se suma al desarraigo que sufrieron. Galeano explica que la enfermedad afectiva es de origen filogenético, porque la especie humana tuvo que adaptarse al medio, a estos se suma que, si los padres tienen problemas afectivos, los hijos pueden tener diez veces más posibilidades de que se les presente la enfermedad y, cada vez, a más temprana edad, pues es hereditaria y una de las maneras de observar la enfermedad afectiva es a través del suicidio.

De acuerdo a lo anterior, el objetivo general propuesto en este estudio fue educar a la comunidad sobre la importancia de la salud mental en los adolescentes a través del lenguaje radial, en busca de cambios significativos en la vida.

Como objetivos específicos se planteó; realizar revisión sistemática de la literatura en temas actualizados relacionados con la salud mental del adolescente para elaborar los libretos. Promover difusión de los programas radiales a través del voz a voz y diferentes medios de divulgación y Determinar la importancia de fomentar el bienestar de la salud mental en los adolescentes, desde las actividades de Enfermería.

## I. MÉTODOS

### TIPO DE ESTUDIO

Se trata de un proyecto comunitario de proyección social de la Facultad de Ciencias de la Salud de Universidad de los Llanos, el cual consistió en la elaboración de seis programas radiales con lenguaje comprensible para toda la comunidad. Son emitidos a través de una emisora local de la ciudad de Villavicencio, cada sábado de 11 a 11 y 25 am.

Los temas abordados permitieron dar cumplimiento a los objetivos propuestos con relación al enfoque de la salud mental del adolescente, en su orden de emisión fueron; proyecto de vida, prevención del embarazo adolescente, resolución de conflictos, depresión, intento de suicidio y consumo de sustancias psicoactivas. El Proyecto hace parte de una opción de grado para obtener el título como Enfermera, fue desarrollado por estudiantes de VII semestre bajo la dirección de un tutor.

### PROCEDIMIENTO

El contenido de los programas mostró variedad y creatividad en cada una de sus secciones, con el fin de entretener al oyente. Se destacó el testimonio de vida, el cual fue una entrevista a jóvenes que habían experimentado la temática del día, narrando la vivencia para que el oyente sintiera curiosidad por escuchar el programa. Cada programa tenía la participación de un profesional experto, quien complementaba desde su experiencia y respondía las llamadas y aclaraba las dudas.

La comunidad también hacía sus aportes a través sección vox populi, en donde se preguntaba a la gente del común lo que sabía del tema del día; por su parte la sección novedades, hacía referencia a los últimos avances científicos para mantener a los oyentes actualizados y finalmente se incluían lostips educativos con frases cortas que educaban al oyente y reforzaban el tema abordado.

Se realizaron diferentes estrategias de difusión como videos en Youtube, se creó página en Facebook e Instagram, donde se hacía el seguimiento de los programas escuchados.

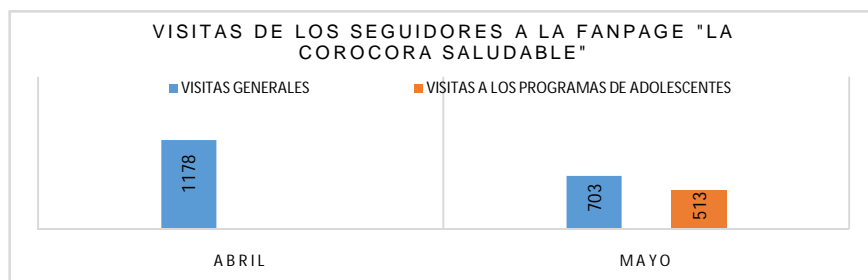
El libreto constaba de 10 páginas numeradas, el contenido estuvo soportado en fuentes bibliográficas, consultadas en las bases de datos de la universidad y documentos compartidos por los miembros de la red de adolescencia y juventud de Iberoamérica, Italia y el Caribe; artículos recientes, por lo menos de diez años anteriores. Se precisó tener en cuenta el uso de las reglas ortográficas y redacción en los libretos pasando por varias revisiones hasta llegar a obtener la versión final para grabar. La elaboración de la propuesta del proyecto se desarrolló de agosto a noviembre de 2017, fue aprobado en febrero de 2018, posteriormente, entre febrero y abril se realizaron y grabaron los libretos y en los meses de abril y mayo de 2018 fueron emitidos los programas.

Desde el inicio del estudio se tuvo en cuenta los aspectos éticos contemplados en la Resolución No 008430 del Ministerio de Salud de Colombia.

### Resultados

La Fanpage “La Corocora Saludable” actualmente cuenta con 115 seguidores quienes visualizan la publicidad que se realiza para dar a conocer los programas que serán emitidos; estos seguidores comparten las imágenes, reaccionan con emociones y hacen comentarios invitando a que otros amigos sigan la página y a que escuchen los programas radiales como es el caso de Persona 1 quien manifestó: “Excelente trabajo para la educación en salud de la población llanera. Felicidades al equipo de trabajo”.

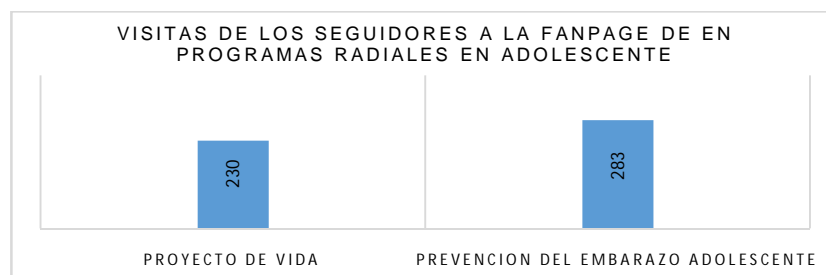
Fig. 1 Número de visitas de los seguidores a la Fanpage “La Corocora Saludable” durante Abril y Mayo de 2018.



Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos tomados de la Fanpage “La Corocora Saludable”

La publicidad y transmisión de los programas radiales enfocados al Adolescente inició en el mes de mayo, teniendo una gran acogida por parte de los seguidores y de los oyentes del programa, esto se evidencia en la Fig. 1 en donde el 73% de las visitas del mismo mes correspondieron a la publicidad difundida sobre programas enfocados al adolescente a comparación del programa Estilos de Vida Saludable. Este interés en programas de Adolescentes puede relacionarse a que un porcentaje considerable del público es joven y estudia en el área de la Salud.

Fig. 2 Visitas de los seguidores a la Fanpage de acuerdo al Programa Radial en Adolescente durante mayo de 2018.



Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos tomados de la Fanpage “La Corocora Saludable”

Durante el mes de mayo fueron transmitidos dos de los seis programas radiales enfocados al adolescente, esto permitió evidenciar el impacto inicial de estos destacando un aumento del 19% en las visitas de una programa a otro, siendo este un indicador positivo para el resto de programas que se estima tendrán un aumento similar o mayor al observado en los programas de Proyecto de Vida y Prevención del Embarazo.

Es de suma importancia destacar la publicidad en otras redes sociales como Instagram, en la cual se realizó una encuesta en donde el 60% de los seguidores participantes ya tenían un proyecto de vida claro;

en YouTube se inició la promoción del objetivo del Proyecto “La Corocora Saludable” teniendo como resultado 60 visitas y de estas un número considerable fue por parte de los seguidores en redes sociales.

Fig. 3 Publicidad emitida del Programa Proyecto de Vida en Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial.



Fuente: Elaboración propia.

Como muestra la Fig. 3, la publicidad que se realiza para los programas radiales es visual, creativa, con la información pertinente y en lenguaje sencillo para que sea fácil de entender por los seguidores.

Un punto importante para destacar es que ha sido tan exitosa esta labor que la comunidad ha solicitado que los programas radiales sean transmitidos nuevamente en Instituciones Educativas Públicas con el fin de fortalecer y empoderar a los adolescentes que asisten a ellas, permitiendo la ejecución de la segunda etapa del proyecto para así evaluar el impacto de la intervención en los oyentes.

## II. CONCLUSIONES

La educación en salud a través de la radio se constituyó en una herramienta muy útil para la difusión del enfoque de la salud mental del adolescente, debido a que la información llegó hasta los lugares más apartados. El profesional de enfermería tiene la responsabilidad de promover la salud y prevenir la enfermedad, a través de estrategias de fácil acceso a la población, transmitidas en lenguaje claro, sencillo y agradable para la comunidad. Hoy en día las TIC se han convertido en elementos importantes de la sociedad, influyendo en las ideas, hábitos y costumbres. Como estudiantes de enfermería, se fortalecieron las competencias cognitivas al reforzar los temas y las comunicativas al enfrentarse a otra manera de brindar cuidado. Se espera que el estudio apunte a mejorar el futuro de los adolescentes, reflexionando sobre el proyecto de vida y la preparación para el mundo laboral tomando decisiones asertivas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Orcasita-Pineda, LT y Uribe-Rodríguez, AF. La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychol. av. discip.* [online]. 2010, 4 (2), 69-82. Consultado 4 marzo 2018.
2. Lomeli-Parga, A., López-Padilla, MG., Valenzuela-Gonzalez, JR. Autoestima, Motivación e inteligencia emocional, tres factores influyentes en el diseño exitoso de un proyecto de vida de jóvenes. *Rev electrónica Educare*. 2016 20 (2):1-22. Consultado el 6 diciembre 2017.

3. Restrepo-Martínez, M., Trujillo-Numa, L., Restrepo-Bernal, D., Torres, Y. y Sierra, G. Abuso sexual y situación de negligencia como factores de riesgo de embarazo adolescente. *Rev colombiana de Psiquiatría*. 2017 46(2):74-81. Consultado el 5 de abril de 2018.
4. Martos-Martínez, a., Simón-Márquez, M., Barragán- Fuentes. Y Gásquez-Linares. Revisión del uso de las nuevas tecnologías para la intervención en violencia de género en parejas adolescentes. *RevEuropeanJournalofChildDevelopment*. 2016 4(1):63-73. Consultado el 18 de enero de 2018.
5. Mendoza-Tascón, LA., Claros-Benitez, D., Peñaranda-Ospina, CB. Actividad Sexual temprana y embarazo en la adolescencia: estado del arte. *Rev chilena Obst. Ginecol*. 2016. 81 (3):243-253. Consultado el 25 noviembre 2017.
6. UNICEF. Análisis de la situación de la infancia y la adolescencia en Colombia 2010-2014. [Internet] 2014 [Citado 2017-08-24]. Disponible en: <http://unicef.org.co/sitan/assets/pdf/sitan.pdf>
7. Arrom-Suhurt, C., Samudio, M., Ruoti, M., Orúe, E. Síndrome Depresivo en la adolescencia asociado a género, abuso sexual, violencia, violencia física y psicológica. *RevMem. Investig. Cienc. Salud*. 2015. 13 (3):39-44. Consultado el 24 de febrero de 2018.
8. Trocoso, P., Luttges, C., Leal, I., Leyton, C. y Molina, T. El marco legal para la prevención del embarazo adolescente en Chile. *Rev Salud P*. Consultado el 30 de noviembre de 2017.
9. Sáenz, M.A., Bejarano J. y Fonseca, S. En condiciones de vulnerabilidad: Consumo de drogas en adolescentes privados de la libertad y transgresión de la ley penal. *Revista de la Asociación de Ciencias Penales de Costa Rica*. 2006 18 (24): 79-88. Consultado el 22 de octubre de 2017.
10. Gonzalez, E., Molina, T., Montero, A., Martínez, V. Factores Asociados al inicio sexual en adolescentes de ambos sexos de nivel socioeconómico medio-bajo de la región metropolitana. *Rev Chilena Obst. Ginecol*. 2013. 78(1):4-13. Consultado el 4 de marzo de 2018.
11. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Dirección Nacional de Estupefacientes, Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito UNODC. Estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes en conflicto con la ley en Colombia. UNODC [Internet]. 2010 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en:[https://www.unodc.org/documents/colombia/2013/septiembre/Estudio\\_Consumo\\_Adolescentes\\_en\\_Conflicto\\_2009.pdf](https://www.unodc.org/documents/colombia/2013/septiembre/Estudio_Consumo_Adolescentes_en_Conflicto_2009.pdf)
12. Pardo A., Graciela; Sandoval D., Adriana; Umbarila Z., Diana. Adolescencia y depresión. *Revista Colombiana de Psicología*. 2004 13:17-32. Consultado 26 de Agosto 2017. Disponible en:<http://www.redalyc.org/pdf/804/80401303.pdf>
13. Barbosa-Granados, A., Martí-Reyes, M., Gutierrez, M. Qué quiero ser?Construyendoun Proyecto de vida. *Rev de divulgacióncientífica*. 2015. 1 (2):1171-1175. Consultado el 12 de noviembre de 2017.
14. Bernal-Romero, T. Proyecto de vida de jóvenes en el Sistema de protección colombiano. *Rev del Centro Reina Sofíasobreadolescencia y juventud*. 2017. 6:28-47. Consultado el 11 de febrero de 2018.
15. Perez-Ruiz, A., Guerra-Ramírez, JA. Implementación de una guía o manual mediante el uso de la investigación y de las TICS para mejorar la participación de los estudiantes del nivel medio superior de la Universidad de Guanaguatoconvocatorias de Proyecto de vida que promueve la universidad de todos sus estudiantes. *Rev Jóvenes en la ciencia*. 2017. 3(2):1554-1558. Consultado el 4 de abril de 2018.



