

A thick dark blue vertical bar is positioned on the left side of the page. From its base, several thin, curved lines in shades of blue and grey extend upwards and outwards, creating an abstract, organic shape.

**FACTORES DE RIESGO QUE
PUEDEN AFECTAR LA SALUD
MENTAL DE LOS Y LAS
ESTUDIANTES DE PRIMER A
TERCER SEMESTRE EN LA
UNIVERSIDAD DEL VALLE
SEDE ZARZAL**

**Elaborado por: Karol
Fernanda Trigueros Ossa**

**Orientado por:
Claudia Inés Toro
Psicóloga**

**FACTORES DE RIESGO QUE PUEDEN AFECTAR LA SALUD MENTAL DE LOS Y
LAS ESTUDIANTES DE PRIMER A TERCER SEMESTRE EN LA UNIVERSIDAD
DEL VALLE SEDE ZARZAL**

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

ELABORADO POR:

KAROL FERNANDA TRIGUEROS OSSA

ORIENTADO POR:

CLAUDIA INES TORO



UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE ZARZAL

FACULTAD DE HUMANIDADES

ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO

ZARZAL – VALLE

2018

En memoria de...

Zabulón Trigueros M quien a pesar de su ausencia sigue siendo mi inspiración.

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, agradezco a Dios, porque me dio la capacidad de ser, existir, aprender, conocer, aunque haya mucho por recorrer, *“La sabiduría comienza por honrar al Señor”* (Proverbios 1; 7).

Agradezco a mi esposo quien ha sido mi polo a tierra, me ha sostenido en los momentos en los que creía que no podría culminar esta etapa de mi vida, a mi hija por ser mi mayor inspiración, mi motivo para continuar y seguir adelante.

A mi familia, mamá, hermanas, abuelos, tíos y amigos porque siempre estuvieron presentes durante este largo caminar, aportando desde lo económico hasta moralmente dando ánimos para continuar.

A mi directora de trabajo de grado, quien me guio durante estos dos años, quien creyó en mí, en mis capacidades aun cuando yo no creía que podría terminar.

A los 191 estudiantes que participaron de las encuestas con las que se logró recolectar la información que dio vida al presente trabajo.

A todos.... Gracias.

Tabla de Contenido

	Pág.
Introducción	6
Capítulo I	
1. Planteamiento del problema	9
1.1. Objetivos	11
1.2. Objetivo General	11
1.2.1. Objetivos Específicos	11
1.3. Justificación	13
Capítulo II	
2. Antecedentes	16
Capítulo III	
3. Marco Contextual	24
Capítulo IV	
4. Marco de referencia teórico-conceptual	27
4.1. Factores Sociodemográficos	31
4.2. Factores Individuales	33
4.3. Factores Institucionales	39
4.3. Factores Familiares	51
Capítulo V	
5. Estrategia Metodológica	59
Capítulo VI	
6.1. Análisis de los Factores Sociodemográficos	63
6.3. Análisis de los Factores Individuales	75
6.4. Análisis de los Factores Institucionales	90

6.5. Análisis de los Factores Familiares	105
Conclusiones	117
Bibliografía	124
anexos	130

INTRODUCCIÓN

El ingreso a la vida universitaria, enfrenta a los y las estudiantes a un mundo desconocido el cual les exige asumir cambios o los lleva a desarrollar habilidades que le permitan desenvolverse en el nuevo contexto; según lo expuesto por (Kember, 2004, en Figueiredo- Ferraz, Cardona & Gil-Monte, 2009) estos cambios a nivel del estilo de vida de quienes se encuentran terminando la adolescencia; los lleva a vivir experiencias nuevas y poner a prueba las expectativas del entorno cercano y las propias; debido a que en algunos casos, esto requiere dejar el hogar, la familia, los amigos y el entorno cotidiano (Dyson & Renk, 2006), lo que produce una interrupción significativa de las redes de apoyo de los sujetos (Beck, Taylor & Robbins, 2003).

En este nuevo contexto, adquirir nuevos conocimientos, nuevas metodologías de estudio y habilidades se dan por medio de la práctica y de la cotidianidad de los y las estudiantes dentro del contexto universitario, a partir de las relaciones interpersonales, estilo de vida, redes de apoyo lo que puede afectar su salud mental por tanto es necesario indagar sobre cuales factores pueden afectar la Salud Mental de los jóvenes que se encuentran entre primer y tercer semestres, periodo que se considera de adaptación.

No obstante, muchos jóvenes ven en el ingreso a la Universidad la oportunidad de ser y sentirse independientes, sin dimensionar muchas veces el sentimiento de soledad que puedan experimentar al estar lejos de su grupo familiar, debido al nuevo estilo de vida, ya que se enfrentaran a aspectos propios de la vida universitaria como; la exigencia académica, la sobrecarga de responsabilidades; los cuales pueden o no afectar su Salud Mental.

Finalmente, este escrito se compone de nueve capítulos, desarrollados de la siguiente manera:

1. Planteamiento del Problema; en este capítulo se podrá encontrar la información que permitió llegar a la situación problema a estudiar, es decir, después de indagar previamente que situaciones se presentan en el ámbito universitario, se llegó a la situación que concierne a la Salud Mental de los y las estudiantes, y es que a pesar de que en el país existe la legislación vigente para el tratamiento de la salud mental, esta debe ser adoptada por cada institución de acuerdo a sus características contextuales, es así como la Universidad del Valle desde Bienestar Universitario cuenta con el programa Universidad Saludable, y aunque este programa no se trabaja de la misma manera en todas las sedes; en la sede Zarzal, desde el área de psicología se realizan diferentes acciones para abordar el tema.
2. Justificación; en este capítulo se encontrara el por qué y el para que se realizó este estudio, partiendo del hecho diferenciador entre el colegio y la universidad, donde es evidente que entre uno y otro la exigencia es lo que más confronta a los y las estudiantes; también se encontrara la importancia de abordar el tema desde el trabajo social, ya que surge la necesidad de generar conocimiento que aporte a la comprensión y entendimiento del problema desde una mirada psicosocial, que brinde la posibilidad de plantear intervenciones orientadas a la creación de estrategias que contribuyan a la prevención y promoción de la salud mental.
3. Antecedentes; este capítulo nos permite conocer las investigaciones por medio de las cuales se pudo obtener información rica en el tema de la salud mental y de esta manera enriquecer el presente trabajo, para ello se dividió este capítulo en tres subcapítulos los cuales fueron desarrollados de la siguiente manera:

- La importancia de estudiar el tema de la salud mental.
 - Factores que influyen en la salud mental.
 - La aplicación de programas de prevención y promoción de la salud mental.
4. Marco contextual; como su nombre lo indica en este capítulo se encontrará información acerca de la ubicación demográfica de la Universidad del Valle, lugar en el cual se realizó la presente investigación; así como también información sobre la población a estudiar, es decir los y las estudiantes de la Universidad.
 5. Marco teórico; la teoría nos permite comprender de manera más detallada los conceptos con los cuales se abordó el tema, es decir, la salud, la salud mental, factores sociodemográficos, factores individuales, factores institucionales y factores familiares.
 6. Marco metodológico; en este capítulo se podrá encontrar información que dé cuenta del tipo de investigación, método y técnica que se utilizó para dar respuesta a la pregunta de investigación.
 7. Análisis de la información; en este punto se entregará de manera detallada los hallazgos arrojados en las encuestas realizadas a los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la Universidad del Valle sede Zarzal.
 8. Conclusiones; estas nos permiten dejar claro que se encontró, y abrir otros interrogantes frente a la situación estudiada, en este caso los Factores de Riesgo que puede afectar la Salud Mental de los estudiantes en etapa de adaptación.
 9. Bibliografía; aquí se encontrarán los insumos bibliográficos que se utilizaron en la realización de la presente investigación.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Aunque en el país existe la legislación vigente para el tratamiento de la salud mental Ley 1616 de 2013; la cual tiene *como objeto garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental priorizando a los niños, niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención del trastorno mental*; esta debe ser adaptada a cada contexto universitario, como es el caso de la Universidad del Valle con el programa Universidad Saludable, el cual se desarrolla de manera más completa en la sede Cali, en cambio en las sedes el programa no se puede desarrollar de la misma manera porque no se cuenta con el presupuesto para ello; por lo tanto debe ser modificado teniendo en cuenta las particularidades de cada contexto, la idiosincrasia de cada una de ellas, razón por la cual es importante realizar el estudio en la sede Zarzal.

De esta manera se considera que uno de los principales problemas que enfrenta el sistema de educación superior colombiano de acuerdo a la encuesta realizada por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el 2013, concierne a la salud mental de los y las estudiantes, entendiendo que esta “*...es un estado de bienestar con el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a la comunidad...*” (Organización Mundial de la Salud, (OMS) 2001:1).

Teniendo en cuenta que factores como la estructura social, la distribución de la riqueza, las condiciones sociodemográficas, las redes de interacción grupal social, familiar y cultural, la salud biológica, los comportamientos y los recursos personales estarían incidiendo en que

algunos estudiantes afronten problemas psicológicos (Agost y Martín, 2012). Pese a que los últimos años se han caracterizado por aumentos de cobertura e ingreso de estudiantes nuevos, el número de alumnos que logra culminar sus estudios superiores no es alto, según estadísticas del Ministerio de Educación Nacional (2015) gran parte de éstos abandona sus estudios, principalmente en los primeros semestres (65% de las deserciones). Así mismo, en Colombia las tasas de suicidios (4%) y trastornos mentales (34%) asociados al estrés que produce el ciclo universitario van en aumento (Organización Mundial de la Salud (OMS), encuesta nacional de salud mental, 2013).

Tal es el caso de la sede San Fernando, donde en el último año se han presentado cuatro casos de suicidio y dos tentativas más. En todos los casos, las personas involucradas eran estudiantes de la Facultad de Salud de Univalle.

Lo anterior permite visibilizar la necesidad de realizar estudios sobre los factores que influyen en la salud mental de los y las estudiantes; tomando en consideración la etapa académica que vivencia el estudiante, las consecuencias que pueden producir estos factores de riesgo descritos por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como lo son los sociodemográfico, individuales, institucionales y familiares; cabe aclarar que se tomaran estos para ver cómo afectan o cuales afectan no solo en la salud mental de los y las estudiante sino también en el desempeño académico y relacional del mismo y los posibles métodos, estrategias y/o planes de acción que contribuyan a la prevención y promoción de la salud mental.

Por lo cual resulta ser de gran interés conocer dichos aspectos que afectan la salud mental de los y las estudiantes en el ámbito universitario, resultado pertinente para la siguiente pregunta de investigación:

¿Cuáles son los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal?

OBJETIVOS

General

Indagar cuáles son los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal.

Específicos

- Describir las características sociodemográficas (como sexo, edad, estado civil, dependencia económica, lugar de procedencia y lugar de residencia, entre otros) de los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal.
- Identificar los factores individuales (como la dificultad en la adaptación al contexto universitario, afectos que produjo el cambio, dificultad con la exigencia académica, métodos de estudio, uso del tiempo, responsabilidades a cargo, entre otros) que afectan la salud mental de los y las estudiantes que se encuentran entre primer y tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal

- Identificar los aspectos institucionales (tales como exigencia académica, relación docente – estudiante, relación estudiante – estudiante, servicios que presta Bienestar Universitario, entre otros) que influyen en la salud mental de los y las estudiantes que se encuentran entre primer y tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal.

- Describir los factores familiares (tipo de familia, estilo de autoridad, ambiente familiar, resolución de conflictos, dificultades económicas, apoyo familiar) que influyen en la salud mental de los y las estudiantes que se encuentran entre primer y tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal.

JUSTIFICACIÓN

Si bien es cierto que los y las estudiantes no son solamente un cerebro, sino que también son emociones y relaciones; aspectos con los que nos constituimos los seres humanos y que afectan tanto positiva como negativamente la función académica y por ende lo profesional y lo social; es importante abordar el tema de salud mental ya que este como fenómeno afecta el proceso de formación integral principalmente de niños, adolescentes y jóvenes; académica y laboralmente.

Teniendo en cuenta que la Universidad del Valle sede Cali por medio del programa Universidad Saludable acoge y aplica la Ley 1616 del 2013; la sede Zarzal la trabaja con sus propios medios, es decir, desde el área de psicología se han creado espacios para trabajar el tema de salud mental, a partir de campañas educativas, cine foro, acompañamiento psicosocial; por lo cual es importante un estudio que sustente las necesidades específicas de cada sede, teniendo en cuenta que estas están en un lugar determinado con características propias en el clima, la cultura, la estructura física, los programas que ofertan y apoyos diferentes a los dados en Cali; es así como este estudio nos ayudara a conocer los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes, y a partir de allí construir un programa que acoja la Ley y de esta manera trabajar la salud mental con los y las estudiantes de la sede.

Por lo anterior, es importante fomentar la promoción y prevención de la salud mental en todas las esferas de la vida social, particularmente las instituciones educativas; teniendo en cuenta que son el segundo ente de socialización donde los niños, adolescentes y jóvenes permanecen alrededor de la mitad de su tiempo; por ello se tomara en cuenta lo expuesto por los siguientes autores

(Kember, 2004, en Figueiredo- Ferraz, Cardona & Gil-Monte, 2009), quienes hablan de cómo el ámbito universitario confronta a los alumnos a una serie de factores, de los cuales se trabajarán los factores sociodemográficos, individuales, institucionales y familiares, teniendo en cuenta que el ámbito universitario es donde poco se promueven programas preventivos para la promoción de la salud mental.

Según lo expuesto por (Agost y Martín, 2012) se puede decir que la construcción de la salud mental es compleja ya que intervienen aspectos macro estructurales, meso estructurales y micro estructurales, con lo cual se generan cambios en el ciclo vital, siendo la adolescencia el punto fundamental ya que es la etapa en la que muchos ingresan a la vida universitaria y de cierta manera chocan con la realidad a la que se están enfrentando, pues exige en ellos comportamientos, actitudes y aptitudes que generalmente no logran ser desarrollados en la educación secundaria; así pues, es el tránsito colegio-universidad, donde se presentan dificultades en cuanto a cambios en el modelo pedagógico, en los sistemas de evaluación, en la autonomía y en el manejo de los horarios; los temores que pueden vivir los jóvenes al ingresar a la universidad pueden basarse en el reconocimiento de la institución como un lugar muy grande, distinto al colegio.

Respecto a la relación de la salud mental y los aspectos propios de la incursión en el ámbito universitario (Herrera, Pérez y Vélez, 2011; Díaz, 2012; Revista CES, 2010; Molina, Pareja y Montoya, 2014) estos se fundamentan en la relación de la salud mental del estudiante con factores externos al contexto universitario o en su defecto se enfocan en el padecimiento de algún tipo específico de trastorno mental. Además la mayoría de las investigaciones tienen como sujetos de estudio a los estudiantes en cualquiera de las etapas de la vida universitaria, sin

puntualizar en la etapa de adaptación la cual se producen entre el primer y el tercer semestre, ya que es un periodo en el cual los y las estudiantes están enfrentando la realidad académica que viven, aunque se podría pensar que la etapa de adaptación va hasta el quinto semestre, el presente estudio va dirigido solamente a los y las estudiantes de primer a tercer semestre, debido a que es este periodo de tiempo en el que se pueden presentar (sin darlo por hecho) mayor número de deserción; tema que se puede investigar más adelante.

En este sentido, se hace importante conocer si se ha presentado dificultad en la adaptación al contexto universitario, ha presentado dificultades en el proceso de aprendizaje, ¿Cómo influye la relación docente - estudiante a la salud mental de los estudiantes? ¿Cómo influye la relación estudiante - estudiante en la salud mental de los estudiantes? entre algunos otros aspectos que pueden ayudar a reflexionar sobre el fenómeno que se pretende estudiar. Por todo lo anterior desde el Trabajo Social surge la necesidad de generar conocimiento que aporte a la comprensión y el entendimiento de tal fenómeno desde una mirada psicosocial, que brinde los elementos necesarios para plantear intervenciones orientadas a la creación de estrategias que contribuyan a la prevención y promoción de la salud mental de los estudiantes universitarios desde el inicio de su vida académica, ya que ésta es determinante para la consolidación de procesos académicos que permita una formación integral, lo que se traduce en profesionales capaces de afrontar los retos de la vida laboral.

ANTECEDENTES

Con el fin de trabajar el tema de la salud mental, se hace necesario en un primer momento realizar un rastreo de investigaciones para tener un panorama del abordaje del tema desde diferentes visiones y abrir un camino hacia la fundamentación del objeto de investigación que aquí se pretende construir. De este modo se lograron identificar los conceptos predominantes que se han trabajado en las diferentes investigaciones. Así pues, se dividen las investigaciones en tres grupos; La importancia de estudiar el tema de la salud mental, factores que inciden en la salud mental y finalmente, la aplicación de programas de prevención y promoción de la salud mental. A continuación, se relacionan los principales aportes:

1- La importancia de estudiar el tema de la salud mental.

La importancia de estudiar el tema de la salud mental radica principalmente en los postulados de Martínez (1985), Guinsberg (1990), Rodríguez (1986) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2001) aseguran que el término “salud mental” es complejo, polivalente y requiere la intersección de múltiples factores que influyen en su consolidación, razón por la cual por muchos años ha sido foco de polémica entre los estudiosos que pretendían darle una definición pues las diferencias culturales, de género, sociales y de clases es sumamente disímil. Sin embargo, se logró llegar a un consenso tomando como referente tres aspectos fundamentales: la salud mental es parte fundamental de la salud general, la salud mental es más que la ausencia de enfermedad y la salud mental tiene una profunda relación con la salud física y la conducta. Con base a lo anterior la Organización Mundial de la Salud realizó la siguiente definición:

“...La salud mental es un estado de bienestar con el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a la comunidad...”

(Organización Mundial de la Salud (OMS) 2001:1)

Datos estadísticos revelan que para el 2020 las enfermedades mentales aumentarán en 4,5% en todo el mundo, esto significa que dicho aumento será más representativo incluso que el de las enfermedades cardiovasculares, por ello, para el 2015 se calculó que la salud mental sería la primera causa de consulta. Así mismo, la población entre 18 y 65 años sufrió, sufre o sufrirá algún tipo de trastorno, siendo la ansiedad la más usual. Al analizar los datos de la encuesta nacional de salud mental se realizará una comparación con los resultados de estudio de otros 14 países donde se descubrió que Colombia ocupa los primeros 5 puestos en algunas enfermedades mentales (ENSM Colombia, 2003). Estos resultados expusieron además que el 40,1% de los colombianos era propenso a padecer de alguna enfermedad mental en el curso de la vida, el 16,0% en los últimos 12 meses y el 7,4% en los últimos 30 días (Revista Colombiana de Psiquiatría, 2008).

Los trastornos mentales son un problema prioritario de salud pública, ya que se inicia a edades tempranas, tiene una importante comorbilidad y genera altos niveles de discapacidad. Además, existe una fuerte relación entre los factores socioeconómicos y culturales y los trastornos mentales, lo cual amerita la realización de más diseños analíticos que determinen los factores reales de riesgo que sean objeto de programas de prevención específicos. Es por lo anterior que se hace necesario realizar una conceptualización multidisciplinar donde se conjuguen ciencias

del área social, humana y biológica con el objeto de expresar la complejidad del tema y crear acciones dirigidas a la salud como práctica y foco de construcción social.

Así pues, la salud mental es fundamental en la salud pública, en tanto los trastornos mentales son frecuentes, (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2007; Garita y Molina, 2013) dos de cada cinco personas adultas sufren algún tipo de trastorno, dichos trastornos no discriminan condición social, económica o geográfica, afectando la calidad de vida de las personas que los padecen. Además, sus tratamientos son costosos, no obstante, no existen acciones coordinadas para desarrollar procesos dentro de la salud en general, razón por la cual existe un interés particular entre las entidades, organismos, instituciones y grupos de investigación encargadas de estudiar este fenómeno, para evidenciar esta falencia respecto a la salud mental. Finalmente, la Organización Mundial de la Salud (OMS) invita a todas las áreas del conocimiento incluidas las humanidades a realizar investigaciones que permitan explicar los aspectos psíquicos, biológicos, pero también los entornos y/o contextos que tienen influencia en la salud mental de las personas.

2- Factores que influyen en la Salud Mental

El concepto de salud ha evolucionado de manera tal que involucra no solo la dimensión física sino también la social y emocional, convirtiendo el término en un aspecto complejo de la vida humana (Del Campo G, 2011; Moiso, 2007). La salud como concepto entonces se debe construir en torno a la estructura social, la distribución de la riqueza, las condiciones sociodemográficas, las redes de interacción grupal social, familiar y cultural, la salud biológica, los comportamientos y los recursos personales (Agost y Martín, 2012). Así pues y tomando en consideración que la

salud mental es un aspecto importante en la concepción de salud misma, estos factores tienen una fuerte influencia en la aparición y permanencia de trastornos mentales, así como en el desarrollo de una mentalidad saludable.

La Revista Colombiana de Psiquiatría (2008) informa que, al parecer el bajo nivel educativo, una reciente caída del ingreso económico y una vivienda pobre son variables socioeconómicas que están asociadas significativamente a un incremento en la prevalencia de trastornos mentales. Así mismo, ser mujer, indígena o negra, estar en edades medias, ser viudo, separado o divorciado y tener bajos ingresos económicos, estar desempleado o tener empleos informales, vivir en la zona urbana y haber sido víctima de algún proceso de desplazamiento, incrementa el riesgo de sufrir algún tipo de trastorno, especialmente trastorno depresivo mayor. Igualmente existen marcadas diferencias entre los padecimientos que se dan en los sujetos en relación con el espacio geográfico y por ende cultural de los mismos, por ejemplo, en América latina son más frecuentes los trastornos afectivos y los trastornos asociados con la ansiedad.

Una de las variables sociodemográficos más influyentes sobre el resto de variables es el género, ya que con base a él se puede determinar el nivel de afectación de otro tipo de factores económicos, culturales, educativos y demás. La Organización Mundial de la Salud (OMS) (2007) preocupada por el excesivo aumento de los problemas de salud mental en la población mundial, estimuló entre los países que lo conforman la realización de una encuesta epidemiológica que permitiera conocer los orígenes de los padecimientos y propiciara la creación de estrategia de prevención exitosas para mitigar los daños a futuro, allí se logró evidencia que a

las mujeres les han otorgado unos roles en lo domestico, lo laboral y lo relacional que son determinantes para su salud mental (Gove y Tudor, 1972; Bordo, 1992; Orbach, 1986).

Busfield, (1996) afirma que los padecimientos mentales están directamente relacionados con las condiciones de existencia de las personas y quienes sufren mayores adversidades son más propensos a padecerlos; caso preciso las mujeres quienes indistintamente de los espacios geográficos de la órbita mundial en el que se encuentre se ve inmersa en un modelo cultural que exalta patriarcado. Por esta razón, las estadísticas muestran un mayor número de mujeres con padecimientos mentales pues son ellas quienes están expuestas a una mayor presión social, esto no significa que las mujeres física y neurológicamente tengan una debilidad mayor a la de los hombres sino más bien es el resultado del desempoderamiento y la falta de recursos simbólicos y materiales.

Finalmente, y en lo que a Colombia se refiere, la salud mental es un fenómeno que afecta principalmente a niños, adolescentes y jóvenes, en este sentido se ve afectada la productividad académica y laboral, la economía, la cultura, las relaciones interpersonales, entre otros aspectos que circundan en la vida social. Estos trastornos se hacen manifiestos entre los 7 y 28 años. Demográficamente se determinó que las mujeres son más propensas a sufrir trastornos de ansiedad, mientras los hombres son relacionados con control de impulsos, así como son los hombres jóvenes, no casados y de bajos recursos económicos tienen mayor probabilidad de incursionar en el consumo de SPA (EMS, 2007).

3- La aplicación de programas de prevención y promoción de la salud mental

La Organización Mundial de la Salud presta apoyo a los gobiernos con el fin de promover y reforzar la salud mental. Luego de una intensa evaluación de los datos científicos para promover la salud mental la Organización Mundial de la Salud está colaborando con los gobiernos para difundir esta información e integrar las estrategias eficaces en las políticas y planes. En 2013, la Asamblea Mundial de la Salud aprobó un plan de acción integral sobre salud mental para el período 2013-2020. En el marco del Plan, los Estados Miembros de la OMS se comprometen a adoptar medidas específicas para mejorar la salud mental y contribuir al logro de los objetivos mundiales. Este plan de acción tiene el objetivo general de promover la salud mental, prevenir trastornos mentales, dispensar atención, mejorar la recuperación, promover los derechos humanos y reducir la mortalidad, morbilidad y discapacidad de personas con trastornos mentales.

Con miras a alcanzar sus objetivos, el Plan de acción propone y pide a los gobiernos, los asociados internacionales y la Organización Mundial de la Salud la adopción de medidas claras. Los Ministerios de Salud deberán asumir un papel de liderazgo, y la Organización Mundial de la Salud colaborará con ellos y con los asociados internacionales y nacionales, incluida la sociedad civil, en la ejecución del Plan. Dado que no existe una medida apropiada para todos los países, cada gobierno deberá adaptar el Plan de acción a sus circunstancias nacionales específicas.

De este modo es necesario generar programas preventivos y más aún en países como Colombia que se han visto marcados por problemáticas como el conflicto armado interno y desastres que son circunstancias trascendentales respecto a la salud mental, para ello se requiere realizar un trabajo interdisciplinar que permita observar desde diferentes ópticas las causas del fenómeno y

los posibles tratamientos; así se pretende generar una integración desde la salud pública de los aspectos físicos, mentales y sociales (Restrepo y Jaramillo, 2012).

El Plan de acción sobre salud mental 2013 – 2020 en Colombia propone un programa transversal que involucre: Cobertura de salud universal, derechos humanos, práctica basada en evidencias, enfoque que abarque la totalidad del ciclo vital, enfoque multisectorial y emancipación de las personas con trastornos mentales y discapacidades psicosociales. Así mismo expone que los países deben de tener en cuenta los factores de riesgo y de protección para emprender acciones destinadas a prevenir los trastornos mentales y a proteger y promover la salud mental en todas las etapas de la vida, de las cuales las primeras son especialmente propicias para perseguir estos objetivos, pues hasta un 50% de los trastornos mentales que afectan a adultos empiezan antes de los 14 años de edad (Rúa, 2013).

Por lo anterior es necesario fomentar la promoción de la salud mental en todas las esferas de la vida social, particularmente las instituciones educativas, esto en tanto son el segundo ente de socialización donde los niños, adolescentes y jóvenes permanecen alrededor de la mitad de su tiempo y recrean la mayoría de sus relaciones interpersonales.

Uno de los medios donde poco se promueven programas preventivos para la promoción de la salud mental es el universitario, la investigación “Análisis, desde la psicología positiva, de la salud mental en alumnos universitarios de primer año realizada en Concepción – Chile” (2011), expone una relación positiva significativa entre tres categorías de análisis (Autoestima, satisfacción con el nivel de vida y optimismo), allí se evidencia que una de las etapas más complejas y con mayor afectación psicológica para los jóvenes es el ingreso a la universidad,

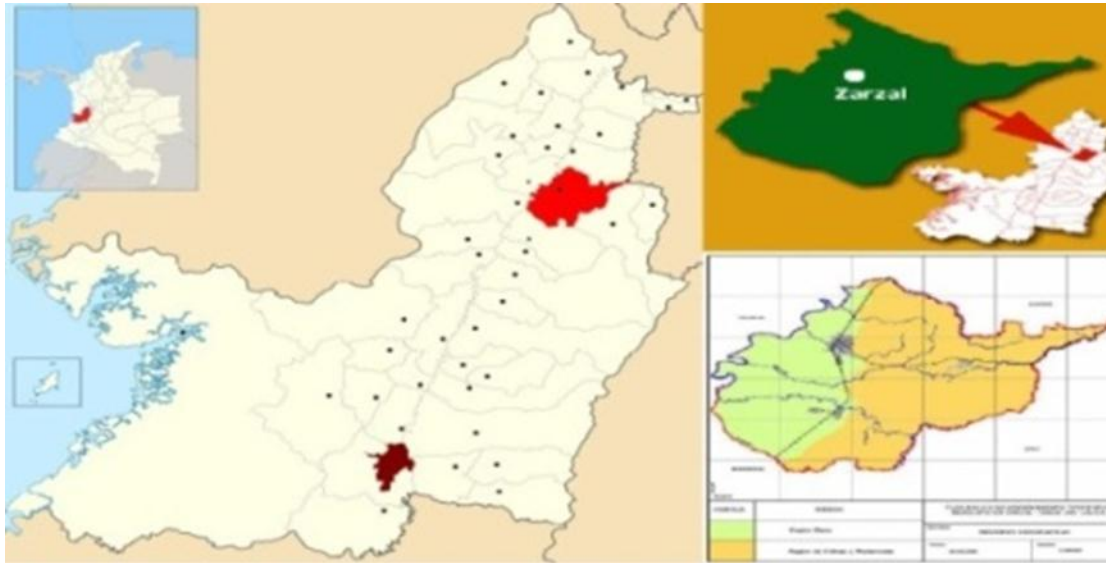
además se presenta entre los resultados que factores sociodemográficos tales como el sexo, la edad, la institución de educación media de la cual se egresa, la posición socioeconómica y la religión de los estudiantes de primer año influyen en la existencia, no existencia, disminución o aumento de la autoestima, la satisfacción con el nivel de vida y el optimismo.

Finalmente, y con base a los resultados de los problemas de salud mental se propone un cambio en el enfoque en el que se direccionan las intervenciones psicológicas en el estudiantado de las universidades, en vez de asignar programas paliativos para problemas de salud mental ya existentes se propone hacer programas de promoción de la salud mental y prevención de padecimientos mentales a través de la implementación de aspectos positivos como ejes centrales.

MARCO CONTEXTUAL

Gráfico 1

Municipio de Zarzal – Valle



Tomado de: <http://zarzal-valle.gov.co/index.shtml> 2013

Como lo indica el gráfico 1 “El municipio de Zarzal Valle se encuentra localizado en el norte del departamento del Valle del cauca, en el sur occidente colombiano (véase mapa 1). El municipio limita al norte con el municipio de la Victoria, al sur con el municipio de Bugalagrande, al occidente con el municipio de Roldanillo-Bolívar y al oriente con el municipio de Sevilla. Fue fundado en el año 1.809 con el nombre de Libraída e instituido para el año de 1.909 como municipio con el nombre de Zarzal hasta la fecha vigente”

Demográficamente Zarzal cuenta con 59.007 habitantes, según aproximaciones del DANE para el año 2015, lo que representa el 0,98% de la población total del Departamento del Valle. Con relación a la pertenencia étnico racial en el Municipio de Zarzal se tiene que 54,75% no se

reconocen ni como indígenas ni como afro, es decir, un poco más de la mitad de la población y el 45,25% se reconocen como afro-descendientes, es decir, 26.700 personas (proyecciones del DANE, 2015). De esta población el porcentaje que se encuentra en el Corregimiento de La Paila equivale a 34,26% de la población negra total del Municipio de Zarzal. En cuanto a género, el municipio tiene la siguiente distribución 51.40% (23.130) de la población es femenina y 48,60% (21.870) es masculina, (ASIS-ZARZAL, 2012), marcando un índice de masculinidad de 0,94.

Actualmente y según se encontró en la página del Centro Administrativo Municipal (CAM) en el municipio no se encuentran programas o proyectos que estén direccionados hacia la prevención y promoción de la salud mental, pero si se están realizando capacitaciones a psicólogos de varias instituciones en temas de salud mental en el ámbito laboral y de suicidios.

Ahora bien, una de las instituciones más importantes y que consolidan al municipio de Zarzal como una zona de progreso es la Universidad del Valle establecida en el municipio hace 31 años y se instauró mediante el acuerdo 008 de septiembre 15 de 1986 del Consejo Superior universidad del Valle sede Cali, a través de la creación del programa de Regionalización. La creación de este sistema universitario permitió la descentralización de la Educación Superior y consolidó la presencia de la Universidad en las subregiones del Valle del Cauca; es así que, el 05 de septiembre del mismo año mediante la Resolución No. 105 emanada del Consejo Superior de la Universidad del Valle, se crean los Centros Universitarios Regionales, entre ellos la Sede Zarzal. Inicio labores en 1986 con la conformación de la Fundación de Apoyo por los sectores cívico y gubernamental del municipio. La zona de influencia se destaca por su gran actividad

agrícola, por ello la Sede Zarzal ofrece programas Académicos para fortalecer el desarrollo de esta región.

La sede Universidad del Valle en Zarzal, por su localización esta llamada a prestarle los servicios de educación superior de excelencia a un territorio habitado por cerca de 400.000 personas provenientes principalmente de los municipios de Andalucía, Bolívar, Bugalagrande, El Dovio, La Unión, Obando, Roldadillo, Versalles, Toro y Zarzal. La distancia, el tráfico y las vías de comunicación entre los diferentes municipios permiten desplazarse en un tiempo relativamente pequeño que en promedio no es mayor a 30 minutos, tiempo menor en promedio al que se debe emplear para el desplazamiento entre la residencia y el sitio de estudio en nuestras ciudades capitales, por ejemplo, Cali, ya que allí el desplazamiento puede alcanzar hasta las dos horas, teniendo en cuenta que el tráfico es más congestionado. Actualmente la Universidad del Valle sede Zarzal cuenta con una amplia oferta académica que incluye cinco carreras profesionales; contaduría pública, administración de empresas, ingeniería industrial, licenciatura en educación con énfasis en matemáticas y trabajo social, cuatro carreras tecnológicas; tecnología en alimentos, tecnología en sistemas de la información, tecnología en electrónica y recientemente tecnología en dirección de empresas turísticas y hoteleras; el total de estudiantes es de **1.500** y de primer a tercer semestre se encuentran matriculados **650** nuevos estudiantes.

MARCO TEÓRICO

A continuación, se abordará la relación entre la salud, salud mental y los factores de riesgo como son: sociodemográficos, individuales, institucionales y familiares.

En cuanto al concepto Salud, según lo señalado por Lydia Feíto, es un término amplio y complejo, en el que se pueden dar las siguientes características:

"De la salud tendremos que decir, como notas que le son propias, que es un **concepto múltiple** (porque permite distintas visiones del mismo, ya sean grupales o individuales), **relativo** (porque dependerá de la situación, tiempo y circunstancias de quien lo defina y para quien lo aplique), **complejo** (porque implica multitud de factores, algunos de los cuales serán esenciales o no dependiendo del punto de vista que se adopte), **dinámico** (porque es cambiante y admite grados) y **abierto** (porque debe ser modificable para acoger los cambios que la sociedad imponga a su concepción)" (Feíto, 1996: 64).

En ese orden de ideas, la salud como ambiente

“Es donde acontecen los hechos fundamentales de la vida humana: nacimiento y muerte, salud y recuperación, envejecimiento y ocaso. Se trata, pues, de un lugar de un interés extraordinario de cara a entender algo referente a la vida... El mundo de la salud es, pues, revelador de lo que vale el hombre".
(G. Cina)

Es por ello que la salud es entendida como un fenómeno social que sólo puede ser explicado teniendo en cuenta que se trata de una estructura de alto grado de complejidad como son los derechos humanos donde entra en acción una elevada cantidad de variables con fuerte interacción entre ellas. La idea de salud responde además a una condición histórica, pues en cada

momento, determinada sociedad puede tener una visión particular de la misma. De manera que la noción de lo que se entiende por salud es un producto o construcción social, o como diría Emile Durkheim (citado en Ritzer, 2002), “un hecho social que puede ser tratado como cosa y es externo y coercitivo al individuo” (pp. 207).

Teniendo en cuenta las diferentes definiciones, en el presente trabajo nos centraremos en el concepto de salud que da la Organización Mundial de la Salud:

“...un estado completo de bienestar físico, mental y social y no solamente la ausencia de enfermedad o dolencia” (OMS, 2001; p1).

Como se puede evidenciar existen tres aspectos esenciales que definen la salud de un individuo; lo físico, lo mental y lo social, siendo las tres igual de importantes para el sano desarrollo del individuo. De este modo la salud mental juega un papel determinante en la salud misma y está íntimamente relacionada con los otros dos aspectos y todos coexisten a través de la existencia del otro (OMS, 2004).

Por esta razón es importante comprender que en el campo de la salud es complejo y existen diversas áreas de trabajo, como son la medicina general, la enfermería, y las diferentes especializaciones como lo son la pediatría, fonoaudiología, cardiología, etc., a partir de allí se puede tener en cuenta que la salud mental debe ser parte circunstancial de cada área de trabajo ya que esta se define hoy en día de manera integral como: La capacidad del individuo, el grupo y el ambiente para interactuar el uno con el otro de tal manera que promueva el bienestar subjetivo, el uso óptimo, el desarrollo de las habilidades mentales (cognoscitivas, afectivas y relacionales) y

el logro de metas individuales y colectivas congruentes con la justicia y el mantenimiento y preservación de condiciones fundamentales de equidad.

Así pues, se tiene salud mental cuando se alcanza determinado bienestar emocional, autonomía y calidad de vida, entre otros. La forma como nos comportamos y nos relacionamos con las personas y el entorno en nuestra vida diaria es el resultado de la manera en que transcurren las percepciones, los pensamientos, las emociones, las creencias y demás contenidos en nuestra mente, los cuales se encuentran íntimamente afectados por factores genéticos, congénitos, biológicos y de la historia particular de cada persona y su familia, así como por aspectos culturales y sociales (López, Musitu y Herrero, 2005; 08).

Siendo así, la salud mental una construcción social que puede variar de un contexto a otro, dependiendo de los criterios de salud y enfermedad, normalidad y anormalidad establecidos en cada grupo social (que puede ser tan extenso como una nación o tan reducido como una familia), lo cual influirá directamente en la forma de sentirse sano o enfermo de las personas pertenecientes a un determinado grupo (Ministerio de salud y protección social, 2014). Aunque la salud mental no tiene una definición exacta en tanto cada definición corresponde a un modelo sociocultural que define la “normalización” de los actos de los individuos en sociedad; la OMS ha podido llegar a una definición estándar que moldea lo que podría significar salud mental en los diferentes contextos:

“...La salud mental es un estado de bienestar con el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y

es capaz de hacer una contribución a la comunidad...” (Organización Mundial de la Salud (OMS) 2001.

P:1)

Es por esta razón que se debe tener en cuenta que la salud mental como los trastornos mentales están determinados por muchos factores de interacción social, psicológica y biológica, de la misma forma en la que están la salud y la enfermedad en general (OMS, 2004). Los factores de riesgo son situaciones que, aunque conllevan ansiedad, preocupación e incertidumbre, pueden afrontarse de forma mentalmente saludable. Según Rodríguez, (1995); Jessor, (1991); Suárez y Krauskopf, (1995), existen una serie de características de un sujeto o comunidad, que se sabe va unida a una mayor probabilidad de daño a la salud los cuales se denominan factores de riesgo, los cuales descansan en el hecho de que el riesgo nos brinda una medida de la necesidad de atención de la salud. El conocimiento del riesgo o de la probabilidad de que se presenten futuros problemas de salud, nos permite anticipar una atención adecuada y oportuna a fin de evitar o modificar esa eventualidad. El uso del enfoque de riesgo presupone que en términos de atención de la salud se debe tener algo para todos, y más para los de mayor necesidad (Rojas, 200; P14).

Estas variables pueden desencadenar enfermedades de orden psíquico que repercuten en la forma de relación consigo mismo y el entorno social o en su defecto en somatización como enfermedades físicas.

Es así, como los factores de riesgo varían en relación con el contexto en el cual se encuentre vinculado el sujeto, y estos a su vez determinan la conducta del individuo en ese mismo contexto, es decir, la presión social y la forma en la que el individuo la enfrenta en determinado contexto es lo que forjan el establecimiento de ciertas conductas denominadas normales o

anormales en relación con la forma en la que se comporte esa sociedad. En el caso del contexto universitario existen múltiples factores de riesgo que afectan la salud mental de los individuos que allí se encuentran; a continuación, se abordara cada uno de los factores trabajados en el presente trabajo.

Factores sociodemográficos

Estos factores nos permiten comprender que aspectos como el sexo, la edad, el estado civil, la economía, el lugar de residencia, la procedencia, entre otros, pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes en cuanto a que permite u obstaculiza posibilidades en términos de acceder a mejores servicios médicos, atención interdisciplinaria, recreación y en general satisfacer todas las necesidades básicas.

Lo anterior tiende a complejizarse cuando él o la estudiante tiene un hogar, y obstaculiza aún más si se es mujer, madre y depende económicamente del conyugue.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud, las mujeres sufren más que los hombres de ansiedad y depresión en una relación de 1.5:1 y 2:1 tanto en países desarrollados como en vías de desarrollo. En cambio, los hombres presentan más cuadros relacionados con el abuso de sustancias y los trastornos antisociales de personalidad. En el primer caso, encontramos una relación de 2.8% hombres por 0.5% mujeres, en el segundo, que éstos afectan tres veces más a los hombres que a las mujeres (OMS, 2007). En la esquizofrenia y el desorden afectivo bipolar no se registran diferencias significativas entre mujeres y hombres. En México, la Encuesta

Nacional de Epidemiología Psiquiátrica realizada por investigadores del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente, como parte de la iniciativa de la OMS, reveló las mismas tendencias. En las mujeres, los padecimientos más comunes fueron: las fobias, específicas y sociales, y el episodio depresivo mayor; el último registró una tasa de 2.5 mujeres por cada hombre. Los hombres registraron mayores problemas con trastornos de conducta, la dependencia y el abuso del alcohol. En cuanto al abuso/dependencia del alcohol se encontró una relación de 9.3% de hombres y 0.7% de mujeres en áreas urbanas, y de 10.5% y 0.4% en áreas rurales (Medina Mora, 2003).

Sin menospreciar el avance en cuanto al tema de género, cuando se estudia la salud mental, es necesario mencionar que ni la mayoría de los textos sobre sociología de la salud mental hacen una crítica seria a la sociedad patriarcal, ni mencionan la necesidad de realizar cambios estructurales en el orden de género; lo cual conlleva a que actualmente se continúe la lucha por la igualdad de género, debido a la brecha generacional que aún existe en algunas poblaciones, en este caso particular, nos centraremos en Latinoamérica, donde las mujeres siguen buscando ser reconocidas como seres pensantes e individuales que pueden tomar sus propias decisiones especialmente en temas que conciernen específicamente al cuerpo. Para reconocer las diferencias entre las propuestas feministas y otras posturas que reconocen la importancia de género en materia de salud se pueden comparar los textos de Busfield y Annandale (feministas) con los de Cockerham, Rogers y Pilgrim (Busfield 1996; Annandale y Clarke, 1996; Cockerham, 2000; Rogers y Pilgrim, 2005).

Con lo anterior se puede concluir, que culturalmente la mujer ha sido subvalorada a comparación con el hombre; puesto que siempre se le ha considerado el sexo débil, por lo tanto, hoy por hoy

las mujeres gozamos de algunos beneficios logrados a partir de la lucha de muchas mujeres a lo largo de la historia, y la lucha sigue hoy en día.

Factores individuales

En estos factores, se abordaran la adaptación al contexto universitario, los afectos positivos o negativos que produjo el cambio, las dificultades en el proceso de aprendizaje, los métodos de estudio, el uso del tiempo, las responsabilidades extracurriculares, las competencias académicas, el uso de las redes sociales y la satisfacción o insatisfacción frente a la elección profesional; ya que todos estos de alguna manera influyen en la salud mental de los y las estudiantes, teniendo en cuenta que para muchos la transición del colegio a la universidad significa un cambio brusco en su estilo de vida.

Es por esta razón, que resulta pertinente tomar como base la teoría psicosocial desarrollada a partir de los postulados planteados por Erickson (pp.197); ya que esta teoría permite evidenciar el impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad de los individuos. Entre los aspectos más importantes de la teoría psicosocial se encuentran aquellos que resultan indispensables para el desarrollo de esta investigación; en primera instancia plantea la coexistencia de tres aspectos que integran al ser humano: lo biológico, la psiquis y lo ético-social.

“En cualquier abordaje clínico, formativo o educacional, estos procesos están integrados unos con otros, facilitando que por diferentes métodos puedan ser estudiados como tensión somática, psíquica o social” (OMS, 2004)

Así mismo da cuenta de las características de los individuos que exponen la existencia de diferencias individuales determinadas por lo biológico, la crianza y otras características que moldean la personalidad del individuo, de esta manera todo contexto social en el cual se ve inmerso un individuo requiere de un proceso de adaptación y ajustamiento, siendo estos determinantes para la salud mental de quienes sufren estos cambios o se ven enfrentados a contextos no explorados (Erickson, 2000).

La relación psicología y sociedad es sumamente importante para comprender fenómenos como el que se pretende investigar en el presente estudio, es por ello que resulta importante definir desde el ámbito psicológico la salud y la salud mental y desde el ámbito social (contextual) la vida universitaria.

Teniendo en cuenta los sistemas que componen la sociedad, se abordará el individuo, a partir de lo expuesto por el sociólogo Danilo Martucelli, quien en su trabajo de la sociología del individuo; propone una apuesta metodológica y teórica distinta. O sea, en las sociologías del individuo, en todo caso en la manera en que, en los trabajos de estudio del proceso de individuación, lo importante no es autonomizar el nivel de las interacciones, sino comprender el trabajo de las estructuras desde las experiencias sociales. Se trata de ensayar un camino distinto y casi inverso al de la sociología “clásica”. De la misma manera que partiendo de la estructura se pueden describir perfiles-tipos de individuo, se formula la hipótesis de que es posible

comprender las estructuras a partir de lo que viven los individuos. ¿Cómo? Partiendo metodológicamente de un conjunto importante de entrevistas y esforzándose por interpretar lo que es común a todos los individuos puede así, y por ende solo a posteriori, ser entendido como resultado de prescripciones o retos estructurales. Lo que es común en el sentido de los desafíos que los trabaja, los suscita, los motiva, los complica Este es el camino intelectual que trata de explorar este tipo de sensibilidad sociológica, lo cual crea un problema por supuesto interesante que es cómo saber desde las experiencias si uno está o no “tocando” elementos estructurales. (Martucelli, 2012).

Ahora bien, la **adaptación** es la cualidad de acomodarse a una situación determinada; el hombre es un ser eminentemente adaptativo. De esta manera, cuando se habla de adaptarse al contexto universitario, se hace referencia a las dificultades que se pueden presentar en el proceso, por ello, para entenderlo es necesario conocer las claves que favorecen el desarrollo personal, el aprendizaje, la retención y la satisfacción de los alumnos con su educación, es el nivel de compromiso de estos con su proceso de formación (Hu & Kuh, 2000; Tinto & Godsell, 1993; Astin, 1993; Terenzini, 1992). A mayor compromiso de los estudiantes en aspectos académicos y sociales de la vida universitaria, mayores beneficios en términos de su desarrollo y desempeño global (Huang & Chang, 2004).

El compromiso ha sido descrito por Astin (1977, en Gardner & Barnes, 2007, p.369, t.d. a1) como “el tiempo y esfuerzo dedicado por el estudiante en actividades directamente relacionadas con la institución educativa y sus programas”, sean estas estrictamente académicas o de índole social o política. En línea con tal definición, diversos estudios relacionados con el concepto

compromiso educativo consideran a éste de manera multidimensional, asumiendo en su caracterización al tiempo invertido por los estudiantes tanto en actividades estrictamente académicas (asistencia a clases, lectura de textos, toma de apuntes, estudio) como en actividades extracurriculares (organizaciones de voluntariado y política, clubes de intereses compartidos, actividades deportivas, etc.) (Terenzini & Pascarella, 2005; Huang & Chang, 2004).

Con la anterior se puede concluir, que de acuerdo al nivel de compromiso que cada estudiante tenga con su proceso de formación, así mismo será su nivel de competitividad académica, ya que sentirán que tienen la capacidad para afrontar los retos que la vida universitaria les ponga; asumiendo nuevos o perfeccionando los métodos de estudio que les permita avanzar satisfactoriamente en su proceso de formación.

De esta manera es importante aclarar que los **métodos de estudio**, como herramienta permiten al estudiante ahondar en temas nuevos, o de interés personal, y de esta manera ser más productivo con su formación profesional; entendiendo que, en la mayoría de las ocasiones, el fracaso académico no es consecuencia de problemas o deficiencias cognitivas del alumno, sino que este puede deberse a que la forma de estudiar que posee no es la más adecuada. Por eso, existen diferentes programas de entrenamiento en técnicas de estudio que pueden resultar de gran utilidad para todas aquellas personas que están estudiando y necesitan aprender a estudiar de una forma más eficaz y satisfactoria, o necesitan mejorar sus propias técnicas de estudio para evitar posibles fracasos escolares.

Por esta razón, se hace importante dejar como el método L.S.E.R.M. enseña a perfeccionar los pasos fundamentales que hay que realizar en el estudio de un texto o de un tema y que, como indican sus iniciales, son la Lectura, el Subrayado, el Esquema, el Resumen, el Repaso, y la Memorización.

Con este método, se les puede facilitar a los y las estudiantes la comprensión lectora y de esta manera fortalecer su aprendizaje.

Otro factor de riesgo individual es la **satisfacción o insatisfacción en la elección profesional**, debido a que, entre todas las carreras ofertadas por la sede, ellos eligieron ya sea por vocación o porque se les presentó la oportunidad, hay que tener en cuenta que la elección a veces se da porque no tienen posibilidades económicas, lo cual puede afectar la salud mental de los y las estudiantes, al estar ellos en el lugar al que sienten que tal vez no pertenecen.

De esta manera, se tendrá en cuenta lo expuesto por Montero M (2000) quien anuncia que cada día se amplía el abanico de opciones de estudios profesionales y se reducen las oportunidades para ingresar y permanecer en las instituciones de educación superior, lo cual disminuye la capacidad para atender la demanda y aumenta la concentración de estudiantes en algunas carreras.

Si bien las elecciones profesionales de los estudiantes cuentan con mayor aceptación por parte de padres y madres de familia, múltiples factores de tipo económico, cultural y psicológico complejizan y dificultan esta práctica.

Por lo tanto, frente a la pregunta “¿ya sabes que vas a estudiar?” frecuentemente planteada a estudiantes del nivel medio superior, se suele obtener respuestas como: “todavía no sé”, “nada

que tenga que ver con matemáticas”, “una carrera con la que pueda trabajar”; etc. A través de ellas la elección de carrera profesional aparece como un llamado o inspiración individual que deberá arribar algún día como el resultado del autoanálisis con respecto a gustos, intereses, habilidades personales o de características propias del desarrollo, como un reto familiar, o como una posibilidad de ajuste al mercado laboral.

Si bien situaciones como estas pueden abordarse a través de diversos enfoques disciplinares que estudian el comportamiento humano, y son capaces de explicar la identificación del desarrollo psicogenético, la relación educación – empleo, la socialización y apropiación de valores no dan cuenta de su totalidad y complejidad, ni de su inscripción de su espacio y tiempo concretos, donde estudiantes, maestros, familias se ajustan a condiciones externas, pero también recrean esta práctica.

Por otro lado, es importante conocer si los jóvenes **creen en sus capacidades** y como asumen el reto educativo; (Huamanga 2011) ya que estos son responsables en un sentido amplio, desde el momento en el que deciden matricularse en alguna titulación universitaria por su propia voluntad, puesto que no se trata de una etapa de enseñanza obligatoria; de este modo es sentirse capaz de lograr algo por su propio esfuerzo y confiar en sus capacidades. Se requiere además “autocontrol” para lograr un alto nivel de autoconfianza y todo empieza con la manera como se ven a sí mismos.

Se debe tener en cuenta que se presentan ciertas dificultades a las que se enfrentan referidas a la brecha entre la educación secundaria y superior, pues el estudiante que ingresa a la universidad no es consciente muchas veces de la responsabilidad que ello trae.

Factores institucionales

A partir de estos factores se pretende entender la exigencia académica de la Universidad, la relación docente - estudiante, la relación estudiante – estudiante, también conocer que servicios presta Bienestar Universitario y en qué áreas está dividido y finalmente saber sobre el uso de SPA (Sustancias Psicoactivas) dentro o fuera de la institución, debido a que el consumo excesivo puede afectar la salud mental y por ende el desempeño académico, lo cual sería importante y de interés académico abordar en futuras investigaciones dentro del contexto universitario en la sede Zarzal.

De esta manera y para comprender qué sucede al interior del sistema de enseñanza (Molina 2016), es necesario primero comprender que las estrategias escolares forman parte de un sistema más amplio, en el que se incluyen todas aquellas prácticas destinadas a la producción y reproducción de la vida de los individuos y las familias, que el autor ha denominado estrategias de reproducción social. De esta manera, el autor retoma a Bourdieu, quien plantea que el sistema de enseñanza se trata de un;

(...) conjunto de prácticas fenomenalmente muy diferentes, por medio de las cuales los individuos y las familias tienden, de manera consciente o inconsciente, a conservar o aumentar su patrimonio, y correlativamente a mantener o mejorar su posición en la estructura de las relaciones de clase. (Bourdieu, 2006:122).

Dentro del amplio abanico de estrategias de reproducción social, que involucra a la familia y a cada uno de sus integrantes e incluye estrategias matrimoniales, de fecundidad, económicas, de

preservación del capital biológico, entre otras, encontramos las estrategias educativas. Con ellas, las familias procuran garantizar la transmisión de capital simbólico a los miembros de las nuevas generaciones e intentan prepararlos para mantener o mejorar su posición en el espacio social. Además, las estrategias de reproducción social constituyen un sistema y están cronológicamente articuladas. Esto quiere decir que las prácticas o estrategias implementadas en un campo afectan o delimitan las posibilidades futuras en otros.

De esta manera se puede entender que, el soporte institucional está dado por las ayudas económicas, el sistema de becas, los préstamos, el trabajo dentro del campus universitario, como del apoyo de los profesores tutores y orientadores. Las actividades extracurriculares (deportes, eventos culturales, servicio a la comunidad), ofrecen a los alumnos posibilidades de interacciones, con el medio universitario que redundan en la integración social (Terenzini, Pascarella & Blimling, 1999).

Por lo anterior es importante tener en cuenta lo expuesto por Zuleta, 1988 quien comparte su opinión respecto a la educación en Colombia, diciendo que en el contexto colombiano la educación es quizá una de las mayores tragedias colombianas: debido a que es una educación realizada para que los individuos no actúen, para que no sean sujetos de su historia, que es una manera de impedir, de controlar el pensar y el actuar. Una educación para la uniformidad, inhibitoria del pensamiento, el deseo y el saber. Enseñar es incitar a amar lo que uno desea, todo lo demás son catálogos, enseñanzas huecas, datos de profesores.

Es importante que los luchadores por la educación entiendan claramente que, si la educación no enseña al hombre a luchar por sí mismo, a criticarse a sí mismo, a criticar a la sociedad en que vive, esa educación es nefasta.

Cuando, por el contrario, la educación permite al individuo pensar por sí mismo y ser lo que él quiera, es una educación deseable, aunque muy difícil de alcanzar, porque la educación ha sido casi siempre obligación, imposición, deber de llegar a ser lo que determinen los que mandan. (Zuleta, 1988)

Si bien es cierto que “a la universidad se va a estudiar”, la experiencia no se queda ahí; implica también expandir los horizontes culturales, ampliar redes sociales, desarrollar nuevas habilidades y conocer otros ámbitos del conocimiento no necesariamente académicos, espacios deportivos, culturales, de ocio, relacionales y desarrollo de interés políticos, culturales y temáticos en sí mismo conllevan la iniciación de la vida universitaria que inicia desde un tránsito que involucra el paso de la educación media a la superior hasta la consolidación de ideologías (Tenorio, 2009).

En cuanto a estos factores, en primera instancia se tendrá en cuenta la **exigencia académica** a la que se enfrentan una vez inician la vida universitaria; para ello se abordará a (Béjar, 2013) quien plantea que la exigencia se ve reflejada en la planeación y organización del curso de manera que se incluyan actividades y tareas dirigidas al logro del aprendizaje.

De acuerdo a Flores, (2008) es muy importante que el docente desde esta planeación confíe plenamente en que los estudiantes lograrán resultados de calidad y responderán a las altas expectativas; estableciendo un sistema de evaluación claro y coherente con los objetivos de

aprendizaje; esto implica, asumir el compromiso de cumplir con lo acordado en cuanto a fechas y otros requisitos y que sobre todo retroalimente al estudiante sobre el resultado de cada actividad, examen o tarea (Flores, 2008:2).

Con lo anterior, se evidencia que para que una institución sea de renombre es necesario que el cuerpo docente sea exigente ya que este es el que ayuda a que los estudiantes den lo mejor de sí mismos, a través de la realización de actividades con sentido que conducen al aprendizaje profundo.

Al final los estudiantes recuerdan y aprecian más al profesor que los retó, que los llevó a esforzarse y a lograr resultados de aprendizaje significativos que a aquél que incluso llegó a “regalarles” una calificación.

De esta manera se hace importante conocer cómo se **relacionan los docentes con los estudiantes**, debido a que la interacción profesor-alumno puede considerarse, desde una concepción social y socializadora de las actividades educativas escolares, como el tipo de relación que articula y sirve de eje central a los procesos de construcción de conocimiento que realizan los alumnos en esas actividades.

En efecto, es el profesor, en tanto mediador cultural, el encargado más directo e inmediato de apoyar y promover el aprendizaje de los alumnos, tratando de ofrecerles, en cada momento, la ayuda educativa más ajustada posible para ir elaborando, a partir de sus conocimientos y representaciones de partida, significados más ricos y complejos, y más adecuados en términos de los significados culturales a que hace referencia el currículum escolar (Flores, 2008:4).

Desde esta misma perspectiva, sin embargo, toma igualmente carta de naturaleza la posibilidad de que los propios alumnos puedan ejercer en determinadas circunstancias una influencia educativa sobre sus compañeros, desempeñando también, de manera más o menos particular, el papel mediador habitualmente cumplido por el profesor.

De esta manera, se ha establecido que **la relación estudiante – estudiante** (Coll 1984) toma importancia en el sentido de que es una relación de organización social de las actividades de enseñanza y aprendizaje en el aula; la cual apoyada en el trabajo cooperativo entre alumnos posibilita niveles de rendimiento y productividad de los participantes superiores a los obtenidos mediante otras formas de organización social que no fomentan la interacción entre alumnos.

Dicho en otros términos, es posible afirmar que la interacción entre alumnos puede, efectivamente, actuar como mediadora y promotora del proceso de construcción de significados que se produce en las situaciones escolares de enseñanza y aprendizaje, pero, al mismo tiempo, también es posible afirmar que esa potencialidad no se actualiza por el mero hecho de poner a los alumnos a trabajar juntos, ni depende simplemente de la cantidad de interacción entre ellos, sino que es tributario de ciertos mecanismos y rasgos cualitativos de esa interacción.

Por otro lado, es importante la formación integral de los y las estudiantes, razón por la cual se crea Bienestar Universitario, por ello se hace necesario conocer como los **servicios que presta Bienestar Universitario** aporta al óptimo desarrollo de los y las estudiantes en cuanto a que tiene un amplio portafolio de servicios.

Si bien la Universidad del Valle consta de nueve sedes, no presta los mismos servicios en la sede Cali vs las otras sedes debido a temas como infraestructura, contexto y población, muchas veces no es posible tener total cobertura en la población estudiantil.

De esta manera, Bienestar Universitario en la sede **Zarzal**, se rige por los mismos principios que el resto de la universidad; y acata las mismas políticas de la sede central; por lo tanto, la coordinación de Bienestar comparte la misma misión y objetivo general de la Vicerrectoría de Bienestar de la Universidad.

De esta manera, el organigrama de Bienestar Universitario sede Zarzal está conformado de la siguiente manera:

- Dirección sede.
- Bienestar universitario: - Salud. – Salud Ocupacional. – Cultura, Recreación y Deporte. – Desarrollo Humano y Promoción Socioeconómica.

Es importante resaltar que gran parte de la información fue ministrada por la trabajadora social Jennifer Andrea Henao y la psicóloga Claudia Inés Toro de la sede Zarzal; por medio de charlas informales, permitiendo de esta manera enriquecer el proyecto de grado y conocer a fondo cómo funcionan algunas áreas de la Univalle Zarzal.

A continuación, se mostrará un paralelo entre los servicios que presta en las sedes de Meléndez y San Fernando en la ciudad de Cali y los que se prestan en la sede Zarzal

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Servicio de salud. • Desarrollo humano y promoción socioeconómica. • Restaurante universitario. • Cultura, recreación y deporte. • Salud ocupacional • Comités. • Políticas de seguridad y salud en el trabajo.	• Salud. • Salud ocupacional. • Cultura, recreación y deporte • Desarrollo humano y promoción socioeconómica

Dentro del ***servicio médico estudiantil*** la sede Meléndez y San Fernando vs sede Zarzal se prestan los siguientes servicios:

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Solicitud de citas. • Laboratorio clínico. • Suministro de medicamentos. • Atención médica prioritaria. • Cirugías y procedimientos programados. • Horario de enfermería. • Programas de promoción y	• Servicio médico. • Servicio odontológico. • Enfermería.

prevención. • Servicio odontológico. • Servicio psicológico.	
--	--

Dentro del área de **psicología**, la sede Meléndez y San Fernando, vs la sede Zarzal prestan los siguientes servicios.

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Programa de salud mental preventiva. • Apoyo emocional; por medio del cual se hace seguimiento a los y las estudiantes en temas como: - Rendimiento académico: hábitos de estudio, estilos de aprendizaje, manejo del tiempo y orientación profesional. - Vida emocional: autoestima, asertividad, relaciones interpersonales, motivación, planeación de vida, duelos o pérdidas. - Sexualidad: métodos para prevenir las ITS y los embarazos, relaciones	• Acompañamiento psicológico. • Programa de prevención y promoción en desarrollo humano y salud mental, dentro del cual se realizan una serie de talleres en pro de la formación integral de los y las estudiantes: - Taller para padres de familia. - Taller ingreso a la vida universitaria. - Taller tertulia vida universitaria. - Cien foro: “sexualidad, identidad y relaciones interpersonales con perspectiva de género”. - Campaña educativa - derechos sexuales y reproductivos y uso de

personales, sexualidad y trastornos, infecciones de transmisión sexual (ITS). - Adicciones: consumo de sustancias adictivas, adicciones, tipos de adicción, factores de riesgo y protección, drogas y cerebro. (apoyoemocional.univalle.edu.co)	anticonceptivos. - Campaña adicciones. - Ciclo de conferencias: “¿Cómo construir nuevas relaciones de género?” - Clima organizacional.
--	---

En el área de ***Desarrollo humano y promoción socioeconómica*** la sede Meléndez y San Fernando vs sede Zarzal, se encargan de brindar a los y las estudiantes los siguientes servicios y programas:

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Estudios socioeconómicos para descuentos en la matrícula financiera. • Subsidio para estudiantes de escasos recursos económicos y becas de alimentación. • Fondo de préstamo estudiantil. • Cooperación sociedad civil. • Fomento al empleo. • Jóvenes en acción.	• Auxilio de transporte. • Auxilio de alimentación. • Seguro estudiantil. • Auxilio de fotocopias. • Auxilio en matrícula. • Monitorias. • Aulas matemáticas. • Talleres académicos. • Apoyo económico para asistir a congresos.

• Programa de asuntos estudiantiles.	
--	--

En cuanto al área de **cultura, recreación y deportes**, sede Meléndez y San Fernando vs sede

Zarzal se encuentran los siguientes grupos:

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Grupos artísticos y culturales: - Orquesta. - salsa. -CUACP. - rock. - coro. - Porrismo. -danza contemporánea. - poesía. - danza folclórica. - Capoeira. - cuentería. - teatro. - break dance. • Deportes: - Fútbol. – fútbol sala. – baloncesto. – atletismo - Voleibol. – tenis de mesa. – ajedrez. - Sapo	• Grupos artísticos y culturales: - Teatro. - Danzas. - Orquesta. - Técnica vocal. - Instrumento. - Dibujo y pintura. • Deportes: - Fútbol. - fútbol sala. - tenis de mesa. - ajedrez. - baloncesto. - voleibol. - taekwondo. - natación. - atletismo.

En el área de **salud ocupacional**, la sede Meléndez y San Fernando vs sede Zarzal, se encargan

de brindar a los y las estudiantes los siguientes servicios y programas:

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Peligros en el trabajo. • Prevención de peligros. • Vigilancia médica.	Salud Ocupacional desarrolla sus acciones a través de los subprogramas de Medicina Preventiva y del Trabajo e Higiene y

• Capacitaciones. • Elementos de protección personal. • Emergencias. • Ruta del accidente de trabajo. • Examen médico de ingreso	Seguridad Industrial, las cuales consisten en el diagnóstico, ejecución y evaluación de los distintos procesos laborales, tendientes a preservar la salud individual y colectiva de los trabajadores en sus ocupaciones.
--	--

En cuanto al área de **comités** la sede Meléndez y San Fernando vs sede Zarzal se encuentran los siguientes:

Sede Meléndez y San Fernando	Sede Zarzal
• Comité de vigilancia. • Comité de auditoría. • Comité de vigilancia epidemiológica. • Comité de promoción y prevención. • Comité de historias clínicas. • Comité técnico científico de medicamentos. • Comité de apoyo estudiantil.	• Comité de programas • Comité académico • Comités estudiantes

En cuanto al **consumo de SPA**, como factor de riesgo es considerado un problema substancial de salud pública puesto que produce un importante número de enfermedades, incapacidad y hasta muerte prematura, sus determinantes (causales o probabilísticos) son tema de investigación para

diversas disciplinas, ya que a partir de la comprensión de éstos pueden surgir estrategias efectivas para su prevención. Es importante en la población adolescente joven ya que la prevalencia de consumo no sólo muestra un patrón de comportamiento creciente, sino que también la edad de inicio de consumo cada vez menor (Osorio Rebolledo, 2004). En la adolescencia se configuran las condiciones, que si bien son propias del ciclo, se convierten en condiciones de vulnerabilidad para el inicio del consumo de SPA, éstas se presentan en los diferentes dominios del desarrollo; a nivel psicosocial: la necesidad de autoafirmación, de transgresión, de conformidad intragrupal, el rechazo a la vida adulta, la susceptibilidad frente a las presiones del entorno, la tendencia al hedonismo, el bajo nivel de tolerancia a la frustración, las perspectivas negativas del futuro, el presentismo; a nivel psicofisiológico: las transformaciones físico-químicas, la activación neurobiológica que ocurre con las SPA y que resultan determinantes en el incremento y mantenimiento del consumo, y de los estados de ánimo (Maturana-Hurtado, 2011).

De manera particular, la población universitaria presenta características específicas, al acceso a las sustancias, ya que al parecer, los estudiantes universitarios perciben mayor facilidad de acceso y consumo en los establecimientos educativos, y además, la percepción social frente al estudiante universitario que le avala el consumo (Bayona, Hurtado, Ruiz, & Hoyos, 2005), variables como el manejo autónomo del tiempo; acceso a recursos económicos, en contraste con la economía del escolar; mayor percepción de autonomía, parecen ser condiciones que influyen sobre el consumo. Otro aspecto a considerar en la problemática del consumo de SPA en adolescentes-jóvenes, es el alto nivel de influencia que ejerce el medio social sobre las acciones del joven, lo que es aprovechado por los agentes que promueven el consumo al presentar esta

conducta como generadora de estatus social, poder, autonomía y madurez, que son algunos de los atributos que los adolescentes persiguen para definir el concepto de sí mismos (Poulsen & cols, 2002).

Factores familiares

En cuanto a los factores familiares, la Política Pública Nacional de Apoyo y Fortalecimiento a las Familias Colombia 2015-2025 afirma que:

“...la “familia” es la organización social más general y a la vez más importante de los seres humanos,

“Es una estructura social que se constituye a partir de un proceso que genera vínculos de consanguinidad o afinidad entre sus miembros. Por lo tanto, si bien la familia puede surgir como un fenómeno natural producto de la decisión libre de dos personas, lo cierto es que son las manifestaciones de solidaridad, fraternidad, apoyo, cariño y amor, lo que la estructuran y le brindan cohesión a la institución”. (Consejo de Estado, 2013:23).

De esta manera se entenderá que la familia es una institución social definida por normas para su constitución y su filiación (Göran Therborn, 2007) integrada por personas relacionadas por consanguinidad o afinidad. De acuerdo con Gutiérrez de Pineda (1975) “los distintos individuos – consanguíneos y afines – que conforman la familia, se integran a través de su estructura, que no solo los agrupa y reconoce nominándolos, sino que configura los roles que deben jugar” (pp.309); en ese sentido, se puede articular como factor de riesgo en la medida en que sus miembros logren o no ejercer su rol dentro y fuera de la familia.

Es por esta razón que se hace importante tomar la familia como factor de riesgo para la salud mental de los estudiantes en etapa de adaptación, teniendo en cuenta que varían en relación con el contexto en el cual se encuentre vinculado el sujeto, y estos a su vez determinan la conducta del individuo en ese mismo contexto, ya que será el piso sobre el cual construirán su propio camino y en el cual se sostendrán cuando sientan que no podrán avanzar. Teniendo en cuenta que, la familia contempla una dimensión efectiva, material, de disponibilidad de recursos que brinda al estudiante, y una dimensión afectiva de soporte emocional. Los trabajos más recientes confirman la tesis, que los estudiantes universitarios con una alta percepción de soporte familiar, se relacionan mejor con compañeros y profesores, y confían más en superar los objetivos académicos. (Solberg, y Villarreal, 1997; Triandis y otros, 1988).

A continuación, se hará mención de algunos aspectos que componen el área familiar y que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes como lo son el tipo de familia; si bien hoy en día el concepto de familia ha sido ampliado y por lo tanto construido diferentes tipos, en el presente trabajo se abordaran cuatro tipos de familia:

Familia nuclear: este tipo hace referencia al grupo de parientes conformados por los progenitores y los hijos. Además, de acuerdo con el antropólogo George Murdock (1960:19) este tipo de familia consiste en el matrimonio típico de un hombre y una mujer con sus hijos, aunque en casos individuales una o más personas adicionales pueden residir con ellos. De hecho, este autor afirma que entre la mayoría de personas en la tierra, las familias nucleares están combinadas, como los átomos en las moléculas, dentro de conjuntos más grandes.

Por otra parte, el psicólogo Greif Avner (2005) argumenta que la familia nuclear es un concepto que designa un tipo de familia predominante para el mundo occidental. Se podría decir que la familia nuclear es el núcleo de una sociedad que se reproduce por medio de este tipo de familia, y que además es un tipo de familia que está concebido como opuesto a la familia extensa.

Familia extensa: también es conocida como familia compleja; se refiere a los abuelos, tíos abuelos, bisabuelos, etc., además, puede abarcar parientes consanguíneos y no consanguíneos. Murdock (1960:19) afirma que este tipo de familia consiste en dos o más familias nucleares unidas a través de la extensión de la relación entre padre e hijo, más que a la relación de esposo y esposa. Asimismo, Jiménez, B. (2006) sustenta que la familia extensa en Colombia puede representar una quinta parte del total de las familias. Por lo tanto, es una forma de configuración familiar que ha tenido presencia en nuestro medio debido a la importancia de los lazos de parentesco, a las lealtades y a ser considerada un recurso para la satisfacción de necesidades económicas, de crianza de las nuevas generaciones y de apoyo a los abuelos.

Por otra parte, cuando hablamos de familia extensa nos referimos a su conformación y no a su tamaño. Lo que la caracteriza es la convivencia en un mismo espacio habitado por tres o más generaciones: ambos abuelos o uno de los dos; el padre, la madre y hermanos de estos, y los nietos o nietas. Sin embargo, también se habla de familia extensa cuando conviven miembros de la primera y de la tercera generación, aunque falte la segunda; es el caso de abuelos/as que asumen a los nietos ante la ausencia temporal o definitiva de los padres y madres. Murdock (1960:20).

Familia monoparental: es aquella familia que se constituye por uno de los padres y sus hijos. Esta puede tener diversos orígenes. Ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre; por un embarazo precoz donde se configura otro tipo de familia dentro de la mencionada, la familia de madre soltera; por último, da origen a una familia monoparental el fallecimiento de uno de los cónyuges.

Familia recompuesta: también conocidas como familias **reconstituidas** definida por varios autores (Anónimo, 2002; Benokraitis, 1996; Dávila, 1992; Goldenberg & Goldenberg, 2000; Irizarry, 1998; Muñoz & Reyes, 1997; Musitu, 2000). Quienes afirman que las familias reconstituidas son aquellas compuestas por una pareja casada legalmente, en la que por lo menos uno de los cónyuges ha estado casado legalmente y tiene un hijo o hija de su matrimonio anterior, que vive a tiempo completo o parcial con la pareja. Esta definición de familia reconstituida comprueba, una vez más, la realidad ineludible de perpetuar la imagen de una familia nuclear compuesta principalmente por un hombre, una mujer y unos hijos o hijas, aunque esta familia tiene una particularidad: la convivencia de personas que previamente constituyeron otra familia.

En cuanto al tema de **autoridad**, Tenorio nos habla de los valores individualistas y colectivistas frente al manejo de la autoridad; y para ello la define a partir de unas bases culturales. De manera muy general podemos hablar, siguiendo a los psicólogos culturalistas, de dos grandes tipos de culturas, según la relación social predominante: individualista moderna o colectivista de tipo tradicional.

En Estados Unidos, el éxito, la libertad y la justicia son ‘aspectos centrales’ de la cultura. Estos valores son considerados derechos individuales y son conceptos altamente valorados, escritos en la Constitución y por los cuales vale la pena librar guerras. Bajo los preceptos de estos derechos y el sistema capitalista económico resultante, la competencia entre las personas es vista como saludable, necesaria e incluso deseable. Así, la resolución de conflictos puede ser competitiva y confrontacional, basada en el concepto de que el individuo, más que la colectividad, tiene derechos que pueden y deben ser activamente perseguidos (Greenfield & Suzuki, 1998: 1092).

De esta manera se logra comprender las diversas concepciones de autoridad, las cuales serán enunciadas a continuación:

Concepción tradicional de la autoridad: (Autoritario); en este modelo la autoridad es vertical; las relaciones de pareja están basadas en una concepción piramidal en la cual el hombre está por encima de la mujer y ésta por encima de los hijos. Esta organización social obedece a una concepción de la sociedad jerarquizada y fundada en un orden divino o político, o simplemente en la tradición o costumbre. El padre representa la autoridad y la ejerce en nombre de este principio fundador por lo general religioso (manda en nombre de Dios, obedeciendo preceptos cristianos u otros). Son relaciones jerárquicas en las que el que está en el lugar superior decide por los que le están sometidos. Las decisiones no se fundan en el diálogo ni concertación sino en lo que está prescrito por la costumbre o las normas y que debe ser ejecutado por quien tiene la autoridad.

Mientras que cuando se habla de concepción autoridad permisiva; en esta no se ejerce autoridad; no se le puede imponer nada al niño, éste es quien debe decidir todo lo relativo a su conducta. Los castigos, del tipo que sean, son considerados traumatizantes, con mayor razón

cualquier tipo de castigo corporal (no importa la edad del niño/a). Se piensa que los castigos humillan y rebajan y que no se deben dar en ningún caso. No hay una distinción de generaciones, sino que el padre y la madre se ubican en posición de igualdad con el niño/a y lo viven, a través de una identificación imaginaria, como el niño/a libre y amado que él o ella siempre quisieron ser, y al que no se le deben imponer penas ni restricciones. Se cree que con el tiempo el niño/a irá aprendiendo sólo a comportarse bien y que esto es cuestión de maduración. No se sabe ni se reflexiona sobre qué consecuencias tendrá sobre la formación de la personalidad del niño/a su crecimiento sin límites. (pp. 198-200).

Por otro lado, la concepción democrática de la autoridad; los padres no confieren un poder jerárquico sobre los hijos. Cada hijo debe aprender desde bebé cómo ser dueño de sí, cómo tomar decisiones y cómo asumir sus actos. El niño no parece como inferior o supeditado al adulto, sino que este último está en posición de guía para ayudarlo a ser un individuo autónomo. La relación está basada en la confianza y en la consideración de que tanto el padre como el niño son sujetos de derechos y que la autoridad no se impone, sino que se llega a acuerdos razonados.

En el modelo democrático nadie se coloca en posición de superioridad jerárquica. Los padres son responsables de la crianza y por ello mismo tienen el deber de formar a los hijos, pero lo que funda su autoridad no es un principio fundador trascendental sino un acuerdo razonado. Así como en el Contrato Social de Rousseau, los hombres se ponen de acuerdo para despojarse de parte de su poder y delegarlo en un otro que establecerá el orden, y deponen su violencia para que uno solo controle a los demás, aquí los padres en posición de igualdad tratan de establecer e

inculcar principios razonados que buscan el bien común. No se trata de imponer un sistema de creencias sino principios fundados en la razón.

Teniendo en cuenta los tipos de autoridad, estos deben ir anclados al **ambiente familiar** que se desarrolla a partir de cada uno, ya que este puede ser influyente en la vida de los y las estudiantes universitarios y de cierta manera afectar su desempeño académico y su salud mental.

De esta manera se puede decir que el ambiente familiar según lo expuesto por Lahoz, J, es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras familias. Pero el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia. Lo que difiere a unas familias de otras es que unas tienen un ambiente familiar positivo y constructivo que propicia el desarrollo adecuado y feliz del niño, y en cambio otras familias, no viven correctamente las relaciones interpersonales de manera amorosa, lo que provoca que el niño no adquiera de sus padres el mejor modelo de conducta o que tenga carencias afectivas importantes.

Otro aspecto a tener en cuenta es la **resolución de conflictos**, García y Bolaños, explican que este es un hecho cotidiano al que todos nos enfrentamos en nuestro trabajo, en nuestras relaciones de vecindad, en nuestra familia... Se produce de muchas formas, con distinta intensidad y en todos los niveles del comportamiento. Se origina en situaciones propias de la

convivencia y de las relaciones humanas, y por ello se ha afirmado que el conflicto es connatural a la vida misma.

Por lo tanto, es importante tener en cuenta que el vínculo que se crea entre los miembros de la familia permite tener herramientas suficientes para establecer relaciones positivas o destructivas, es decir, para generar espacios donde las personas nos sintamos queridas y valoradas o, por el contrario, nos sintamos incomprendidas o no reconocidas.

Nadie como las personas más próximas a nosotros son capaces de hacernos sentir bien o hacernos sentir mal. La cercanía y la continuidad de las relaciones familiares hacen más intensos los conflictos que se generan en la familia.

ESTRATEGIA METODOLÓGICA

Tipo de investigación

Con el fin de dar a conocer los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal se hace necesario indagar respecto a los factores de riesgo individuales, institucionales y familiares; es así como se hace importante describir estas características y confrontarlas con la percepción de los estudiantes y la opinión institucional, por tal razón este estudio es de corte **descriptivo** en ella se destacan las características o rasgos de la situación, fenómeno u objeto de estudio, su principal función es la capacidad para seleccionar las características fundamentales del objeto de estudio. Se enmarca en un **tiempo sincrónico**; el cual no es una variable relevante porque las observaciones y mediciones se hacen en el mismo periodo.

Método

Cuantitativo: El método cuantitativo se ubica como fundamental para dar respuesta a la identificación de las condiciones individuales, institucionales y relacionales a través de la aplicación de encuestas que a su vez serán interpretadas según las consideraciones conceptuales. De este modo el método cuantitativo permitirá por medio del estudio probabilístico analizar lo que se consideraría factores de riesgo para la salud mental de los estudiantes en el periodo de adaptación.

Técnicas: Según las necesidades de investigación que se tienen para resolver los objetivos específicos, se precisaron los instrumentos acordes con cada técnica y su enfoque. Con base en esto se privilegiarán para el caso de esta investigación las siguientes técnicas:

a) Encuesta, con preguntas abiertas y cerradas

Universo: 650 estudiantes de primer a tercer semestre que se encuentran matriculados activamente en las carreras ofertadas por la universidad del Valle sede Zarzal para el segundo periodo de 2018 tanto en la jornada diurna como en la nocturna:

Tabla 1

Listado de carreras ofertadas en la universidad del Valle sede Zarzal.

Carrera	Semestre	No de alumnos	Jornada
Tecnología en electrónica	1	31	Diurno
	3	20	Diurno
Tecnología en sistemas	1	28	Diurno
	2	28	Nocturna
	3	15	Diurno
Tecnología en alimentos	1	31	Diurno
	3	28	Diurno
Tecnología agroambiental	2	28	Diurno
Tecnología en hotelería y turismo	1	24	Diurno
	3	17	Diurno
Trabajo social	1	56	Diurno
	3	38	Diurno
Ingeniería industrial	1	51	Diurno
	3	45	Diurno
Contaduría pública	1	53	Diurno

Administración de empresas	1	45	Diurno
	2	38	Nocturna
	3	28	Diurno
Licenciatura en educación básica	2	16	Vespertino
Total		650	

Muestra encuestas: Se realizará un muestreo aleatorio simple. El muestreo aleatorio simple es un procedimiento de muestreo probabilístico que da a cada elemento de la población objetivo y a cada posible muestra de un tamaño determinado, la misma probabilidad de ser seleccionado. Se tomará en consideración la fórmula:

Siendo

n es el tamaño de la muestra;

Z es el nivel de confianza;

p es la variabilidad positiva;

q es la variabilidad negativa;

N es el tamaño de la población;

E es la precisión o el error.

$$n = \frac{N\sigma^2 Z_{\alpha}^2}{e^2(N-1) + \sigma^2 Z_{\alpha}^2}$$

$$= 650 * 0,5^2 * 1,65^2 / 0,05^2 * (650-1) + 0,5^2 * 1,65^2 = 442.4 / 2.303 = 191$$

Darían un total de 191 encuestas por realizar, dando como promedio 19 encuestas en nueve programas y 20 encuestas en un solo programa.

Las encuestas se aplicaron de manera voluntaria, ingresando a los salones cuando los docentes así lo permitían, de lo contrario se invitaba a los y las estudiantes que se encontraban en los pasillos de la sede y que cumplieran con el requisito de estar matriculado en primer, segundo o tercer semestre.

Inicialmente la idea era que la estudiante a cargo de la investigación fuera quien llenara las encuestas, pero fueron los mismos estudiantes quienes solicitaron llenarlas por ellos mismos ya que había preguntas que requerían una construcción propia para su respuesta, de esta manera el tiempo estimado para llenar la encuesta fue de 15 a 20 minutos.

Aunque inicialmente se creyó que serían los estudiantes de primer semestre los más activos a la hora de contestar la encuesta, es interesante conocer que en tercer semestre algunos ya se sienten lo suficientemente maduros tanto individual como académicamente hablando, que se permiten cuestionar todo aquello que pasa alrededor, ya que fueron más receptivos, analíticos y participativos del ejercicio de llenar las encuestas.

Para el análisis de la información se emplearía el programa SPSS, pero debido a que se presentaron problemas técnicos con la instalación del programa en el equipo, se decidió elaborar el análisis de forma manual por medio del programa Excel 2013, ya que este nos permite graficar y obtener los valores porcentuales para cada pregunta.

ANÁLISIS

FACTORES SOCIODEMOGRAFICOS

Teniendo en cuenta que los factores sociodemográficos, son aquellos que nos permiten comprender que aspectos como el sexo, la edad, el estado civil, la economía, el lugar de residencia, la procedencia, entre otros, pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes en cuanto a que permite u obstaculiza posibilidades en términos de acceder a mejores servicios médicos, atención interdisciplinaria, recreación y en general satisfacer todas las necesidades básicas; en este capítulo se encontraran datos obtenidos a partir de las encuestas realizadas a los y las estudiantes de primer a tercer semestre.

La Revista Colombiana de Psiquiatría (2008) informa que, al parecer el bajo nivel educativo, una reciente caída del ingreso económico y una vivienda pobre son variables socioeconómicas que están asociadas significativamente a un incremento en la prevalencia de trastornos mentales.

Es importante partir del hecho de que los y las estudiantes de la Universidad del Valle sede Zarzal, son en su mayoría procedentes de otros municipios, ciudades e incluso países; tenemos que 32,98% proceden del municipio de Zarzal; 15,18% del municipio de Roldanillo, 12,16% el municipio de La Unión, 4,7% proceden de la ciudad de Cali, 4,1% del municipio de la Victoria, 3,7% de la ciudad de Tuluá; otro 3,7% del municipio de Bolívar, 2,6% de la ciudad de Bogotá, 2,1% del municipio de Cartago, 2,1% del municipio de Obando, 1,6% de la ciudad de Palmira, 1,6% de la ciudad de Buga, 1,6% del municipio de Toro, 1,5% del municipio de El Dovio, 1,5% de la ciudad de Popayán, 1,5% de la ciudad de Armenia, 0,5% de Guapi, 0,5% de Ulloa, 0,5% de

Yopal, 0,5% de Florencia, 0,5% Naranjal, 0,5% de Higuerón, 0,5% de Anserma, 0,5% de Bayamón Puerto Rico, 0,5% de San José del Guaviare, 0,5% de Santa Rita, 0,5% de Viterbo Caldas, 0,5% de San Sebastián Cauca, 0,5% de Quebrada grande, 0,5% de Dosquebradas y 0,5% de Quebrada Nueva.

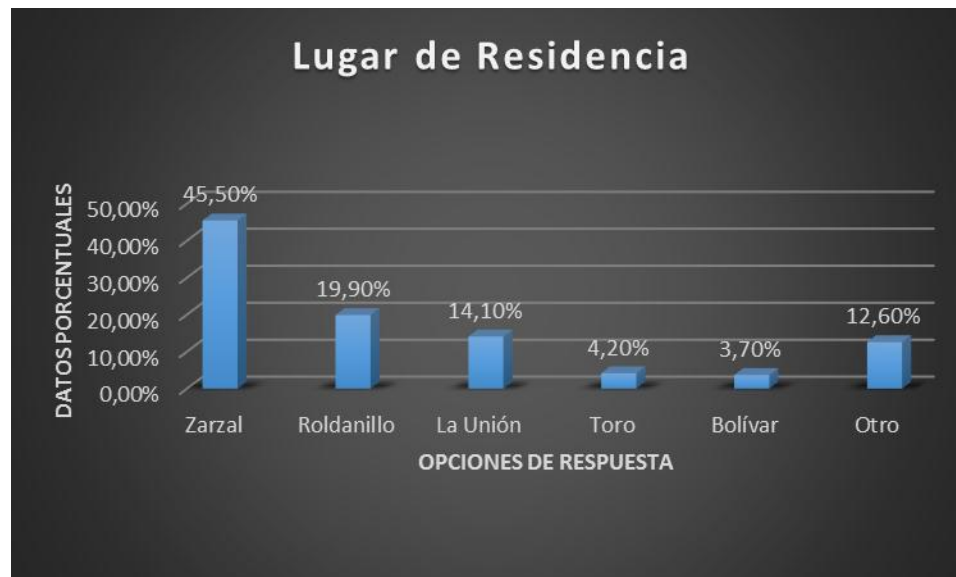
Lo datos nos permite comprender que el entorno universitario es un campo en el cual pueden converger diferentes tipos de culturas, de pensamientos, de historias y esto a su vez enriquece el entorno universitario.

Gráfica 1



Ahora bien, partiendo del hecho de que una cosa es proceder y otra es residir, a continuación, se obtendrá la información suministrada por los y las estudiantes mediante la encuesta; es así como se tiene que 45,5% residen en el municipio de Zarzal, 19,9% en el municipio de Roldanillo, 14,1% en el municipio de La Unión, 4,2% en el municipio de La Victoria, 3,7% en el municipio de Bolívar y finalmente 12,6% en otros municipios.

Gráfica 2



Desde la Salud Mental, y con la información anterior, se puede deducir que los estudiantes residentes en otros municipios, hacen uso de diferentes medios de transporte para llegar sus clases y cumplir con sus deberes académicos, ya sea vehículo particular o moto, servicio público, etc.; lo cual, puede causar en los y las estudiantes estrés, angustia debido al tiempo de llegada a la sede, entre otros; por lo tanto saber que tanto afecta o beneficia este modo de transportarse la salud mental de los y las estudiantes, su rendimiento académico y su proceso de socialización, sería un tema de interés para estudiar.

Cabe aclarar que la información recolectada se da a partir de 191 encuestas realizadas a estudiantes activos entre primer y tercer semestre de todas las carreras de la Universidad del Valle sede Zarzal; siendo diez carreras las ofertadas en la sede entre profesionales y tecnológicas; a continuación, se puede evidenciar el total de estudiantes por carrera que participaron en la encuesta, teniendo en cuenta que era voluntaria.

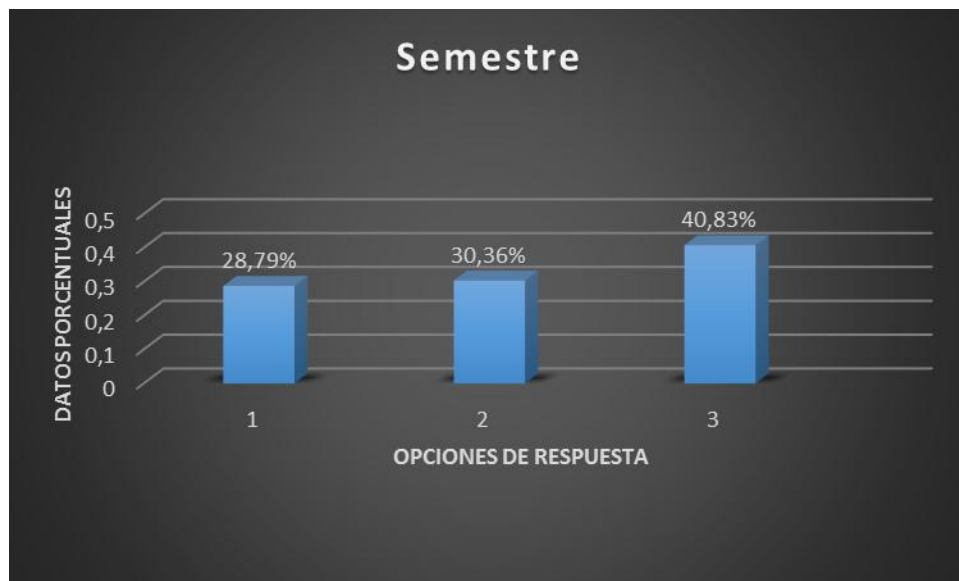
Es así como partiendo del hecho de que son nueve carreras las ofertadas en la sede, se realizaron 19 encuestas en nueve programas y 20 encuestas en un solo programa; de esta manera tenemos que el mayor porcentaje fue de los y las estudiantes de Administración de Empresas 16,75% seguido por los y las estudiantes de Trabajo Social 16,23%, en Contaduría fueron 15,18% los encuestados, Tecnología Hotelería y Turismo 13,08%, Tecnología en Sistemas e Ingeniería Industrial tuvieron el mismo número de estudiantes encuestados 12,04%; Licenciatura Educación Básica conto con un 4,71%, Tecnología en Sistemas 4,18%, Tecnología en Alimentos 3,14% y el de menor porcentaje 2,61% fueron los estudiantes de Tecnología Agroambiental.

Gráfica 3



Entre los y las estudiantes encuestados, tenemos que 40,83% de los y las encuestados pertenecen al tercer semestre. En cuanto al segundo semestre un 30,36% participaron de la encuesta y finalmente un 28,79% se encontraban activos en primer semestre.

Gráfica 4



Si bien es necesario conocer los valores porcentuales en cuanto a programa académico y semestres, es importante conocer cuántos de los encuestados son hombres y cuantos son mujeres, ya que esta cifra nos permite conocer quiénes son más participativos en temas académicos.

Teniendo así que un 59,68% fueron mujeres y 40,31% hombres. Con lo cual se demuestra una mayor participación por parte de las mujeres, ya que la encuesta era voluntaria.

Gráfica 5



En este punto es necesario retomar a la Organización Mundial de la Salud quien ha incorporado el concepto de *género*, mismo que define como “los roles, comportamientos, actividades y atributos que cada sociedad en particular considera apropiados para hombres y mujeres” (OMS, 2007a).

Por otro lado, es importante también conocer el rango de edad en la que se encuentran los encuestados, pues esto nos permite interpretar sus respuestas a partir del ciclo vital en el que se encuentran, no es lo mismo estar en primer semestre siendo un adolescente entrando a la edad adulta, a ser un joven adulto.

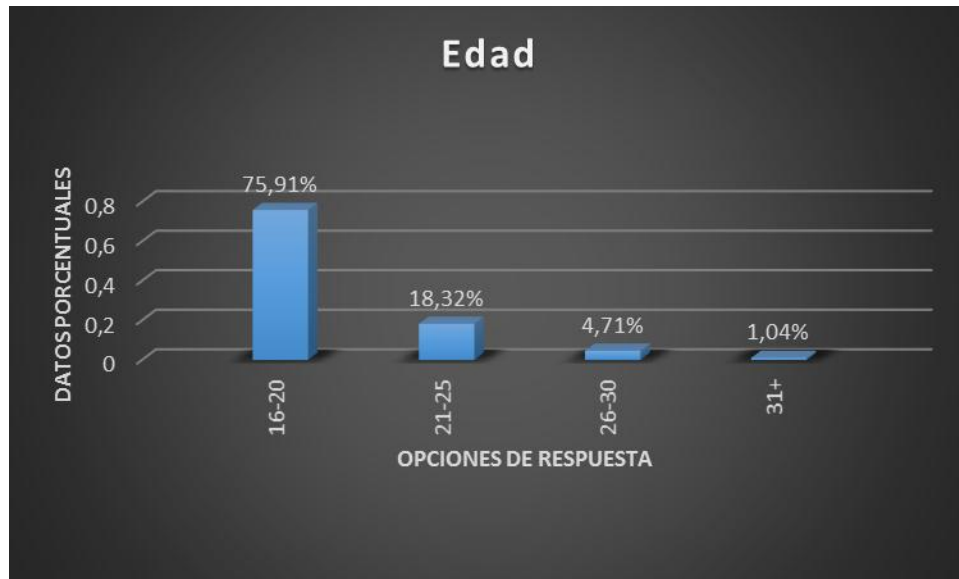
Ya que, como lo expresa Erikson, esta teoría permite evidenciar el impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad de los individuos. Entre los aspectos más importantes de la teoría psicosocial se encuentran aquellos que resultan indispensables para

el desarrollo de esta investigación; en primera instancia plantea la coexistencia de tres aspectos que integran al ser humano: lo biológico, la psiquis y lo ético-social.

Así mismo da cuenta de las características de los individuos que exponen la existencia de diferencias individuales determinadas por lo biológico, la crianza y otras características que moldean la personalidad del individuo, de esta manera todo contexto social en el cual se ve inmerso un individuo requiere de un proceso de adaptación y ajustamiento, siendo estos determinantes para la salud mental de quienes sufren estos cambios o se ven enfrentados a contextos no explorados (Erickson, 2000).

Para la realización de esta encuesta, se manejaron los siguientes rangos de edades tomados del DANE, los cuales van así; 16-20 ; 21-25; 26-30 y 31 o más; de esta manera se puede observar que 75,91% de los encuetados se encuentran entre los 16 y 20 años, es decir terminando la adolescencia y comenzando la etapa adulta; 18,32% se encuentran entre los 21 y 25 etapa en la cual van perfilando su vida profesional, 4,71% entre los 26 y 30 edades en las cuales ya muchos tienen un poco más de claridad frente a lo que esperan de su crecimiento profesional y finalmente 1,04% tiene más de 31 años edad en la que ya se puede tener definido un rol profesional y personal.

Gráfica 6



Dentro de los factores sociodemográficos es importante conocer el estado civil, ya que como factor puede afectar la Salud Mental de los y las estudiantes teniendo en cuenta que no es lo mismo estar soltero y disponer de tiempo para realizar diferentes tareas, a estar casado o en unión libre e igualmente responder por los asuntos académicos.

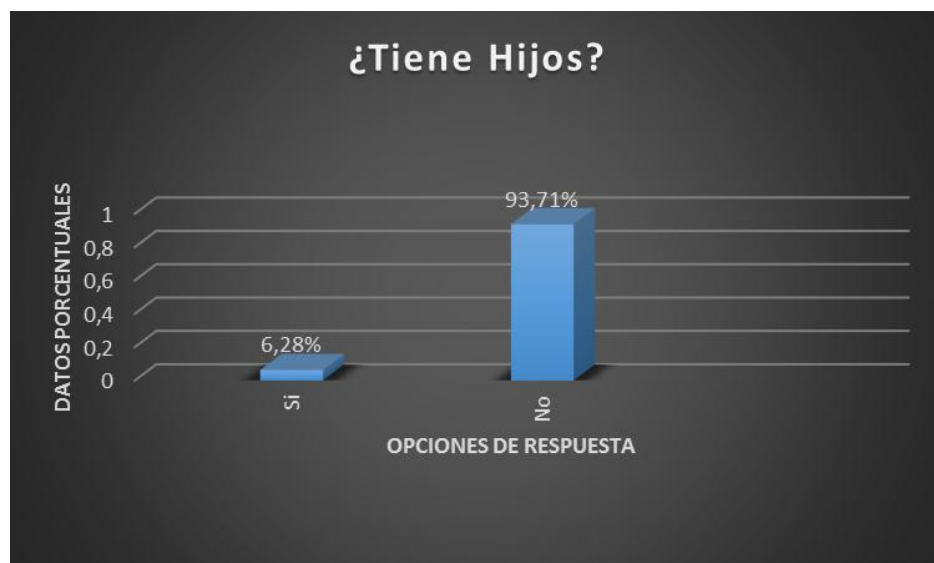
Por lo tanto, tenemos que 93,19% de los y las encuestados se encuentran solteros, lo cual nos permite amarrar a la pregunta anterior donde vemos que el mayor porcentaje están terminando la adolescencia y comenzando la edad adulta, por lo tanto, están en una etapa de la vida donde el compromiso sentimental no es una prioridad, sin descartar que haya casos de personas comprometidas en ese rango de edad; también tenemos que 4,8% viven en unión libre y 2,61% son casados.

Gráfica 7



En cuanto al tema de los hijos tenemos que 93,71% no tienen hijos, mientras que 6,28% si tienen hijos.

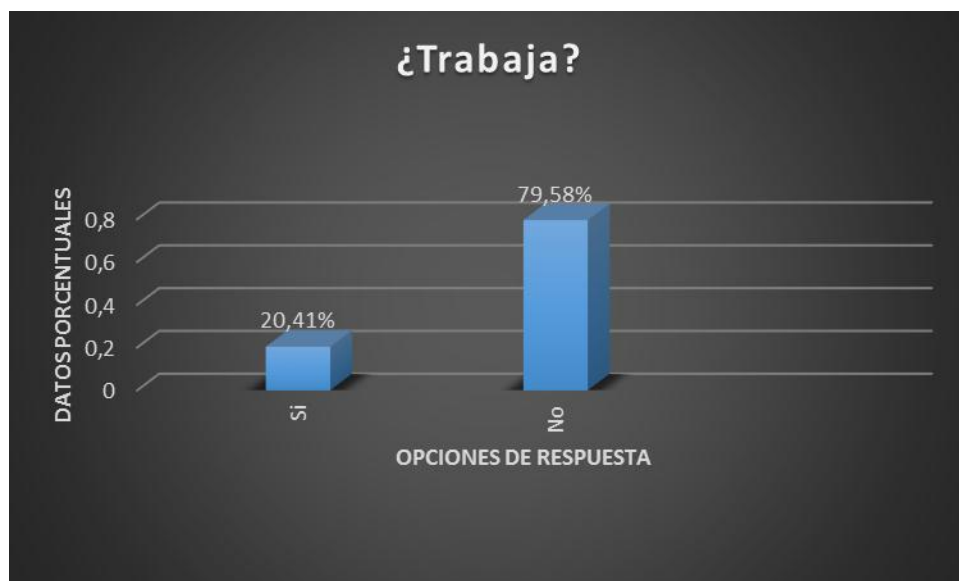
Gráfica 8



Partiendo del hecho de que un gran porcentaje están terminando la adolescencia y entrando a la edad adulta, y otro gran porcentaje se encuentra soltero y sin hijos; en este punto es importante conocer los datos que den cuenta sobre su situación económica, es decir, conocer si trabajan a dependen económicamente de sus padres o algún miembro de la familia.

Por lo tanto, se revisará en primera instancia si trabajan o no; con lo que se obtuvo que 20,41% de los encuestados respondieron afirmativamente a la pregunta sobre si trabajaban, y 79,58% no trabajan; esto nos permite persuadir que gran parte de la población que no trabaja se debe encontrar entre los 16 y 20 años, son solteros y en el momento deben estar dedicados al estudio. Mientras que la población restante se podría ubicar entre los que están comprometidos y se encuentran en un rango de edad un poco más maduro.

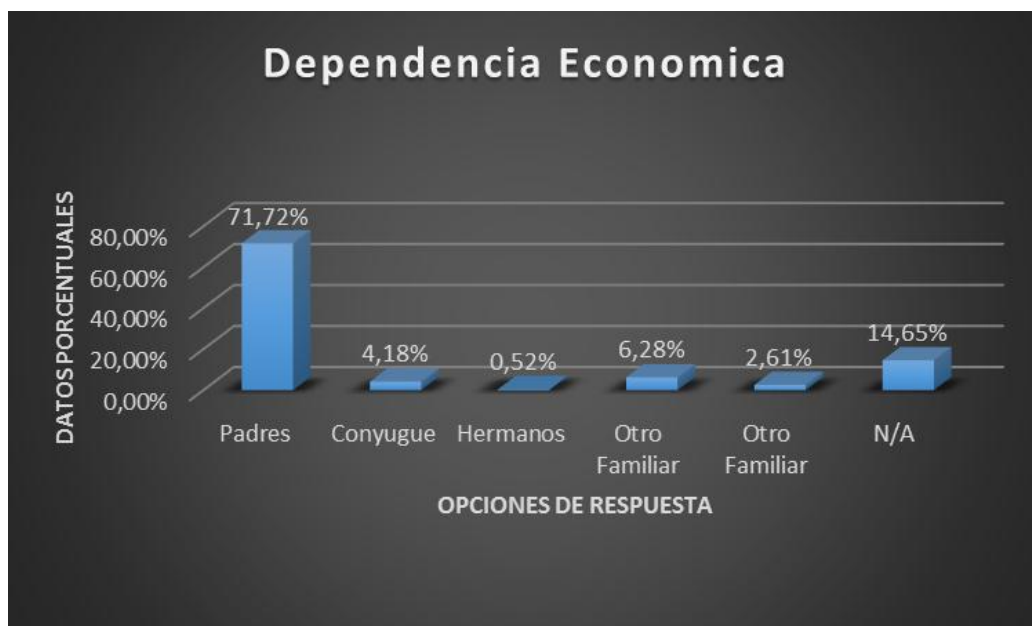
Gráfica 9



Teniendo en cuenta los datos anteriores, a la pregunta de quién dependen económicamente, se obtuvo que; 71,72% de los encuestados dependen económicamente de los padres, ubicando de esta manera a la población entre los 16 y 20 años y que se encuentran solteros.

Mientras que un 14,65% afirmaron no depender de nadie dado a que trabajan y se sostienen por sí mismos, porcentaje bajo respecto a la población que afirmo trabajar; 6,28% dependen de otro familiar, 4,18% de los cónyuges, 2,61% de otras personas y 0,52% de los hermanos.

Gráfica 10



De acuerdo a lo anterior, el estrato socioeconómico de los y las estudiantes permite visibilizar las condiciones en las que se encuentran, y cómo puede afectar la salud mental de los mismos, dado a que permite u obstaculiza posibilidades en términos de acceder a mejores servicios médicos, atención interdisciplinaria, recreación y en general satisfacer todas las necesidades básicas.

En ese sentido se tiene que 55,0% viven en estrato medio bajo (2); 27,2% en estrato bajo (1) y 17,8% en estrato medio (3).

Gráfica 11



FACTORES INDIVIDUALES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL DE LOS Y LAS ESTUDIANTES

Para entender como los factores individuales pueden afectar la Salud Mental de los y las estudiantes, es necesario en primer momento, tener claro que el concepto de salud ha evolucionado de manera tal que involucra no solo la dimensión física sino también la social y emocional, convirtiendo el término en un aspecto complejo de la vida humana (Del Campo G, 2011; Moiso, 2007). La salud como concepto entonces se debe construir en torno a la estructura social, la distribución de la riqueza, las condiciones sociodemográficas, las redes de interacción grupal social, familiar y cultural, la salud biológica, los comportamientos y los recursos personales (Agost y Martín, 2012).

Teniendo en cuenta que el concepto "salud" según lo señalado por Lydia Feíto, es un término amplio y complejo, en el que se pueden dar las siguientes características:

"De la salud tendremos que decir, como notas que le son propias, que es un **concepto múltiple** (porque permite distintas visiones del mismo, ya sean grupales o individuales), **relativo** (porque dependerá de la situación, tiempo y circunstancias de quien lo defina y para quien lo aplique), **complejo** (porque implica multitud de factores, algunos de los cuales serán esenciales o no dependiendo del punto de vista que se adopte), **dinámico** (porque es cambiante y admite grados) y **abierto** (porque debe ser modificable para acoger los cambios que la sociedad imponga a su concepción)" (Feíto, 1996: 64).

En este apartado, se plasmarán las respuestas de los y las estudiantes frente a la pregunta **¿Qué entiende por salud mental?**; la cual permite conocer que es un tema poco común para los estudiantes, ya que no están familiarizados o tal vez no se ha abierto un espacio para conocerlo y

comprenderlo; por lo tanto es importante tener en cuenta que respecto al tema de salud hay muchas definiciones; y que esta responde además a una condición histórica, pues en cada momento, determinada sociedad puede tener una visión particular de la misma. De hecho, cada época corresponde a cierta estructura irrepetible de poder, técnicas, ideas, valores, costumbres, creencias y normas. De manera que la noción de lo que se entiende por salud es un producto o construcción social, o como diría Emile Durkheim (citado en Ritzer, 2002), “un hecho social que puede ser tratado como cosa y es externo y coercitivo al individuo” (pp. 207).

De esta manera, se puede decir que la salud mental se define hoy en día de manera integral como: La capacidad del individuo, el grupo y el ambiente para interactuar el uno con el otro de tal manera que promueva el bienestar subjetivo, el uso óptimo, el desarrollo de las habilidades mentales (cognoscitivas, afectivas y relacionales) y el logro de metas individuales y colectivas congruentes con la justicia y el mantenimiento y preservación de condiciones fundamentales de equidad.

Partiendo de la complejidad del concepto, se elige la definición de la Organización Mundial de la Salud quien simplifica el concepto de la siguiente manera:

... es un estado de bienestar con el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a la comunidad...” (OMS 2001. P:1).

De esta manera tenemos una gran diversidad de respuestas entre las que se destacan:

- *¿Qué es eso? (claramente no tienen idea de que se habla)*

- *No estar loco.*
- *Ser coherente entre lo que se dice y se hace.*
- *Tener la capacidad de manejar el estrés.*
- *Ser mentalmente sano.*
- *Un estado de estabilidad tanto emocional como personal.*
- *No sufrir ningún tipo de trastorno mental.*
- *Haber superado algún tipo de trastorno mental.*
- *Manejar intereses tanto individuales como colectivos.*
- *Hacer frente a las preocupaciones.*
- *Saber manejar los afectos.*
- *Lograr un equilibrio entre lo positivo y lo negativo.*
-

Estas entre muchas otras respuestas, dan lugar a una alta preocupación en cuanto al trabajo que se realiza desde Bienestar Universitario, frente al tema de Salud Mental, teniendo en cuenta que es un programa de la misma Universidad.

Por lo tanto, cuando se preguntó cómo califican los y las estudiantes su salud mental, entre **Buena, Regular y Mala**; no hubo claridad en las respuestas, pues quienes consideran que tienen **BUENA** la Salud Mental, lo hacen desde el hecho de lograr manejar el estrés, de coherencia entre lo que dicen y hacen y porque no sufren de ningún trastorno.

También hubo quienes contestaron que tiene **REGULAR** la Salud Mental, pues muchas veces no se sienten en sus plenas capacidades para afrontar las presiones que trae la vida universitaria.

En ese sentido, el desconocimiento del tema de Salud Mental juega como factor de riesgo, en la medida en que los y las estudiantes están expuestos a muchos otros factores que pueden afectar su Salud Mental y no cuentan con las herramientas para hacerles frente.

Por lo tanto, se hace necesario abordar el tema de manera amplia y en pro de los y las estudiantes, para que de esta manera lo conozcan, aprendan sobre los factores de riesgo e igualmente puedan construir herramientas que les permita trabajar la Salud Mental buscando el mejoramiento de la misma.

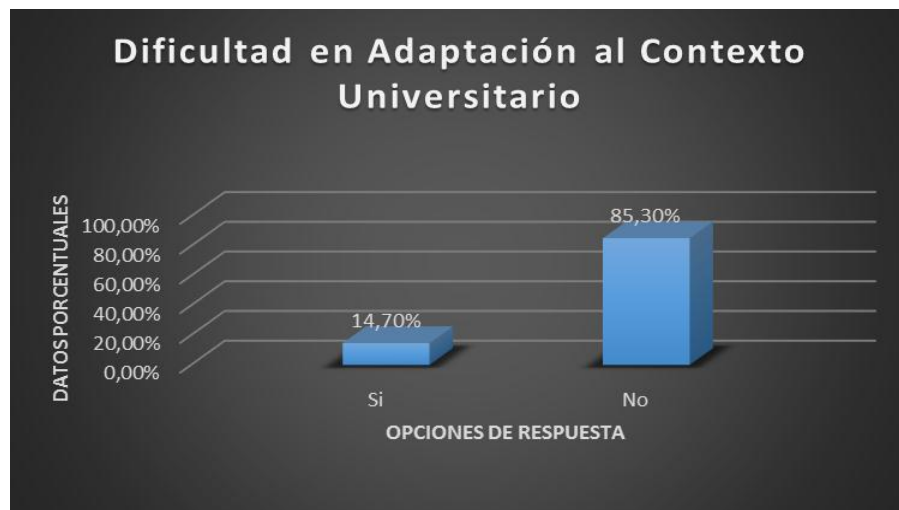
De esta manera los factores individuales son considerados factores de riesgo en tanto abarcan aspectos que afectan directamente el desarrollo individual de los y las estudiantes, es decir, a partir de estos factores podemos conocer como desde las individualidades los y las estudiantes han afrontado el proceso académico; partiendo de la teoría psicosocial desarrollada a partir de los postulados planteados por Erickson (pp.197); ya que esta teoría permite evidenciar el impacto de la cultura, de la sociedad y de la historia en el desarrollo de la personalidad de los individuos. Entre los aspectos más importantes de la teoría psicosocial se encuentran aquellos que resultan indispensables para el desarrollo de esta investigación; en primera instancia plantea la coexistencia de tres aspectos que integran al ser humano: lo biológico, la psiquis y lo ético-social.

Para ello se iniciará conociendo si los y las estudiantes consideran limitadas sus competencias académicas, ya que según lo expuesto por Huamanga (2011) estos son responsables en un sentido amplio, desde el momento en el que deciden matricularse en alguna titulación

universitaria por su propia voluntad, puesto que no se trata de una etapa de enseñanza obligatoria; de este modo es sentirse capaz de lograr algo por su propio esfuerzo y confiar en sus capacidades. Se requiere además “autocontrol” para lograr un alto nivel de autoconfianza y todo empieza con la manera como se ven a sí mismos.

Es así como tenemos que 14,7% respondió afirmativamente en cuanto a que consideran limitadas sus competencias académicas, dando como razones el no tener el conocimiento de todo, y que al venir de colegios públicos de cierta manera chocaban con los conocimientos impartidos dentro de la Universidad; mientras que 85,3% dijeron que no se consideran limitados en sus competencias académicas; y que se trata más de un tema de autoconfianza.

Gráfica 12

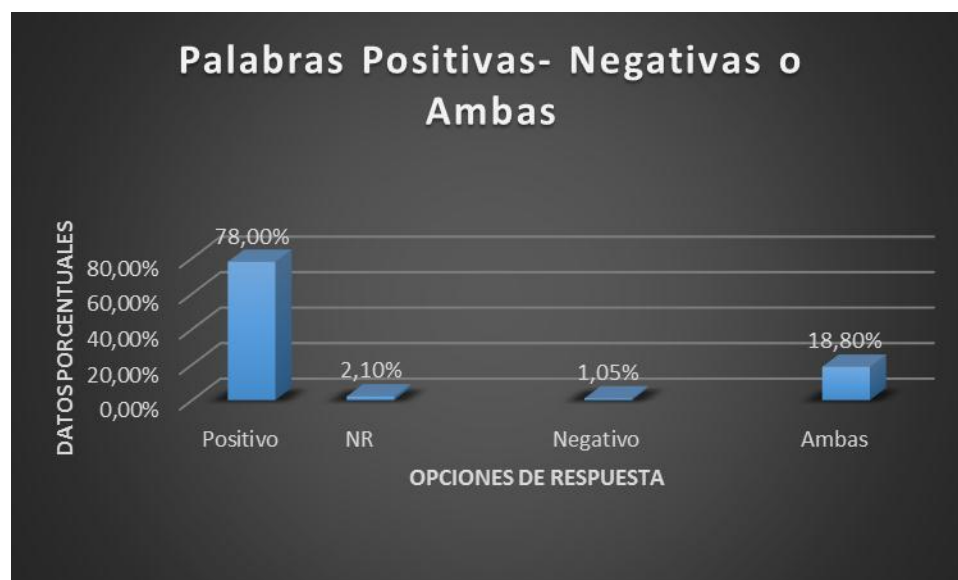


Es importante entonces, conocer como los y las estudiantes manejan el tema de los afectos personales ya que este es un poco complejo, pues no hay nada más difícil que autocalificarse; por esta razón se quiso conocer si frente al aprendizaje de nuevos conocimientos o frente a las

dificultades de asimilarlos los y las estudiantes se decían a sí mismos palabras positivas como yo puedo y voy a lograrlo o palabras negativas como no puedo, no soy capaz, o se dicen ambas.

Dando como resultado que 78,0% se dicen palabras positivas, afirmando que uno atrae con la mente lo que realmente quiere para su vida, por esta razón al decirse palabras positivas se logra que todo fluya y de alguna manera no estancarse sino siempre encontrar una salía; 1,05% se dicen palabras negativas, ya que consideran que no siempre se tienen palabras positivas y que aceptar que no se es capaz de hacer todo no lo hace ni menos ni peor que nadie, por otro lado 18,8% se dicen ambas tanto positivas como negativas, y finalmente 2,1% decidieron no dar respuesta a esta pregunta.

Gráfica 13

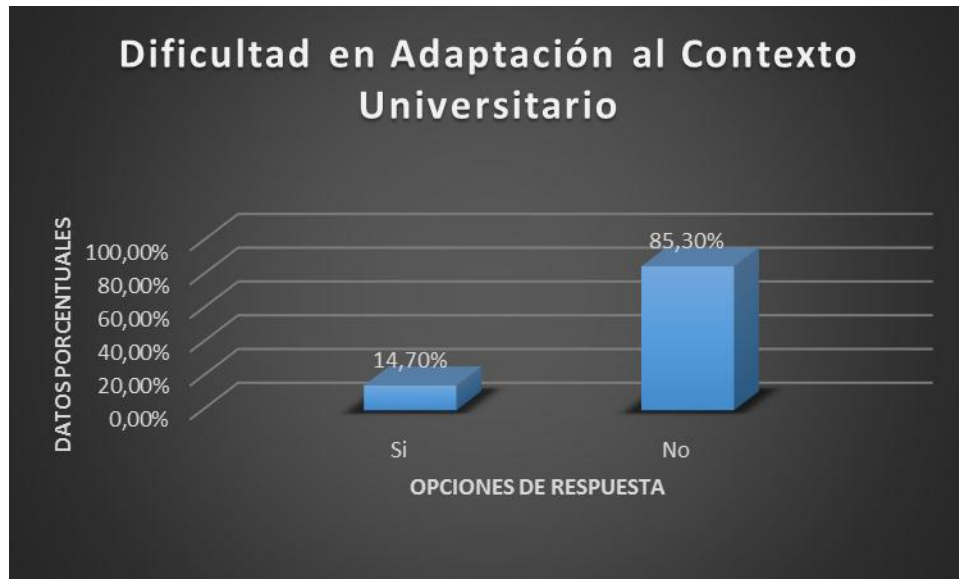


En ese orden de ideas, se preguntó sobre si se les había dificultado o no adaptarse al contexto universitario, teniendo en cuenta lo expuesto por Aguilar, quien dice que la transición de los estudios secundarios a los universitarios comprende un espacio temporal que abarca el último

año de la escuela secundaria y todo el primer año de la universidad, pudiéndose evaluar dicha transición al final del primer año. Es un complejo proceso multifactorial, en el cual intervienen varios aspectos del ingresante como del entorno. La misma, puede resultar favorable, pero también problemática y dificultosa. Dado a que la adaptación es la cualidad de acomodarse a una situación determinada; el hombre es un ser eminentemente adaptativo. De esta manera, cuando se habla de adaptarse al contexto universitario, se hace referencia a las dificultades que se pueden presentar en el proceso, por ello, para entenderlo es necesario conocer las claves que favorecen el desarrollo personal, el aprendizaje, la retención y la satisfacción de los alumnos con su educación, es el nivel de compromiso de estos con su proceso de formación (Hu & Kuh, 2000; Tinto & Godsell, 1993; Astin, 1993; Terenzini, 1992). A mayor compromiso de los estudiantes en aspectos académicos y sociales de la vida universitaria, mayores beneficios en términos de su desarrollo y desempeño global (Huang & Chang, 2004). El proceso de adaptación puede resultar ser complejo para algunos, mientras que para otros es la oportunidad de demostrarse a sí mismos que ya son adultos, maduros y capaces de tomar sus propias decisiones.

A esta pregunta se obtuvo que un 85,30% refirió no haber presentado dificultad alguna, frente a un 14,70% que si aceptaron presentar dificultades; lo cual no interfiere en la Salud Mental como factor de riesgo.

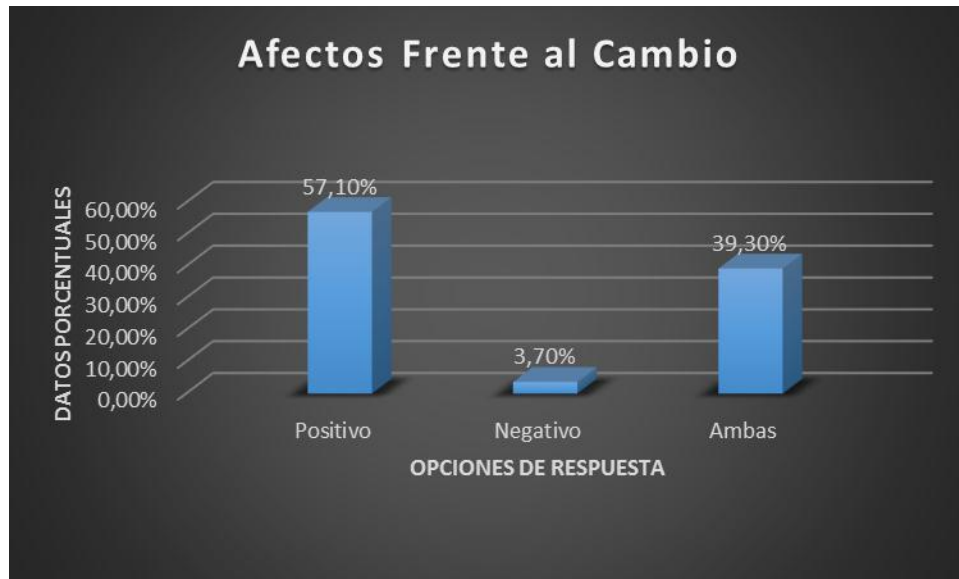
Gráfica 14



Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario conocer que afectos le produce o le produjo el cambio a los y las estudiantes; si fueron afectos positivos (alegría, optimismo, libertad), afectos negativos (miedo, ansiedad, tristeza) o ambos.

De esta manera tenemos que 57,1% de los y las encuestadas afirmaron que tienen o tuvieron afectos positivos, un 3,7% experimento afectos negativos, frente a un 39,3% que afirmaron haber experimentado ambos afectos. Estos resultados, pueden ser el reflejo de cómo perciben la exigencia académica los y las estudiantes, teniendo en cuenta lo expuesto por Béjar, (2013) quien plantea que la exigencia se ve reflejada en la planeación y organización del curso de manera que se incluyan actividades y tareas dirigidas al logro del aprendizaje.

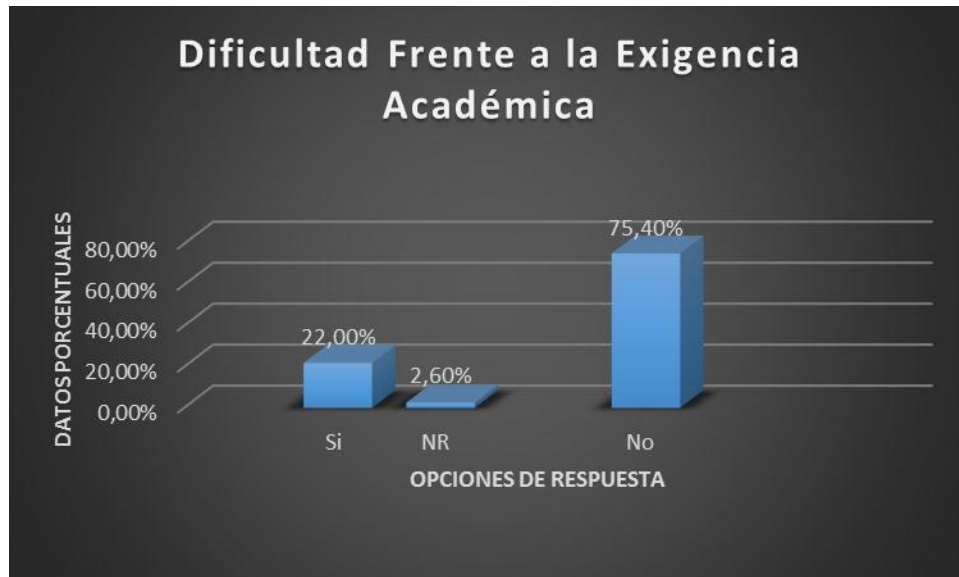
Gráfica 15



Teniendo en cuenta que un gran porcentaje (57,10%) afirmó que presentaron afectos positivos, se hace necesario saber cómo han afrontado la exigencia académica los y las estudiantes, y si han presentado dificultades en el proceso de aprendizaje; con lo cual tenemos que si bien la exigencia académica en la educación secundaria es menor (en algunos casos, entendiendo que los colegios privados tienen mayor exigencia que los colegios públicos) frente a la exigencia académica universitaria; se obtuvo que 75,4% afirmaron no haber presentado ninguna dificultad, 22,0% si presentaron dificultades y 2,6% no respondieron a esta pregunta.

Con lo anterior se puede deducir que al no presentarse dificultades en el proceso de aprendizaje (75,4%) se puede considerar que como factor de riesgo no atento contra el óptimo desarrollo de los y las estudiantes.

Gráfica 16



Un punto importante a tener en cuenta con los y las estudiantes es el tema de los métodos de estudio, pues estos permiten claridad frente algunos temas que quizás no quedaron claros, es por esta razón que se hizo pertinente conocer si los y las estudiantes en periodo de adaptación implementaban o no métodos de estudio.

Esta información nos arrojó que un 63,4% si implementan nuevos métodos entre los cuales está hacer uso de apoyo audiovisual, investigar más frente al tema no comprendido, apoyarse en compañeros que, si entienden el tema, etc.

Por otro lado 31,4% afirman no hacer uso de métodos de estudio, ya que consideran que no los necesitan. Finalmente 5,2% no dieron respuesta a esta pregunta.

Con lo anterior, y desde el tema de Salud Mental, la no implementación de métodos de estudio como factor de riesgo se puede ver reflejado en el rendimiento académicos, aunque este sería un tema a estudiar más a fondo en una próxima investigación.

Gráfica 17



En cuanto a la elección profesional, ellos ya eligieron entre las opciones que ofrece la universidad; pero es importante conocer que los y las estudiantes cuentan con mayor aceptación por parte de padres y madres de familia, por lo tanto frente a la pregunta “¿ya sabes que vas a estudiar?” frecuentemente planteada a estudiantes del nivel medio superior, se suele obtener respuestas como: “todavía no sé”, “nada que tenga que ver con matemáticas”, “una carrera con la que pueda trabajar”; etc. A través de ellas la elección de carrera profesional aparece como un llamado o inspiración individual que deberá arribar algún día como el resultado del autoanálisis con respecto a gustos, intereses, habilidades personales o de características propias del desarrollo, como un reto familiar, o como una posibilidad de ajuste al mercado laboral.

La elección profesional debe ser una decisión autónoma, madura y consiente, ya que se está eligiendo la carrera que se piensa ejercer, por lo tanto debería ser algo que apasione, que llene y con lo cual se sienta tranquilidad; de lo contrario se enfrentara a una elección que en el peor de los casos se convertirá incluso en una pesadilla, pues no se le encontrara el gusto y se sentirá un obligación más que vocación para ejercer.

Por esta razón se les pregunto si frente a la elección profesional se encontraban satisfechos o insatisfechos, con lo cual se obtuvo que 93,0% se encuentran satisfechos de su elección ya que va acorde a su perspectiva de vida laboral, otros afirmaron que están estudiando con lo que soñaron siempre.

Por otro lado 7,3% dijeron estar insatisfechos, ya que no era lo que querían, pero era para lo único que le servía el ICFES, otros simplemente porque los padres querían que estudiaran cualquier cosa.

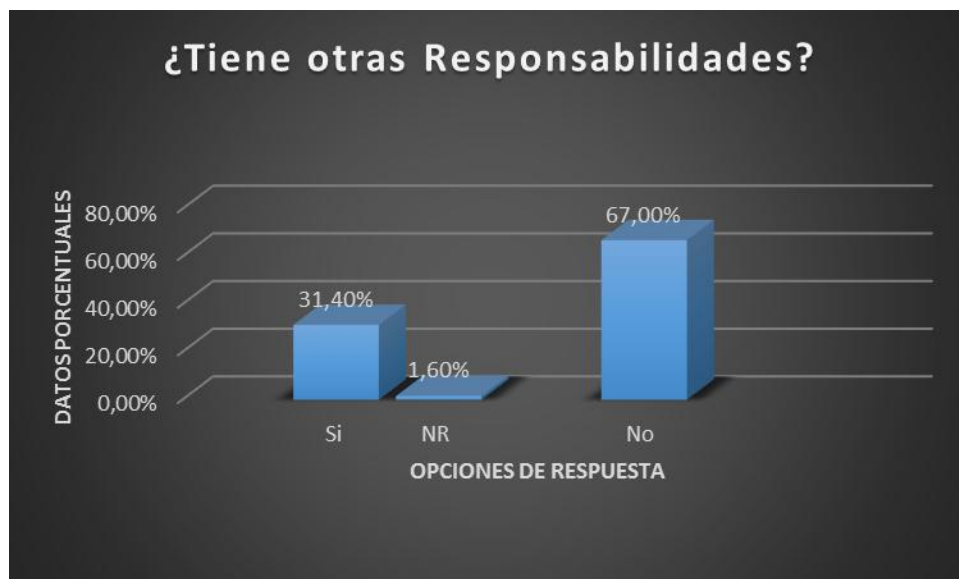
Gráfica 18



Un punto importante a tener en cuenta, y de acuerdo a información suministrada anteriormente donde algunos estudiantes afirmaron ser casados o estar en unión libre y tener hijos, se les pregunto si tenían otras responsabilidades aparte de ser estudiantes universitarios.

Obteniendo que solo 31,4% afirmaron tener otras responsabilidades, como practicar algún deporte, ayudar en la casa, trabajar, cuidar algún familiar enfermo, cuidar de los hijos y del hogar, o incluso capacitarse en otras áreas como aprender nuevos idiomas o reforzar sus habilidades frente a un tema. 67,0% afirmaron no tener ninguna otra responsabilidad y 1,6% no respondieron esta pregunta.

Gráfica 19



Lo anterior como factor de riesgo, no afecta el óptimo desarrollo de los y las estudiantes, en la medida que al no presentar otras responsabilidades tienen mejores opciones para desempeñar las labores académicas.

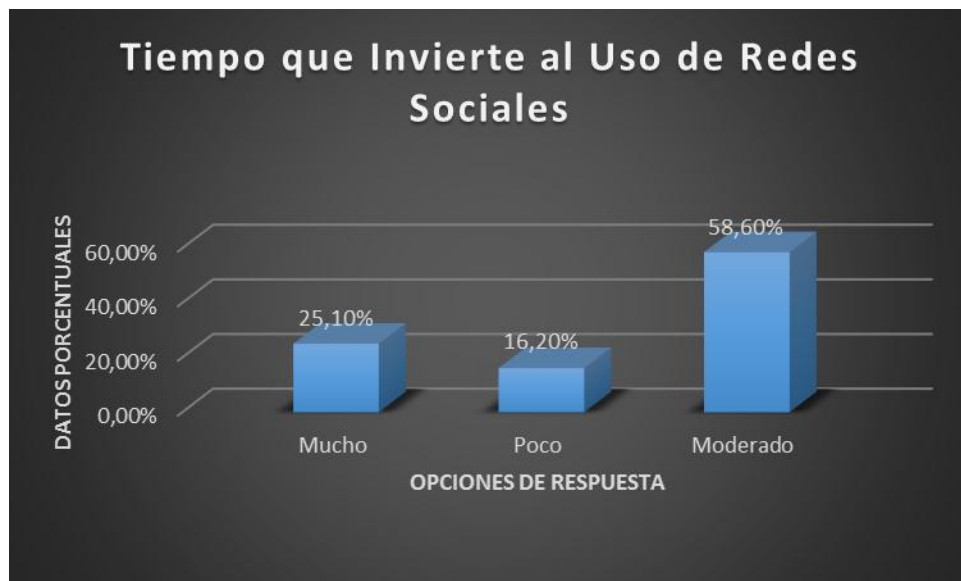
Por otro lado, se hizo importante conocer si los y las estudiantes hacen buen uso del tiempo para cumplir con las responsabilidades académicas; teniendo como resultado que 74,3% respondieron que, si hacen buen uso del tiempo, mientras que 22,5% aceptaron no hacerlo; 3,1% de la población no contesto esta pregunta.

Gráfica 20



Teniendo en cuenta lo anterior, se les pregunto cuanto tiempo le invierten al uso de las redes sociales, ya que estamos en una era tan moderna, donde las redes sociales mueven al mundo, es importante conocer que tanto usan estas los y las estudiantes en la actualidad, por esta razón se les pregunto frente al uso si lo hacían mucho, poco o moderado; dando como resultado que 58,6% afirmaron hacer uso moderado de las redes sociales, 25,1% aceptaron que usan mucho las redes sociales, mientras que 16,2% dicen hacerlo poco.

Gráfica 21



FACTORES INSTITUCIONALES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL DE LOS Y LAS ESTUDIANTES

El soporte social de los compañeros, amigos como las acciones institucionales para facilitar la integración y para establecer las relaciones sociales del estudiante tiene una importancia clave en esta transición. Es más difícil la transición para los estudiantes que emigran y se desapegan de las habituales redes sociales. La integración social con el ambiente académico y la comunidad universitaria, tiene relación con el sentimiento de pertenecer a la institución y, en consecuencia, de alcanzar y concretar las metas académicas. Hay variables personales que se estudiaron independientemente de los contextos, como ser la motivación y las creencias de autoeficacia. Los estudiantes con altos niveles de expectativas de autoeficacia tienden a percibir un fracaso más como un desafío que como una amenaza y buscan soluciones a dicha situación (Jerusalén y Schwarzer, 1992), tienen niveles menores de stress y altos intereses que promueven metas a cumplir (Solberg y otros, 1998). En síntesis, la autoeficacia académica, la calidad del soporte familiar e institucional, la integración social, el nivel de stress y la motivación se consideran predictores de la persistencia en los estudios.

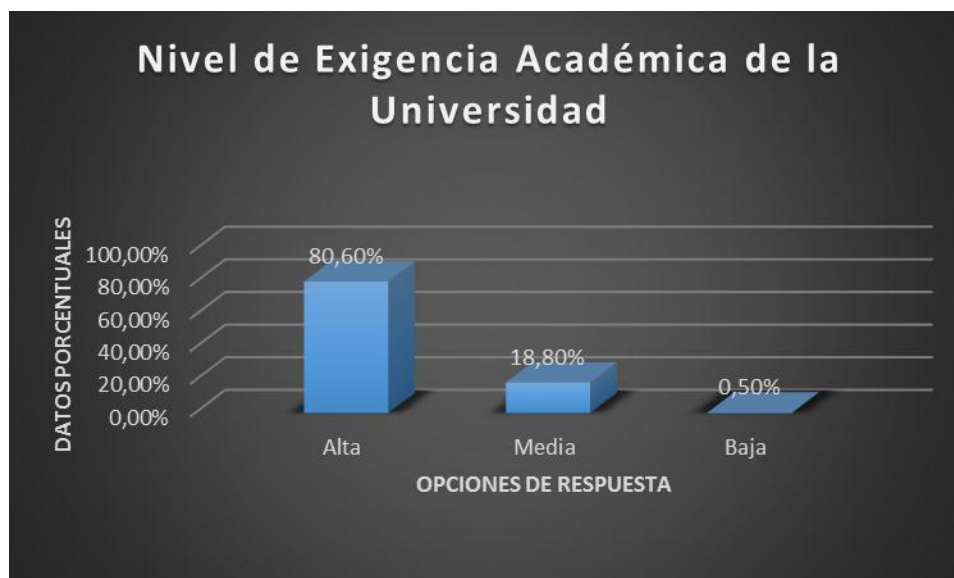
Para comprender qué sucede al interior del sistema de enseñanza (Molina 2016), es necesario primero comprender que las estrategias escolares forman parte de un sistema más amplio, en el que se incluyen todas aquellas prácticas destinadas a la producción y reproducción de la vida de los individuos y las familias, que el autor ha denominado estrategias de reproducción social.

En ese sentido, y en el marco de estos factores se hizo importante conocer en primera instancia como consideraban la exigencia académica de la Universidad del Valle, frente a la cual se obtuvo

que 80,6% aseguraron que la Universidad tiene un alto nivel de exigencia, ya que sus docentes son muy preparados y por lo tanto esperan que sus estudiantes logren un excelente nivel académico; esta exigencia se ve reflejada en las lecturas, las cuales los obligan de cierta manera a ser críticos sobre lo que leen y les ayuda también alcanzar un nivel más alto en comprensión lectora; siendo estas una herramienta útil de aprendizaje.

Por otro lado 18,8% consideran que la Universidad maneja un nivel académico medio, ya que, según los mismos estudiantes, se podría exigir más en cuanto a lecturas y exámenes; se puede evidenciar que esta información es un poco opuesta a la opinión de la mayoría de estudiantes, donde si consideran las lecturas como herramientas de aprendizaje, por medio de las cuales pueden alcanzar un pensamiento más crítico. Y finalmente solo 0,5% afirmo que el nivel académico es bajo, alegando que hay mejores instituciones de educación superior.

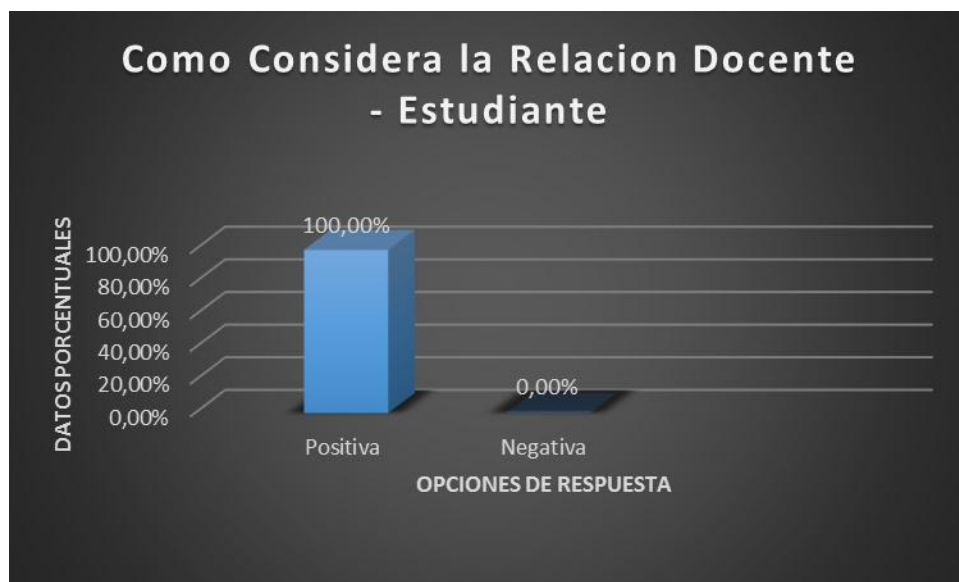
Gráfica 22



A partir de lo anterior, y teniendo en cuenta que durante el proceso formativo es importante para los y las estudiantes formar redes de apoyo que les permita enriquecer conocimientos, se hizo necesario preguntar sobre qué tipo de afectos produce la relación docente – estudiante; ya que en muchas ocasiones el docente está ubicado como un ser superior impidiendo de alguna manera el acercamiento con el estudiante, lo cual puede convertirse en un obstáculo en la medida de no sentir confianza o cercanía; aunque también está el lado opuesto, en el cual el docente se convierte en un amigo del estudiantes, logrando con esto una relación cercana que le permite al estudiantes avanzar en sus estudios al sentir el apoyo del docente.

Es así, como se les pidió a los y las estudiantes que valoraran la relación con los docentes a partir de los afectos positivos (respeto y cercanía) o los afectos negativos (conflictiva y crítica). De esta manera tenemos que 100% considero que la relación con los docentes se da a partir del respeto y la cercanía.

Gráfica 23



Otro aspecto relacional importante a tener en cuenta, y consideraría es el más importante, es la relación estudiante – estudiante; ya que es en la universidad donde se construyen lazos afectivos que muchas veces perduran más allá del ejercicio académico.

Así pues, se les realizó la misma pregunta anterior, si la relación estudiante – estudiante se daba a partir del respeto y la cercanía, o del conflicto y la crítica; a lo que 95,8% asegura que la relación estudiantes – estudiantes se da a partir de los afectos positivos de respeto y cercanía, mientras que 4,2% aseguran que se da a partir de los afectos negativos del conflicto y la crítica, dando como razón el nivel de competitividad que existe entre los y las estudiantes, a la hora de querer ganar estímulos académicos.

Gráfica 24



Lo anterior, como factor de riesgo en la Salud Mental, no afecta en el sentido en que las relaciones que se establecen en el contexto universitario, pueden en muchas ocasiones trascender más allá de lo académico.

Ahora bien, llegamos a un punto importante, porque a partir de aquí se verá reflejado el interés por parte de los y las estudiantes con las cuestiones institucionales, que si bien pueden resultar a veces innecesarias, lo cierto es que existen en función de, es decir por y para los estudiantes; especialmente el área de Bienestar Universitario, espacio creado para que estos puedan sentir el acompañamiento institucional no solo en términos académicos dentro de la sede, sino también fuera de esta.

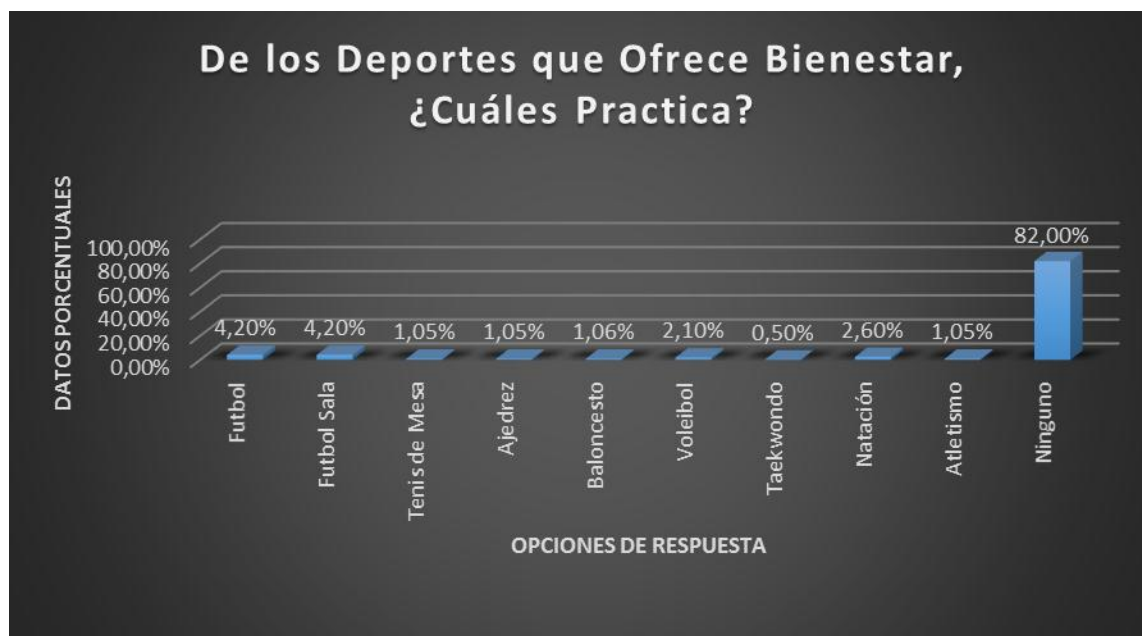
Es un poco desconcertante conocer los siguientes datos, pues estos permiten evidenciar la capacidad receptora que tienen los y las estudiantes en cuanto a temas institucionales, pues en la pregunta sobre si conocían los servicios que presta Bienestar Universitario en la sede, a lo que dieron como respuesta que 64,9% si los conocen, mientras que 35,1% afirmaron que no los conocen.

Gráfica 25



En ese orden de ideas, tenemos que al preguntar sobre que deportes de los que ofrece Bienestar Universitario practicaban, ya que son nueve las modalidades deportivas que se ofrecen 4,2% practican futbol; 4,2% futbol sala; 1,05% tenis de mesa; 1,05% ajedrez; 1,6% baloncesto, 2,1% voleibol; 0,5% taekwondo; 2,6% natación; 1,05% atletismo, mientras que 82,0% no practican ningún deporte, debido a los horarios, ya que muchos estudiantes no residen en el municipio de Zarzal y se les complica el transporte y quienes residen en el municipio alegan que los horarios de entrenamiento se cruzan con los horarios de clases.

Gráfica 26



Por otro lado y siguiendo el mismo orden, se preguntó en relación a las al área de cultura a cual pertenecían y los y las estudiantes expresaron las dificultades que se presentan para poder ingresar a estas; ya que 92,7% no participa de ninguna actividad artística y cultural; mientras que 4,2% participa en danzas; 1,05% practica música; 0,5% hace parte de la orquesta; 0,5% practica técnica vocal; 0,5% instrumento y 0,5% está inscrito para el área de dibujo y pintura.

Al igual que en la gráfica anterior, la poca participación es debida a los horarios, ya que muchos estudiantes no residen en el municipio de Zarzal y se les complica el transporte y quienes residen en el municipio alegan que los horarios de se cruzan con los horarios de clases.

Gráfica 27

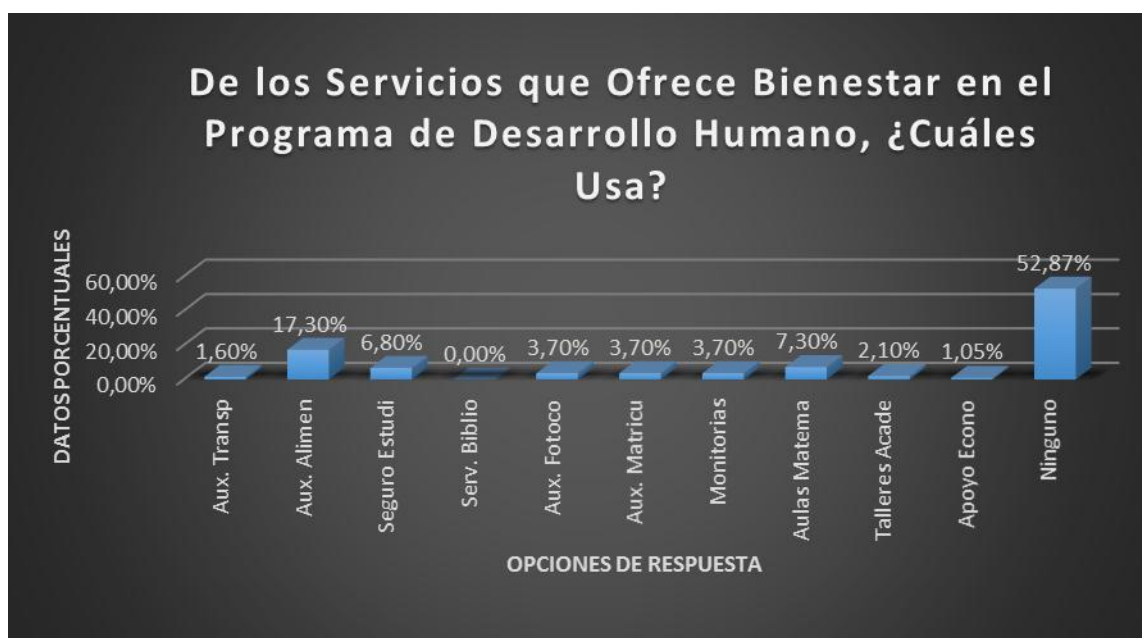


Un área importante del Bienestar podría ser el programa de desarrollo humano y promoción socioeconómica y no restándole valor a las otras áreas, pero esta puede ser considerada la que más usan los y las estudiantes al obtener beneficios de esta. En cuanto a los servicios que se prestan en esta área 17,3% aseguran hacer uso del auxilio de alimentación; 7,3% hacen parte de las aulas matemáticas; 6,8% han hecho uso del seguro estudiantil; 3,7% tiene auxilio de fotocopias; 3,7% auxilio de matrícula; 3,7% monitorias; 2,1% ha asistido a talleres académicos; 1,6% hacen uso del auxilio de transporte, 1,05% del apoyo económico para asistir a congresos y

finalmente 52,87% no hace uso de ninguno de los servicios que presta Bienestar en esta área debido a desconocimiento.

Es importante aclarar que el punto cuatro, hace referencia al Servicio de Biblioteca para este hace parte de la dependencia y nada tiene que ver con los servicios de Bienestar Universitario, pero fue tenido en cuenta ya que, al momento de indagar sobre los servicios, se hizo mención de este; es por esta razón que al momento de ejecutar la encuesta fue omitido.

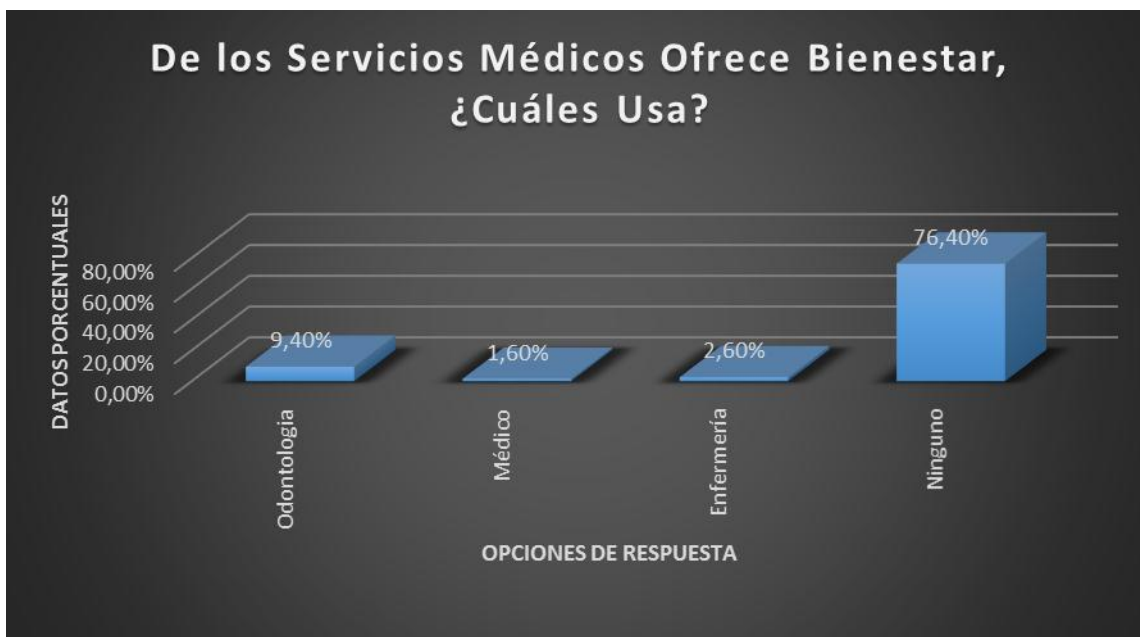
Gráfica 28



Dentro de los servicios que presta Bienestar Universitario esta la atención médica, y teniendo en cuenta que es para todos los y las estudiantes, 76,4% no hacen uso de este servicio, alegando que aún no lo han necesitado; mientras que 2,6% han hecho uso del servicio de enfermería; 9,4% del servicio de odontología y finalmente 9,4% han asistido con el médico.

Entre los y las encuestadas, algunos afirmaron que los servicios de odontología salían muy costosos comparados con otras entidades.

Gráfica 29

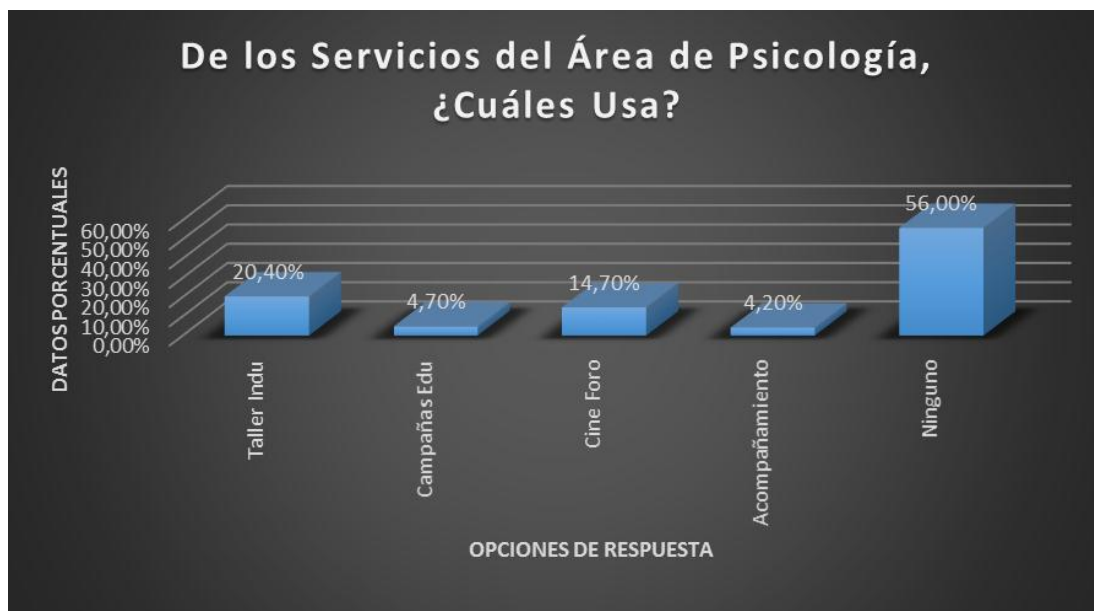


El área de psicología debería ser la más aprovechada por los y las estudiantes, pero nos encontramos que 56,0% no hacen uso de este servicio, mientras que 20,4% participaron del taller de inducción a la vida universitaria, cuyo principal objetivo es el crear un espacio de reflexión sobre el sentido de la universidad, es decir el para qué y el porqué de la existencia de la universidad. 14,7% del cine foro: *“sexualidad, identidad y relaciones interpersonales con perspectiva de género”*, el cual es una herramienta pedagógica que facilita el aprendizaje significativo y comprensivo, fortalece el pensamiento y sentido crítico, y las habilidades de comunicación. Teniendo en cuenta las ventajas que ofrece el cine foro, la dependencia de Biblioteca y el área de psicología (Bienestar Universitario) unieron esfuerzos, para promover en

la comunidad un espacio de reflexión y dialogo acerca de la sexualidad, identidad y relaciones interpersonales con perspectiva de género. 4,7% de las campañas educativas: derechos sexuales y reproductivos y uso de anticonceptivos; esta actividad es desarrollada con los y las estudiantes de la asignatura complementaria: Sexualidad, Cotidianidad y Vida. Las campañas consisten en construir estrategias educativas que promueven la consciencia frente a la sexualidad, cómo la expresan y viven, facilita el conocimiento sobre los derechos sexuales y reproductivos y el uso de los anticonceptivos. Pero además dicha metodología facilita el desarrollo de la responsabilidad social y de habilidades que serán útiles en su ejercicio profesional como son el abordar una problemática desde lo teórico, generar acciones que faciliten el contacto con el otro, el dialogo, la reflexión y el trabajo en equipo, entre otros.

4,2% han asistido para acompañamiento psicosocial; espacio ofertado por la Universidad para estudiantes, docentes, empleados y beneficiarios, el objeto es crear un espacio de reflexión cuya finalidad es el promover junto con la persona la transformación de pensamientos, sentimientos y comportamientos, que permitan el logro de objetivos personales, resolver aquellas situaciones que hasta ese momento le han venido generando cierto grado de malestar y sufrimiento y estar mejor preparado para afrontar las situaciones que la vida pone enfrente.

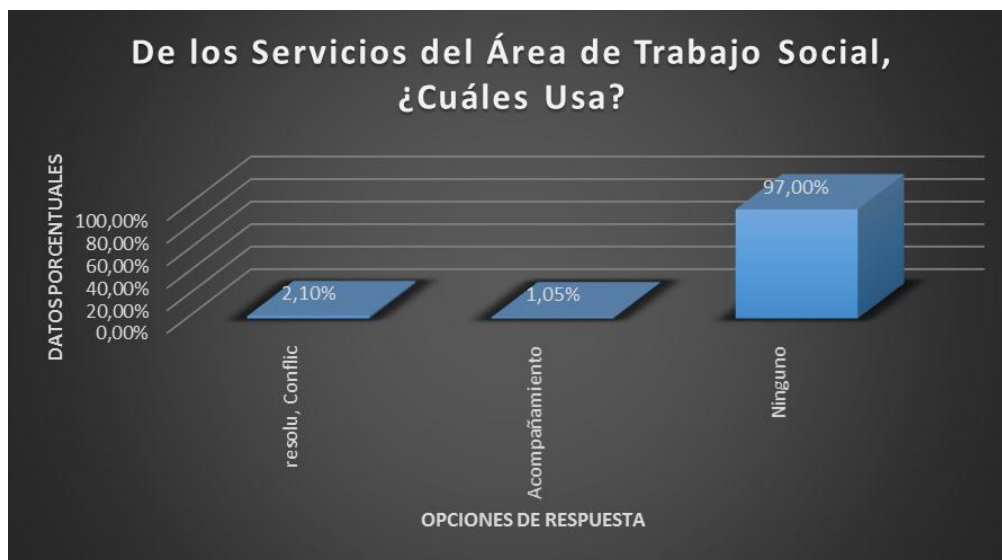
Gráfica 30



Desde mi postura personal y como estudiante de Trabajo Social, en etapa final del trabajo de grado, siento cierta desazón al saber que los y las estudiantes tienen poco conocimiento sobre el área de trabajo social dentro de los servicios que presta Bienestar Universitario, pues nos encontramos que 97,0% aseguraron que no han hecho uso de este servicio dado a que no conocían que existía como espacio para ellos, debido a que la trabajadora social presta en su mayoría de tiempo servicio de índole administrativo.

Mientras que un 2,1% afirmaron haber participado de resolución de conflictos en el aula de clases, y solo 1,05% del acompañamiento a estudiantes.

Gráfica 31



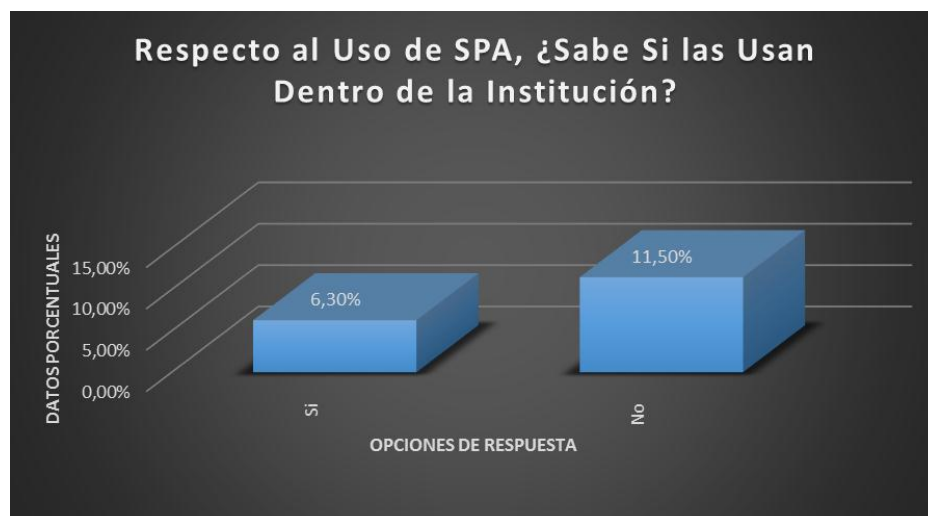
Si bien es cierto que la Universidad es un espacio donde el estudiante se puede sentir libre y con la comodidad de ser un adulto, también hay que tener en cuenta que es mayor la responsabilidad. Por esta razón se les pregunto sobre el **consumo de SPA**, ya que este es considerado un problema substancial de salud pública puesto que produce un importante número de enfermedades, incapacidad y hasta muerte prematura, sus determinantes (causales o probabilísticos) son tema de investigación para diversas disciplinas, ya que a partir de la comprensión de éstos pueden surgir estrategias efectivas para su prevención. Es importante en la población adolescente joven ya que la prevalencia de consumo no sólo muestra un patrón de comportamiento creciente, sino que también la edad de inicio de consumo cada vez menor (Osorio Rebolledo, 2004). En la adolescencia se configuran las condiciones, que si bien son propias del ciclo, se convierten en condiciones de vulnerabilidad para el inicio del consumo de SPA, éstas se presentan en los diferentes dominios del desarrollo; a nivel psicosocial: la necesidad de autoafirmación, de transgresión, de conformidad intragrupal, el rechazo a la vida

adulta, la susceptibilidad frente a las presiones del entorno, la tendencia al hedonismo, el bajo nivel de tolerancia a la frustración, las perspectivas negativas del futuro, el presentismo; a nivel psicofisiológico: las transformaciones físico-químicas, la activación neurobiológica que ocurre con las SPA y que resultan determinantes en el incremento y mantenimiento del consumo, y de los estados de ánimo (Maturana-Hurtado, 2011).

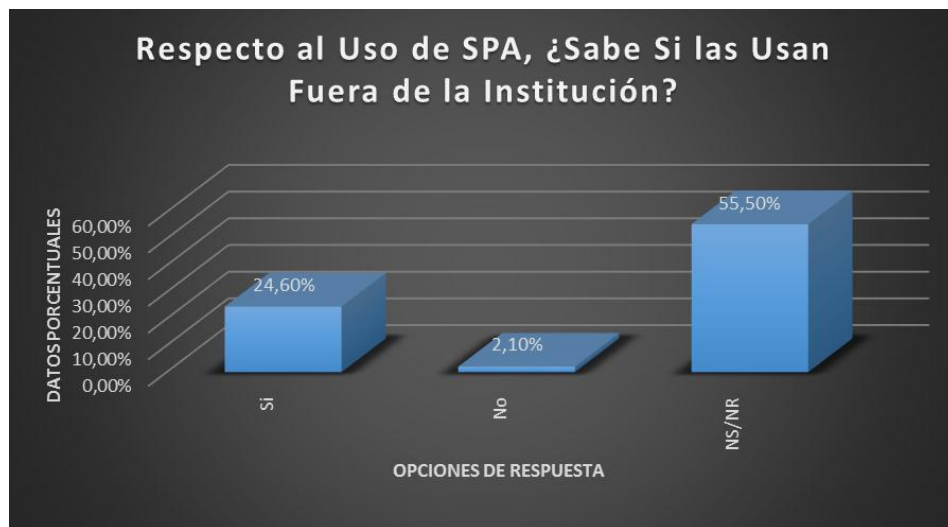
En ese sentido se les pregunto si sabían si los estudiantes las usaban dentro o fuera de la institución o no sabían nada al respecto; a lo que se obtuvo como respuesta que 6,3% afirmaron que, si las usan dentro de la institución, 11,5% que no las usan dentro de la institución (Gráfica 32.1).

Por otro lado 24,6% que, si las usan fuera de la institución, 2,1% que no las usan fuera de la institución; y finalmente 55,5% decidieron no contestar (Gráfica 32.2)

Gráfica 32.1



Gráfica 32.2



Respecto a cómo esto afecta la Salud Mental de los y las estudiantes, el consumo de SPA ha sido un tema de interés para diversos sectores académicos, políticos y sanitarios. En la mayoría de las investigaciones, de tipo epidemiológico y descriptivo, se presenta una tendencia al aumento en los indicadores de prevalencia y disminución en la edad de inicio de consumo, lo que muestra que este fenómeno se presenta progresivamente en más consumidores a menor edad. Se plantea la necesidad de realizar un estudio descriptivo, que dé cuenta de las características del consumo de SPA en estudiantes universitarios en Bogotá - Colombia, en términos de prevalencia, incidencia, tipos de consumo; y su relación con factores de riesgo y protección, como antecedentes que influyen sobre la probabilidad de consumo; y daños asociados, como posibles condiciones consecuentes sobre la salud.

Por lo tanto, se hizo necesario preguntar sobre las razones por las cuales las usan, frente a las cuales tenemos que 13,6% consideran que las usan por experimentar; 12,6% por desestres;

12,0% por diversión; 10,5% por compartir con amigos y 9,4% por otras razones, como el estar a la moda, querer encajar en un grupo determinado. Mientras que 41,9% decidieron no contestar.

Gráfica 33



FACTORES FAMILIARES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL DE LOS Y LAS ESTUDIANTES

Entender la familia como una institución social definida por normas para su constitución y su filiación (Göran Therborn, 2007). La integran personas relacionadas por consanguinidad o afinidad. De acuerdo con Gutiérrez de Pineda (1975) *“los distintos individuos – consanguíneos y afines – que conforman la familia, se integran a través de su estructura, que no solo los agrupa y reconoce nominándolos, sino que configura los roles que deben jugar”* (pp.309). En esta misma línea, la Política Pública Nacional de Apoyo y Fortalecimiento a las Familias Colombia 2015-2025 afirma que:

“...la “familia” es la organización social más general y a la vez más importante de los seres humanos,

“Es una estructura social que se constituye a partir de un proceso que genera vínculos de consanguinidad o afinidad entre sus miembros. Por lo tanto, si bien la familia puede surgir como un fenómeno natural producto de la decisión libre de dos personas, lo cierto es que son las manifestaciones de solidaridad, fraternidad, apoyo, cariño y amor, lo que la estructuran y le brindan cohesión a la institución”¹. (Consejo de Estado, 2013:23).

Es por esta razón que se hace importante tomar la familia como factor de riesgo para la salud mental de los estudiantes en etapa de adaptación, teniendo en cuenta que varían en relación con el contexto en el cual se encuentre vinculado el sujeto, y estos a su vez determinan la conducta del individuo en ese mismo contexto, ya que será el piso sobre el cual construirán su propio camino y en el cual se sostendrán cuando sientan que no podrán avanzar. Teniendo en cuenta que, la familia contempla una dimensión efectiva, material, de disponibilidad de recursos que

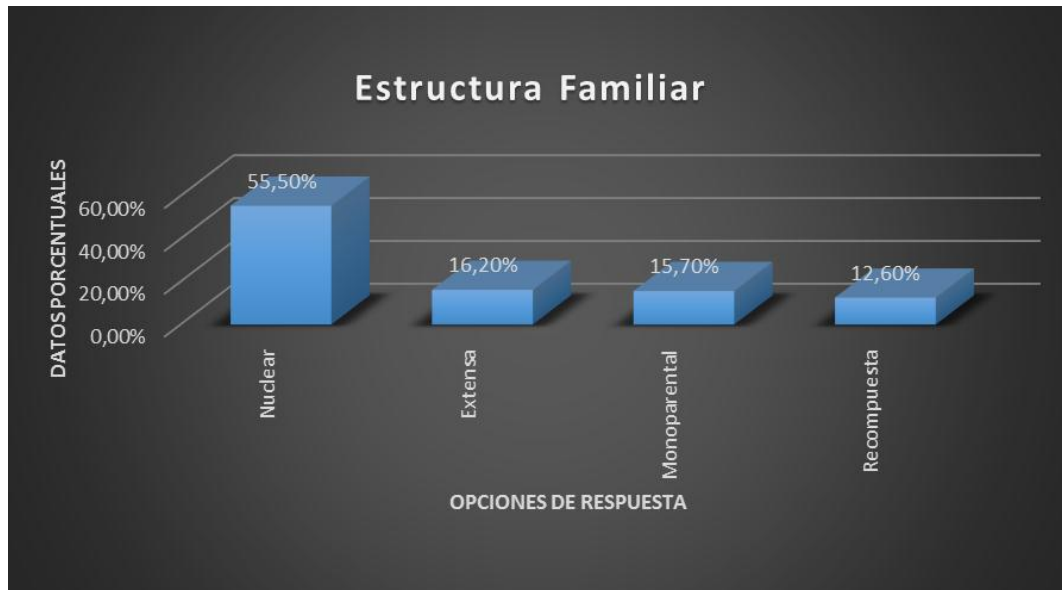
brinda al estudiante, y una dimensión afectiva de soporte emocional. Los trabajos más recientes confirman la tesis, que los estudiantes universitarios con una alta percepción de soporte familiar, se relacionan mejor con compañeros y profesores, y confían más en superar los objetivos académicos. (Solberg, y Villarreal, 1997; Triandis y otros, 1988).

Teniendo en cuenta lo anterior se hizo necesario preguntar sobre la estructura familiar de los y las estudiantes, y como estos la identificaban; dado a que en la actualidad hay diversas formas de familia, para este trabajo se tomaron en cuenta solo cuatro:

- Familia Nuclear: aquella compuesta por papá, mamá e hijos.
- Familia Extensa: compuesta por otros miembros de la familia como abuelos, tíos, primos, etc.
- Familia Monoparental: aquella donde un solo progenitor es quien está a cargo de los hijos.
- Familia Recompuesta: cuando dos personas se unen para rehacer su vida, pero uno o ambos tiene hijos de relaciones anteriores.

Es así, como se puede apreciar que 55,5% hacen parte de una familia nuclear; mientras que 16,2% viven en una familia extensa; 15,7% vienen de familias monoparentales y finalmente 12,6% hacen parte de una familia recompuesta

Gráfica 34

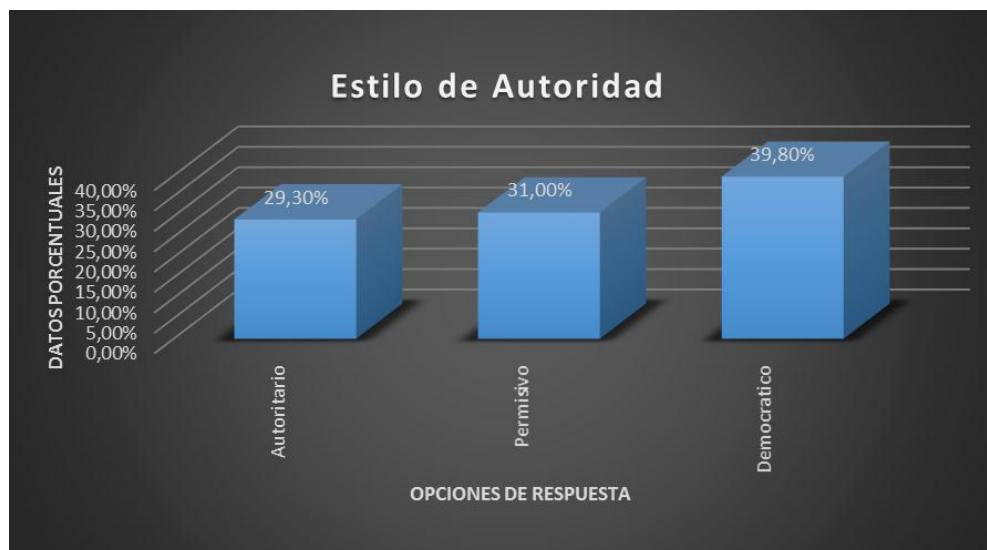


Otro aspecto importante dentro de la dinámica familiar, es el tema de la autoridad, pues Tenorio nos habla de los valores individualistas y colectivistas frente al manejo de la autoridad; y para ello la define a partir de unas bases culturales. De manera muy general podemos hablar, siguiendo a los psicólogos culturalistas, de dos grandes tipos de culturas, según la relación social predominante: individualista moderna o colectivista de tipo tradicional.

En Estados Unidos, el éxito, la libertad y la justicia son ‘aspectos centrales’ de la cultura. Estos valores son considerados derechos individuales y son conceptos altamente valorados, escritos en la Constitución y por los cuales vale la pena librar guerras. Bajo los preceptos de estos derechos y el sistema capitalista económico resultante, la competencia entre las personas es vista como saludable, necesaria e incluso deseable. Así, la resolución de conflictos puede ser competitiva y confrontacional, basada en el concepto de que el individuo, más que la colectividad, tiene derechos que pueden y deben ser activamente perseguidos (Greenfield & Suzuki, 1998: 1092).

Dado que es algo complejo actualmente, debido a los cambios que han sufrido los patrones de crianza, se preguntó por el estilo de autoridad que los y las estudiantes han identificado en su grupo familiar; de esta manera tenemos que 39,8% afirman que se ejerce un estilo de autoridad democrático; es decir que sus miembros toman entre todos las decisiones; por otro lado 31,0% consideran que se ejerce un estilo de autoridad permisivo; el cual les permite tener un pleno desarrollo de su independencia y les ayuda asumir las consecuencias de sus actos. Y finalmente 29,3% provienen de familias donde se ejerce el estilo autoritario, aquel donde quien lleva las riendas del hogar (proveedor/a) es quien toma las decisiones sin tomar en cuenta la opinión de los demás miembros.

Gráfica 35

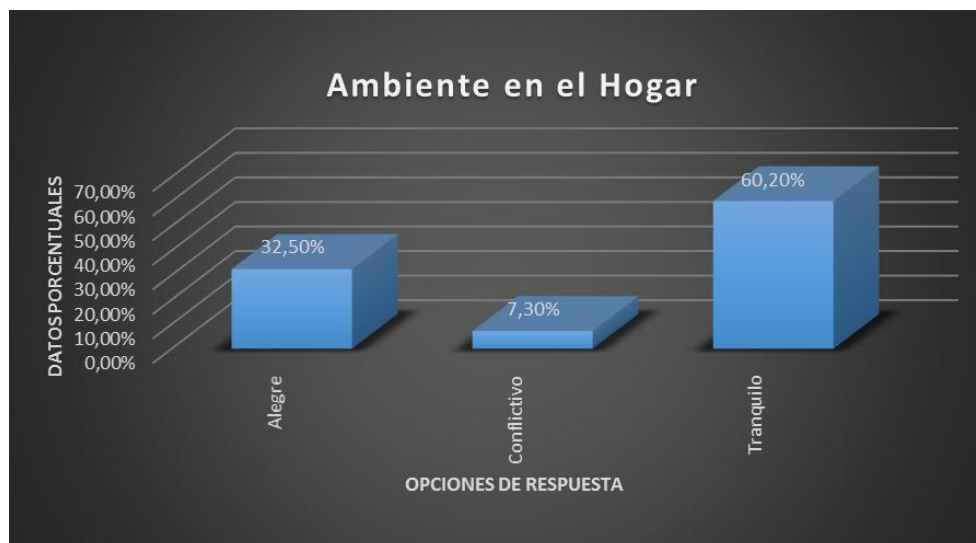


Teniendo en cuenta lo anterior, un aspecto a rescatar dentro de la dinámica familiar es el ambiente que se vive dentro del grupo familiar, pues el ambiente familiar según lo expuesto por Lahoz, J, es el conjunto de relaciones que se establecen entre los miembros de la familia que comparten el mismo espacio. Cada familia vive y participa en estas relaciones de una manera particular, de ahí que cada una desarrolle unas peculiaridades propias que le diferencian de otras

familias. Pero el ambiente familiar, sea como sea la familia, tiene unas funciones educativas y afectivas muy importantes, ya que partimos de la base de que los padres tienen una gran influencia en el comportamiento de sus hijos y que este comportamiento es aprendido en el seno de la familia.

Por lo tanto, frente a la pregunta sobre cuál era la característica predominante en el ambiente de la casa, las respuestas fueron; 60,2% afirmaron que el ambiente era tranquilo, 32,5% que el ambiente en sus casas es alegre, mientras que 7,3% afirmaron que el ambiente es conflictivo.

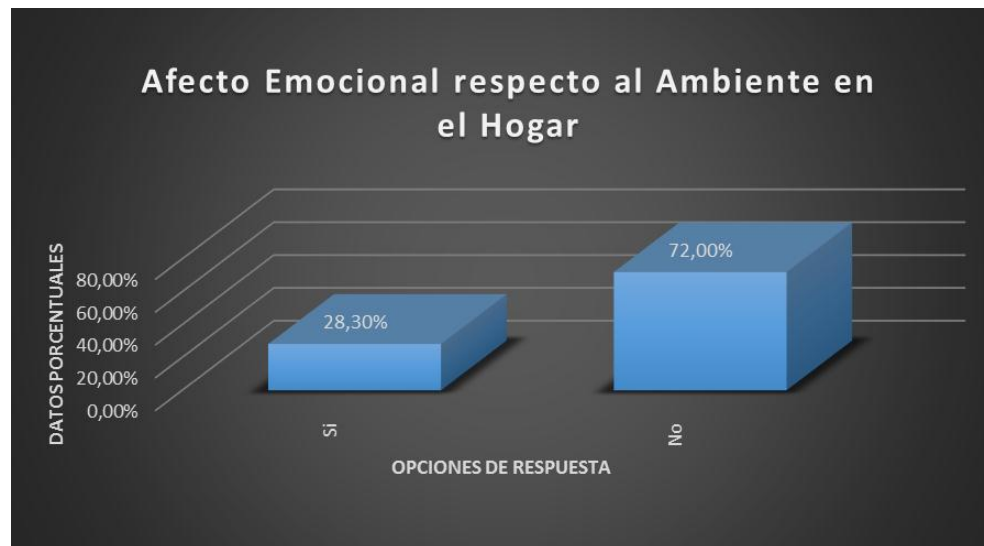
Gráfica 36



Respecto a la preguntar anterior, en esta se quiso conocer si el ambiente en la casa le afectaba emocionalmente, a lo que 72,0% aseguraron que no les afectaba, mientras que 28,3% afirmaron que, si les afectaba, es importante resaltar que el mayor porcentaje está compuesto por aquellos que afirmaron que el ambiente era tranquilo y alegre.

Mientras que el porcentaje más bajo está compuesto por aquello que afirmaron vivir en un ambiente conflictivo, aunque hubo también algunos que comentaron que les afectaba de manera positiva, en cuanto a motivación para lograr las metas.

Gráfica 37



Teniendo en cuenta que un gran porcentaje afirmo convivir en un ambiente tranquilo, y que no sentía que les afectara emocionalmente; es importante saber que tanto afecta este hecho la comunicación entre padres e hijos; ya que el tema de la comunicación es muy importante en todas las relaciones establecidas, pues es por medio de esta que se logra conocer, comprender al otro, ahora bien esto no es tan sencillo cuando se trata de una comunicación entre padres e hijos, ya que si bien muchos padres hoy en día quieren mostrarse como los amigos de sus hijos, hay quienes prefieren tener claro los lugares de cada uno dentro del grupo familiar.

A pesar de ello, 69,6% estudiantes afirmaron que hablan con sus padres sobre asuntos personales, ya sean temas académicos, sobre amigos, relaciones sentimentales, entre otros; mientras que 30,4% dicen no hablar, ya que sus padres no abren un espacio para ello.

Gráfica 38



Al ser mayoría quienes afirman que, si hablan sobre asuntos personales con sus padres, es importante tener en cuenta la resolución de conflictos, pues este no es un tema ajeno a las relaciones intrafamiliares; pues el conflicto ayuda al cambio, avanzar y muchas veces salir de la zona de confort.

La resolución de conflictos dentro del hogar, es un tema importante ya que este permite conocer como los y las estudiantes hacen frente a los conflictos que se presentan en el día a día; entonces tenemos que 75,0% afirmaron que el dialogo es la vía por medio de la cual resuelven los conflictos en sus hogares; 11,0% dicen que ignoran el problema, 10,5% aseguran que imponen una solución y 3,7% comentan que buscan un culpable.

Gráfica 39



Dentro del tema de las dificultades, un punto a tener en cuenta es el aspecto económico; a pesar de que este se tocó en las primeras preguntas; cuando se habló de la dependencia económica y del estrato socioeconómico. Ahora bien, en este punto se quiere conocer si dentro del grupo familiar hay dificultades económicas.

Frente a esta pregunta 68,6% aseguran que no hay dificultades, mientras que 31,4% afirman que sí, dando como razones de afectación la parte académica, ya que muchas veces se ven apretados para sacar las fotocopias, o para el transporte, o la alimentación, o para cualquier eventualidad que se presente.

Gráfica 40

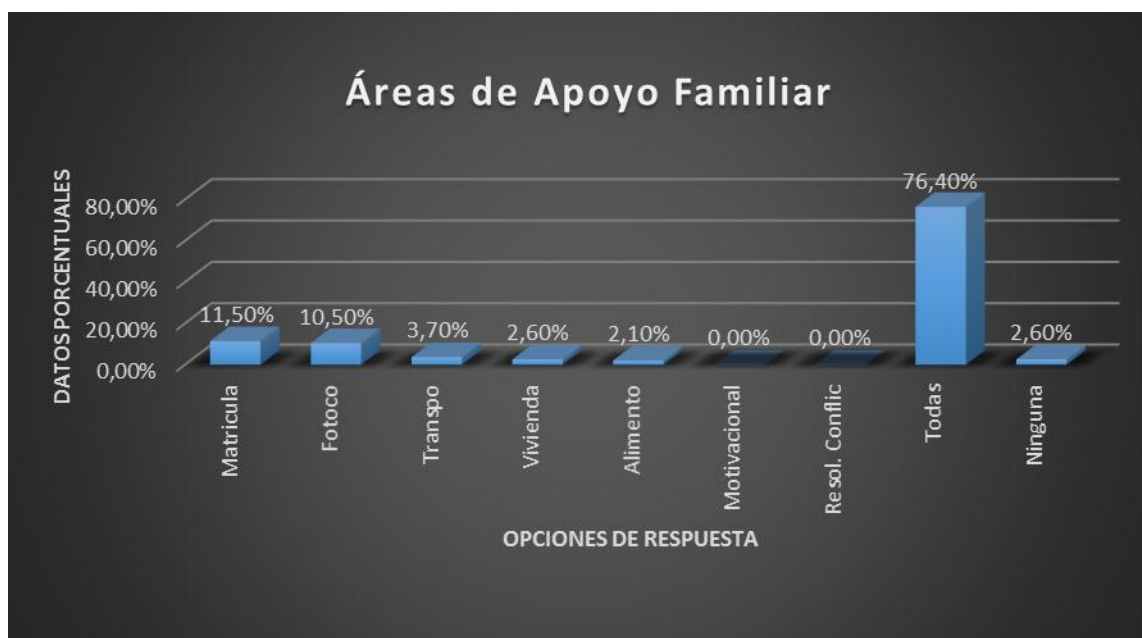


Si bien es cierto que iniciar la etapa de educación superior es un paso hacia la madurez y cierta independencia, también es cierto que hoy por hoy son muchos los adolescentes que ingresan a la vida universitaria, conllevando con esto a que muchos dependan totalmente de su grupo familiar. Al respecto se les pregunto, sobre cuáles de los siguientes aspectos recibían apoyo por parte de la familia:

- Matricula – Fotocopias – Transporte – Vivienda – Alimentación – Motivacional
- Todas las anteriores – Ninguna de las anteriores.

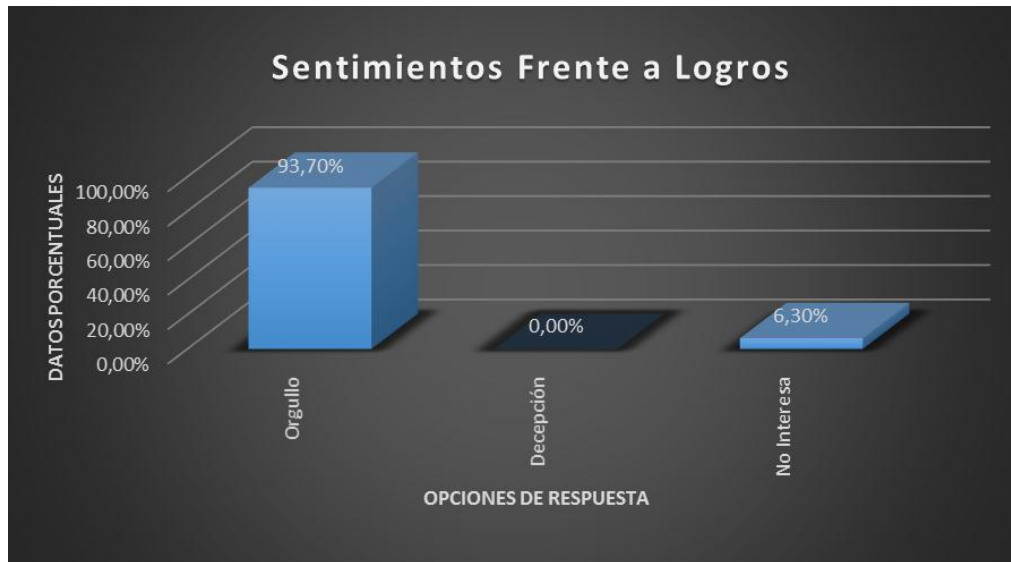
Frente a esto, se obtuvo que 76,4% afirman que el apoyo lo reciben en todas las anteriores, es decir, que la familia suple todas las necesidades básicas y fundamentales para un pleno desarrollo de la personalidad, así como también académico, 11,5% aseguran que reciben apoyo en matricula, 3,7% en transporte, 2,6% no recibe ningún tipo de apoyo ya que se sustentan a sí mismos; 2,1% reciben apoyo en alimentación y 10,5% en fotocopias.

Gráfica 41



Sentirse aprobado y apoyado por parte del grupo familiar, es muy importante para que los y las estudiantes tengan un óptimo desarrollo tanto académico como personal; por esta razón se quiso saber cómo perciben ellos estos sentimientos, entre los que se obtuvo que 93,7% aseguran que el grupo familiar se siente orgulloso, mientras que 6,3% dicen que no les interesa.

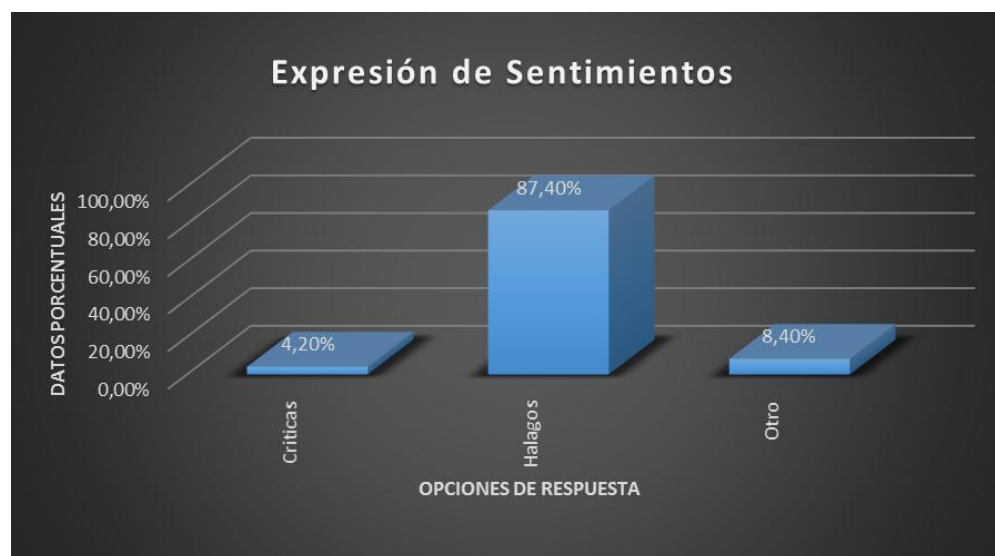
Gráfica 42



Teniendo en cuenta lo anterior, se hizo importante conocer el tema de los sentimientos, ya que estos muchas veces no son expresados de la manera que se espera, pero en cuanto a los logros académicos es importante tener claridad frente a las formas de expresión, pues estas serán las que ayuden al estudiante a dar lo mejor de sí en cada situación.

De acuerdo a lo anterior, 87,4% estudiantes afirmaron que los halagos hacen parte de la expresión de sentimiento, mientras que 4,2% aseguran que por medio de las críticas es que se les expresan los sentimientos, y el 8,4% restante da otros motivos, como las comparaciones, la presión por terminar, las motivaciones por medio del ejemplo, entre otros.

Gráfica 43



CONCLUSIONES

El interés hacia la prevención y promoción en la salud mental ha aumentado en las últimas décadas acorde al incremento en la prevalencia e incidencia de las enfermedades mentales, pero paradójicamente no ha habido avances significativos en la prevención y promoción en salud mental, por lo que podemos decir que viene arrastrando un estado de deficiente implantación y de permanente crisis, sin que hayan existido claros esfuerzos dirigidos a desarrollar programas preventivos eficaces ni apoyos para potenciar la investigación en esta área (García, B. 2006)

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en las encuestas realizadas a los y las estudiantes de primer a tercer semestre de todas las carreras ofertadas en la Universidad del Valle sede Zarzal, se hace necesario construir esta estrategia de prevención y promoción de la Salud Mental, ya que se pudo evidenciar que los y las estudiantes no conocen sobre salud mental, y por lo tanto no hacen optimo uso de los servicios que presta Bienestar Universitario, los cuales son para que los y las estudiantes puedan tener un crecimiento integro, tanto académica como personalmente; lo cual conlleva a que se genere una fractura entre la institución y los estudiantes.

Por lo tanto, se puede hablar de un tema cultural donde los y las estudiantes no ven beneficios en participar de las diferentes áreas, sino que por el contrario consideran que se convierte en una carga más aparte de la académica, familiar y personal.

Por esta razón se hace importante crear en los y las estudiantes un sentido de pertenencia por aquello que ha sido creado pensando en su propio bienestar, así como también trabajar el tema cultural; pues este se va construyendo en cada espacio que se comparte.

PREVENCIÓN

Hablar de prevención, es anticiparse, adelantarse, actuar para evitar que ocurra algo que no queremos que pase, en este caso, que la salud mental de los y las estudiantes se vea seriamente afectada por los diversos factores que la ponen en riesgo; por lo tanto, prevenir es intentar evitar que el problema vaya a más y, en caso de existir buscar las herramientas que aporten al mejoramiento de la misma.

En primer lugar, es importante promover el entendimiento comunitario acerca de la naturaleza de la salud mental y del trastorno mental, clave para los cambios en las políticas y prácticas actuales. Los objetivos y propuestas de los programas preventivos deben estar claramente definidos, priorizados o modificados basándose en el asesoramiento del riesgo individual, incluyendo una mayor diversidad que incorpore la heterogeneidad de los individuos dentro de la investigación de las distintas poblaciones a estudiar. Los programas ya instaurados que, de algún modo, son prometedores y eficaces deberían ser identificados, estudiados más detenidamente para validar su efectividad y diseminarlos con la posibilidad de ser modificados para que puedan aplicarse en nuevos campos.

Por lo tanto, para lograr prevenir la Salud Mental en los y las estudiantes en etapa de adaptación en la Universidad del Valle sede Zarzal es necesario en primer momento que estos sean conocedores del tema, es decir, saber que es la salud mental y que existen algunos factores entre los que están los individuales, institucionales y familiares que pueden afectarla.

De esta manera, trabajar la prevención se debe dar a partir de lo expuesto en la carta de Ottawa para la promoción:

- Reforzar la acción colectiva, a partir del aprovechamiento de los recursos de Bienestar Universitario en pro de la salud mental de los y las estudiantes.
- Desarrollar aptitudes personales, buscar que los y las estudiantes se apersonen del tema, a partir de conocer los datos obtenidos en las encuestas consideren las herramientas que permitan atacar la situación problema, en este caso, los factores de riesgo que afectan la salud mental de los y las estudiantes en etapa de adaptación.
- Reorientar los servicios de salud, en este caso sería que el área de trabajo social y psicología se unan en pro del bienestar físico y mental de los y las estudiantes, abriendo espacios de discusión donde sean los mismos estudiantes quienes a partir de conocer la problemática trabajen en pro de su bienestar aprovechando los programas que existen en favor de ellos.

La prevención es una labor de todos y todas, en la que cada persona puede aportar algo. Se trata de que vayamos reduciendo los factores de riesgo y creemos un estilo de vida saludable, tanto individual como colectivo.

PROMOCIÓN

La promoción abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas, y no centrándose únicamente en el tratamiento.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la promoción constituye un proceso político y social global que comprende no sólo las acciones encaminadas directamente a fortalecer las habilidades y capacidades de los individuos, sino también las dirigidas a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas, con el fin de mitigar su impacto en la salud pública e individual.

De esta manera, la promoción de la salud mental se puede dar a partir de:

- Carteleros, volantes informativos que permitan conocer del tema en cuestión.
- Folletos, donde los y las estudiantes logren tener mayor información sobre el tema y los resultados obtenidos a partir de la investigación realizada sobre ***los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los y las estudiantes de primer a tercer semestre de la Universidad del Valle sede Zarzal.***

- Temas como habilidades para la vida, a partir de los cuales los y las estudiantes logren conocerse a sí mismos y saber con qué herramientas cuentan para afrontar alguna adversidad.
- Fomento de la resiliencia, ayudar a los y las estudiantes a salir adelante después de vivir un suceso traumático donde se vea comprometida la salud mental.
- Salud mental comunitaria y el fortalecimiento de redes familiares y sociales.
- Programas educativos.
- Políticas de salud.
- Servicios preventivos (primario, secundario, terciario).

Profesionales como trabajadores sociales, psicólogos, terapeutas ocupacionales, enfermeras(os) deberían ser los encargados del área de salud mental, donde se realizan las acciones de promoción y prevención.

Teniendo en cuenta que los y las estudiantes no tienen claridad frente al tema de Salud Mental, esta se puede ver afectada especialmente en los factores institucionales, ya que se evidencio que los y las estudiantes no hacen uso óptimo de los recursos que ofrece Bienestar Universitario para

su desarrollo integral, por otro lado, en los factores individuales y familiares no se encontraron aspectos negativos que afecten la Salud Mental.

Si bien la Universidad del Valle ha creado un programa llamado Universidad Saludable, y que este se encuentra funcionando de manera continua en la sede Cali, este programa no ha sido instaurado de manera ordenada en las sedes, debido a la falta de presupuesto.

Pero a pesar de ello, en la sede Zarzal, lugar donde se llevó a cabo esta investigación, ha venido trabajando con recursividad propia; es decir que se vio la necesidad de trabajar la temática de salud mental en la sede y se han implementado ciertos aspectos como:

- Brindar el espacio psicológico.
- Campañas educativas a cargo de estudiantes, donde trabajan temas sobre las adicciones psicológicas y sustancias psicoactivas.
- Sexualidad.
- Equidad.
- Igualdad.
- Genero.

Dentro de estos aspectos se trabaja también el área de recreación y deporte.

Por lo tanto, es importante tener en cuenta que a pesar de que se han hecho cosas, en pro del bienestar de los y las estudiantes se ha observado poco interés por parte de estos para

aprovecharlos al igual que cierta responsabilidad por parte de la institución para llegar a los y las estudiantes; esto es un tema meramente cultural que podría ser trabajado a profundidad.

Como se pudo observar en las gráficas, dentro de los factores institucionales en las áreas de deportes, actividades artísticas, área de psicología y trabajo social, un gran porcentaje no hace uso de ninguno de estos servicios, lo cual indica que hay una falencia por parte y parte, es decir los y las estudiantes alegan que los horarios no se acomodan entre las clases y las actividades, y la universidad alega que hay un problema cultural; es por esa razón que se hace necesario construir una estrategia que permita movilizar a los y las estudiantes para aprovechar los espacios que han sido creados para su bienestar, pues se debe tener en cuenta que ser estudiante no es solo un tema académico, también es un tema personal, es decir que integra todas las áreas del desarrollo personal, y por lo tanto se le debe apostar a un bienestar integral.

Teniendo en cuenta que la Universidad no solo es un espacio de aprendizaje académico, también permite formar lazos constructivos por medio de las diferentes áreas, ya que cada una de ellas se pretende alcanzar el bienestar físico, psicológico y de salud mental de los y las estudiantes.

BIBLIOGRAFIA

- Agost, María; Martín, Libertad. (2012). Revista Cubana de Salud Pública. 38(1) 126-140. Universidad Jaume I. Castellón de La Plana, España. Escuela Nacional de Salud Pública. La Habana, Cuba.
- Avner, G. (1998) *Analytic narratives*. Princeton, New Jersey: Princeton University.
- BONILLA Y RODRÍGUEZ. (1997). Más allá del dilema de los métodos. La investigación de las ciencias sociales. 3ra edición, ediciones Uniandes. Santa fe de Bogotá, Colombia.
- BORDO, Susan. (1992). *Unbearable Weight, Feminism, Western Culture and the Body*. Berkeley: University of California.
- BUSFIELD, Joan. (1988). "Mental Illness as Social Product or Social Construct: A Contradiction in Feminist Arguments?" *Sociology of Health and Illness*.
- Citado en E Laín Entralgo, *La espera y la esperanza. Historia y teoría del esperar humano*, Alianza Editorial, Madrid 1984, 472.
- C. Cina, "*Reflexión sobre las formas de vida/fin/muerte*".

- Cómo resolver los conflictos familiares. La suma de todos, comunidad de Madrid.
- Del Campo G. (2011) Apuntes: Sociología de la salud. Exclusión social y salud. Universidad de Alicante; Disponible en: http://www.aniorte-nic.net/progr_asignat_sociolog_salud.htm
- Duque-Castillo, J. (2012) Consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes-jóvenes universitarios en Bogotá-Colombia: magnitud del consumo, factores de riesgo-protección y daños asociados.
- Donas, D. (1998) Riesgo y vulnerabilidad. Sus posibles aplicaciones en la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación de la salud integral de los/las adolescentes. En Adolescencia al día, O.P.S. Reproducción de documentos, V (I), pp. 1-9.
- *Encuentro Internacional Niñez y Participación*, Redd Barna, Managua, septiembre 26 a octubre 1º de 1999.
- Espinal, I. Gimeno, A. y González, F (2004); El Enfoque Sistémico En Los Estudios Sobre La Familia.
- Erikson, Erik. (2000). El ciclo vital completado. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Erikson, Erik. (1972). Sociedad y Adolescencia. Buenos Aires: Editorial Paidós.

- Guinsberg, E. (1990). Normalidad, conflicto psíquico, control social: Sociedad, salud y enfermedad mental: Plaza y Valdés.
- Jessor, R. (1991). Risk behavior in adolescent: A psychosocial framework for understanding and action. *Journal of Adolescent Health*, 12: 597- 605.
- Krauskopf, D. (1995). Los grupos de pares en la adolescencia. En: M. Maddaleno, M. Munist, C. Serrano, T. Silver, E. Suárez y J. Yunes (Eds.), *La Salud del Adolescente y del Joven*. Washington: O.P.S, Publicación Científica No. 552: 118-124.
- Lahoz, J. Pedagogo (Orientador escolar y profesional), Profesor de Psicología y Pedagogía en Secundaria. <http://www.solohijos.com/web/la-influencia-del-ambiente-familiar-2/>
- López, Musitu y Herrero. (2005). “El rol de la comunicación familiar y del ajuste escolar en la salud mental del adolescente”. Universidad de Valencia, Departamento de Psicología Social, Facultad de Psicología, 21, 46010 Valencia – España
- Martínez, I. (1985). *Hacia un plan integrado de Salud Mental para Costa Rica*. Ministerio de Salud, San José, Costa Rica.

- Moiso A. (2007). Determinantes de la salud. En: Barragán HL, editor. Fundamentos de la Salud Pública. Argentina, La Plata: Universidad Nacional de La Plata, Editorial EDULP.
- Molina, M. (2016). La sociología del sistema de enseñanza de Bourdieu.
- Murdock, G. (1960). *Social structure*. New York: Macmillan.
- OMS. (2001). Fortaleciendo la promoción de la salud mental. Ginebra, organización mundial de la salud (hoja informativa, No 220)
- ORBACH, Susan. (1986). *Hunger Strike*. Londres: Faber.
- ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD (OMS). (2007) Informe sobre la salud en el mundo Salud mental: nuevos conocimientos, nuevas esperanzas, 2007. Francia: OMS [documento en línea].
- Pandina, RP. (1996). Risk and protective factors model in adolescent drug use: Putting them to work for prevention. In: National Conference on Drug Abuse Prevention Research. NIDA.
- Pérez, C. Bonnefoy, C. (2011). Análisis, desde la psicología positiva, de la salud mental en alumnos universitarios de primer año de Concepción (Chile). Universidad San Sebastián, Chile

- Política Nacional del campo de la Salud Mental. (2007, diciembre). Documento Propuesta para discusión y acuerdos. Tomado de: <http://www.psiquiatria.org.co/BancoMedios/Documentos%20PDF/politicanacionaldesaludmental.pdf>
- Restrepo, Diego y Jaramillo Juan. (2012). Concepciones de salud mental en el campo de la salud pública. Revista Facultad Nacional de Salud Pública, vol. 30, núm. 2, mayo-agosto, 2012, pp. 202-211. Universidad de Antioquia. Colombia.
- Revista Colombiana de Psiquiatría vol. 37, núm. 4; pp. 598-613. (2008). Asociación Colombiana de Psiquiatría Bogotá, D.C., Colombia.
- Revista Mexicana de Sociología 71, núm. 4 (octubre-diciembre, 2009): 647-674.
- Rodríguez, J. (1995). Psicopatología del niño y del adolescente. Sevilla: Universidad de Sevilla.
- Rojas. Milton. (2001). Factores de riesgo y protectores identificados en adolescentes consumidores de sustancias psicoactivas. Revisión y análisis del estado actual.
- Solberg, V.S. and others (1998). The adaptative Success Identity Plan (ASIP); A Career Intervention for College Students, The Career Development Quarterly, 47 (1) 48-95.

- Tenorio, M. (2009). "Inclusión social en las universidades". Revista Posiciones, Cali, Vol.3. pp. 96 - 115.
- vicebienestar.univalle.edu.co
- Walters, K; Cintrón, F; Serrano, I. *Psicología Iberoamericana* (2006) Vol. 14 No.2,
- www.grupometodo.org
- zarzal.univalle.edu.co
- <http://zarzal-valle.gov.co/index.shtml> 2013

ANEXO

1. FICHA TÉCNICA DE ENCUESTA

UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE ZARZAL
FACULTAD DE HUMANIDADES
ESCUELA DE TRABAJO SOCIAL Y DESARROLLO HUMANO.

FACTORES DE RIESGO QUE SE PRESENTAN EN EL CONTEXTO UNIVERSITARIO Y AFECTAN LA SALUD MENTAL DE ESTUDIANTES
DE PRIMER A TERCER SEMESTRE EN LA UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE ZARZAL



Objetivo: Conocer cuáles son los factores de riesgo que pueden afectar la salud mental de los estudiantes de primer a tercer semestre de la universidad del Valle sede Zarzal.

CONFIDENCIALIDAD: Los datos suministrados en esta encuesta son de carácter confidencial y su uso es de carácter exclusivamente investigativo.

N° De Formulario

Fecha

N° De encuestador

I. DATOS SOCIODEMOGRAFICOS

1. Programa Académico

1. Tec. Electrónica _____

☐

2. Tec. Sistemas _____

3. Tec. Alimentos _____

4. Tec. Agroambiental _____

5. Tec. Hotelería y Turismo _____

6. Trabajo social _____

7. Ing. Industrial _____

8. Contaduría Pública _____

9. Admón. Empresas _____

10. Lic. Edu Básica _____

2. Semestre

1. Primero _____

☐

7. ¿De quién depende económicamente?

1. Padres _____

☐

2. Conyugue _____

3. Hermanos _____

4. Otro Familiar _____

8. Otro. _____Cuál? _____

9. Ninguno de los anteriores _____

☐

8. Lugar de Procedencia

9. ¿En cuál de los siguientes municipios reside?

1. Zarzal _____

2. Roldanillo _____

☐

2.Segundo____ 3.Tercero____ 3.Sexo 1. Femenino____ ☐ 2. Masculino____ 4. ¿Qué edad tiene? 1. Entre 16 y 20 ____ ☐ 2. Entre 21 y 25____ 3.Entre 26 y 30____ 4.31 o más____ 5.Estado civil: 1. Soltero ____ 2. Casado ____ 3. Separado ____ ☐ 4. Unión Libre ____ 5. Viudo ____ 6. NS/NR____ 6. ¿Trabaja? 1.Si____ ☐ 2.No____ Si su respuesta es NO continúe, de lo contrario pase a la pregunta 8.	3. La Unión____ 4. Toro____ 5. Bolívar____ 6. Otro ¿Cuál? _____ 10. De acuerdo a la situación en la que se encuentra, ¿Cuál es el estrato socioeconómico? 1. Bajo (Nivel 1) _____ ☐ 2. Medio Bajo (Nivel 2) _____ 3. Medio (Nivel 3) _____ 11. ¿Tiene hijos? 1. Si ____ 2. No____ ☐
---	---

12. ¿Qué entiende por Salud Mental? _____ ☐ _____ _____	13. De acuerdo a la definición anterior. ¿Cómo considera usted que se encuentra su Salud Men ☐ Buena ____ Regular ____ Mala ____ ¿Por qué? _____ _____
---	---

A continuación, encontrara aspectos que hacen referencia a los factores que afectan la salud mental de los y las estudiantes como son: individuales, institucionales y familiares. Marque con una X el que considere más adecuado.

II. ASPECTOS INDIVIDUALES	
14. ¿Se le ha dificultado adaptarse al contexto universitario? 1. Si _____ ☐ 2. No _____ 15. ¿Este cambio le produce o le produjo afectos positivos (alegría, optimismo, libertad) o afecto negativo (miedo, ansiedad, tristeza)? 1. Afecto positivo _____ 2. Afecto negativo _____ 3. Ambas _____ 16. ¿Ante las exigencias académicas ha tenido dificultades en el proceso de aprendizaje ☐ 1. Si _____ ¿Cuáles? _____ 2. No _____ 17. ¿Ante estas exigencias ha implementado nuevos métodos de estudio? 1. Si _____ ¿Cuáles? _____ ☐ 2. No _____ ¿Por qué? _____ 18. ¿Considera usted que hace buen uso del tiempo, para cumplir con las responsabilidades académicas? 1. Si _____ 2. No _____ ☐ 19. Frente al aprendizaje de nuevos conocimientos o dificultades en su asimilación, se dice a si mismo palabras positivas como: <u>Yo puedo, voy a</u>	20. Además de ser estudiante universitario ¿tiene otras responsabilidades?? 1. Si _____ ☐ 2. No _____ ¿Cuál? _____ 21. ¿Considera limitadas sus competencias académicas? 1. Si _____ ☐ 2. No _____ ¿Por qué? _____ 22 ¿Cuánto tiempo le invierte al uso de las redes sociales? 1. Mucho _____ 2. Poco _____ ☐ 3. Moderado _____ 23. Frente a su elección profesional, se encuentra; 1. Satisfecho _____ ☐ 2. Insatisfecho _____ ¿Por qué? _____

lograrlo, o palabras negativas como <u>No soy capaz, no puedo.</u> 1. Palabras positivas ____ 2. Palabras negativas ____ 3. Ambas ____ ¿Por qué?	_____
--	--------------

III. ASPECTOS INSTITUCIONALES	
24. ¿considera que en la Universidad la exigencia académica es? 1. Alta ____ 2. Media ____ ☐ 3. Baja ____ ¿Por qué? _____ _____ _____ 25. En términos generales, ¿la relación Docente – Estudiante produce afectos de manera positiva (respetuosa, cercana) o de manera negativa (conflictiva, crítica) 1. Positiva ____ ☐ 3. Negativa ____ 26. Desde su experiencia; ¿la relación Estudiante – Estudiante produce afectos de manera positiva (respetuosa, cercana) o de manera negativa (conflictiva, crítica) 1. Positiva ____ ☐ 2. Negativa ____ 27. ¿Conoce usted los servicios de Bienestar Universitario para el desarrollo integral de los y las estudiantes?	30. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación al programa desarrollo humano y promoción socioeconómica ¿Cuáles usa? 1. Auxilio de Transporte ____ 2. Auxilio de Alimentación ____ 3. Seguro Estudiantil ____ ☐ 4. Auxilio de fotocopias ____ 5. Auxilio en matrícula ____ 6. Monitorias ____ 7. Aulas matemáticas ____ 8. Talleres académicos ____ 9. Apoyo económico para asistir a congresos ____ 10. Ninguno ____ ¿Por qué? _____ _____ _____ 31. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación a la atención medica ¿Cuáles usa o ha usado? 1. Odontología ____ 2. Medico ____ ☐ 3. Enfermería ____ 4. Ninguno ____ ¿Por qué? _____ _____ _____

1.Si ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 2.No ____ 28. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación a los siguientes deportes ¿Cuáles practica? 1. Futbol ____ 2. Futbol Sala ____ 3. Tenis de Mesa ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 4. Ajedrez ____ 5. Baloncesto ____ 6. Voleibol ____ 7. Taekwondo ____ 8. Natación ____ 9. Atletismo ____ 10. Ninguno ____ ¿Por qué? _____ _____ _____ 29. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación a las actividades artísticas ¿Cuáles practica? 1. Teatro ____ 2. Danza ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 3. Música ____ 4. Orquesta ____ 5. Técnica vocal ____ 6. Instrumento ____ 7. Dibujo y pintura ____ 8. Ninguno ____ ¿Por qué? _____ _____ _____	32. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación al área de psicología; ha participado de: 1. Taller de inducción vida universitaria ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 2. Campañas educativas ____ 3. Cine foro ____ 4. Acompañamiento psicosocial ____ 5. Ninguno ____ 33. De los servicios que presta Bienestar Universitario con relación al área de trabajo social; ha participado de: 1. Resolución de conflictos en el aula de clases ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 2. Acompañamiento a estudiantes ____ 3. Ninguno ____ 34. Respecto al uso de sustancias psicoactivas, sabes si algunos estudiantes las utilizan: 1. Dentro de la institución Sí__ No__ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 2. Fuera de la institución Sí__ No__ 3. NS/NR ____ 35. ¿Por qué cree que las usan? 1. Experimentar ____ 2. Diversión ____ <input style="float: right;" type="checkbox"/> 3. Desestres ____ 4. Compartir con amigos ____ 5. Otro ____ ¿Cuál? _____
--	---

IV. ASPECTOS FAMILIARES	
36. Su estructura familiar es:	44. ¿Tu familia, te ha brindado apoyo en los siguientes aspectos?

1.Nuclear____ ☐ 2.Extensa____ 3.Monoparental____ 4. Recompuesta____ 37. ¿Qué estilo de autoridad se ejerce en su casa? 1.Autoritario____ ☐ 2.Permisivo____ 3. Democrático____ 38. ¿Habla con sus padres a cerca de sus asuntos personales? 1. Si____ 2. No____ ☐ 39. El ambiente de su casa, por ¿cuál de estas tres tendencias se caracteriza más? 1. Alegre____ 2. Conflictivo____ ☐ 3. Tranquilo____ 40. ¿Esto lo afecta emocionalmente? 1.Si____ 2.No____ ☐ ¿Por qué? _____ _____ _____ 41. Cuándo en tu grupo familiar se presentan dificultades, ¿Por medio de que las resuelven? 1.Dialogo____ 2.Imponen una solución____ ☐ 3. Ignorar____ 4. Buscar culpables 5. Otro____ ¿Cuál? _____	1.Matricula____ 2.Fotocopias____ 3. Transporte____ ☐ 4. Vivienda____ 5. Alimentación____ 6.Motivacional____ 7.Resolución de conflictos____ 8. Todas las anteriores ____ 9. Ninguna de las anteriores____ 45. ¿Cómo crees que se siente tu grupo familiar ante tus logros académicos? 1.Orgullosos____ 2. Decepcionados____ ☐ 3. No les interesa____ 46. ¿Cómo expresan ese sentimiento? 1.Criticas____ 2. Halagos____ 3. ¿Otro? __ ¿Cuál? _____
--	--

42. ¿Dentro de su grupo familiar hay dificultades económicas?

1. Si__

2. No__

☐

Si su respuesta es sí, continúe; de lo contrario pase a la pregunta 44

43. ¿Cómo afecta la falta de recursos económicos su formación profesional?

☐