



UNIVERSIDAD INTERSERRANA DEL ESTADO DE PUEBLA – AHUACATLÁN  
Organismo Público Descentralizado del Gobierno del Estado de Puebla  
**PLAN DE ACCIÓN PERMANENTE  
DE SALUD**



**UIEPA**  
Universidad Interserrana del Estado  
de Puebla Ahuacatlán

**PLAN DE ACCIÓN PERMANENTE DE SALUD MENTAL**

Elaboró

Diana Meléndez Cuevas  
Coordinadora del Área Psicopedagógica

Revisó

Efraín Jaquim Landero  
Dirección Académica

Autorizó

Mtra. Gloria Stephany Aguirre Moreno

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZO	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## INDICE

### Contenido

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	2
<b>OBJETIVO GENERAL</b> .....	3
<b>1.- MARCO DE REFRENCIA</b> .....	3
<b>2.- ELEMENTOS PARA LA ACCIÓN CORRECTIVA</b> .....	5
<b>2.1. DIAGNOSTICO INICIAL</b> .....	5
<b>2.2. ESTUDIO</b> .....	6
<b>2.3. PREVENCIÓN</b> .....	6
<b>2.4. ATIENDES</b> .....	9
Bibliografía .....	10
ANEXO (1) .....	11

## INTRODUCCIÓN

Hoy en día las personas son vulnerables a distintos problemas sociales y personales que desembocan en enfermedades físicas y mentales; y ante la búsqueda de soluciones, el individuo expone la integridad de su salud mental originando trastornos que aquejan su estado de ánimo, repercutiendo sobre los procedimientos afectivos y cognitivos del desarrollo, la cual se traduce en dificultades para razonar, alteraciones del comportamiento, impedimentos para comprender la realidad y para adaptarse a diversas situaciones

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud OMS, la salud mental combina experiencias en tres campos, a saber: el de las experiencias cognitivas, donde se incluyen las percepciones y los procesos de pensamiento, las experiencias afectivas, en tanto incluyen las emociones, los estados afectivos y los sentimientos, y las experiencias relacionales, en términos del interactuar con otros y con el entorno.

Teniendo en cuenta que cuando los trastornos en salud mental se presentan en un contexto donde prevalece la discapacidad, genera estragos no solo en los individuos que lo padecen, sino también a la familia y quienes comparten el entorno social, generando un malestar colectivo, lo que puede llevar a agravar la situación; pues como señala Bavin (1987) La discapacidad de antemano connota discriminación, carga emocional y social que impactará negativamente en la salud emocional, provocadas por creación de pensamientos erróneos que afectan también el nivel conductual.

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## OBJETIVO GENERAL

Establecer el mecanismo para generar herramientas de ayuda a las y los estudiantes, así como, al personal docente, administrativo y de apoyo, permitiendo identificar situaciones de riesgo que generen inestabilidad en el sector Psicopedagógico con base en la detección oportuna del cuadro de atención preventivo y a través de una evaluación observar la funcionalidad y/o aplicar mejoras.

## 1.- MARCO DE REFERENCIA

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) concibe la SALUD como un estado de completo bienestar físico, psíquico y social y no solo la ausencia de enfermedad y la SALUD MENTAL es definida como la forma de relacionarse con otros de la familia, el trabajo, el ocio y la comunidad en general. Es el modo más adecuado de adaptarnos al mundo y a los otros con la máxima eficacia y felicidad.

Para Yapko (2006), el trastorno en salud mental no solo se concibe como enfermedad que afecta el área emocional y al cuerpo, sino que también autores como Beck (1983), los considera como trastornos que altera el estado de ánimo, haciendo que la persona genere respecto de sí, un sin número de pensamientos que ponen en riesgo su salud psíquica. Pues todo lo que el individuo genera como cogniciones repercute a nivel emocional, conductual y en la salud, induciendo a la persona a un estado en el que le es imposible resolver los problemas de la vida diaria.

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

De esta manera se les permite a las y los estudiantes mantener comunicación permanente con el personal docente y la coordinación del área psicopedagógica para conocer de sus necesidades e implementar acciones que coadyuven en su formación integral.

1. El humanismo, como el entendimiento “respetuoso”, tolerante y crítico de todas las manifestaciones de la cultura universal, sin menoscabo alguno ni exclusivismos, con el propósito de ampliar los horizontes de la educación integral del ser humano.
2. El desarrollo de un conocimiento amplio y objetivo de la problemática contemporánea del ámbito profesional, desde las perspectivas regional, nacional y mundial.
3. El desarrollo de las diferentes formas de inteligencia, así como de competencias que permitan la certificación y el reconocimiento de clase mundial.
4. La investigación como una forma de generar conocimientos que por su pertinencia y actualidad enriquezcan el acervo humano mundial, así como una estrategia de fortalecimiento de la vinculación de la universidad con su entorno regional, nacional y mundial, y que tiene como propósito último mejorar las condiciones de vida del ser humano.
5. Un sentido de identidad profesional y pertenencia institucional.
6. El desarrollo de las capacidades y habilidades para obtener, analizar, interpretar y aplicar información, generar conocimientos, así como para identificar, plantear, resolver problemas y tomar decisiones.
7. El cultivo de habilidades y la capacidad de liderazgo para gestionar, emprender, negociar y dirigir.

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## 2.- ELEMENTOS PARA LA ACCIÓN CORRECTIVA

### 2.1. DIAGNOSTICO INICIAL

A través del llenado de un formato (anexo 1) donde contenga:

1. Datos generales
2. Familigrama
3. Estado Psicofisiológico
4. Características de la madurez y equilibrio
5. Relaciones personales e interpersonales
6. Adicciones
7. datos psicológicos

Ya que actualmente contamos con una población estudiantil de:

- ❖ 735 educandos
- ❖ 280 hombres
- ❖ 454 mujeres

De las siguientes carreras este cierto número pertenecen a una etnia


- ❖ Licenciatura en Gestión y Administración de PyMES: 9
- ❖ Ingeniería en Agroindustrial: 7
- ❖ Licenciatura en Gastronomía: 13
- ❖ Licenciatura en Biotecnología: 6
- ❖ Ingeniería en Tecnología Informática: 8
- ❖ Licenciatura en Medicina Veterinaria y Zootecnia: 13
- ❖ Licenciatura en Enfermería: 37

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## 2.2. ESTUDIO

Se realizará una serie de test dependiendo de la observación inmediata, conectas y resuelves, a través de los test obtenemos un resultado, cuantitativo y cualitativo para poder obtener un probable diagnóstico.

Al inicio del semestre/cuatrimestre hemos tenido una alta deserción de las y los estudiantes, en un 7% de manera general sin, embargo la deserción ha sido por:

- ❖ Economía 2%
  - ❖ Consecuencias de la pandemia
  - ❖ Problemas de aprendizaje: 1%
- 
- ❖ Depresión :1%%
  - ❖ Ansiedad: 1%
  - ❖ Estrés: 2%

Por lo tanto, se pretende que, a partir de estas conferencias y talleres, los educandos se puedan acercar a la Coordinación del Área Psicopedagógica para poder ser atendidos si, así lo necesitan en cada uno de los ámbitos ya mencionados anteriormente, con el fin de tener un número de deserción menor al que se tiene actualmente.

## 2.3. PREVENCIÓN

En conjunto con un proyecto anual de conferencias elaborado y organizado por la Coordinación del Área Psicopedagógica y el apoyo de diferentes dependencias de la Salud Mental (UNEME CAPA- HOSPITAL GENERAL DE ZACATLÁN-HOSITAL COMUNITARIO DE AHUACATLÁN-JURISDICCIÓN 02 CHIGNAHUAPAN) para las/los estudiantes y al personal docente para así poder implementar los primeros auxilios psicológicos.

Colocación de un buzón preventivo, estableciendo este mecanismo que le permita a las y los estudiantes, así como al personal en general realizar notificaciones sobre situaciones que se trastornen, difíciles, colocando el nombre, cargo, lugar.

Haciendo un corte semanal de estas notificaciones para que nos permita hacer las investigaciones pertinentes y así poder brindar acompañamiento profesional en un proceso de atención socioemocional o psicológica”

## CALENDARIZACIÓN DE CONFERENCIAS

TEMA	PONENTE	HORA	DÍA EDUCANDOS	DÍA DOCENTES	LUGAR	ESTATUS
Ansiedad	Mtra. Diana	12:00 pm a 3:00pm	01/07/2022	01/07/2022	Aula Magna	Aplicado
Depresión	Mtra. Diana	12:00 pm a 3:00pm	01/07/2022	01/07/2022	Aula Magna	Aplicado
La sexualidad como un tabú	Mtra. Diana	12:00 pm a 3:00pm	01/07/2022	01/07/2022	Aula Magna	Aplicado
El suicidio	Mtra. Diana	12:00 pm a 3:00pm	01/07/2022	01/07/2022	Aula Magna	Aplicado
Integración familiar	Personal del Hospital Comunitario de Ahuacatlán	12:00 pm a 02:00pm	03/08/2022	03/08/2022	Aula Magna	
Trastornos de alimentación	Personal del Hospital Comunitario de Ahuacatlán	12:00 pm a 02:00pm	03/08/2022	03/08/2022	Aula Magna	
La importancia del YO	Por definir	12:00 pm a	Septiembre	Septiembre	Aula Magna	

ELABORÓ REVISÓ/AUTORIZÓ FECHA DE ELABORACIÓN CÓDIGO VERSIÓN REQUISITO(S)

DMC

EJL/GSAM

JULIO 2022

		3:00pm				
Baja autoestima	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Octubre	Octubre	Aula Magna	
Problemas de toma de decisiones	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Noviembre	Noviembre	Aula Magna	
Violencia en el noviazgo o pareja	UNEME CAPA	12:00 pm a 3:00pm	Diciembre	Diciembre	Aula Magna	
Inseguridad	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Enero	Enero	Aula Magna	
Trastorno obsesivo compulsivo	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Febrero	Febrero	Aula Magna	
Falta de habilidades sociales	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Marzo	Marzo	Aula Magna	
Adicciones	UNEME CAPA	12:00 pm a 3:00pm	Abril	Abril	Aula Magna	
Homosexualidad- Homofobia- Identidad sexual	Mtra. Diana	12:00 pm a 3:00pm	Mayo	Mayo	Aula Magna	
Racismo	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Junio	Junio	Aula Magna	
Feminismo	Por definir	12:00 pm a 3:00pm	Julio	Julio	Aula Magna	

## 2.4. ATIENDES

De cada sesión informativa en conferencia, los casos identificados derivan en canalización de las/los estudiantes canalizar a las/los estudiantes a la Coordinación del Área Psicopedagógica o transferirlos a las dependencias antes mencionadas, si así se requiere en los siguientes diagnósticos o patologías Psicológicas.

- 1.- Violencia
- 2.- Acoso
- 3.-Bullying
- 4.- Depresión
- 5.- Ansiedad
- 6.- Estrés
- 7.- Drogadicción
- 8.- Distribución
- 9.- Entre otras

Realizando sesiones personalizadas con las/los estudiantes y personal general dependiendo la situación se les programan de unas diez sesiones.

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## Bibliografía

1983, B. ( Noviembre 2006, 19-49). *Boletín de Psicología No. 109*.

1987, B. (01 de julio de 2016). Depresión en personas su relación con la funcionalidad familiar. *Revista Electronica de Portales Medicos*.

2006, y. (MAYO de 2010). Tratamiento Cognitivo Conductual de la Depreseión "UN ANALISIS DE CASOS" . *TESIS DE LA UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DEL ESTADO DE MÉXCICO UAEM*.

cuevas, D. m. (15 de JULIO de 2022).

(1983, Noviembre 2006, 19-49)

ELABORÓ	REVISÓ/AUTORIZÓ	FECHA DE ELABORACIÓN	CÓDIGO	VERSIÓN	REQUISITO(S)
DMC	EJL/GSAM	JULIO 2022			

## ANEXO (1)

DATOS GENERALES			
NOMBRE:			
CARRERA:			
NÚMERO DE CONTROL:		SEMESTRE/CUATRIMESTRE:	
DOCUMENTO DE IDENTIDAD:			
EDAD:			
FECHA DE NACIMIENTO:			
LUGAR DE NACIMIENTO:			
LUGAR DE RESIDENCIA:			
ESTADO CIVIL:			
HIJOS	SÍ :	NO:	¿CUÁNTOS?:-----

FAMILIOGRAMA					
NOMBRE DE MADRE		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN :					
NOMBRE DE PADRE		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN:					
HERMANO(A) 1		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN:					
HERMANO(A) 2		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN :					
HERMANO(A) 3		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN :					
HERMANO(A) 4		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
RELACIÓN:					
OTROS:		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:
		VIVE	SÍ:	NO:	AÑOS:

DATOS PSICOLOGICOS	
DEPRESIÓN :	
ANSIEDAD:	
ESTRÉS:	
ADICCIONES :	
FAMILIARA CON TRASTORNOR MENTALES O PATOLOGICOS:	

**ESTADO PSICOFISIOLOGICO**

INDICADORES	FRECUENTE 1	MUY FRECUENTE 2	NUNCA 3	ANTES 4	A VECES 5
Manos y/o pies hinchados					
Dolores en el vientre					
Dolores de cabeza y/o vómitos					
Pérdida del equilibrio					
Fatiga y agotamiento					
Pérdida de vista u oído					
Dificultades para dormir					
Pesadillas o terrores nocturnos a que:					
Incontinencia (orina, heces)					
Tartamudeos al explicarse					
Miedos intensos ante cosas					

TOTAL:

**CARACTERÍSTICAS DE LA MADUREZ Y EQUILIBRIO**

AUTOPERCEPCIÓN	NO 1	POCO 2	FRECUENTE 3	MUCHO 4	OBSERVACIONES
Puntual					
Tímido(a)					
Alegre					
Agresivo(a)					
Abierto(a) a las ideas de otros					
Reflexivo(a)					
Constante					
Optimista					
Impulsivo(a)					
Silencioso(a)					
Generoso(a)					
Inquieto(a)					
Cambios de humor					
Dominante					
Egoísta					
Sumiso(a)					
Confiado(a) en sí mismo(a)					
Imaginativo(a)					
Con iniciativa propia					
Sociable					
Responsable					
Perseverante					

TOTAL: