



UJED

UNIVERSIDAD JUÁREZ DEL
ESTADO DE DURANGO

PROGRAMA UNIVERSITARIO DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL Y A LA DIVERSIDAD FUNCIONAL

UNIVERSIDAD JUÁREZ DEL
ESTADO DE DURANGO

SUBSECRETARÍA GENERAL ACADÉMICA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TERAPIA DE
LA COMUNICACIÓN HUMANA

2025

DIRECTORIO

M.S.P. Ramón García Rivera

Rector

M.C. Julio Gerardo Lozoya Vélez

Secretario General

COMF. Gamaliel Ortiz Sarabia

Subsecretario General Académico

Lic. Ana Bertha Adame García

Subsecretaria General Administrativa

Mtra. Claudia Castañeda Álvarez

Contralora General

Dr. Adolfo Antonio De la Parra Northon

Tesorero General

M.D.J. Gerardo Antonio Gallegos Isais

Abogado General

D.G.A.O. Gerardo Frayre Vázquez

Director de Desarrollo y Gestión de Recursos Humanos

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y TERAPIA DE LA COMUNICACIÓN HUMANA

Dra. Sagrario Llzeth Salas Name

Directora

MTFP. Adrián Pascual Guadiana González

Secretario Académico

Mtro. Guillermo Ibrahim González López

Secretario Administrativo

COMISIÓN DE DISEÑO DEL PROGRAMA UNIVERSITARIO DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL Y A LA DIVERSIDAD FUNCIONAL

Dra. Sagrario Llzeth Salas Name

MTFP. Adrián Pascual Guadiana González

Mtro. Guillermo Ibrahim González López

Mtra. Mayra Guadalupe González Martínez

Mtra. María De Los Ángeles Aguilar Sáenz

Dr. Oliverio Leonel Linares Olivas

Dr. Enrique Medina Vidaña

Dr. Jesús Abraham Soto Rivera

Dra. Reyna Angélica Berumen Ruvalcaba

Mtra. Juana Mireya Espino Rodríguez

Mtro. Cosme Francisco Maldonado Rivera

Dra. Luz María Cejas Leyva

CONTENIDO

INTRODUCCIÓN.....	5
I. ANTECEDENTES.....	7
II. FUNDAMENTO NORMATIVO Y DE POLÍTICA PÚBLICA	11
III. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-CONCEPTUAL.....	16
IV. DECLARACIÓN FILOSÓFICA, VALORAL Y DE OBJETIVOS	23
MISIÓN	23
VISIÓN	23
PRINCIPIOS Y VALORES.....	23
OBJETIVOS	24
OBJETIVO GENERAL	25
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	25
Etapa 1. Evaluación diagnóstica.....	25
Etapa 2. Promoción y prevención.....	25
Etapa 3. Atención e Intervención.....	26
Etapa 4. Seguimiento y Evaluación.....	26
V. ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL.....	27
VI. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA.....	28
VII. DESCRIPCIÓN DE LAS ETAPAS O FASES DEL PROGRAMA.....	29
VIII. PERFIL DESEADO PARA LOS ENLACES OPERATIVOS DEL PROGRAMA.....	32
IX. ACCIONES/ACTIVIDADES, INDICADORES Y MEDIOS DE VERIFICACIÓN EN LAS ETAPAS DEL PROGRAMA	34
X. RECURSOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA.....	40
XI. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PROGRAMA	42
XII. ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL DEL PROGRAMA.....	43
EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA DE LA SALUD MENTAL Y LA DIVERSIDAD FUNCIONAL	44
XIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	48

INTRODUCCIÓN

El concepto de salud mental, tal y como se define hoy en día, surge después de la Segunda Guerra Mundial con el establecimiento de nuevas políticas públicas que contemplan la importancia de cuidar tanto la mente como el cuerpo; y al mismo tiempo, empezar a integrar, atender y cuidar a las personas con enfermedades o trastornos mentales en los sistemas de salud general.

Más allá de que, desde una perspectiva histórica, evolutiva y social, las enfermedades mentales siempre se han encontrado entre los límites de lo sobrenatural, lo científico o lo médico, hoy se sabe que existen relaciones entre el comportamiento del paciente y su organismo; entre las conexiones cerebrales y las patologías mentales; entre el cerebro, los sentidos y la experiencia; entre lo genético y lo neurológico; y, entre la salud mental de un individuo y su contexto vital, por lo que es importante que la sociedad, la comunidad científica, las instituciones educativas y los gobiernos comprendan que los trastornos o enfermedades mentales pueden tratarse con prevención, medicación, terapia y atención focalizada. Por tanto, es necesario establecer políticas, programas, estrategias y acciones, públicas y privadas, que permitan acabar con la estigmatización del concepto de salud mental y generar condiciones para la atención integral y oportuna de las personas con problemas de este tipo.

Con tal propósito, la Universidad Juárez del Estado de Durango (UJED), a través de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana (FPyTCH), diseña y coordina el Programa Universitario de Atención a la Salud Mental y a la Diversidad Funcional, con la participación de la Dirección de Transformación Digital en su sistematización, así como de todas las unidades académicas y administrativas en la de implementación, operación y seguimiento, esto con la finalidad atender la salud mental y diversidad funcional de la comunidad universitaria, a partir del diagnóstico oportuno, la prevención y la intervención pertinentes, para la preservación del bienestar emocional y social de sus integrantes, que redunde en un desempeño académico o laboral más eficiente, en la sana convivencia y para el logro de una mejor calidad de vida.

Este Programa se inscribe en lo previsto en el Plan de Desarrollo Institucional de la UJED 2024-2030, en su Eje 4: Responsabilidad Social Universitaria y Cultura de paz. Latidos de Equidad: comunidad inclusiva y diversa; en cuanto a que, en materia de salud y bienestar, en

la UJED, se reconoce que la salud mental es una necesidad creciente en contextos universitarios, razón por la cual se fortalecerán los servicios de salud mental y desarrollo personal, entendidos como elementos centrales del rendimiento académico, del desempeño laboral y de la calidad de vida, teniendo como objetivo estratégico: promover el bienestar físico, mental y emocional de la comunidad universitaria. Además, responde a las políticas públicas, estrategias y acciones prioritarias que organismos internacionales y los gobiernos federal y estatal promueven para el cuidado y la preservación de la salud mental, especialmente en los adolescentes y los jóvenes.

La estructura del Programa considera apartados de antecedentes, de fundamentación normativa y de política pública; así como, un planteamiento conceptual acerca del tema de la salud mental y la diversidad funcional. Además, se incluye la misión, la visión y los objetivos (general del programa y específicos por etapa), para después, pasar a la descripción de sus cuatro etapas, a saber: 1) Evaluación diagnóstica; 2) Promoción y prevención; 3) Atención e intervención; y 4) Seguimiento y evaluación. También, se considera la estructura orgánica y el perfil deseado para los enlaces operativos del programa en las unidades académicas y administrativas de la Universidad, así como las condiciones de operación y la previsión de los recursos necesarios para su implementación y la bibliografía de referencia.

Como todo proyecto institucional, el Programa contempla un enfoque prospectivo, pues se propone lograr en el mediano y largo plazos que la UJED sea una universidad más saludable, con una comunidad universitaria proactiva y con mayor sensibilización, conciencia y compromiso hacia la atención de la salud mental y la calidad de vida de sus integrantes; para lo cual se ha establecido como objetivo general, procurar el bienestar emocional, psicológico, social y funcional de la comunidad universitaria, mediante un Programa que promueva la práctica de hábitos mentales saludables, que apoyen a la formación académica, al desempeño profesional y laboral, así como la convivencia armónica y la calidad de vida de los estudiantes, académicos y el personal administrativo y de apoyo.

I. ANTECEDENTES

La salud mental es parte integral de la salud y del bienestar general de los seres humanos, tal como se refleja en la definición de salud que en 1946 se incluyó en la Constitución de la Organización Mundial de la Salud –OMS–, que a la letra dice: -la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades-. Y en este sentido, la salud mental, como otros aspectos de la salud de las personas, puede verse afectada por una serie de factores socioeconómicos y culturales que tienen que abordarse mediante estrategias integrales de promoción, prevención, intervención, tratamiento, recuperación, seguimiento y evaluación, que impliquen a los sistemas de salud y de educación, así como a otras áreas gubernamentales y privadas que puedan participar de su cuidado.

La salud mental es un tema muy importante, tanto a nivel local, estatal y nacional como a nivel mundial, según se plantea en el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013-2030, de la OMS, en el que se establece que los servicios de salud mental son un componente esencial del sistema de salud y de la cobertura sanitaria universal; y por tanto, debe tratarse con un enfoque en los derechos humanos, en la integración social y en el bienestar general. En la visión del Plan de Acción se visualiza un mundo en el que se valore, fomente y proteja la salud mental, se prevengan los trastornos mentales, y las personas afectadas por ellos puedan ejercer la totalidad de sus derechos humanos y acceder de forma oportuna a una atención sanitaria y social de gran calidad y culturalmente adaptada que estimule la recuperación, con el fin de lograr el mayor nivel posible de salud y la plena participación en la sociedad y en el ámbito laboral, sin estigmatizaciones ni discriminaciones.

De los resultados de una encuesta realizada por la OMS, se puede establecer que los desafíos en salud mental entre los estudiantes de educación superior han surgido como una preocupación importante en varias regiones del mundo. A este respecto, el proyecto World Mental Health International College Student (WHO) encontró que, en ocho países, más de un tercio (35 por ciento) de los estudiantes reportaron trastornos de salud mental (Auerbach et al., 2018). Por ello, la creciente incidencia de problemas de salud mental entre los estudiantes de educación superior se considera cada vez más un síntoma de problemas estructurales más amplios en los sistemas de educación superior (Welsh & Regehr, 2024), que se derivan de diversos factores relacionados con las políticas educativas y los enfoques pedagógicos que

contribuyen a esta tendencia, pues la inmensa presión para obtener buenos resultados en los exámenes, con el fin de conseguir la admisión o la promoción en las mejores universidades y superar a los compañeros, se ha relacionado con un aumento de ideas suicidas, por ejemplo (Fawaz & Lee, 2022).

De manera específica, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO), cuando se preocupa por la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación media superior y superior, argumenta que la educación es su máxima prioridad, porque es un derecho humano y se convierte en el fundamento de la paz y del desarrollo sostenible; en este sentido, se afirma, los estudiantes de educación superior de todo el mundo se enfrentan a tasas crecientes de problemas de salud mental y requieren del apoyo de sus instituciones de educación superior (IES). Por tanto, las IES tienen la responsabilidad de apoyar la salud mental de los estudiantes, en consonancia con lo que plantea el Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) número tres, que propone la Organización de las Naciones Unidas (ONU), para garantizar una vida sana y promover el bienestar para todos en todas las edades.

De acuerdo con la UNESCO (2009), en la universidad se desempeña un papel esencial, por la promoción del pensamiento crítico y creativo, por lo que se generan y difunden conocimientos para favorecer el desarrollo social, cultural, ecológico y económico; de esta manera, el funcionamiento y expectativa de los estudiantes universitarios depende, en gran medida, de la relación entre desempeño académico, salud física y salud mental; y en este sentido, el reconocimiento de la manera en la que interactúa la salud mental con el desempeño académico y social de los jóvenes posibilita incidir en la mejora de las condiciones en las que se desarrolla su trayecto escolar.

De esta forma, los gobiernos tienen la responsabilidad de facilitar apoyos directos a las IES, a través de políticas públicas, principalmente de financiamiento, que permitan el acceso de los estudiantes a los servicios de salud mental, de modo que no se vean obstaculizados por las percepciones sociales y educativas, o por la limitada capacidad institucional para proporcionar atención sanitaria mental, por causa de barreras financieras o por falta de profesionales en esta materia.

Las IES y los gobiernos deben colaborar conjuntamente para incrementar los conocimientos acerca de la salud mental entre los estudiantes, el personal a su cargo y el público en general, combatiendo las ideas preconcebidas y el estigma que existe sobre este tema, a través de la formación del profesorado, de acciones de promoción y prevención y de campañas de sensibilización y concientización, para que se pueda identificar a los estudiantes con problemas de salud mental, orientarlos respecto a los recursos pertinentes y, bajo políticas claras, canalizarlos a los servicios profesionales de salud mental que se requieran y considerar los ajustes académicos necesarios.

En un comunicado sobre salud mental, promoción, presupuesto, la Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior (ANUIES) declara que en México, sólo se invierte el 2 por ciento del total del presupuesto para atender los problemas de salud mental, cuando es el 20 por ciento de la población la que enfrenta un tipo de problema como la fobia social, el trastorno de pánico, los trastornos de ansiedad, el trastorno de estrés postraumático, el trastorno obsesivo compulsivo (TOC), la depresión o el estrés académico en el caso de las y los estudiantes. Y aún hay más, pues de acuerdo con las estadística existentes, en el año 2021 el 35.5 por ciento de las personas adultas mayores en México se identificó con depresión, cuando en el 2018 el porcentaje era del 26.4 por ciento, resaltando que en el año 2022, el 31 por ciento de las y los niños tuvieron trastornos de sueño, depresión y ansiedad al regresar a la escuela, después de la pandemia del Covid-19, mientras que en el año 2020, el 43 por ciento de los suicidios registrados en México, fueron de personas de entre 10 a 29 años de edad, de ahí la importancia de considerar la atención del reciente problema de salud mental, en la educación media superior y superior.

Al respecto, estudios realizados por la OMS en 2013, arrojaron que para el año 2020 la depresión sería la segunda causa de discapacidad a nivel mundial; mientras que la Secretaría de Salud Federal, en ese mismo tiempo, estimó que de los 15 millones de personas que padecían algún trastorno mental en México, la mayoría eran adultos jóvenes en edad productiva, lo cual indica que el problema es presente y que requiere de pronta atención, tanto en el sector salud como en el sector educativo.

Por su parte, el Consorcio de Universidades Mexicanas (CUMEX), en la edición 2020, de la Cátedra CUMEX, cuyo lema fue, la salud mental en y desde la Universidad en el contexto de la pandemia por Covid-19: retos y oportunidades desde la psicología, describe que la

educación superior en México es clave para la formación de personas capacitadas en las diferentes áreas del conocimiento que requiere el país, según las propias necesidades que determinados contextos demandan. Por ello, uno de los principales retos en este nivel educativo es la comprensión de los complejos problemas de las sociedades y, sobre todo, la necesidad de contrarrestar dichas situaciones con las soluciones idóneas que éstas requieren.

En este mismo enfoque, Canales y De los Ríos (2009), dicen que cada vez son más los jóvenes de universidades públicas que deben trabajar para poder solventar los gastos que requiere su formación académica y profesional, y también, que va en aumento la cantidad de quienes no tienen acceso a estudios universitarios debido a la necesidad de un empleo; esto, en ambos casos, genera condiciones de estrés, depresión o ansiedad, entre otros padecimientos de salud mental.

Al respecto, cabe señalar que la cobertura de educación superior en México atiende a poco menos de la tercera parte de la población objetivo; esta situación ubica a nuestro país por debajo del promedio en América Latina (Fernández, 2017), lo que obliga a considerar la salud mental de todos aquellos que por alguna razón no accedieron a los estudios de educación superior; pero a la vez, dar seguimiento a los padecimientos de este tipo que enfrentan los jóvenes que sí están inscritos, en función de las presiones y exigencias académicas y sociales que enfrentan en este tipo educativo.

II. FUNDAMENTO NORMATIVO Y DE POLÍTICA PÚBLICA

En el contexto de la salud mental, en el entorno nacional, la Ley General de Salud (2024), en materia de salud mental, el Artículo 3, Fracción VI dispone que la salud mental es materia de salubridad general; el Artículo 27, Fracción VI establece que la salud mental se considera un servicio básico de salud; el Artículo 37, ordena que los tratamientos sobre la salud mental es un servicio que se debe prestar a los derechohabientes de instituciones públicas de seguridad social; el Artículo 72, declara que la salud mental tendrá carácter prioritario dentro de las políticas de salud y deberá brindarse conforme a lo establecido en la Constitución y en los tratados internacionales en materia de derechos humanos; y que, el Estado garantizará el acceso universal, igualitario y equitativo a la atención de la salud mental a las personas en el territorio nacional.

También, dispone que toda persona tiene derecho a gozar del más alto nivel posible de salud mental, sin discriminación por motivos de origen étnico o nacional, el color de piel, la cultura, el sexo, el género, la edad, las discapacidades, la condición social, económica, de salud o jurídica, la religión, la apariencia física, las características genéticas, la situación migratoria, el embarazo, la lengua, las opiniones, las preferencias sexuales, la identidad, la expresión de género, la filiación política, el estado civil, el idioma, los antecedentes penales o cualquier otra que atente contra la dignidad humana y tenga por objeto anular o menoscabar los derechos y libertades de las personas; y que, para los efectos de la Ley, se entiende por salud mental un estado de bienestar físico, mental, emocional y social determinado por la interacción del individuo con la sociedad y vinculado al ejercicio pleno de los derechos humanos.

Por su parte, el Artículo 73, de la misma Ley, dispone que los servicios y programas en materia de salud mental deberán privilegiar la atención comunitaria, integral, interdisciplinaria, intercultural, intersectorial, con perspectiva de género y participativa de las personas desde el primer nivel de atención y los hospitales generales; y que, la Secretaría de Salud, las instituciones de salud y los gobiernos de las entidades federativas, en coordinación con las autoridades competentes en materia de salud mental, fomentarán y apoyarán, de manera resumida: el desarrollo de actividades educativas, socioculturales y recreativas con carácter permanente; la difusión de las orientaciones para la promoción de la salud mental, así como el conocimiento y la prevención de los trastornos mentales; acciones y campañas de promoción de los derechos de la población, sobre salud mental, así como de sensibilización

para reducir el estigma y la discriminación, a fin de favorecer el acceso oportuno de la atención; la implementación estratégica de servicios de atención de salud mental en establecimientos de la red integral de servicios de salud del Sistema Nacional de Salud, que permita abatir la brecha de atención; la investigación multidisciplinaria en materia de salud mental; la detección de los grupos poblacionales en riesgo de presentar trastornos mentales; el desarrollo de equipos de respuesta inmediata para situaciones de crisis; la capacitación y educación en salud mental al personal de salud en el Sistema Nacional de Salud; y el desarrollo de acciones y programas para detectar, atender y prevenir el suicidio.

En el contexto de la salud mental estatal, la Ley de Salud Mental para el Estado de Durango (2025), el Artículo 1, establece que el Estado asegurará el acceso universal, igualitario, equitativo y sin discriminación a la atención de la salud mental; mientras que, el Artículo 2, define la salud mental como el estado de bienestar físico, emocional y social en el cual el individuo consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones de la vida, ser productivo y contribuir a la comunidad.

Este artículo afirma que la salud mental es prioritaria para el Estado de Durango, pues es un derecho fundamental que impacta de manera sustancial en la calidad de vida y el bienestar del ser humano; garantizarla, implica la prevención y atención de adicciones, violencias, patología dual y demás psicopatologías existentes, así como la prevención de la conducta suicida y la posvención; además, la salud mental contribuye a alcanzar la paz y un mejor desarrollo personal y comunitario en un marco de inclusión y respeto mutuo; por tanto en el marco de la Ley se reconoce a la salud mental como un estado determinado por componentes históricos, socio-económicos, culturales, biológicos y psicológicos, cuya preservación y mejoría implica una dinámica de construcción social vinculada al respeto de los derechos humanos y sociales y a la dignidad de toda persona.

En el contexto educativo, la Ley General de Educación Superior (2021), en su Artículo 42, establece que las instituciones de educación superior, con el apoyo de las autoridades respectivas, en sus ámbitos de competencia, promoverán las medidas necesarias para la prevención y atención de todos los tipos y modalidades de violencia, en específico la de género, así como para la protección del bienestar físico, mental y social de sus estudiantes y del personal que labore en ellas. Dichas medidas se basarán en diagnósticos y estudios de las actividades académicas, escolares y administrativas para lograr una detección y atención

oportuna de los factores de riesgo, violencia y discriminación, estableciendo protocolos de atención y proporcionando, en su caso, servicios de orientación y apoyo de trabajo social, médico y psicológico.

En el diagnóstico del Plan Nacional de Desarrollo 2025-2030, se dice que la educación temprana tiene impactos positivos a largo plazo, mejorando los logros académicos, las condiciones laborales, y contribuyendo a reducir la pobreza, así como conductas antisociales, mejorando la salud mental; por otra parte, la Estrategia 2.7.5 del propio plan se propone implementar acciones de promoción y prevención en salud mental, brindando atención integral con ética, calidad y respeto a lo largo de la vida; mientras que la Estrategia T1.4.5 plantea implementar acciones de prevención y atención integral para eliminar la violencia psicológica y emocional que afectan la salud mental de las mujeres, niñas, niños y adolescentes, brindando apoyo psicosocial adecuado y promoviendo entornos libres de violencia que favorezcan su bienestar y desarrollo integral.

Por lo que se refiere al Programa Sectorial de Educación 2025-2030, el Objetivo 5 se orienta a promover ambientes escolares inclusivos, sanos y seguros que favorezcan el aprendizaje, la convivencia y el desarrollo integral de estudiantes, personal docente, madres y padres de familia en las escuelas; la Estrategia 5.1 a desarrollar acciones para promover estilos de vida saludable en los distintos tipos, niveles y modalidades del sistema educativo nacional; y la Línea de acción 5.1.5, se propone desarrollar campañas de sensibilización y talleres sobre salud mental, manejo del estrés y bienestar emocional dirigidos a estudiantes y personal educativo, con el propósito de promover una convivencia escolar sana y fortalecer el desarrollo integral.

El Plan Estatal de Desarrollo 2023-2028 contiene dos estrategias y seis líneas de acción en las que se aborda el tema de la salud mental, a saber: la Estrategia 1.3.2., que se propone fortalecer la atención de las niñas, niños y adolescentes vulnerados, para la restitución de sus derechos, a través de la Línea de acción 1.3.2.3., que busca desarrollar y fortalecer modelos de atención psicológica para afrontar problemáticas familiares, de salud mental y emocional que se viven en el seno de la sociedad; por su parte, la Estrategia 1.9.2., que considera instrumentar la atención integral a la salud mental, mediante las siguientes acciones: 1.9.2.1. Impulsar una política integral de atención a la salud mental y de adicciones; 1.9.2.2. Fortalecer los mecanismos de atención psiquiátrica y psicológica que se ofrecen en las Unidades de

Salud; 1.9.2.3. Implementar el tamizaje en salud mental y adicciones con énfasis en el primer nivel; 1.9.2.4. Fortalecer los procesos para la reinserción social de los pacientes con trastornos mentales y del comportamiento; y, 1.9.2.5. Impulsar acciones de prevención a la salud mental, violencia y comportamiento suicida.

En el Programa Educativo Durango 2023-2028, en el Eje prioritario II. Aprendizaje para la vida y el desarrollo sostenible, en el Apartado 12, referido a la Educación socioemocional, se proponen acciones encaminadas a capacitar a todas las figuras educativas como alumnos, padres, docentes y autoridades en el manejo adecuado de las emociones a través de la intervención de profesionales de la salud mental, con objetivos orientados a fortalecer las competencias socioemocionales y herramientas para el manejo de situaciones de conflicto de forma asertiva.

En consonancia con la política estatal, nacional e internacional en materia de salud mental, en el Plan Institucional de Desarrollo de la UJED 2025-2030, se establece el Eje 4, titulado Responsabilidad Social Universitaria y Cultura de paz. Latidos de Equidad: comunidad inclusiva y diversa, que plantea como objetivo estratégico: promover el bienestar físico, mental y emocional de la comunidad universitaria, a través de cuatro estrategias generales, a saber: 1) Ampliar los servicios de salud mental y desarrollo humano; 2) Crear protocolos de atención en crisis emocionales; 3) Realizar diagnósticos periódicos de salud universitaria; y 4) Atender campañas nacionales relacionadas con el objetivo estratégico. Además, se proponen como indicadores, la creación de un programa institucional de salud mental y la emisión de reportes trianuales de salud y seguimiento; para el primero, una meta al año 2027, para crear protocolos en todas las unidades académicas y una meta para el 2030, con la integración de un sistema integral de atención; para el segundo, una meta al año 2027, para la presentación de un diagnóstico trianual y una meta al 2030, para la implementación de un sistema de monitoreo.

En este contexto, la FPyTCH, como Unidad Académica de educación superior de la UJED, por la naturaleza de sus programas educativos en el campo de las ciencias de la salud, coadyuva en la solución de los problemas de la salud mental que aquejan a la población del estado de Durango y la región en la actualidad, tal como quedó dispuesto en el Plan de Desarrollo de la Unidad Académica 2025-2030. En este sentido, ha declarado como prioridad cuidar la salud mental de los estudiantes, los académicos y los trabajadores de su comunidad educativa. Por tanto, en materia de salud y bienestar, se trabaja para fortalecer los servicios de salud mental

y desarrollo personal, entendidos como elementos centrales del rendimiento académico y la calidad de vida, al promover un estilo de vida saludable en todos sus aspectos y en especial, los que favorezcan la salud mental.

III. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO-CONCEPTUAL

Como ya quedó establecido en los apartados anteriores, el concepto de salud mental ha venido evolucionando con el paso del tiempo y actualmente se le considera como un componente esencial del bienestar general de las personas, que debe tratarse con un enfoque en los derechos humanos y en la integración social; además, hoy se sabe que las patologías mentales asociadas con lo orgánico se ven influidas por el funcionamiento de los sentidos, el comportamiento de las personas, sus experiencias vitales y el contexto socioeconómico y cultural cotidiano en el que se desenvuelven.

Como punto de partida, recuperando lo que establece la OMS, se puede establecer que la salud mental se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad. Por otra parte, la salud mental se concibe como el estado de equilibrio que debe existir entre las personas y el entorno socio-cultural que los rodea, incluye el bienestar emocional, psíquico y social e influye en cómo piensa, siente, actúa y reacciona una persona ante momentos de estrés; además es la base para el bienestar y el funcionamiento efectivo de una persona y su comunidad (Secretaría de Salud, 2016).

Al mismo tiempo, hay que tomar en cuenta que la salud es un estado de bienestar físico, mental, emocional y social determinado por la interacción del individuo con la sociedad y vinculado al ejercicio pleno de los derechos humanos (LGS, Art. 72, 2024); por otra parte, entender la salud mental como el estado de bienestar físico, emocional y social en el cual el individuo consciente de sus propias capacidades puede afrontar las tensiones de la vida, ser productivo y contribuir a la comunidad (LSMED, Art. 2, 2025); además, se considera a la salud mental como un estado determinado por componentes históricos, socio-económicos, culturales, biológicos y psicológicos.

De manera más específica, de acuerdo con el Inventario de Salud Mental, Estrés y Trabajo (SWS), aplicada a estudiantes (México), la *salud mental funcional* se refiere al estado de bienestar y satisfacción percibido que comprende actitudes y comportamientos funcionales de un individuo optimista, positivo, relajado, alegre, ecuaníme, contento, saludable, espontáneo, franco y respetuoso, que ríe fácilmente, con una alta autoestima y amor a la vida, que refleja

paz interior, que busca y mantiene una buena salud física, un porte amable y dinámico y disposición e integración armónica con los demás y con su entorno; mientras que, la *salud mental deficitaria* es concebida como un conjunto de rasgos de personalidad –no patológicos– que incluye síntomas psicosomáticos y conductuales perturbadores, como son sensaciones y expresiones exacerbadas de dolencias físicas y psicológicas asociadas con inestabilidad emocional, pesimismo, envidia, resentimiento, ira, mal humor, apatía, baja autoestima, visión pesimista de la vida, desaliño personal, disminución del tono emocional y comportamientos socialmente inapropiados, dañinos, perjudiciales y predepresivos.

Desde esta perspectiva, algunos de los padecimientos asociados con la falta o afectación de la salud mental, pueden ser: la fobia social, el trastorno de pánico, los trastornos de ansiedad, el trastorno de estrés postraumático, el trastorno obsesivo compulsivo (TOC), los trastornos del sueño, los trastornos de alimentación, la depresión, el estrés académico, la ideación suicida, la discapacidad funcional. Además, es importante tomar en cuenta los trastornos asociados al neurodesarrollo como son, entre otros: Autismo, Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad (TDAH), Trastornos del lenguaje, Trastornos de personalidad, Esquizofrenia, Síndrome de Down, Síndrome de Williams, Trastornos hipersociales, Síndrome de Tourette.

En el contexto de la educación media superior y superior, durante esta etapa de sus vidas, los adolescentes y jóvenes enfrentan una serie de presiones, como la carga académica, la adaptación a un nuevo entorno social, las relaciones interpersonales, la planificación de su futuro profesional y en muchos casos, la distancia de sus familias, factores que pueden contribuir al aumento en los niveles de estrés, ansiedad, soledad y depresión. A este respecto, Vergara (2023), en su investigación titulada Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios, cuyo objetivo de estudio fue caracterizar el estado de salud mental y el nivel de bienestar psicológico de los estudiantes, encontró como resultado de su investigación, que el 65 por ciento de los estudiantes presentaron indicadores de trastornos relacionados con la salud mental y bajos niveles de bienestar psicológico, y que, el 5 por ciento presentaron tratamiento para problemas de salud mental.

En otra investigación, realizada por Ortiz Marimón (2017), denominada Estrategias de afrontamiento en el desarrollo de la ansiedad ante la evaluación académica en estudiantes universitarios, llevada a cabo mediante el análisis de casos clínicos y la aplicación de la Escala

de Coping modificada, hizo una comparación de los resultados de dicha aplicación con la información recabada en los casos clínicos, ante lo cual se concluyó y sugiere que, aun cuando los estudios universitarios son fuente de estrés y cambios, las instituciones de educación superior no se encuentran preparadas para abordar este fenómeno en la población estudiantil, teniendo en cuenta que no existen planes enfocados en la prevención de la problemática y en la mayoría de las ocasiones, sólo se realiza un acompañamiento psicológico cuando la intensidad y la frecuencia de la sintomatología es elevada y empieza a impactar en forma negativa en varias áreas de ajuste del individuo. Por tanto, se hace necesaria la implementación de protocolos que permitan identificar factores de riesgo, utilizando por ejemplo estrategias de afrontamiento, como variable psicológica que guíe el proceso, lo que permitiría, además, mejorar la calidad de vida de los estudiantes en el contexto académico, especialmente en la etapa de adaptación, que tiene lugar en los primeros semestres trayendo como beneficio a las universidades una tasa de permanencia más alta en los programas académicos

La doctora Guadalupe Elizabeth Morales Martínez, del Instituto de Investigaciones sobre la Universidad y la Educación de la UNAM (2023), en un artículo denominado ¿Cómo cuidar tu salud mental para tener un buen rendimiento escolar?, se propuso explicar cómo afecta la salud mental en el rendimiento escolar, apuntando que sin salud mental es difícil que un estudiante almacene información, pueda asimilar conocimientos y desarrolle habilidades, porque su pensamiento y su mente completa, al igual que todo su sistema emocional, estaría enfocado en resolver una situación conflictiva relacionada con su salud mental, en lugar de estar aprendiendo. Ella afirma que la salud mental es afectada por aspectos como: inseguridad, desesperanza, rápido cambio social, riesgos de violencia, problemas que afecten la salud física, factores y experiencias personales, interacción social, valores culturales, y experiencias familiares, escolares y laborales.

En el artículo también se dice que los trastornos mentales se originan por múltiples factores que afectan a la población sin distinción de raza, género o edad, y que éstos suelen estar vinculados con factores genéticos, psicológicos, neurológicos, ambientales o sociales, entre otros; por lo cual, su atención y tratamiento requiere de la acción de un equipo multidisciplinario (psicólogos, terapeutas, psiquiatras, médicos y trabajadores sociales), cuya finalidad sea mejorar la calidad de vida de las personas. Además se proponen algunas estrategias que pueden implementarse desde las instituciones educativas para promover una buena salud

mental en sus estudiantes, que podrían ser: crear programas de prevención, de diagnóstico y de intervención, así como se sensibilización y concientización hacia lo importante que es conservar la salud mental, física y social.

Pekrun, Goetz, Titz y Perry (2010), al aplicar un Modelo sobre cómo las emociones influyen en el aprendizaje y el rendimiento estudiantil, describen los efectos de la ansiedad (sin dejar de reconocer que otras emociones también influyen) ante los exámenes y el estado de ánimo positivo frente al negativo. Encontraron que los supuestos sobre dichas influencias implican que pueden estar mediadas (1) por mecanismos cognitivos de almacenamiento y recuperación de información, de procesamiento de la misma y de las demandas atencionales de la emoción; y (2), por mecanismos de motivación intrínseca y extrínseca para la tarea académica; se concluye que los efectos de las emociones dependen de la interacción de diferentes elementos y se asume, que los efectos netos de las emociones positivas son positivos, en la mayoría de los casos, mientras que los efectos generales de las emociones negativas pueden ser ambivalentes.

Muchos de los estudiantes de educación superior necesitan asistencia profesional para hacer frente a sus problemas psicosociales, conflictos psíquicos y trastornos mentales, consecuentemente, por lo que se ha sugerido que los servicios de atención a su salud mental deberían estar disponibles en sus universidades para atender estas necesidades (Holm-Hadulla y Koutsoukou-Argyaki, 2015). Por tanto, es importante la identificación de posibles factores de protección y de riesgo, considerando que un *factor de protección* se refiere a todas aquellas características de una persona o de su entorno que mejoran su capacidad para enfrentar la adversidad o reducen la probabilidad de desarrollar un desajuste psicosocial, incluso en presencia de factores de riesgo (Masten & Powell, 2003), como podrían ser la resiliencia, las redes de apoyo, el bienestar integral y la orientación a metas académicas; por otro lado, un *factor de riesgo* se define como todas aquellas características de una persona o de su entorno que aumentan la probabilidad de desarrollar un desajuste o desequilibrio psicosocial; es decir, son obstáculos que incrementan la vulnerabilidad en el desarrollo de la persona (Acosta & Sánchez, 2009).

Por lo que se refiere a los estilos de afrontamiento Lazarus y Folkman (1984) los clasifican como: *afrontamiento centrado en el problema*, en el que los esfuerzos mentales y conductuales alteran directamente el ambiente para solucionar el evento estresante; el *afrontamiento*

centrado en la emoción, que regula las emociones surgidas al momento; mientras que Moos y Shaefer (1986) incluyen el estilo de *afrontamiento centrado en la evaluación del problema*, el cual busca modificar el significado de una situación que es evaluada como problemática, como el análisis lógico, la redefinición y la evitación cognitivas. En los tres casos, los autores mencionan que, ante cualquier situación estresante, las personas usarán algún tipo de estilo de afrontamiento.

Un aspecto importante para efectos de cuidar y conservar la salud mental, es el establecimiento de la *diversidad funcional*, como un aspecto crucial en la comunicación humana, que es una herramienta básica que apoya la formación integral de los estudiantes, por lo que se debe estar atento a las patologías que afectan el desarrollo normal del lenguaje, el habla, el aprendizaje, la percepción (audición y visión), la deglución y la voz en los ámbitos personal, escolar, social y laboral en el que se desenvuelven los estudiantes de educación media superior y superior.

Todas las patologías enunciadas, incluidas las que se derivan de la neurodiversidad, conllevan de forma implícita la atención a la diversidad funcional; por ello, es importante hacer un análisis reflexivo acerca de este campo de conocimiento y su relación con la salud mental, considerando que, las áreas de atención que le competen a esta categoría de análisis, pudieran desencadenar la afectación de la salud socio-emocional de quienes así las padecen.

En este contexto, cabe destacar que, la OMS no utiliza el término diversidad funcional oficialmente, pero reconoce el concepto dentro de su marco de discapacidad, que se define como la interacción entre las deficiencias de una persona y las barreras del entorno que limitan su participación plena (OMS, 2001). En este sentido, la diversidad funcional es un término alternativo que se alinea con la definición de la OMS, pero pone un mayor énfasis en los derechos humanos, la inclusión y en un enfoque menos estigmatizante, considerando la diversidad de capacidades como una característica normal de las personas en la sociedad.

Desde el modelo teórico-conceptual-social, se entiende la discapacidad, ahora concebida como diversidad funcional, como un problema de origen social, al entender que la mayoría de las dificultades que encuentran las personas se hallan en el entorno social (Yáñez, 2009, en Latorre y Liesa, 2016); con base en lo anterior, cuando se hace referencia a la discapacidad o a la diversidad funcional, se habla de personas; es decir, la discapacidad así como la

diversidad funcional, implica a un cuerpo que existe, siente, piensa y actúa (Rodríguez y Ferreira, 2010). Concretamente, la *diversidad funcional*, es un concepto acuñado en el año 2005, por el humanista, activista social e inventor español, Javier Romañach Cabrero y desarrollado por la coordinadora de la sección de discapacidad de la Cátedra Norberto Bobbio de Igualdad y No Discriminación, de la Universidad Carlos III de Madrid, Agustina Palacios (Palacios & Romañach, 2006, p. 111). De esta forma, discapacidad funcional es un término que se propuso y se empezó a utilizar en el Foro de Vida Independiente, en enero de 2005, siendo un término definido como mujeres y hombres que, por motivos de la diferencia del funcionamiento de sus cuerpos, realizan las tareas habituales (desplazarse, leer, agarrar, vestirse, ir al baño, comunicarse, entre otras) de manera diferente (Romanach y Lobato, 2005, p.330).

Por su parte, la Organización de Estados Iberoamericanos (OEI, 2023), define la diversidad funcional como una alternativa al término discapacidad, que se enfoca en la idea de que las personas tienen una variedad de habilidades y capacidades, en lugar de centrarse en las limitaciones o deficiencias. Este término busca promover un enfoque más inclusivo y positivo hacia las personas que pueden tener diferentes tipos de capacidades físicas, sensoriales o cognitivas. La diversidad funcional reconoce que las personas pueden tener una amplia gama de habilidades y necesidades, y enfatiza la importancia de adaptar entornos y proporcionar apoyos para permitir la participación plena y la inclusión de todas las personas, independientemente de sus capacidades (p. 7).

De acuerdo con algunos autores, los tipos más comunes de diversidad funcional son cuatro:

- 1) Física o motora: limitaciones en el movimiento, movilidad y coordinación; es decir, problemas para desarrollar movimientos, lo que puede afectar las posibilidades de desplazamiento, el equilibrio, el uso de las manos o incluso el habla, teniendo como posibles causas problemas prenatales o durante el embarazo, y patologías posteriores vinculadas a accidentes o traumatismos;
- 2) Sensorial: dificultades visuales, que abarcan desde la ceguera (ya sea parcial o total) hasta problemas de visión de índole más leve, cuyas causas pueden ser de origen congénito o adquirido, como las cataratas y el estrabismo u otros problemas oculares; y dificultades auditivas, que pueden darse tanto en un oído (unilateral) como en los dos (bilateral) y en función del grado de pérdida de audición pueden ser profundas (como la sordera) y leves (como la hipoacusia);
- 3) Intelectual: dificultades en el aprendizaje y la adaptación social, que considera a las personas con una capacidad más lenta que la media

poblacional, para aprender habilidades sociales e intelectuales con las cuales actuar en diferentes situaciones y considera no sólo las características de la persona, sino también la influencia del entorno; y 4) Múltiple: afectación en más de un sistema funcional, que abarca necesidades en más de dos sistemas y contempla la suma de alteraciones, así como el nivel de desarrollo de la persona y sus posibilidades comunicativas, sociales y de aprendizaje.

Desde la perspectiva teórica descrita, la salud mental conlleva tomar en cuenta el bienestar físico, emocional, psíquico y social de las personas; pero también, la forma en que reaccionan al entorno que les rodea y cómo se integran socialmente. Lo anterior implica una serie de procesos personales, escolares y sociales que deben abordarse de manera consciente, para así afrontar las tensiones normales de la vida y funcionar efectivamente en el ámbito en el que se desenvuelven las personas.

Partiendo de los componentes históricos, socio-económicos, culturales, biológicos y psicológicos que determinan la salud mental, es importante reconocer la ambivalencia de aspectos como la salud mental funcional y la salud mental deficitaria, los trastornos mentales asociados al neurodesarrollo y los derivados de las interacciones sociales e interpersonales; los factores de protección y los factores de riesgo; los estilos de afrontamiento (centrado en el problema, centrado en la emoción y centrado en la evaluación del problema); y los tipos de diversidad funcional (física o motora, sensorial, intelectual y múltiple), todo ello con la finalidad de plantear las mejores alternativas de apoyo para preservar y conservar la salud mental de las personas.

IV. DECLARACIÓN FILOSÓFICA, VALORAL Y DE OBJETIVOS

La puesta en marcha del Programa Universitario de Atención a la Salud Mental y a la Diversidad Funcional, parte de la declaración de la misión y la visión, como elementos que configuran la realidad presente y futura acerca de la salud mental de los universitarios; también se adopta una serie de valores institucionales derivados de las políticas internas de la Universidad y sus unidades académicas; finalmente, se establecen los objetivos del Programa, uno general y los específicos de cada una de sus etapas o fases de implementación.

MISIÓN

Como una institución pública, autónoma, laica e incluyente, orientada a transformar a la sociedad mediante la formación integral de educación media superior y superior, investigadores, creadores y ciudadanos socialmente responsables, promoviendo la investigación científica y la innovación del conocimiento, así como la vinculación y la extensión universitaria, se propone atender la salud mental de la comunidad universitaria, a partir del diagnóstico oportuno, la prevención e intervención pertinente y el seguimiento y la evaluación continua, para la preservación del bienestar emocional y social de sus integrantes, que redunde en un mejor desempeño académico o laboral, la sana convivencia y la calidad de vida.

VISIÓN

Ser una universidad líder en la formación integral de profesionales destacados en su disciplina con alto sentido de responsabilidad social, excelencia académica, innovación científica, pensamiento crítico y ético, así como, lograr en el mediano y largo plazos que la UJED sea una universidad saludable, con una comunidad universitaria proactiva y con mayor sensibilización, conciencia, compromiso y actuación hacia el cuidado y la preservación de la salud mental y la calidad de vida de sus integrantes.

PRINCIPIOS Y VALORES

- **Inclusión.** Crea ambientes donde todas las personas se sienten valoradas, respetadas y tienen la oportunidad de participar plenamente, independientemente de sus diferencias o capacidades.

- **Diversidad.** Reconoce y valora las diferencias entre personas y grupos en aspectos como origen étnico, cultural, socioeconómico, religioso, de género, capacidades y perspectivas de vida.
- **Equidad.** Garantiza que cada una de las personas tengan acceso a las mismas oportunidades, considerando sus circunstancias particulares y necesidades específicas para la disminución de brechas o rezagos.
- **Interculturalidad.** Promueve una interacción respetuosa y enriquecedora entre diferentes culturas, promoviendo el diálogo, el intercambio y el aprendizaje mutuo desde la diversidad cultural.
- **Empatía.** Comprende y comparte los sentimientos y las perspectivas de otras personas, si estuviera en la misma situación y está abierto a la comunicación, las relaciones interpersonales y el aprendizaje colaborativo, con respeto y tolerancia.
- **Solidaridad.** Promueve el apoyo mutuo y colaboración entre personas o grupos, especialmente en situaciones de necesidad, promoviendo el bien común y la ayuda desinteresada.
- **Respeto.** Reconoce y valora la dignidad, derechos y diferencias de las personas, manifestándose en trato cortés, consideración y tolerancia hacia otros.
- **Cultura de paz.** Promueve espacios académicos libres de violencia, donde el diálogo respetuoso, la mediación y la resolución pacífica de conflictos caracterizan las relaciones entre individuos y grupos sociales.

OBJETIVOS

Para el desarrollo del Programa se establecen dos niveles de objetivos; uno general, que presenta el contenido general y dos específicos, por cada una de las etapas o fases programadas, a saber: 1) evaluación diagnóstica, 2) promoción y prevención, 3) atención e intervención, y 4) seguimiento y evaluación.

OBJETIVO GENERAL

Contribuir al bienestar emocional, psicológico, cognitivo, social y de diversidad funcional de la comunidad universitaria, a través de un Programa de Atención a la Salud Mental y a la Diversidad Funcional, que contribuya al mejoramiento de la formación académica, la eficiencia terminal y el desempeño profesional y laboral, así como a la convivencia armónica y la calidad de vida de estudiantes, académicos y personal administrativo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Etapas 1. Evaluación diagnóstica

- Construir una estructura orgánica que incluya representación de todas las unidades académicas de la UJED, encargada de dar seguimiento a los resultados de la evaluación diagnóstica de la salud mental y a la diversidad funcional de los integrantes de la comunidad universitaria, así como de la implementación del Programa Universitario de Atención a la Salud Mental, a fin de garantizar su viabilidad y sostenibilidad.
- Establecer un perfil de salud mental y diversidad funcional de la comunidad universitaria, a través de una evaluación diagnóstica censal dirigida, que permita la identificación temprana de factores de riesgo y necesidades de apoyo.

Etapas 2. Promoción y prevención

- Realizar acciones de promoción, divulgación y difusión acerca de la prevención y el cuidado de la salud mental de la comunidad universitaria, con base en los resultados de la evaluación diagnóstica.
- Fomentar una cultura de impulso a la salud mental de la comunidad universitaria, mediante acciones de sensibilización, concientización y compromiso acerca de la importancia de su cuidado, para un mejor manejo de las emociones, las relaciones y el fomento de entornos educativos saludables.

Etapas 3. Atención e Intervención

- Integrar un expediente digital de cada uno de los integrantes de la comunidad universitaria, que incluya los resultados obtenidos en la evaluación diagnóstica y que se encuentre al alcance de la Unidad Académica correspondiente, para que tomen decisiones informadas en tanto a la atención y canalización de quien así lo requiera, para asegurar el cuidado y la preservación de la salud mental y la diversidad funcional.
- Promover en la comunidad universitaria una cultura de inclusión y atención a la salud mental y la diversidad funcional, que atienda tanto los aspectos emocionales, psicológicos y sociales, a partir de los resultados de la evaluación diagnóstica y las evaluaciones focalizadas que se requieran.

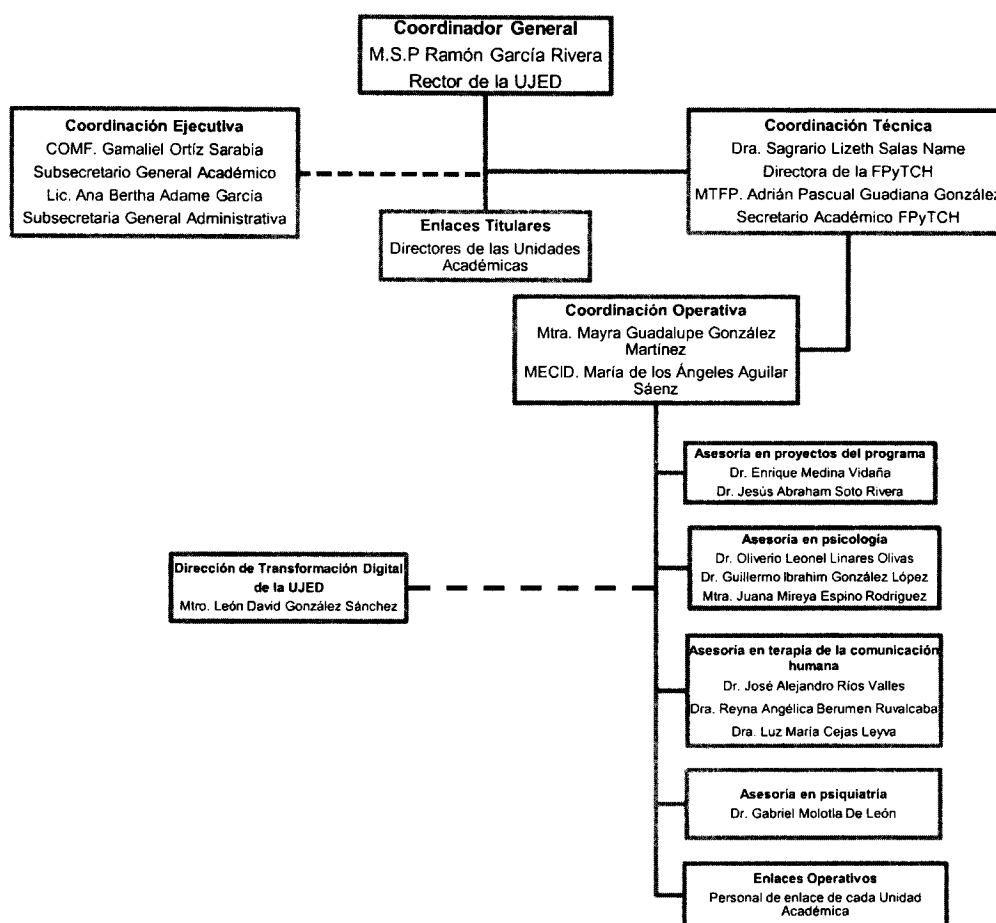
Etapas 4. Seguimiento y Evaluación

- Implementar estrategias de capacitación a los enlaces institucionales, para la detección, atención y canalización, en su caso, de las necesidades resultantes de la evaluación diagnóstica, a fin de que se mitiguen los factores de riesgo y se promueva la salud mental y de diversidad funcional de la comunidad universitaria.
- Establecer un sistema de monitoreo y un sistema integral de atención, para la ampliación de los servicios de salud mental, diversidad funcional y desarrollo humano de la comunidad universitaria, con un enfoque de equidad, inclusión y derechos humanos, que apoyen el bienestar físico, mental y emocional de sus integrantes.

V. ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL

Para la implementación del Programa se ha establecido una forma de organización que parte de la Rectoría de la Universidad Juárez del Estado de Durango, la Subsecretaría General Académica, Subsecretaría General Administrativa y la Dirección de la Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana, hasta los enlaces titulares y operativos de todas las Unidades Académicas de la Universidad, quienes en conjunto harán posible el logro de los objetivos previstos.

Figura 1. Estructura organizacional del programa

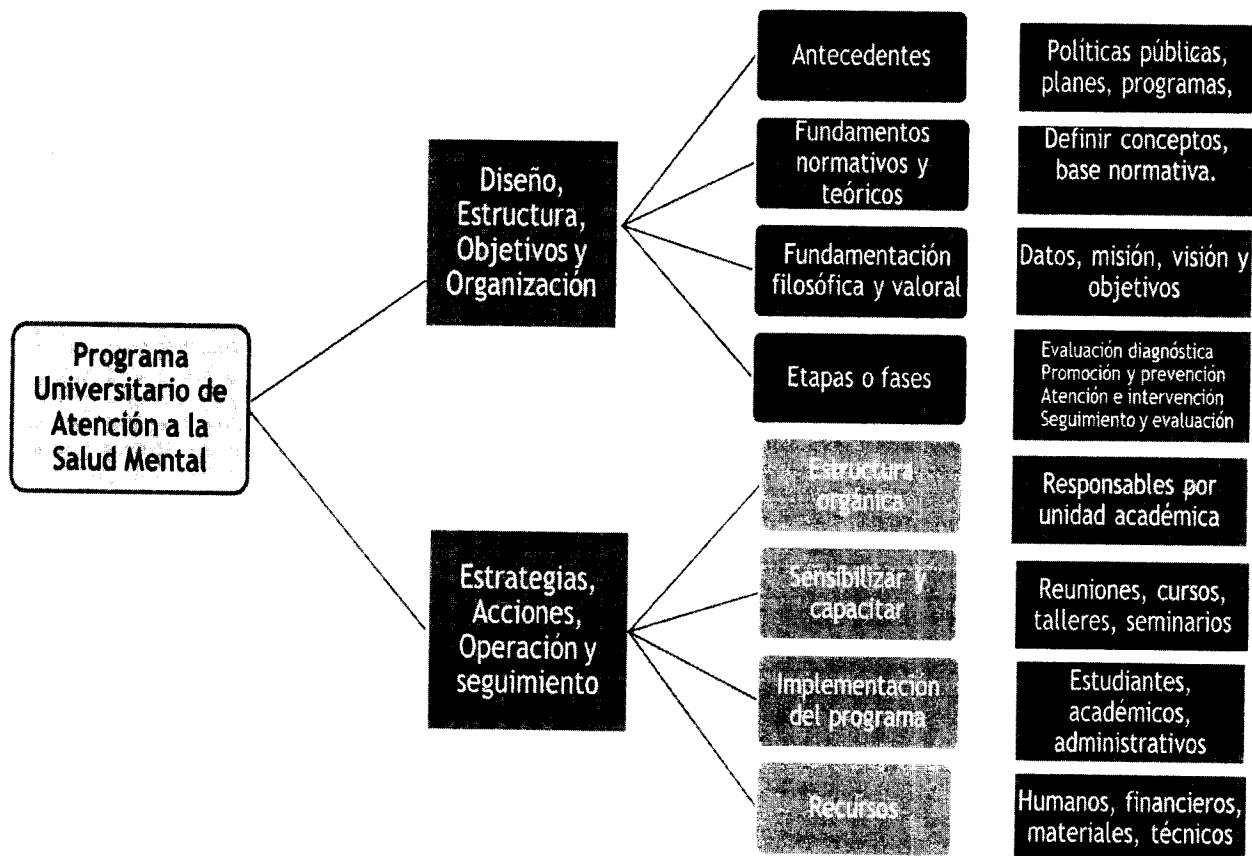


Elaboración propia. Comité de Diseño del Programa

VI. ESTRUCTURA DEL PROGRAMA

Para el diseño, la organización, la implementación, el seguimiento y la evaluación del programa se propuso un esquema en el que se representan los momentos que secuencian su origen, desarrollo y aplicación permanente.

Figura 2. Esquema de secuenciación de los momentos del Programa



Elaboración propia. Comité de Diseño del Programa

VII. DESCRIPCIÓN DE LAS ETAPAS O FASES DEL PROGRAMA

Figura 3. Alineación de las etapas del Programa con el PDI-UJED 2025-2030

Etapas del Programa



Elaboración propia. Comité de Diseño del Programa

Etapa preparatoria. Diseñar el Programa a partir de la identificación de las necesidades, problemas y determinantes de la salud mental (aspectos biológicos, psicológicos, socioeconómicos, del entorno) de la comunidad universitaria; definir objetivos claros, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos determinados; diseñar las estrategias, actividades, cronogramas, presupuestos y responsabilidades, así como los indicadores de éxito y los métodos de evaluación; y, desarrollar estrategias para asegurar la participación de todos los universitarios (estudiantes, académicos y personal administrativo y de apoyo), la financiación continua y el apoyo institucional (Rectoría y dirección de las unidades académicas), más allá de la duración inicial del programa.

Etapa 1. Evaluación diagnóstica. Comprender el problema y diseñar una solución adecuada; definir claramente el desafío de salud mental que se abordará y la población objetivo; recopilar datos (cuestionarios, encuestas, entrevistas, estadísticas locales) para diagnosticar y entender la magnitud del problema, la identificación temprana de factores de riesgo y necesidades de

apoyo, las brechas en los servicios existentes y los recursos disponibles en la comunidad; establecer un perfil de salud mental y diversidad funcional de la comunidad universitaria y obtener el apoyo de la Rectoría y de las autoridades de las unidades académicas para garantizar la viabilidad y sostenibilidad del programa.

Etapas 2. Promoción y prevención. Iniciar las actividades de promoción, divulgación y difusión planificadas acerca de la salud mental y la diversidad funcional, implementando talleres, cursos, conferencias, líneas de ayuda, y campañas de sensibilización, concienciación y compromiso acerca de la importancia de su cuidado y preservación, a través de la radio, la televisión y las redes sociales de la Universidad y las unidades académicas; informar a la comunidad objetivo y a las partes interesadas sobre el programa y cómo acceder a él; idear las acciones específicas y las intervenciones psicológicas/psicosociales necesarias para atender a la población diagnosticada con algún factor de riesgo; capacitar al personal de las unidades académicas para que pueda brindar una atención y canalización adecuada, según se requiera; asegurar la participación activa de la comunidad universitaria en el Programa, a fin de reducir la aparición o prevalencia de trastornos mentales o físicos y problemas de salud mental.

Etapas 3. Atención e Intervención. Integrar un expediente digital de cada uno de los integrantes de la comunidad universitaria, que incluya los resultados obtenidos en la evaluación diagnóstica; brindar servicios de atención y/o intervención a personas con trastornos mentales, neurológicos y de diversidad funcional, diagnosticados específicamente; garantizar que los tratamientos y sesiones de terapia sean accesibles para toda la población objetivo, sin importar su situación o condición; atender o intervenir tanto en los aspectos emocionales, psicológicos y sociales; asegurar que el personal de las unidades académicas esté capacitado ante situaciones de riesgo o de crisis, desde la detección, atención y canalización de personas con necesidades o trastornos diagnosticados o no; disponer de los materiales y la financiación necesaria para la operación del Programa y cuidar que se utilicen eficazmente.

Etapas 4. Seguimiento y Evaluación. Monitorear, supervisar y dar seguimiento a las actividades que se realicen en el Programa, para asegurar que se desarrollen según lo planeado y realizar los ajustes que sean necesarios; recoger de manera sistemática datos sobre los indicadores definidos en la fase de planificación; comparar los resultados obtenidos

con los objetivos establecidos para determinar si el Programa está logrando su propósito; analizar qué funcionó bien y qué no, y por qué; registrar los éxitos, los desafíos y las mejores prácticas como base para futuros programas o proyectos; comunicar los hallazgos a las autoridades y a la comunidad universitaria y utilizar la retroalimentación para sustentar decisiones futuras; establecer un sistema de monitoreo y un sistema integral de atención, para la ampliación de los servicios de salud mental, diversidad funcional y desarrollo humano; e integrar la salud mental como parte del sistema de atención general en la Universidad para desestigmatizar y normalizar el cuidado de la salud mental y la diversidad funcional.

VIII. PERFIL DESEADO PARA LOS ENLACES OPERATIVOS DEL PROGRAMA

El Enlace Operativo de cada una de las Unidades Académicas de la Universidad será una pieza clave, tanto en la ejecución como en el éxito del Programa Universitario de Atención a la Salud Mental y a la Diversidad Funcional, ya que será el encargado de socializar la información sobre el programa en su Unidad Académica, asegurarse del cumplimiento de las actividades previstas para cada una de las etapas; además recibirá los resultados obtenidos de las evaluaciones diagnósticas que se realicen, a fin de que pueda afrontar situaciones de riesgo o de crisis, desde la detección, atención y canalización de personas con necesidades o trastornos diagnosticados ya sea de salud mental o diversidad funcional.

Escolaridad: licenciatura en psicología, terapia de la comunicación humana, trabajo social, medicina, enfermería o alguna afín.

Antigüedad: mínima de dos años en la Unidad Académica.

Funciones a realizar:

- Ser el contacto directo con la Coordinación Operativa del Programa.
- Generar las condiciones necesarias, en conjunto con los directivos, para que en su Unidad Académica se asegure la adecuada implementación del Programa Universitario de Atención a la Salud Mental y a la Diversidad Funcional.
- Asistir a las reuniones y/o capacitaciones que la Coordinación Operativa del programa le solicite.
- Identificar casos de factores de riesgo de salud mental o diversidad funcional existentes en la Unidad Académica.
- Diseñar acciones propias de la Unidad Académica para difundir y promover la cultura de salud mental y de inclusión a la diversidad funcional en conjunto con la Coordinación Operativa.
- Dar seguimiento a las sugerencias e indicaciones planteadas para el manejo de los resultados de las evaluaciones diagnósticas.
- Canalizar a atención especializada a los casos de riesgo detectados en la fase de diagnóstico focalizado.
- Monitorear y dar seguimiento cercano a los casos de riesgo derivados a la atención especializada fuera de la Unidad Académica.

- Mantener actualizada la información estadística sobre los datos recabados en el diagnóstico y los resultantes de las actividades previstas en cada etapa del Programa.
- Integrar y presentar informes periódicos acerca del estado que guarda la operación del Programa en su Unidad Académica.
- Reportar de manera periódica a la Coordinación Operativa cualquier situación que prevalezca durante el tiempo en el que se lleve a cabo el Programa.
- Integrar el expediente individual de la comunidad de su Unidad Académica respectiva, así como el cuidado y resguardo del mismo.

Figura 4. Unidades académicas en las que habrá enlaces titulares y operativos para la implementación, seguimiento y evaluación del Programa

UNIDADES ACADÉMICAS DE LA UJED	
Escuelas de educación media superior	<ol style="list-style-type: none"> 1. Preparatoria Diurna 2. Preparatoria Nocturna 3. Colegio de Ciencias y Humanidades 4. Escuela de Ciencias y Tecnología
Facultades	<ol style="list-style-type: none"> 5. Facultad de Ciencias Forestales y Ambientales 6. Facultad de Ciencias Exactas 7. Facultad de Economía, Contaduría y Administración 8. Facultad de Ciencias Químicas 9. Facultad de Derecho y Ciencias Políticas 10. Facultad de Trabajo Social 11. Facultad de Lenguas 12. Facultad de Ciencias de la Cultura Física y Deporte 13. Facultad de Enfermería y Obstetricia 14. Facultad de Medicina y Nutrición 15. Facultad de Odontología 16. Facultad de Psicología y Terapia de la Comunicación Humana 17. Facultad de Medicina, Veterinaria y Zootecnia
Escuelas de educación superior	<ol style="list-style-type: none"> 18. Escuela de Pintura, Escultura y Artesanías 19. Escuela Superior de Música
Institutos	<ol style="list-style-type: none"> 20. Instituto de Bellas Artes 21. Instituto de Ciencias Sociales 22. Instituto de Investigación Científica "Dr. Roberto Rivera Damm" 23. Instituto de Investigaciones Históricas 24. Instituto de Investigaciones Jurídicas 25. Instituto de Silvicultura e Industrias de la Madera
Unidades Académicas en la Región Laguna de Durango	<ol style="list-style-type: none"> 26. Facultad de Agricultura y Zootecnia 27. Facultad de Ciencias Biológicas 28. Facultad de Ciencias Químicas 29. Facultad de Lenguas extensión Gómez Palacio 30. Facultad de Ciencias de la Salud 31. Facultad de Ingeniería, Ciencias y Arquitectura

Elaboración propia. Comité de Diseño del Programa

IX. ACCIONES/ACTIVIDADES, INDICADORES Y MEDIOS DE VERIFICACIÓN EN LAS ETAPAS DEL PROGRAMA

Para la Universidad, la salud mental es clave, al considerarla esencial para el desarrollo integral, a la par que refuerza su modelo de una educación verdaderamente humana y sostenible; por ello, en un esfuerzo por mantener la cercanía con el desarrollo de la comunidad universitaria y con la visión de atender las necesidades socioemocionales, psicosociales y de diversidad funcional, en todas las unidades académicas y administrativas se atenderán los retos y dificultades que enfrentan estudiantes, docentes, investigadores y personal administrativo y de apoyo en su bienestar emocional y físico, promoviendo espacios seguros, confidenciales y libres de estigmas, en donde se fomente el autocuidado y la resiliencia.

Uno de los principales obstáculos para la adopción de conductas de autocuidado es el estigma asociado a los problemas de salud mental y de diversidad funcional, el cual se manifiesta en actitudes de rechazo, miedo o indiferencia, tanto hacia las personas que buscan ayuda como hacia la idea misma del cuidado psicológico; de esta manera, el estigma opera como una barrera cultural y simbólica que inhibe la atención temprana, la empatía y la apertura al diálogo sobre bienestar emocional.

En función de lo anterior, el propósito es promover y desarrollar actitudes, estrategias y conductas encaminadas al cuidado del bienestar personal y del colectivo universitario, con la finalidad de mejorar la calidad de vida de todos los actores universitarios: alumnos, docentes y trabajadores, al menos en dos líneas de acción: 1) bajo un enfoque de psicología social de la salud, se ubicarán y aprovecharán los recursos y actores ya existentes en la Universidad, para identificar e intervenir en aquellas áreas de mejora, pero también, en la optimización de los recursos de los que ya se dispone; y 2) bajo un enfoque basado en evidencias, se propondrán actividades en diversos niveles, para promover el desarrollo de acciones integrales de todas las unidades académicas y administrativas y de redes externas para, en conjunto, evaluar, prevenir y en su caso intervenir a población en riesgo que requiera de atención especializada. Adicionalmente, el marco de estas acciones puede seguir dos rutas: 1) se enfocará en presentar argumentos basados en evidencia científica y testimonios racionales que conecten el autocuidado con bienestar, productividad y salud integral; y 2) se hará uso de narrativas emocionales, de líderes de opinión, y de mensajes visuales positivos, que generen identificación y disminuyan el rechazo inicial que podría presentarse a la implementación del Programa.

Específicamente, a partir de la evaluación diagnóstica llevada a cabo, de manera adicional a lo propuesto en el Programa, cada Unidad Académica o Administrativa de la Universidad diseñará e implementará acciones específicas y contextualizadas para su entorno, de acuerdo con los hallazgos y necesidades particulares identificadas. Este enfoque diferenciado permitirá responder con pertinencia a las condiciones psicosociales propias de cada comunidad, optimizando los recursos y favoreciendo intervenciones más efectivas, preventivas y sostenibles en materia de bienestar, salud mental y diversidad funcional.

En este apartado se consignan las acciones y actividades previstas inicialmente para cada una de las etapas del Programa, considerando una etapa inicial preparatoria, así como cuatro etapas para su implementación. Se consignan también los indicadores previstos para cada acción o actividad, así como los medios de verificación, que permitirán una valoración continua de la aplicación del programa.

Figura 5. Acciones, indicadores y medios de verificación para cada una de las etapas del Programa.

ETAPAS	DESCRIPCIÓN	ACCIONES/ ACTIVIDADES	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN
PREPARATORIA	Diseñar el Programa a partir de la identificación de las necesidades, problemas y determinantes de la salud mental (aspectos biológicos, psicológicos, socioeconómicos, del entorno) de la comunidad universitaria; definir objetivos claros, medibles, alcanzables, relevantes y con plazos determinados; diseñar las estrategias, actividades, cronogramas, presupuestos y responsabilidades, así como los indicadores de éxito y los métodos de evaluación; y, desarrollar estrategias para asegurar la participación de todos los universitarios (estudiantes, académicos y personal administrativo y de apoyo), la financiación continua y el apoyo institucional (Rectoría y dirección de las unidades académicas), más allá de la duración inicial del programa	<ul style="list-style-type: none"> - Diseño del programa - Establecimiento de objetivos - Descripción de las fases o etapas del Programa - Diseño de instrumentos de diagnóstico - Jueceo y pilotaje de los instrumentos de diagnóstico - Validación de los instrumentos de diagnóstico - Sistematización de los instrumentos de diagnóstico - Presentación y aprobación del Programa ante la H. Junta Directiva 	<ul style="list-style-type: none"> - Programa elaborado - Instrumento de evaluación diagnóstica integrado - Dictamen de aprobación de la H. Junta Directiva 	<ul style="list-style-type: none"> - Programa editado - Escala de evaluación diagnóstica editada - Presentación ante la H. Junta Directiva editada - Dictamen de la H. Junta Directiva impreso

1. EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA	<p>Comprender el problema y diseñar una solución adecuada; definir claramente el desafío de salud mental que se abordará y la población objetivo; recopilar datos (cuestionarios, encuestas, entrevistas, estadísticas locales) para diagnosticar y entender la magnitud del problema, la identificación temprana de factores de riesgo y necesidades de apoyo, las brechas en los servicios existentes y los recursos disponibles en la comunidad; establecer un perfil de salud mental y diversidad funcional de la comunidad universitaria y obtener el apoyo de la Rectoría y de las autoridades de las unidades académicas para garantizar la viabilidad y sostenibilidad del programa</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Aplicación del instrumento de evaluación diagnóstica general inicial - Análisis de resultados obtenidos - Informe de resultados a la Rectoría y a las Unidades Académicas - Presentación de resultados preliminares de la aplicación del instrumento de diagnóstico ante la H. Junta Directiva de la Universidad. - Análisis de casos de riesgo identificados en el diagnóstico - Integración de perfil de salud mental y diversidad funcional 	<ul style="list-style-type: none"> - Resultados de la evaluación diagnóstica inicial presentados - Número de maestros - Número de administrativos - Número de estudiantes - Casos de riesgo detectados - Perfil de salud mental y discapacidad funcional integrado 	<ul style="list-style-type: none"> - Informe de resultados impreso - Casos de riesgo identificados por Unidad Académica - Perfil de salud mental y discapacidad funcional integrado por Unidad Académica
---------------------------	---	---	--	---

2: PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN	<p>Iniciar las actividades de promoción, divulgación y difusión planificadas acerca de la salud mental y la diversidad funcional, implementando talleres, cursos, conferencias, líneas de ayuda, y campañas de sensibilización, concienciación y compromiso acerca de la importancia de su cuidado y preservación, a través de la radio, la televisión y las redes sociales de la Universidad y las unidades académicas; informar a la comunidad objetivo y a las partes interesadas sobre el programa y cómo acceder a él; idear las acciones específicas y las intervenciones psicológicas/psicosociales necesarias para atender a la población diagnosticada con algún factor de riesgo; capacitar al personal de las unidades académicas para que pueda brindar una atención y canalización adecuada, según se requiera; asegurar la participación activa de la comunidad universitaria en el Programa, a fin de reducir la aparición o prevalencia de trastornos mentales o físicos y problemas de salud mental</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Diseño de materiales de promoción y difusión - Realización de talleres de capacitación - Realización de cursos de capacitación - Realización de conferencias de difusión - Establecimiento de línea telefónica de ayuda - Trasmisión de programa semanal de radio - Trasmisión de programa semanal de televisión - Promoción, difusión y divulgación en redes sociales - Diseño de intervenciones psicológicas y psicosociales - Diseño y promoción de una página web informativa e interactiva - Campaña de sensibilización y concientización, a través de la psicoeducación, sobre la diversidad funcional - Impartición de cursos con valor curricular al personal académico, sobre estrategias metodológicas innovadoras, dinámicas y diversificadas, para fortalecer los procesos educativos. - Visitas de promoción y prevención a las Unidades Académicas 	<ul style="list-style-type: none"> - Número de materiales diseñados - Número de acciones de promoción realizadas - Número de talleres, cursos y conferencias realizadas - Número de asistentes a los talleres, cursos y conferencias realizadas - Número de programas de radio transmitidos - Número de programas de televisión transmitidos - Número de intervenciones diseñadas - Página web en funciones - Campañas realizadas - Cursos impartidos - Número de visitas realizadas 	<ul style="list-style-type: none"> - Materiales impresos - Fotos de las acciones - Programa de los talleres - Programa de los cursos - Programa de las conferencias - Guion de los programas de radio - Guion de los programas de televisión - Formatos de intervención - Mensajes transmitidos en redes sociales impresos - Mensajes transmitidos en la página web - Materiales entregados en las visitas
<p>Con las acciones de esta etapa se pretende empoderar a la comunidad universitaria, modificando sus actitudes hacia la salud mental y la diversidad funcional, mediante procesos comunicativos, educativos y experienciales que permitan redefinir las representaciones sociales del estigma y anclar nuevas prácticas de autocuidado en la vida cotidiana; para ello, no basta con transmitir información sobre la importancia del autocuidado, sino reconfigurar el significado social de la salud mental, pasando del paradigma del débil o enfermo, hacia uno de fortaleza, prevención y agencia personal.</p> <p>De manera específica y prácticamente inmediata, para favorecer el cambio de actitudes y propiciar procesos de anclaje y objetivación, los canales que inicialmente se podrán utilizar, son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Radio UJED: desarrollo de cápsulas, foros de discusión, programas de: salud mental y resiliencia. 2) TV UJED: presentación de cápsulas, documentales y programas de: salud mental y resiliencia. 3) Difusión y promoción a través de las redes sociales y los diferentes medios de comunicación. 4) Canal de YouTube y Spotify: desarrollo de podcast y encuentro de experiencias con actores clave, así como el testimonio de personas con historias de éxito en el uso de servicios de salud mental. 5) Página Web de la salud mental y la discapacidad funcional: documentos, chats, información oficial, ligas de interés. 6) Línea telefónica de ayuda: con asesoramiento psicológico y terapéutico continuo. 7) Desarrollo de material digital auditivo y visual como campañas visuales accesibles con códigos QR en todos los campus y unidades académicas, testimonios de figuras públicas o pares. 				

3. ATENCIÓN E INTERVENCIÓN	<p>Integrar un expediente digital de cada uno de los miembros de la comunidad universitaria, que incluya los resultados obtenidos en la evaluación diagnóstica; brindar servicios de atención y/o intervención a personas con trastornos mentales, neurológicos y de diversidad funcional, diagnosticados específicamente; garantizar que los tratamientos y sesiones de terapia sean accesibles para toda la población objetivo, sin importar su situación o condición; atender o intervenir tanto en los aspectos emocionales, psicológicos y sociales; asegurar que el personal de las unidades académicas esté capacitado ante situaciones de riesgo o de crisis, desde la detección, atención y canalización de personas con necesidades o trastornos diagnosticados o no; establecer un sistema integral de atención, para la ampliación de los servicios de salud mental, diversidad funcional y desarrollo humano; disponer de los materiales y la financiación necesaria para la operación del Programa y cuidar que se utilicen eficazmente.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Integración de expedientes digitales por Unidad Académica - Integración de listados de personas en situación de riesgo por Unidad Académica - Diseño de guías prácticas y protocolos de intervención en crisis - Capacitación del personal de las unidades académicas para afrontar situaciones de crisis - Diseño de guías prácticas y protocolos para la canalización de atención e intervención terapéutica - Establecimiento de convenios para atención terapéutica de personas en riesgo, en instituciones de salud y privadas - Integración de red de referencia externa para la derivación a servicios de atención a la salud mental o de diversidad funcional a instituciones especializadas - Capacitar a los tutores en su rol como facilitadores de entornos seguros, inclusivos y empáticos, capaces de identificar señales de malestar y articular respuestas coordinadas con el Programa - Elaboración de un programa integral de atención 	<ul style="list-style-type: none"> - Número de expedientes integrados - Número de alumnos, académicos y administrativos en situaciones de riesgo - Número de protocolos diseñados - Número de personas capacitadas - Número de protocolos de canalización diseñados - Número de convenios establecidos - Directorio de instituciones en convenio - Número de personas atendidas en los servicios convenido - Red de referencia integrada - Tutores capacitados - Programa elaborado 	<ul style="list-style-type: none"> - Estadísticas elaboradas - Listados impresos - Formato de protocolos de intervención impreso - Programa de capacitación impreso - Formato de protocolos de canalización impreso - Formatos de convenios firmados - Directorio de instituciones impreso - Estadística de personas atendidas en convenio - Programa editado
<p>Para esta etapa se consideran los hallazgos de la evaluación diagnóstica inicial, en la cual se identificaron indicadores de riesgo asociados a conductas suicidas, consumo de sustancias y dificultades en las habilidades socioemocionales y de la diversidad funcional; los resultados evidencian la necesidad de implementar estrategias focalizadas de intervención y acompañamiento psicosocial y funcional, que aborden estas problemáticas de manera preventiva, integral y con base en evidencia científica.</p> <p>Las acciones inmediatas que se proponen son:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Atención inmediata a integrantes de la comunidad universitaria identificados como casos de riesgo. 2) Desarrollar la estrategia Guardianes, con actores de la comunidad universitaria, capacitados y habilitados en psicoeducación, identificación y atención a personas con algún nivel de riesgo suicida. 3) Diseño de protocolos de intervención en crisis y diseño de protocolos para la canalización de atención e intervención terapéutica. 4) Implementación de cursos y/o talleres en diversas modalidades pedagógicas para el desarrollo de habilidades socioemocionales y relacionales (regulación emocional), prevención en el consumo de sustancias, prevención de la violencia, ciudadanía y paz social, y atención a la diversidad funcional. 5) Diseño de un sistema de monitoreo, supervisión y seguimiento de las actividades del Programa 				

4. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN	<p>Monitorear, supervisar y dar seguimiento a las actividades que se realicen en el Programa, para asegurar que se desarrollen según lo planeado y realizar los ajustes que sean necesarios; recoger de manera sistemática datos sobre los indicadores definidos en la fase de planificación; comparar los resultados obtenidos con los objetivos establecidos para determinar si el Programa está logrando su propósito; analizar qué funcionó bien y qué no, y por qué; registrar los éxitos, los desafíos y las mejores prácticas como base para futuros programas o proyectos; comunicar los hallazgos a las autoridades y a la comunidad universitaria y utilizar la retroalimentación para sustentar decisiones futuras; establecer un sistema de monitoreo, seguimiento y evaluación del Programa; e integrar la salud mental como parte del sistema de atención general en la Universidad para desestigmatizar y normalizar el cuidado de la salud mental y la diversidad funcional.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Recolección de datos del avance de las etapas - Comparación de resultados (indicadores) contra objetivos - Realizar un análisis de éxitos y desafíos - Comunicación de los resultados parciales del programa - Desarrollo de encuestas adaptadas con versiones para estudiantes, docentes y administrativos - Análisis de las correcciones y cambios necesarios. - Generación de espacios de supervisión y autocuidado para tutores y enlaces operativos del Programa - Retroalimentación del programa por parte de los enlaces y la Coordinación Operativa 	<ul style="list-style-type: none"> - Sistema integrado - Estadística elaborada - Comparación realizada - Análisis realizado - Acciones de supervisión y cuidado de tutores y enlaces operativos - Comunicación anual - Encuestas adaptadas - Comunicación trianual - Correcciones realizadas - comunicación sexenal - retroalimentación anual, trianual y sexenal 	<ul style="list-style-type: none"> - Sistema digital activo - Estadística impresa - Comparación impresa - Análisis impreso - Ejemplares de los documentos de las comunicaciones - Ejemplares de los documentos de retroalimentación
-----------------------------	--	--	--	---

Los enlaces operativos institucionales de cada Unidad Académico o Administrativa son el contacto inicial de los usuarios del Programa, por lo que requieren de apoyo y capacitación constante; además, los tutores académicos son actores estratégicos en la detección temprana, la contención emocional y la orientación oportuna dentro de la vida universitaria. En ambos casos, se espera de ellos una respuesta ética, oportuna y articulada con los servicios especializados.

Para ellos, se propone inicialmente:

- 1) Círculos de reflexión, supervisión grupal y acceso a apoyo psicológico, promoviendo su resiliencia y evitando el agotamiento profesional (Burnout).
- 2) Identificación de situaciones de riesgo y adecuada toma de decisiones, con apego a la ética y el cuidado.
- 3) Actividades de autocuidado y de cuidado comunitario con metodologías de defusing, para prevenir o intervenir en algún nivel de desgaste por empatía o ideación suicida.
- 4) Evaluación permanente y supervisión clínica o psicoterapia.

Elaboración propia. Comité de Diseño del Programa

X. RECURSOS PARA LA IMPLEMENTACIÓN DEL PROGRAMA

Para la implementación y operación del programa, la UJED cuenta con una riqueza y variedad de recursos en sus distintas Unidades Académicas, por lo que será necesaria la comunicación, la colaboración y le intercambio entre todas ellas, para llevar a cabo la realización de las acciones y actividades previstas en el programa.

Recursos humanos. En cada Unidad Académica, el director o directora es el Enlace Titular ante la Coordinación Ejecutiva y la Coordinación Técnica del Programa y designa al o los Enlaces Operativos ante la Coordinación del Programa, cuidando en lo posible el perfil deseable para dichos enlaces. Adicionalmente, en cada Unidad Académica se habrán de identificar perfiles expertos que puedan colaborar, previo acuerdo establecido entre las autoridades universitarias, en el desarrollo de las acciones y actividades del Programa, en cada una de sus etapas. Adicionalmente, se podrán establecer convenios con instituciones específicas, para algunas acciones y actividades de mayor especialización que demande el Programa.

Recursos técnicos. En la Universidad se cuenta con recursos técnicos que pueden apoyar en cada una de las etapas del Programa, como es el caso del personal de la Dirección de Transformación Digital, de la Dirección de Comunicación Social, de la Dirección de Vinculación y desarrollo empresarial, de Radio UJED, TV UJED, del área editorial, de los institutos de investigación, de la Biblioteca Central, entre otras dependencias y unidades académicas. Adicionalmente, se podrán contratar expertos y establecer convenios con instituciones específicas, para algunas acciones y actividades de mayor especialización que demande el Programa.

Recursos materiales. Las acciones y actividades que requieran recursos materiales serán definidas por la Coordinación Operativa, en acuerdo con los Enlaces Operativos de las Unidades Académicas, quienes en su caso, podrán gestionar el apoyo de recursos propios de las unidades de procedencia, o en su caso, hacer la gestión pertinente ante la Subsecretaría General Administrativa de la Universidad

Recursos financieros. Para la ejecución del Programa se prevé la necesidad de recursos económicos, para la realización de algunas acciones y actividades, los cuales podrán provenir

de los recursos propios de las unidades académicas o del presupuesto general de la Universidad. En todo caso se podrán hacer gestiones ante instancias y dependencias externas, gubernamentales y no gubernamentales, para conseguir apoyos destinados al Programa.

XI. SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

El seguimiento y la evaluación del Programa durante su ejecución, como procesos dinámicos, que permiten reorientar los procesos, de ser necesario, tendrá como propósito analizar el grado de cumplimiento de los objetivos propuestos, y se llevará a cabo de manera anual, trianual y sexenal, con la finalidad de analizar los elementos favorables y desfavorables que influyen o condicionan el avance en la implementación del mismo.

El seguimiento y la evaluación se realizarán mediante el trabajo colegiado interno, que permitirá medir el impacto y la pertinencia que las acciones y actividades están teniendo en la comunidad universitaria y su entorno; de ello, se generarán reportes parciales y temporales que se presentarán ante las instancias competentes.

Las mediciones de evaluación de impacto, se enfocarán en el número de integrantes de la comunidad universitaria alcanzados; para la medición de las actitudes, se evaluarán las actitudes respecto al cuidado de la salud mental y la diversidad funcional, mediante diversas metodologías de investigación adaptadas a cada una de las acciones descritas para cada etapa.

La implementación de acciones diferenciadas por Unidad Académica permitirá elevar el nivel de bienestar psicológico y psicosocial de la comunidad universitaria, mediante estrategias ajustadas a sus realidades y necesidades específicas; por tanto, la evaluación de impacto se realizará contrastando la primera evaluación diagnóstica con las subsecuentes, usando estudios longitudinales, en general para la Universidad y en particular, para cada Unidad académica.

Para los procesos de seguimiento y la evaluación se tomarán en cuenta los indicadores y los medios de verificación previstos en cada una de las etapas del Programa, detallando los alcances y logros que se obtuvieron, estableciendo comparaciones entre resultados y objetivos previstos y especialmente valorando el impacto de las acciones y actividades entre los integrantes de la comunidad universitaria; y en su caso hacer propuestas de nuevos indicadores o nuevas variables para ser evaluadas en función de los análisis y hallazgos.

XII. ASPECTOS A CONSIDERAR EN LA EVALUACIÓN DIAGNÓSTICA INICIAL DEL PROGRAMA

Con la finalidad de llevar a cabo un diagnóstico general inicial de la salud mental y la diversidad funcional de la comunidad universitaria (estudiantes, docentes y personal administrativo), se integró y se aplicó una *evaluación diagnóstica de la salud mental y la diversidad funcional*, con tres cuestionarios específicos: 1) Cuestionario sobre datos sociodemográficos, 2) Cuestionario acerca de aspectos socioemocionales, y 3) Cuestionario acerca de la diversidad funcional; además, al inicio de la encuesta se propuso un consentimiento informado para los participantes. Los datos recabados sirvieron la definición de algunas acciones y actividades del Programa y serán la base para la integración inicial de un expediente digital de cada uno de los integrantes de la comunidad universitaria, acerca de sus condiciones generales de salud mental y diversidad funcional, para de ahí, de ser necesario, inducir la realización de diagnósticos focalizados, que permitan el diseño de acciones de atención e intervención más especializada.

En un documento anexo se consignan los resultados y los hallazgos centrales que se obtuvieron con la aplicación de la evaluación, tanto en los aspectos socioemocionales como de diversidad funcional.

Cuestionario sobre datos sociodemográficos (14 ítems)

- i. Nombre _____
- ii. Matrícula _____
- iii. Edad _____
- iv. Sexo: Mujer ____ Hombre ____
- v. Correo electrónico _____
- vi. Estudiante: Local ____ Foráneo ____ Último promedio escolar ____
- vii. Unidad académica (seleccionar opción)
- viii. Carrera (seleccionar opción)
- ix. Modalidad: presencial ____ virtual ____
- x. Docente/investigador (opciones: HSM _ MT _ TC _) Sindicalizado: Sí ____ No ____
- xi. Administrativo ____ trabajador ____ Sindicalizado: Sí ____ No ____
- xii. ¿Cuentas con algún diagnóstico médico? Sí ____ No ____
- xiii. ¿Has sido atendido en algún servicio de educación especial? Sí ____ No ____
- xiv. Con quién vive: pareja ____ Compañero(a) ____ Familiar ____ Solo ____

Cuestionario acerca de aspectos socioemocionales (49 ítems)

Objetivo: indagar sobre las conductas o hábitos de los integrantes de la comunidad universitaria en los últimos tres meses, para la evaluación de los aspectos socioemocionales, que derive en acciones de atención acorde a las necesidades diagnosticadas, todo en un marco de inclusión educativa y respeto a los derechos humanos.

Dimensiones

- Ideación suicida activa
- Vida académica
- Impulsividad
- Salud mental
- Consumo de sustancias
- Expectativas parentales
- Estilos de afrontamiento y solución de problemas

1. Actualmente, mi nivel de estrés en la escuela/trabajo es:
2. Mi nivel de satisfacción con mis estudios/mi trabajo es:
3. ¿Te resulta difícil concentrarte?
4. ¿Pierdes la paciencia?
5. ¿Eres impulsivo(a)?
6. ¿Acostumbas comer aunque no tengas hambre?
7. ¿Te resulta difícil controlar tus emociones?
8. ¿Te distraes con facilidad?
9. ¿Te has sentido cansado(a) sin motivo?

10. ¿Te has sentido nervioso(a)?
 11. ¿Te has sentido tan nervioso(a) que nada lo(a) podía calmar?
 12. ¿Te has sentido sin esperanza?
 13. ¿Te has sentido inquieto(a) o intranquilo(a)?
 14. ¿Te has sentido tan impaciente que no ha podido mantenerse quieto(a)?
 15. ¿Te has sentido deprimido(a)?
 16. ¿Has sentido que todo le costaba mucho esfuerzo
 17. ¿Has sentido tanta tristeza que nada podía animarle?
 18. ¿Te has sentido inútil o poco valioso(a)?
- ¿Consumes alguna de las siguientes sustancias?
19. Alcohol
 20. Tabaco
 21. Marihuana
 22. Cristal
 23. Cocaína
 24. Otra_____
25. Me siento presionada(o) por mis padres o familia para tener alto desempeño estudiantil o laboral
 26. Me preocupo mucho por cumplir las expectativas de mi familia
 27. Me preocupa mucho lo que opine mi familia sobre mi desempeño en la escuela o trabajo
 28. Me siento una carga para los demás
 29. Me vienen pensamientos de no querer vivir
 30. He tenido el impulso de quitarme la vida
 31. Me lastimo cuando siento una emoción muy intensa (cortadas en brazos o piernas, por ejemplo)
 32. Tengo un plan para suicidarme
 33. He intentado quitarme la vida
- Durante las últimas dos semanas, ¿qué tan a menudo te han afectado alguno de los siguientes problemas?
34. Sentirme nervioso(a), ansioso(a) o al borde
 35. No poder detener o controlar la preocupación
 36. Poco interés o placer en hacer las cosas
 37. Sentirme deprimido(a), decaído(a) o sin esperanza
- Cuando tengo problemas, actúo de las siguientes maneras:
38. Si no puedo hacer nada para cambiar las cosas, las acepto como vienen
 39. Trato de permanecer insensible, que no me afecte
 40. Trato de llegar a un acuerdo para rescatar algo positivo
 41. Trato de relajarme o tomarlo con calma
- Intento relajarme o tomarlo con calma:
42. Bebiendo más
 43. Comiendo más
 44. Fumando más
 45. Durmiendo más
 46. Haciendo más ejercicio
- Contesta según corresponda
47. ¿Cuántos amigos(as) consideras que tienes?
 48. ¿Cuántas personas conoces de quienes puedes esperar ayuda real cuando tienes problemas?
 49. ¿Cuántos amigos cercanos tienes con quien puedas platicar tus problemas?

Cuestionario acerca de la diversidad funcional (28 ítems)

Objetivo: identificar las condiciones de diversidad funcional en la comunidad universitaria, para la integración de un expediente personal digital, que derive en acciones de atención acorde a las necesidades diagnosticadas, todo en un marco de inclusión educativa y respeto a los derechos humanos.

Variables

- Diversidad funcional física o motora
- Diversidad funcional sensorial
- Diversidad funcional intelectual

Dimensiones

- Movilidad
- Coordinación
- Condiciones visuales
- Condiciones auditivas
- Condiciones para el aprendizaje
- Condiciones para la adaptación social

1. ¿Presentas dificultades frecuentes para mantener el equilibrio al caminar o desplazarte?
2. ¿Requieres usar lentes?
3. ¿Sueles utilizar los dispositivos electrónicos (TV, celular, otros) con volumen elevado debido a dificultad para escuchar?
4. ¿Presentas dificultades para relacionarte o interactuar con tus compañeros en entornos académicos, laborales o sociales?
5. ¿Tienes problemas para sostener la concentración por periodos prolongados?
6. ¿Usas lentes adaptados a tu necesidad?
7. ¿Necesitas que te hablen de frente para comprender mejor lo que dicen?
1. Has recibido atención de algún especialista en áreas como:
 8. Psiquiatría
 9. Comunicación humana
 10. Psicología
 11. Neurología
12. ¿Necesitas leer varias veces un texto para comprender su contenido?
13. ¿Tienes dificultad para identificar o diferenciar derecha o izquierda durante tus actividades cotidianas?
14. ¿La escritura que realizas resulta clara y legible para otras personas?
15. ¿Presentas episodios frecuentes de mareo relacionados con tu audición o equilibrio?
16. ¿Para establecer comunicación con tus compañeros de escuela o trabajo, requieres que ellos tomen la iniciativa?
17. ¿Necesitas el uso de dispositivos de apoyo (silla de ruedas, bastón u otros) para tu movilidad diaria?
18. Regularmente, ¿Si te sientas hasta atrás, tienes dificultad para leer la información que se proyecta al frente de un aula de estudio o capacitación?
19. ¿Evitas participar en debates o discusiones laborales o académicas?
20. ¿Experimentas dificultades para decir de forma entendible y clara las palabras?

21. ¿Se te dificulta identificar con facilidad las operaciones necesarias al leer un problema matemático?
22. ¿Confundes con frecuencia letras o números similares (ejemplo: b/d, 6/9)?
23. ¿Encuentras dificultad para mantener la atención durante las actividades de clase, conferencias o reuniones de trabajo?
24. ¿Te resulta complicado comprender bromas o dobles sentidos en la interacción social?
25. ¿Tienes dificultades para realizar operaciones de cálculo mental de manera rápida y precisa?
26. Si no usas tus lentes, ¿requieres que alguien te apoye para leer o desplazarte en un espacio determinado?
27. ¿Recibes o has recibido correcciones frecuentes en tu ortografía?
28. ¿Experimentas fatiga o cansancio inusual en las manos al realizar actividades de forma prolongada como escribir, usar el celular, la computadora, el mouse o videojuegos?

XIII. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANUIES. (2024). *Solo el 2 % del presupuesto en México se destina a la salud mental: Universidad Autónoma del Estado de México.*
Asociación Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Superior.
Recuperado de <https://www.anui.es/noticias/ies/solo-el-2-del-presupuesto-en-mexico-se-destina-a-la-salud-mental>
- Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. (2022). *Decreto por el que se reforman, adicionan y derogan diversas disposiciones de la Ley General de Salud en materia de salud mental y adicciones.* México.
- Cruz Puerto, M. S. y Sandín Vázquez, M. (2024). *Neurodiversidad, discapacidad y enfoque social: una reflexión teórica y crítica.* Revista Española de Discapacidad. Recuperado de: <https://docs.bvsalud.org/biblioref/2022/10/1397627/rev-sopnia-2019-1-50-55.pdf>
- Diario Oficial de la Federación. (2021). *Decreto por el que se expide la Ley General de Educación Superior y se abroga la Ley para la Coordinación de la Educación Superior.* México
- Díaz, Susana & Ferreira, Miguel (2010). *Desde la Dis-capacidad hacia la Diversidad Funcional. Un ejercicio de Dis-normalización.* Revista Internacional de Sociología (RIS) Vol.68, nº 2,
<https://revintsociologia.revistas.csic.es/index.php/revintsociologia/article/view/333/339>
- Educational Psychologist. (2002). *Academic Emotions in Students' Self Regulated Learning and Achievement: A Program of Qualitative and Quantitative Research.* 37(2), 91 105.
https://doi.org/10.1207/S15326985EP3702_4
- Hernández Galván, A., Palacios Hernández, B., López Aymes, G., García Alonzo, I., & Pérez Álvarez, L. (2021). *La salud mental en y desde la universidad en el contexto de la pandemia por COVID 19: Retos y oportunidades de la psicología.* UAEM.
<https://libros.uaem.mx/producto/la-salud-mental-en-y-desde-la-universidad-en-el-contexto-de-la-pandemia-por-covid-19-retos-y-oportunidades-de-la-psicologia/>
- Higareda Sánchez, JJ, del Castillo Arreola, A., Romero Palencia, A., Erari Gil Bernal, FD, & Rivera Aragón, S. (2015). *La escala de estilos de afrontamiento forma bmoos: validación en estudiantes universitarios mexicanos.* Psicología Iberoamericana, 23 (2), 55-65.

- Latorre Cosculluela C. & Liesa Orús M. (2016). *La inclusión social de personas con diversidad funcional en una experiencia de Vida Independiente*. Revista nacional e internacional de educación inclusiva ISSN (impreso): 1889-4208. Volumen 9, Número 2, Junio 2016.
- LSM. (2024). *Ley General de Salud*. Publicada en el Diario Oficial de la Federación, el 7 de junio de 2024. Cámara de Diputados del H. Congreso de la Unión. México.
- LSMED. (2025). *Ley de Salud Mental para el Estado de Durango*. Publicada en el Periódico Oficial N° 54, Decreto 140 de la LXIX Legislatura. Durango, México.
- Linares Olivas, O. L., & Gutiérrez Martínez, R. E. (2010). *Satisfacción laboral y percepción de salud mental en profesores*. Revista Mexicana de Investigación en Psicología, 2(1), 31-36. <https://doi.org/10.32870/rmip.vi.277>
- Montagud, R. (2019). *Los 5 tipos de diversidad funcional (y sus trastornos asociados)*. Portal Psicología y Mente. Recuperado de: <https://psicologiymente.com/salud/tipos-de-diversidad-funcional>.
- OMS. (2022). *Plan de acción integral sobre salud mental 2013-2030*. Organización Mundial de la Salud. Ginebra, Suiza.
- Ortiz, J. & Jeimer, D. (2018). *Estrategias de afrontamiento en el desarrollo de la ansiedad ante la evaluación académica en estudiantes universitarios*. Repositorio Institucional Universidad del Norte. Recuperado de <https://manglar.uninorte.edu.co/bitstream/handle/10584/7853/4.pdf?sequence=1>
- Organización de Estados Iberoamericanos (OEI). (2023). *Diversidad funcional e inclusión*. OEI. Recuperado de: <https://oei.int/wp-content/uploads/2024/03/guia-para-la-intervencion-continua-y-atencional-de-la-poblacion-escolar-con-diversidad-escolar.pdf>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2024). *Apoyando la salud mental y el bienestar de los estudiantes de educación superior*. Recuperado de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000391501_spa
- Organización Panamericana de la Salud. (s.f.). *Salud mental*. Recuperado de <https://www.paho.org/es/temas/salud-mental>.
- Palacios A. & Romanach J. (2006). *El modelo de la diversidad. La Bioética y los Derechos Humanos como herramientas para alcanzar la plena dignidad en la diversidad funcional*. Ediciones Diversitas- AIES, España. Recuperado de: https://dlsiis.fi.upm.es/dpt/Documentos/Modelo_diversidad.pdf
- Rodríguez, A., Pérez, J., & Martínez, L. (2013). *Perspectivas sobre diversidad funcional*. Editorial Académica Española. España.

- Romanach, J., & Lobato, M. (2005). *Diversidad funcional, nuevo paradigma de la discapacidad*. Ediciones Diversitas. España.
- Santillán, M. L. (2023, 29 de mayo). *Cómo afecta la salud mental en el rendimiento escolar*. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <https://ciencia.unam.mx/leer/1412/como-afecta-la-salud-mental-en-el-rendimiento-escolar>.
- Silva Ramos, M. F., López Cocotle, J. J., & Meza Zamora, M. E. C. (2020). *Estrés académico en estudiantes universitarios*. Investigación y Ciencia de la Universidad Autónoma de Aguascalientes, 28 (79), 75 83. Recuperado de <https://www.redalyc.org/journal/674/67462875008/pdf/67462875008.pdf> (redalyc.org).
- Sosa Torralba, J. E., Romero Mendoza, M. P., Blum Grynberg, B., & Zarco Torres, V. (2021). *Malestar depresivo en jóvenes universitarios: Impacto de un modelo de psicoterapia breve focalizada con orientación psicoanalítica*. Espora Psicológica, 20(21), 1–13. Recuperado de <https://www.espora.unam.mx/docs/20.21/art-malestar-depresivo-2021.pdf>.
- Secretaría de Salud. (2022). *Programa de Acción Específico de Salud Mental y Adicciones 2020-2024*. México.
- Secretaría de Salud. (2022). *Programa Nacional de Telementoría en Salud Mental y Adicciones. III Ciclo: enero - marzo 2022*. México.
- Tecnológico de Monterrey. (s.f.). *Dimensión emocional*. TQueremos. Recuperado de <https://tqueremos.tec.mx/es/recursos-del-bienestar/dimension-emocional>.
- Tecnológico de Monterrey. (s.f.). *Dimensión física*. TQueremos. Recuperado de <https://tqueremos.tec.mx/es/recursos-del-bienestar/dimension-fisica>.
- UJED. (2025). *Plan de Desarrollo Institucional 2024–2030*. Universidad Juárez del Estado de Durango. México.
- UNAM. (s.f.). *Salud Mental*. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado de <https://saludmental.unam.mx/>.
- Vergara, D. M. V. (2023). *Trastornos mentales y bajos niveles de bienestar psicológico en estudiantes universitarios*. Revista Científica Ciencias de la Salud, 5, e5113. <https://doi.org/10.53732/rccsalud/2023.e5113>.