



**Proceso de pasantía en la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNSAR en el Departamento de Bienestar Institucional en el periodo 2023-2 y 2024-1**

Autora

Katerin Alejandra Ospina Sanchez

kaospina@unicolmayor.edu.co

Modalidad de Trabajo de Grado Pasantía Desarrollada en la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNSAR Según Acuerdo 098 de 2021 para optar por el Título Trabajadora Social

Director

Melba Yesmit Chaparro Maldonado

Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Facultad de Ciencias Sociales

Programa de Trabajo Social

Bogotá, D.C.

2024

## **Dedicatoria**

A mis padres Luz Marina Sanchez Martínez y Reyes Ospina Rivera porque desde mis tres años me decían "nos vamos para la universidad" aunque en realidad caminábamos hacia el jardín. Desde muy pequeña me impulsaron a soñar en grande, me apoyaron y me enseñaron que aunque los caminos a veces tienen altibajos con amor y dedicación se pueden superar... mami y papi siempre estaré agradecida por los valores y enseñanzas que me regalaron, los guardo en mi corazón como el tesoro más precioso.

A mí hermano y mejor amigo Holman Giovanni Jacobo Sanchez por ser mi inspiración principal para amar mi profesión, hoy busco su rostro en cada uno de los habitantes de calle que veo en Bogotá, pero yo Kate, hermana, amiga y ahora trabajadora social no descansaré hasta encontrarlo de nuevo en mis brazos.

Y finalmente, lo dedico a mi hermana, a mis dos sobrinos, a mi padrino, a mi abuela (mami) y a mis tíos, por sus consejos, paciencia, apoyo, ánimos, abrazos y enseñanzas.

## **Agradecimientos**

Agradezco a la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNRAR de la cual hago parte desde mis 14 años, por ser mi escuela profesional y de vida, por enseñarme que con lealtad y espíritu de servicio podemos no solo salvar una vida, sino miles de millones.

Y también, a mis docentes en la UNICOLMAYOR, por formarme profesionalmente desde el criterio y disciplina, pero también desde el cariño y sabiduría.

## **Resumen**

Este informe ejecutivo presenta el proceso de pasantía como modalidad de trabajo de grado del programa de Trabajo Social de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca realizada en la Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR, en el cual luego la realización del diagnóstico social, se contempló como objetivo general elaborar el diagnóstico y diseño del Curso: Cuidado del Socorrista relacionado con la promoción y prevención de la salud mental dirigido al personal del Departamento de Bienestar Institucional de la Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR en los periodos 2023-2 y 2024-1, con la finalidad de brindar herramientas en favor del cuidado y orientación de los socorristas voluntarios. Para llegar al cumplimiento de este objetivo fue necesario llevar a cabo un proceso administrativo y metodológico que permitió obtener como producto principal el Curso: Cuidado del Socorrista, este contempla un total de cuatro capítulos, de los cuales tres de ellos responden a la promoción de la salud mental y la prevención de su deterioro, desde un enfoque social y en respuesta a las necesidades manifestadas por la Dirección General de la fundación y sus socorristas voluntarios. En este informe se evidencia el trabajo realizado de manera ordenada y sistematizada.

## **Abstract**

*This executive report presents the internship process as a modality of degree work of the Social Work program of the Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca carried out in the Search and Rescue Foundation FUN SAR, in which after the realization of the social diagnosis, it was contemplated as general objective to elaborate the diagnosis and design of the Course: Care of the First Responder related to the promotion and prevention of mental health directed to the personnel of the Institutional Welfare Department of the Search and Rescue Foundation FUN SAR in the periods 2023-2 and 2024-1, with the purpose of providing tools in favor of the care and orientation of the volunteer first responders. In order to achieve this objective it was necessary to carry out an administrative and methodological process that allowed to obtain as main product the Course: Care of the Rescuer, this contemplates a total of four chapters, three of which respond to the promotion of mental health and the prevention of its deterioration, from a social approach and in response to the needs expressed by the General Direction of the foundation and its volunteer rescuers. This report shows the work carried out in an orderly and systematized manner.*



Proceso de pasantía en la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNSAR en el Departamento de Bienestar Institucional en el periodo 2023-2

Katerin Alejandra Ospina Sánchez

Facultad Ciencias Sociales, Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca

Programa Trabajo Social

Melba Yesmit Chaparro

Maldonado 2023-2, 2024-1

## Contenido

Contextualización del proceso de pasantía .....	3
Antecedentes .....	3
Marcos de Referencia.....	4
Institucional.....	4
Legal .....	5
Referencial.....	6
Descripción de la realidad abordada.....	11
Planificación de la pasantía.....	13
Objetivos.....	14
Objetivo general.....	14
Objetivos Específicos.....	14
Metas e indicadores.....	14
Presupuestos .....	16
Cronograma .....	17
Evaluación y resultados de la pasantía.....	18
Logros, dificultades y acciones de mejora implementadas .....	18
Productos de la pasantía .....	20
Conclusiones y recomendaciones .....	20
Carta de certificación de la entidad - FUNSAR.....	22
Anexos.....	23
Referencias.....	23

## Tablas

Tabla 1. Marco normativo del proceso de pasantía .....	5
Tabla 2. Matriz de metas e indicadores .....	15
Tabla 3. Presupuesto del proyecto del periodo 2023-2.....	16
Tabla 4. Presupuesto del proyecto del periodo 2024-1 .....	16
Tabla 5. Cronograma de actividades proyecto de grado, modalidad pasantía.....	17
Tabla 6. Evaluación de resultados .....	18

## Figuras

Figura 1. Árbol de problemas - Diagnóstico .....	11
Figura 2. Árbol de objetivos - Diagnóstico .....	12

## Anexos

Anexo 1. Anexos del informe.....	23
Anexo 2. Curso: Cuidado del Socorrista y sus anexos.....	23

## Contextualización del proceso de pasantía

### Antecedentes

El presente proceso de pasantía ubicado como modalidad de trabajo de grado del programa de Trabajo Social de la Universidad Colegio Mayor de Cundinamarca, es producto de la iniciativa de la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNSAR, para brindar herramientas al Departamento del Bienestar Institucional en torno a la promoción y prevención de la salud mental de los socorristas voluntarios, apoyando la orientación en temas relacionados con crisis o episodios de ansiedad, ansiedad social, entre otros; por lo anterior, surge la vinculación gestionada por la trabajadora social en formación entre la UNICOLMAYOR y FUNSAR, la cual se estableció desde el 1 de septiembre del 2023 hasta el 30 de Abril del 2024. Se realizó el diagnóstico con la Dirección Administrativa de FUNSAR, el cual se llevó a cabo por medio de un árbol de problemas, en el que se identificaron necesidades referentes a la inadecuada promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad en los socorristas voluntarios; teniendo en cuenta lo anterior, se tiene como objetivo diseñar el Curso: Cuidado del Socorrista, dirigido al equipo del Departamento de Bienestar Institucional, el cual tiene como finalidad brindar herramientas relacionadas con el cuidado y orientación de los socorristas voluntarios.

De este modo, el curso: Cuidado del Socorrista está orientado a la prevención y promoción de la salud mental y es una herramienta del equipo del Departamento de Bienestar para abordar el tema con los socorristas voluntarios, ahora bien, teniendo en cuenta el quehacer de la fundación, es necesario mencionar el Ciclo de Gestión del Riesgo, ya que sus actividades responden a una de las etapas de este, las cuales son Prevención y Mitigación, Preparación, Desastre, Respuesta, Rehabilitación y Recuperación; FUNSAR se orienta hacia la Prevención y Mitigación; es por esto que el diseño del curso resulta importante para la entidad ya que aporta a la etapa mencionada, en torno a la promoción y prevención de la salud mental de los socorristas voluntarios.

## **Marcos de Referencia**

A continuación, como marco institucional se presenta la Visión, Misión y Valores corporativos de la Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR, los cuales son la guía de acción de los voluntarios socorristas. Así como el marco legal, el cual sustenta el diseño del curso desde la legislación actual; y, por último, el marco referencial, el cual busca dar claridad de los conceptos más relevantes de la pasantía.

### ***Institucional***

La Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR fue creada en el año 2008, actualmente cuenta con amplio portafolio de servicios, en el cual se encuentran seminarios, talleres y cursos, brigadas juveniles, estrategias de seguridad y salud en el trabajo, formulación de planes de gestión integral de residuos sólidos (PGIRS) y por último cubrimiento masivo de eventos en salud. (FUN SAR, 2023). Así pues, a continuación, se presenta la misión, visión y valores corporativos de FUN SAR vigentes para el periodo académico en el cual se realiza la pasantía.

#### **Misión.**

La Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR como organización de voluntariado en primera respuesta tiene como misión la gestión integral del riesgo y cambio climático para la sociedad por medio de la identificación, reducción, atención, rehabilitación a emergencias y desastres, por medio de la participación activa de sus voluntarios generando una cultura de prevención y resiliencia. (FUN SAR, 2023)

#### **Visión.**

La Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR tiene como visión para el año 2022, ser la entidad líder a nivel nacional en formación de rescatistas, brigadas de emergencia en el sector empresarial, educativo y comunitario, por medio de su centro de entrenamiento con altos estándares en las diferentes áreas del rescate y la atención prehospitalaria, proyectando su grupo especializado de rescate a nivel nacional en la atención de emergencias y desastres. (FUN SAR, 2023)

#### **Valores Corporativos.**

La Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR, vela por el cumplimiento y la promulgación de los valores institucionales reflejados en el desarrollo de nuestro objeto social, siendo estos; la lealtad, espíritu de servicio, solidaridad, altruismo y

responsabilidad, ya que son reflejo de todos los integrantes y procesos desarrollados por la institución. (FUNSAR, 2023)

### **Legal**

La consolidación del siguiente marco normativo se realiza con base en las leyes, normas, artículos, acuerdos, entre otras reglamentaciones, que sustentan la puesta en marcha del proceso de pasantía enfocada en el diseño del Curso: Cuidado del Socorrista, el cual busca brindar unos principios de orientación en promoción de la salud mental y prevención de la enfermedad para el personal del Departamento de Bienestar Institucional de la Fundación FUNSAR, desde el ámbito Internacional y nacional.

**Tabla 1.**

*Marco normativo del proceso de pasantía*

<b>Norma, Decreto, Ley o Artículo</b>	<b>Orden</b>	<b>Literal</b>	<b>Relación con la propuesta de pasantía</b>
Declaración Universal de los Derechos Humanos	Internacional	Art 25. "Toda persona tiene derecho a un nivel de vida adecuado que le asegure, así como a su familia, la salud y el bienestar, y en especial la alimentación, el vestido, la vivienda, la asistencia médica y los servicios sociales necesarios..."	La relación de este artículo con la propuesta se basa en que la salud y el bienestar de los voluntarios socorristas es uno de los derechos humanos, por lo tanto, es fundamental el cumplimiento y la no vulneración de este por parte de FUNSAR.
Objetivo de Desarrollo Sostenible #3	Internacional	Meta 4. "Para 2030, reducir en un tercio la mortalidad prematura por enfermedades no transmisibles mediante la prevención y el tratamiento y promover la salud mental y el bienestar."	Teniendo en cuenta los objetivos del proceso de pasantía, hacer mención del ODS 3 es imprescindible, ya que busca la prevención de la enfermedad y promoción de la salud mental, eje fundamental del curso propuesto para este proceso de pasantía.
Artículo 49 de la Constitución Política de Colombia de 1991	Nacional	Art 49. "Se garantiza a todas las personas el acceso a los servicios de promoción, protección y recuperación de la salud."	El impacto que genera el Curso: Cuidado del socorrista responde a la iniciativa de FUNSAR por brindar servicios de promoción de la salud mental de los socorristas voluntarios.
Política Pública Distrital de Salud Mental 2023-2032	Nacional	"Busca no solo promover este aspecto prioritario de la salud humana ligado al bienestar emocional, sino prevenir los daños e intervenir los problemas y trastornos mentales, reconociendo la necesidad de abordar los determinantes sociales de la salud de tipo social, económico y cultural, que influyen en las condiciones y la calidad de vida" (p. 5)	La Política Pública Distrital de salud mental cobra importante relevancia en el desarrollo de la pasantía, ya que por medio de esta es posible comprender como cada actor de la sociedad tiene la responsabilidad de actuar por el bienestar de las personas, por lo cual el Curso: Cuidado del Socorrista forma parte de las acciones que toma FUNSAR, para responder a su compromiso.

Ley 1523 de 2012	Nacional	Art 1. "Proceso social orientado a la formulación, ejecución, seguimiento y evaluación de políticas, estrategias, planes, programas, regulaciones, instrumentos, medidas y acciones permanentes para el conocimiento y la reducción del riesgo y para el manejo de desastres, con el propósito explícito de contribuir a la seguridad, el bienestar, la calidad de vida de las personas y al desarrollo sostenible."	El Curso: Cuidado del Socorrista busca contribuir al Ciclo de Gestión del Riesgo y Desastres en las etapas de Prevención y Mitigación por medio del cuidado, apoyo y seguimiento a los socorristas voluntarios, lo que permite una preparación y respuesta de calidad en desastres.
------------------	----------	--	---

*Nota:* La anterior tabla muestra los referentes legales que aplican al proceso de pasantía a nivel internacional y nacional. Fuente: Elaboración propia (2023).

De la anterior tabla, es posible afirmar, que cada uno de los elementos legales allí citados, tienen relación con el proceso de pasantía, los cuales están descritos en el recuadro "Relación con la propuesta de pasantía", sin embargo, de allí se destaca la importancia de términos como salud, bienestar, servicios sociales, salud mental, promoción y prevención de la salud, gestión de riesgo, ya que son parte fundamental para la redacción del Curso: Cuidado del Socorrista, en cuanto a la finalidad del mismo y los temas que lo componen.

### **Referencial**

En el proceso de pasantía, un elemento que sustenta y direcciona el diseño del curso es el marco referencial, ya que con base en éste se hace una aproximación al conocimiento existente y disponible hasta el momento de la realización de esta. Teniendo en cuenta lo anterior y con el fin de articular la teoría con el proceso de pasantía que se adelanta junto con la Fundación de Búsqueda y Rescate FUNRAR, se da a conocer en un primer momento la definición de Salud, la cual define la Organización Mundial de la Salud como "un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades" (OMS, 2024). De este modo, dado a que las actividades prácticas de FUNRAR están enmarcadas en el ámbito de la salud y la gestión del riesgo, y para del diseño del Curso: Cuidado del Socorrista como producto principal de la presente pasantía la salud es la base inicial, enfatizar sobre la importancia de esta es indispensable, ya que este término contiene una amplia gama de temas, por lo que en esta ocasión la atención se centra en la salud mental. Ahora bien, partiendo de lo anterior, a continuación, se resaltan los siguientes aspectos.

### **Salud Física.**

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, también llamada actividad física, esta “ayuda a prevenir y controlar las enfermedades no transmisibles, como las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, la diabetes y varios tipos de cáncer. (...) y puede mejorar la salud mental, la calidad de vida y el bienestar”. (OMS, 2022). La actividad física proporciona un buen estado de la salud física y mental, sin embargo, la primera se enfoca más en el bienestar orgánico, orientándose en la articulación de movimiento corporal que, en el contexto de FUNSAR se ve reflejado en las actividades de prácticas al aire libre, entrenamientos y capacitaciones.

Por otro lado, Arruza et al. (2004), citados en Barbosa y Urrea (2018) brindan otra mirada sobre la relación de la salud mental con la actividad física considerando que “la práctica físico-deportiva tiene un efecto positivo sobre la salud física y mental debido a que produce liberación de endorfinas, lo que conlleva a una reducción de la ansiedad, la depresión y el estrés” (p.144). Lo anterior refleja la importante conexión entre lo mental y lo físico, destacando que realizar actividades deportivas permite que el cerebro tenga una activación neuronal, donde se liberan sustancias que influyen en el estado de ánimo de las personas.

### **Salud Mental.**

Ahora bien, la salud mental puede ser vista como un proceso histórico, por lo que tiene componentes del contexto actual y pasado.

La salud mental es un proceso histórico, dinámico y contextualizado, en el que se pone en juego la capacidad de agencia de las personas, el tejido de relaciones humanas que se construyen y el conjunto de potencialidades individuales y colectivas que se desarrollan cuando se decide libre y conscientemente relacionarse con otros y otras. (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018, p. 26)

Lo anterior hace referencia a que la salud mental no se trata solo de un proceso inmediato, sino que es constante en el tiempo y se encuentra influenciado por diferentes factores de la vida cotidiana de un individuo como son las relaciones interpersonales.

Sin embargo, la salud mental también es vista como un “estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, aprender y trabajar adecuadamente e integrarse en su entorno. La salud mental tiene un valor intrínseco y fundamental, y forma parte de nuestro bienestar general.” (OMS, 2024). Como se ha hecho mención anteriormente, el bienestar es un

indicador de salud en general, ya sea física o mental, ahora bien, retomando este último es importante destacar que hay que tener un equilibrio psicoemocional que permita a las personas desarrollarse de manera óptima intrapersonal e interpersonalmente, lo que nos conduce a hablar de promoción de la salud mental y la prevención de su deterioro.

#### **Promoción de la salud mental.**

De acuerdo con Vargas (2015) por medio de la *promoción de la salud mental* se quiere “dotar al sujeto de capacidades para adaptarse a su entorno y responder de una manera adecuada a las situaciones que este le presenta” (p. 5). Teniendo en cuenta lo anterior, por medio de actividades vivenciales, el Curso: Cuidado del Socorrista busca brindar a la persona capacidades con las cuales pueda desarrollarse en sus diferentes contextos sociales.

#### **Prevención de la salud mental.**

En este sentido, también se hace necesario definir la prevención de la salud mental, la cual es entendida por Casañas y Lalucat (2019) como la “reducción de los factores de riesgo, aumentando los factores de protección relacionados con los problemas de salud mental y en la detección de las causas de los trastornos mentales” (p. 6), de acuerdo con los autores, la prevención hace referencia a la reducción del riesgo y con ello de las enfermedades relacionadas con la salud mental.

#### **Servicios de asistencia social y de salud mental integrales.**

De acuerdo con el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 - 2030, se refiere a “... la colaboración eficaz entre los prestadores de atención formales e informales, y el fomento de la autoasistencia, por ejemplo, mediante el uso de tecnologías sanitarias electrónicas y móviles.” (OMS, 2021, p. 9). De acuerdo con la OMS, por medio de planes como el mencionado anteriormente, los prestadores de atención pueden realizar un trabajo colaborativo eficaz a favor de brindar un servicio integral haciendo uso de diversas herramientas, por lo cual, el Departamento de Bienestar Institucional opta por poner en marcha el diseño del curso, dado que de manera didáctica e integral propende por el cuidado de los socorristas voluntarios.

#### **Salud mental en las emergencias humanitarias.**

En esta misma línea, en lo establecido en el Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013 - 2030, afirma que se deben:

Incluir las necesidades de salud mental y apoyo psicosocial en la preparación para casos de emergencia (...) y facilitar el acceso de las personas con trastornos mentales (ya sean preexistentes o causados por la emergencia) o problemas psicosociales a servicios seguros de apoyo, incluidos servicios que aborden los traumas psicológicos y fomenten la recuperación y la resiliencia, entre ellos los destinados al personal humanitario y de salud, durante y tras la emergencia. (OMS, 2022, p.11).

De acuerdo con el Plan de Acción citado, es fundamental trabajar a fin de dar una atención a la salud mental segura en emergencia humanitarias, fortaleciendo la destinada específicamente al personal humanitario, socorristas voluntarios, que desde sus diferentes áreas aportan a la atención antes, durante y después de la emergencia.

### **Bienestar.**

A lo largo de este documento se ha retomado el término bienestar, este es considerado como el “estado que se alcanza cuando uno se siente y desenvuelve bien en la vida (...) consta de cuatro elementos fundamentales, estrechamente relacionados y que influyen unos en otros: sentirse bien, desenvolverse bien, sentirse realizado y estar satisfecho con la vida” (Balica, 2021, p. 3). De acuerdo con la autora, el concepto de bienestar está bastante relacionado con un estado de positividad de la persona haciendo énfasis en cuatro elementos fundamentales para lograrlo entre los cuales la salud mental está transversalizada. Por otro lado, este concepto es especialmente importante ya que el desarrollo de la pasantía se enmarca en los propósitos del Departamento de Bienestar Institucional de FUN SAR.

Por otro lado, García y González (2000) afirman que el concepto de bienestar ha sido definido por varios autores quienes coinciden en que el término bienestar es una evaluación muy personal de satisfacción o complacencia con los diferentes eventos que suceden a lo largo de la vida; lo definen como “la valoración subjetiva que expresa la satisfacción de las personas y su grado de complacencia con aspectos específicos o globales de su vida, en los que predominan los estados de ánimo positivos” (p. 587). De acuerdo con los autores, el bienestar se trata de una evaluación que se hace en la cual es posible identificar aspectos específicos que en el entorno de FUN SAR se relacionan con la gestión del riesgo, ya que Bienestar, como departamento actúa en función de responder a la formulación de estrategias con el fin de contribuir con la calidad de vida de los socorristas voluntarios.

### **Gestión del Riesgo.**

De acuerdo con la Ley 1523 del 2012 la gestión del riesgo hace referencia a:

Proceso social orientado a la formulación, ejecución, seguimiento y evaluación de políticas, estrategias, planes, programas, regulaciones, instrumentos, medidas y acciones permanentes para el conocimiento y la reducción del riesgo y para el manejo de desastres, con el propósito explícito de contribuir a la seguridad, el bienestar, la calidad de vida de las personas.” (Función pública, 2012).

Teniendo esto claro, es necesario mencionar la gestión del riesgo ya que es uno de los pilares de FUNSAR, así como también del proceso de pasantía, dado que el curso propuesto se acoge a varias de las funciones de la gestión del riesgo visto como un proceso social.

Por otro lado, Cardona (2017) define la gestión del riesgo como “el conjunto de elementos, medidas y herramientas dirigidas a la intervención de la amenaza o de la vulnerabilidad con el fin de disminuir el riesgo existente” (p. 6), este autor afirma que la gestión del riesgo busca disminuirlo, del mismo modo que la prevención y promoción busca “intervenir a fin de reducir los riesgos” (OMS, 2022) de acuerdo con lo expresado por parte de la Organización Mundial de la Salud, lo que configura una relación entre la función que cumple el Curso: Cuidado del Socorrista dentro de la gestión del riesgo.

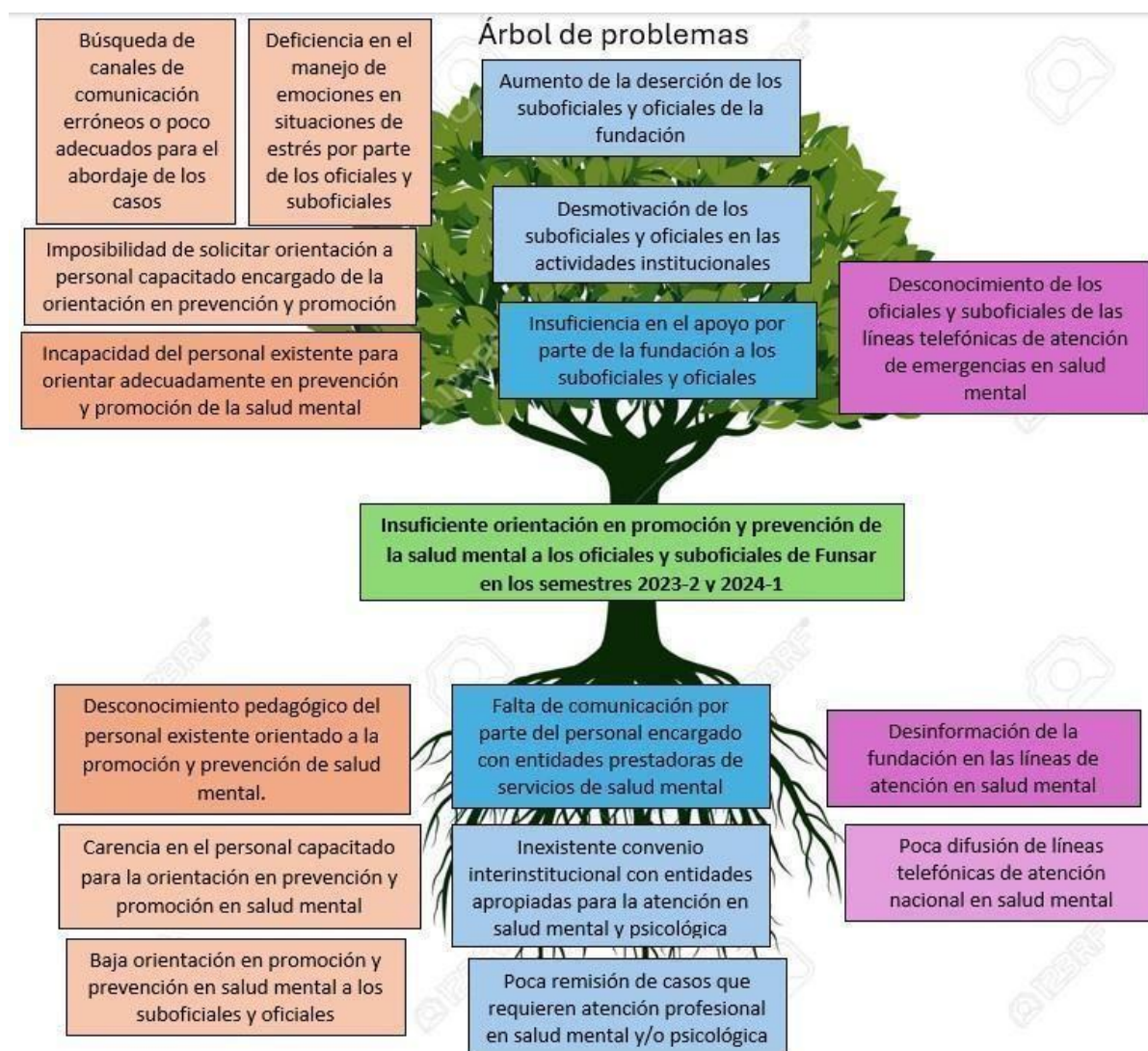
### **Voluntariado y socorrismo.**

Según el Centro de Formación Territorial (2006) el voluntariado hace referencia a “una opción personal voluntaria y libre, por lo que requiere un compromiso estable con una organización” que propende por una “participación, siempre gratuita y en favor de otras personas y de la sociedad en general” (p. 5). Por otro lado, el socorrismo se entiende como “técnicas que ofrecen asistencia cuando se produce un accidente que afecta a la seguridad de las personas” (Fundación Euroinnova, 2024). De este modo, por medio de la articulación de los dos conceptos antes mencionados, es posible inferir que un socorrista voluntario es una persona que libremente y de manera gratuita, decide trabajar en favor de los demás integrando técnicas de asistencia en momentos de emergencia que afecten a las personas.

El presente proceso de pasantía tiene como finalidad la puesta en marcha de los procesos propios del trabajo social, entre los cuales está el análisis de fenómenos sociales, el estudio de la problemática y la formulación de propuestas que contribuyan a la solución del problema central, entre otros. En esta línea, el diseño del Curso: Cuidado del Socorrista es la alternativa más favorable para contribuir a la solución de la problemática expuesta por la Dirección Administrativa de la fundación, expresada en el diagnóstico por medio del árbol de problemas y objetivos como insuficiente orientación en promoción y prevención de la salud mental a los socorristas voluntarios de FUN SAR en los semestres 2023-2 y 2024-1.

**Figura 1.**

*Árbol de problemas - Diagnóstico*



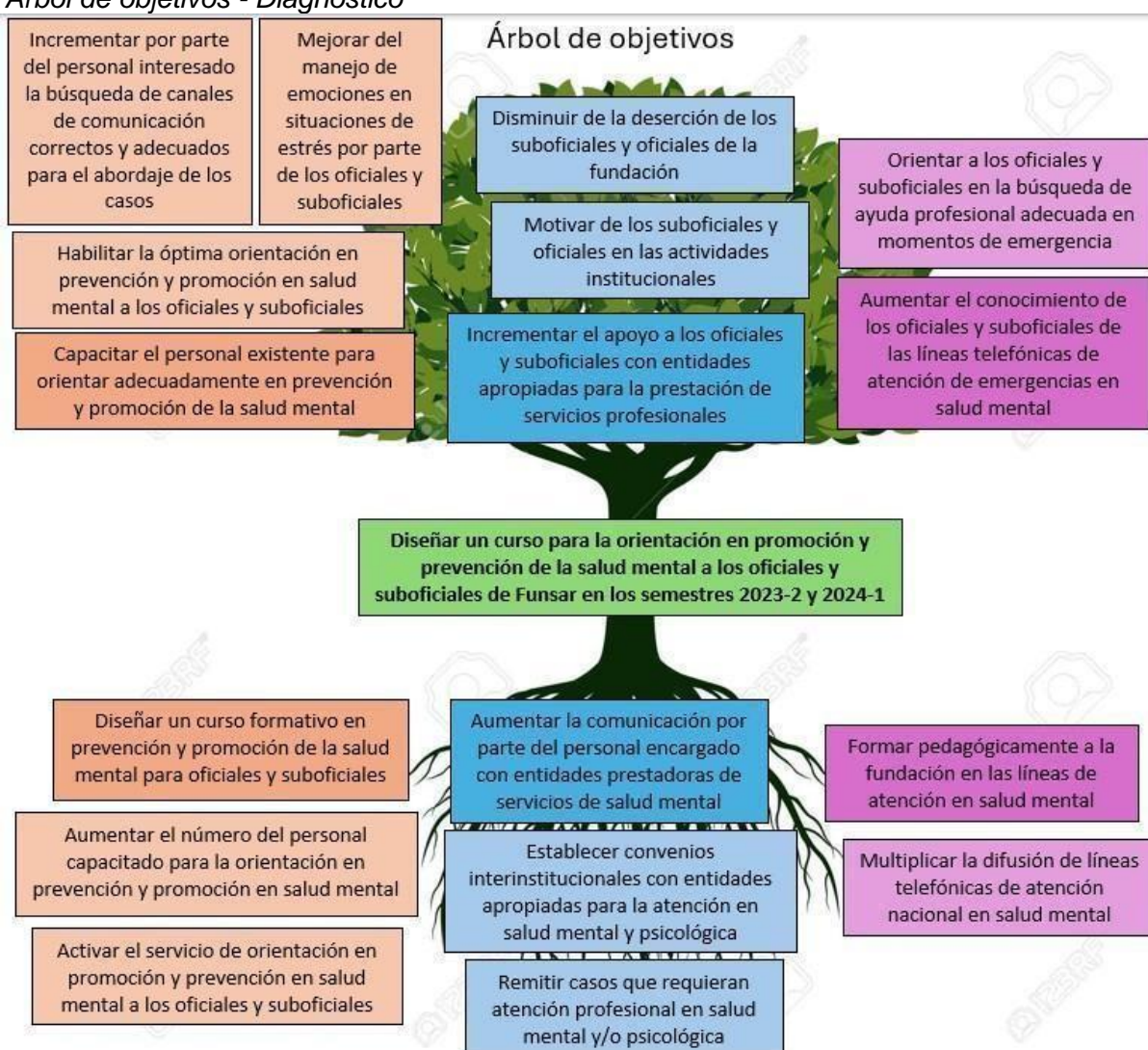
*Nota:* La figura muestra el árbol de problemas, con sus respectivas causas y consecuencias.  
Fuente: Elaboración propia (2023).

De la anterior figura se aclara que la Dirección General manifestó diversas problemáticas en torno a la promoción y prevención de la salud mental, sin embargo, para la presente pasantía se retoma la problemática referente al desconocimiento pedagógico del equipo del Departamento de Bienestar Institucional orientado a la promoción y prevención de la salud mental.

Luego de la identificación de la problemática se diseñó el árbol de objetivos, el cual se aprecia a continuación.

**Figura 2.**

*Árbol de objetivos - Diagnóstico*



*Nota:* La figura muestra el árbol de problemas, con sus respectivos medios y fines. Fuente: Elaboración propia (2023).

En este punto, es importante hablar de los eventos o episodios que se han visibilizado en la realidad de FUNSAR, dado que en el transcurso del semestre 2023-1, al Departamento de Bienestar Institucional han llegado casos relacionados con algunos tipos de ansiedad y depresión por parte de los socorristas voluntarios de las diferentes brigadas, incluso casos de ansiedad social diagnosticados, por lo que fue preciso atenderlos, sin embargo esto fue abordado de manera empírica haciendo uso de algunas páginas web. Por otro lado, en algunas ocasiones este departamento ha identificado casos de deterioro de la salud mental de los socorristas voluntarios, quienes por miedo a ser juzgados ya sea por sus compañeros o su entorno social en general, deciden no buscar apoyo en FUNSAR y por el contrario acuden a personas que posiblemente no le den un abordaje adecuado.

En segunda medida, por medio de la encuesta análisis subjetivo de la jefatura de FUNSAR sobre la salud mental aplicada con un grupo de socorristas voluntarios fue posible obtener información importante referente a cuáles de las problemáticas manifestadas por la Dirección General consideran que se presentan más. Tal encuesta fue aplicada con el objetivo de conocer la opinión de los socorristas voluntarios, lo que permitió priorizar y seleccionar los temas del curso, configurado en cuatro capítulos, donde cada uno da respuesta a las problemáticas identificadas. (para ver los resultados y análisis de la encuesta, ver anexo A)

Es por esto que, teniendo en cuenta lo evidenciado, en el árbol de problemas y la encuesta a los socorristas voluntarios, el Curso: Cuidado del Socorrista es una apuesta pedagógica dirigida al Departamento de Bienestar Institucional, personal encargado de brindar apoyo y seguimiento a casos de los socorristas voluntarios que manifiesten la necesidad directa o indirectamente de un apoyo institucional para sobrellevar situaciones complejas o de difícil manejo de la vida cotidiana, contribuyendo así con la incrementación de la búsqueda de canales de comunicación pertinentes y eficientes para el abordaje de cada caso y evitando la deserción de los socorristas voluntarios.

### **Planificación de la pasantía**

En este apartado se evidencia cuál es el proceso que se desarrolló en la pasantía, así que se menciona los objetivos propuestos, como también las metas que se cumplieron a partir de los objetivos planteados con sus respectivos medios de verificación; del mismo modo se relaciona el presupuesto de establecido en el semestre 2023-2 y 2023-1 y, por último, se encuentra el cronograma con las actividades realizadas a lo largo de la pasantía.

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

Elaborar el diagnóstico y diseño del Curso: Cuidado del socorrista relacionado con la promoción y prevención de la salud mental dirigido al personal del Departamento de Bienestar Institucional de la Fundación de Búsqueda y Rescate FUN SAR en los periodos 2023-2 y 2024-1, con la finalidad de brindar herramientas en favor del cuidado y orientación de los socorristas voluntarios.

### **Objetivos Específicos**

- a. Revisar el estado de conocimiento relacionado con la promoción y la prevención de la salud mental.
- b. Elaboración del diagnóstico con la Dirección Administrativa por medio de un árbol de problemas y árbol de objetivos.
- c. Diseñar el Curso: Cuidado del Socorrista a partir de las temáticas identificadas en el diagnóstico derivado del árbol de problemas y la encuesta análisis subjetivo de la jefatura de FUN SAR sobre la salud mental.
- d. Realizar el informe ejecutivo de la pasantía y presentar con la Dirección General de FUN SAR y la UNICOLMAYOR.

### **Metas e indicadores**

Para la construcción de las metas e indicadores se retoma lo expuesto por Candamil y López (2004), quienes entienden las metas como “expresiones cuantitativas de lo que se pretende obtener con el proyecto. Ellas indican cuánto, dónde y en qué tiempo se proyecta alcanzar el objetivo formulado. Se pretende que, mediante una meta establecida, se puedan definir los alcances más concretos.” (p. 51).

Asimismo, los indicadores permiten que el monitoreo, seguimiento y evaluación pueda llevarse a cabo por medio de “herramientas que facilitan la calificación de los resultados de las acciones del proyecto dentro de una escala de satisfacción ideal” (Candamil y López, 2004, p. 60). Aplicándose de acuerdo con las necesidades del contexto, teniendo en cuenta la pertinencia, equidad, consistencia, calidad y sostenibilidad de estos. De esta manera, se construyen las siguientes metas e indicadores de acuerdo con los objetivos específicos.

**Tabla 2.**  
*Matriz de metas e indicadores*

METAS E INDICADORES					
Objetivos específicos	Metas	Indicadores	Actividades	Medios de verificación	Responsables
Revisar el estado de conocimiento relacionado con la promoción y la prevención de la salud mental.	Para el 16 de diciembre del 2023 realizar la búsqueda de al menos 30 referencias (revistas, artículos, libros, bases de datos) relacionados con los temas del curso.	Número de páginas de internet, revistas, artículos y libros vinculados con el Curso: Cuidado del Socorrista.	Buscar en páginas oficiales de organizaciones y universidades relacionadas con la prevención y promoción de la salud mental y conceptos afines para el Curso: Cuidado del Socorrista.	Inventario de referencias bibliográficas del informe y el Curso: Cuidado del Socorrista.	Trabajador a social en formación.
Elaboración del diagnóstico con la Dirección Administrativa por medio de un árbol de problemas y árbol de objetivos.	Para el 30 de noviembre del 2023 desarrollar el diagnóstico con la Dirección General de la Fundación, por medio de 1 árbol de problemas y objetivos.	Número de árboles realizados en conjunto con la Dirección General.	-Reunión presencial con la Dirección general de la fundación. -Realización del árbol de problemas y el árbol de objetivos. -Formulación de la encuesta: Análisis subjetivo de la jefatura de FUNSAR sobre la salud mental. - Análisis de los resultados	- Acta de reunión - Formulario de Google. - Análisis de las respuestas del formulario.	-Trabajadora social en formación -Director General de FUNSAR -Gestores de brigada.
	Para el 30 de noviembre vincular por lo menos a 15 socorristas voluntarios en la priorización de los temas del Curso: Cuidado del Socorrista.	Número de socorristas vinculados a la priorización de los temas del Curso: Cuidado del Socorrista.			
Diseñar el Curso: Cuidado del Socorrista a partir de las temáticas identificadas en el diagnóstico derivado del árbol de problemas y la encuesta Análisis subjetivo de la jefatura de FUNSAR sobre la salud mental.	Para el 30 de marzo del 2024 culminar el diseño del Curso: Cuidado del Socorrista.	Diseño del Curso: Cuidado del Socorrista.	- Diseñar el documento de planeación de los temas del Curso: Cuidado del Socorrista.	-Curso: Cuidado del Socorrista. -Estructura del curso: Presentación, 4 capítulos, temas para cada capítulo. -Anexos del curso. -Formatos de valoración de cada tema.	Trabajador a social en formación.
Realizar el informe ejecutivo y presentación digital de la pasantía y presentar con la Dirección General de FUNSAR y la UNICOLMAYOR.	Para el 17 de abril del 2024 presentar a la UNICOLMAYOR el informe ejecutivo de la pasantía desarrollada.	Presentación a la UNICOLMAYOR del informe ejecutivo de la pasantía.	- Elaborar informe ejecutivo y anexos de este.	-Informe ejecutivo de la pasantía. -Anexos del informe ejecutivo.	-Trabajadora social de formación. -Integrantes de la Dirección Administrativa de FUNSAR. -Docente directora de Trabajo de grado.

	Para el 17 de abril del 2024 realizar la presentación digital a FUNSAR con los resultados de la pasantía.	Presentación a FUNSAR de los resultados de la pasantía.	- Diseñar una presentación digital con los puntos principales de la pasantía y los resultados.	- Correos de convocatoria y mensajes de texto. - Presentación didáctica. - Acta de la reunión virtual.	
--	---	---	--	--	--

*Nota:* La anterior tabla da cuenta de los objetivos propuestos para la pasantía con sus respectivas metas e indicadores. Fuente: Elaboración propia (2024).

### Presupuestos

En este apartado se expone el presupuesto del 2023-2 y 2024-1, donde se desarrolló la pasantía de trabajo social con el diseño del Curso: Cuidado del Socorrista, este se presenta en las tablas número 3 y 4 respectivamente.

**Tabla 3.**

*Presupuesto del proyecto del periodo 202321*

PRESUPUESTO 2023-2	
Concepto	Valor total
Gastos del personal	\$3.923.400
Gastos generales	\$49.700
Gastos de comunicación	\$280.050
Equipos	\$1.499.500
<b>Total de gastos e inversiones</b>	<b>\$5.752.650</b>
Imprevistos (10%)	\$575.265
<b>TOTAL</b>	<b>\$6.327.915</b>

*Nota:* La anterior tabla muestra el presupuesto de la presente pasantía en el semestre 2023-2. Fuente: Elaboración propia (2024).

**Tabla 4.**

*Presupuesto del proyecto del periodo 2024-1*

PRESUPUESTO 2024-1	
Concepto	Valor total
Gastos del personal	\$5.229.000
Gastos generales	\$7.500
Gastos de comunicación	\$373.400
Equipos	\$1.499.500
<b>Total de gastos e inversiones</b>	<b>\$7.109.400</b>
Imprevistos (10%)	\$710.940
<b>TOTAL</b>	<b>\$7.820.340</b>

*Nota:* La anterior tabla muestra el presupuesto de la presente pasantía en el semestre 2024-1. Fuente: Elaboración propia (2024).



## Evaluación y resultados de la pasantía

Teniendo en cuenta la metodología que se ha llevado a cabo a lo largo de la pasantía, la evaluación es uno de los puntos más importantes, la cual ha estado transversalizada a todo el proceso, por lo anterior se retoma a Candamil y López (2004) quienes afirman que “La evaluación hace parte del diseño y la formulación del proyecto” (p. 58) en ese sentido, según los autores la finalidad es conocer los avances y resultados del proceso. Por lo anterior, se hizo una medición de resultados por medio de la matriz que se encuentra en el próximo apartado, la cual está conformada por los objetivos, metas e indicadores; lo que permite dilucidar en qué porcentaje se cumplió con lo planteado al principio de la pasantía, qué logros o dificultades se evidenciaron en el transcurso de la misma y cuáles son los medios de verificación.

### Logros, dificultades y acciones de mejora implementadas

Como se mencionó antes, en cuanto a los logros, dificultades y acciones de mejora fueron identificados varios puntos importantes los cuales se presentan en la siguiente tabla, sin embargo, a partir de esta, se puede deducir que en el desarrollo de la pasantía fue posible cumplir con las metas establecidas por los objetivos específicos.

**Tabla 6.**

*Evaluación de resultados*

EVALUACIÓN DE RESULTADOS					
Objetivos específicos	Metas	Indicador	% de cumplimiento de la meta	Logros y dificultades	Medio de verificación
Revisar el estado de conocimiento relacionado con la promoción y la prevención de la salud mental.	Para el 16 de diciembre del 2023 realizar la búsqueda de al menos 30 referencias (revistas, artículos, libros, bases de datos) relacionados con los temas del curso.	Número de páginas de internet, revistas, artículos y libros vinculados con el Curso: Cuidado del Socorrista.	Se cumplió en un 100% la meta con: - 1 documento primario - 43 documentos secundarios - 5 videos	Fue posible encontrar bastante información importante que permitió establecer los temas teórico-prácticos	Inventario de referencias bibliográficas del informe y el Curso: Cuidado del Socorrista. (Anexo B)
Elaboración del diagnóstico con la Dirección	Para el 30 de noviembre del 2023 desarrollar el diagnóstico con la Dirección General de la Fundación, por medio de 1 árbol de problemas y 1 objetivos.	Número de árboles realizados en conjunto con la Dirección General.	Se cumplió en un 100% la meta establecida, ya que se realizó 1 árbol de problemas y 1 árbol de objetivos.	Fue posible identificar diferentes problemáticas en torno a la salud mental dentro de la fundación.	- Árbol de problemas. - Árbol de objetivos.

Administrativa por medio de un árbol de problemas y árbol de objetivos.	Para el 30 de noviembre vincular por lo menos a 15 socorristas voluntarios en la priorización de los temas del Curso: Cuidado del Socorrista.	Número de socorristas vinculados a la priorización de los temas del Curso: Cuidado del Socorrista.	Se vinculó el 93% de los socorristas voluntarios, siendo 14 sobre 15 que se plantearon como meta	La formulación de las preguntas de la encuesta fueron verificadas por la dirección general, sin embargo, no por un trabajador social.	-Formulario de Google. - Análisis de las respuestas del formulario.
Diseñar el Curso: Cuidado del Socorrista a partir de las temáticas identificadas en el diagnóstico derivado del árbol de problemas y la encuesta Análisis subjetivo de la jefatura de FUN SAR sobre la salud mental.	Para el 30 de marzo del 2024 culminar el diseño del Curso: Cuidado del Socorrista.	Diseño del Curso: Cuidado del Socorrista.	Se diseñó en un 100% el Curso: Cuidado del Socorrista	Se lograron consolidar 4 capítulos, de los cuales del segundo al cuarto responden a la prevención y promoción en torno a la ansiedad, la ansiedad social y al síndrome de Burnout respectivamente.	- Curso: Cuidado del Socorrista. - Estructura del curso: Presentación, 4 capítulos, temas para cada capítulo. - Anexos del curso. -Formatos de valoración de cada tema. - Acta de reunión de seguimiento.
Realizar el informe ejecutivo y presentación digital de la pasantía y presentar con la Dirección General de FUN SAR y la UNICOLMAYOR.	Para el 17 de abril del 2024 presentar a la UNICOLMAYOR el informe ejecutivo de la pasantía desarrollada.	Presentación a la UNICOLMAYOR del informe ejecutivo de la pasantía.	Se presentó en un 95% el informe a la UNICOLMAYOR, dado que posteriormente a esto se le hicieron algunas correcciones.	El informe contiene el desarrollo del proceso de pasantía, incluidos los enlaces de anexos en los cuales se encuentra el Curso: Cuidado del Socorrista. El informe se extiende más de 20 páginas.	- Informe ejecutivo de pasantía. - Anexos del informe ejecutivo.
	Para el 17 de abril del 2024 realizar la presentación digital a FUN SAR con los resultados de la pasantía.	Presentación a FUN SAR de los resultados de la pasantía.	Se presentó el 90% de los resultados de la pasantía	Se aclara que en la socialización no se presentó a detalle cada uno de los anexos de los resultados por dinámicas de tiempo. Se logró que de 8 personas convocadas 5 participaran en la socialización	- Convocatoria en mensajes de texto. - Presentación didáctica. - Acta de la reunión virtual.

Nota: La anterior tabla evidencia cómo se dio el proceso de evaluación de resultados por medio del cumplimiento de las metas. Fuente: Elaboración propia (2024).

Finalmente, en cuanto a la evaluación del proceso de pasantía es posible afirmar que, de acuerdo con los objetivos planteados al iniciar el proceso, las metas de cada uno de ellos se han cumplido sobre un 90%.

Por otro lado, a lo largo de la pasantía se realizaron tres reuniones de seguimiento con la dirección General de la fundación en las cuales se evaluó el proceso y se identificaron aspectos positivos y a mejorar.

En este sentido, en el siguiente apartado se presentan los productos de la pasantía los cuales también son un medio de verificación del cumplimiento de los objetivos y metas y, justifican la evaluación del proceso manifestada anteriormente en la tabla.

### **Productos de la pasantía**

Este apartado se refieren los productos que se han construido y consolidado durante los periodos 2023-2 y 2024-1, los cuales están organizados de la siguiente manera:

1. Informe ejecutivo.
2. Anexos del informe: Informe de la encuesta, inventario de referencias, carta de certificación de la pasantía en FUN SAR y presupuesto aproximado del curso.
3. Curso: Cuidado del Socorrista. (Duración: 8 horas y 30 minutos).
4. Anexos de la planeación de Curso: Cuidado del Socorrista: Imágenes para impresión y valoraciones de los siete temas del curso.
5. Actas de reunión (Inicial, de seguimiento y final) y post de convocatoria a la presentación de resultados. (Anexo C)

Los productos de la pasantía se pueden visualizar en el apartado “anexos” del presente informe.

### **Conclusiones y recomendaciones**

El presente informe y el Curso: Cuidado del Socorrista, como producto principal de la pasantía, se diseñó a partir de la búsqueda de diferentes fuentes primarias y secundarias, las cuales se constituyen como una fuente de conocimiento importante y permitieron justificar los temas de promoción de la salud mental y la prevención de su deterioro para ser aplicados por el equipo del Departamento de Bienestar con los socorristas voluntarios de FUN SAR.

Por otro lado, por medio del trabajo colaborativo con la Dirección General de FUN SAR, fue posible configurar los capítulos del Curso: Cuidado del Socorrista, partiendo de las temáticas identificadas en el diagnóstico donde se elaboró el árbol de problemas y objetivos; y la realización de la encuesta que tuvo como nombre: Análisis subjetivo de la jefatura de FUN SAR sobre la salud mental, por parte de un grupo de socorristas voluntarios. Lo cual da cuenta de la iniciativa de la fundación de brindar herramientas

relacionadas con el cuidado y orientación, tal como se manifiesta en el objetivo del Departamento de Bienestar Institucional, en torno a la promoción de la salud mental y la prevención de su deterioro en todos los integrantes de la fundación.

Finalmente, el trabajo social tiene un papel fundamental en los procesos de salud mental con socorristas voluntarios, ya que de manera integral proporciona apoyo emocional, psicosocial, orientando en el manejo del estrés y el procesamiento de emociones complejas como el miedo o ira, así como también brinda herramientas en torno a la resolución de conflictos teniendo en cuenta la naturaleza de la acción de un socorrista. Por otro lado, el trabajo social como disciplina aporta en gran medida a la promoción de la salud mental ya que se fomentan las prácticas saludables y de autocuidado, de la misma manera que se sensibiliza en cuanto a la importancia de buscar ayuda en los momentos que son necesarios.

En cuanto al Síndrome de Burnout, como disciplina se trabaja en la prevención del agotamiento tanto físico como mental proporcionando herramientas de cuidado del otro y de sí mismo.

Finalmente, uno de los aspectos más fuertes del trabajador social es la identificación y gestión de recursos y servicios que brinden orientación, por eso se hizo énfasis en el diagnóstico apoyándose en la Dirección General pero también en los socorristas voluntarios.

Por lo anterior, la modalidad de pasantía para los trabajos de grado resulta ser conveniente ya que permite la puesta en práctica de los conocimientos adquiridos por parte del trabajador social en una realidad, teniendo en cuenta que por medio del diagnóstico realizado y los acercamientos a la fundación fue posible identificar una problemática en específico sobre la cual fue posible desarrollar el proceso de pasantía donde el tema principal fue la promoción de la salud mental y la prevención de su deterioro en los socorristas voluntarios de FUNSAR.

A modo de recomendación a la Fundación FUNSAR se sugiere estudiar la posibilidad de continuar con la participación de pasantes que apoyen los procesos administrativos de la fundación aportando sus conocimientos y tiempo a favor del crecimiento y desarrollo de la institución, teniendo en cuenta el tiempo que esto demanda, a fin de evitar complicaciones en cuanto a trámites administrativos y/o acciones de seguimientos necesarios al proceso.

A la UNICOLMAYOR se recomienda revisar el acuerdo 098 de 2021 en cuanto a la modalidad de pasantía, con el fin de que los trabajadores sociales en formación que desean realizar su trabajo de grado con esta modalidad cuenten desde el inicio de su pasantía con las orientaciones y las garantías claras por parte de la universidad.

## Anexos

### Anexo 1.

#### *Anexos del informe*

A continuación, se encuentran los enlaces de acceso a los anexos del presente informe: <https://heyzine.com/flip-book/331d3941e1.htm>

### Anexo 2.

#### *Curso: Cuidado del Socorrista y sus anexos*

Por último, se encuentra el enlace de acceso al anexo Curso: Cuidado del Socorrista, así también, con sus respectivos anexos: <https://heyzine.com/flip-book/ba493eca2f.html>

## Referencias

- Balica. (2021) ¿Qué es el bienestar? Documento de investigación sobre políticas. *Organización del Bachillerato Internacional*.  
<https://www.ibo.org/globalassets/new-structure/research/pdfs/what-is-well-being-es.pdf>
- Barbosa. S y Urrea. A, (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Revista Katharsis*.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6369972.pdf>
- Candamil, M y López, M. (2004). *Los Proyectos Sociales, una Herramienta de la Gerencia Social*. Editorial Universidad de Caldas. Ciencias Jurídicas y Sociales.  
<https://ayudacontextos.files.wordpress.com/2018/04/los-proyectos-sociales-candamil-y-lc3b3pez.pdf>
- Cardona. O, (2017). Gestión del riesgo de desastres: de lo local a lo global Un marco conceptual en una ciudad laboratorio. Instituto de Estudios Ambientales IDEA y *Universidad Nacional de Colombia*.  
[https://idea.manizales.unal.edu.co/publicaciones/boletines\\_ambientales/boletin143.pdf](https://idea.manizales.unal.edu.co/publicaciones/boletines_ambientales/boletin143.pdf)
- Casañas. R y Lalucat. L (2019). Promoción de la salud mental, prevención de los trastornos mentales y lucha contra el estigma. Estrategias y recursos para la alfabetización emocional de los adolescentes. *Revista de Estudios de Juventud 121*.  
[https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7.\\_promocion\\_de\\_la\\_salud\\_mental\\_preencion\\_de\\_los\\_trastornos\\_mentales\\_y\\_lucha\\_contra\\_el\\_estigma.\\_estrategias\\_y\\_recursos\\_para\\_la\\_alfabetizacion\\_emocional\\_de\\_los\\_adolescentes.pdf](https://www.injuve.es/sites/default/files/adjuntos/2019/06/7._promocion_de_la_salud_mental_preencion_de_los_trastornos_mentales_y_lucha_contra_el_estigma._estrategias_y_recursos_para_la_alfabetizacion_emocional_de_los_adolescentes.pdf)

- Centro de Formación Territorial (2006). Voluntariado, Echar una mano. *Centro de Formación Territorial*.  
<https://ibdigital.uib.es/greenstone/collect/cd2/index/assoc/responsa/ble1.dir/responsable1.pdf>
- Conpes. D. C. Política pública distrital de salud mental 2023-2032. 15 de noviembre de 2023.  
<https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=150858&dt=S>  
 Departamento Nacional de Planeación. (s.f). 3. Salud y Bienestar. ODS.  
<https://ods.dnp.gov.co/es/objetivos/salud-y-bienestar>
- Ellen. G. (1989). *Consejos sobre la salud*. Ellen G. White Estate, Inc.  
<https://ellenwhiteaudio.org/ebooks/sp/ellenwhite/Consejos%20Sobre%20la%20Salud.pdf>
- Fundación Euroinnova (2024). *Qué es un socorrista de primeros auxilios*. Euroinnova Formación S.L. <https://www.euroinnova.co/que-es-un-socorrista-de-primeros-auxilios>
- Funsar. (2023). *Nuestra institución*. <http://www.funsar.org.co/>
- García y González (2000). La categoría de bienestar psicológico. Su relación con otras categorías sociales. *Revista Cubana de Medicina General Integral*.
- Ley 1523 de 2012. (2012, 24 de abril). Congreso de la República.  
[https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=47141#:~:text=To da%20persona%20natural%20o%20jur%C3%ADdica,ejercicio%20de%20la%20solidaridad%20social.](https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=47141#:~:text=To%20persona%20natural%20o%20jur%C3%ADdica,ejercicio%20de%20la%20solidaridad%20social.)
- Ministerio de salud y protección social. (2018). *Política nacional de salud mental*.  
<file:///C:/Users/Usuario/Documents/FUNSAR/BIENESTAR/politica-nacional-salud-mental.pdf>
- Naciones Unidas. (s.f). Declaración Universal de los Derechos Humanos. *Artículo 25*.  
<https://www.un.org/es/about-us/universal-declaration-of-human-rights>
- Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022). *Plan de acción integral en salud mental 2013-2030*.  
<https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/357847/9789240050181-spa.pdf?sequence=1>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). *Salud física*.  
<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2022). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*.  
[https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our- r  
 esponse/?gad\\_source=1&gclid=Cj0KCQiAoeGuBhCBARIsAGfKY7yKdtVv5koi2Me ni P mESf-pBKvpxFYli0clr5ZjjxrxZmDqTkstwlSaAkqWEALw\\_wcB](https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gad_source=1&gclid=Cj0KCQiAoeGuBhCBARIsAGfKY7yKdtVv5koi2Me ni P mESf-pBKvpxFYli0clr5ZjjxrxZmDqTkstwlSaAkqWEALw_wcB)

Organización Mundial de la Salud [OMS]. (2024). *Salud Mental*.

[https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab\\_1](https://www.who.int/es/health-topics/mental-health#tab=tab_1)

Secretaría Jurídica Distrital. (s.f). *Constitución Política 1 de 1991 Asamblea Nacional Constituyente*.

[https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125#:~:text=ART%  
C 3](https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125#:~:text=ART%C3)

[%8DCULO%2049., y%20recuperaci%C3%B3n%20de%20la%20salud](https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=4125#:~:text=ART%8DCULO%2049.,y%20recuperaci%C3%B3n%20de%20la%20salud).

Vargas. J, (2015). Promoción de la salud mental. *Revista electrónica Psyconex*.

<file:///C:/Users/Usuario/Downloads/aarroyavehernandez,+24856->

[Texto+del+art\\_culo- 9 5875-1-10-20151110\\_compressed.pdf](file:///C:/Users/Usuario/Downloads/aarroyavehernandez,+24856-Texto+del+art_culo-95875-1-10-20151110_compressed.pdf)