

Análisis del Desempeño de la Política Pública de Salud Mental en el Abordaje de la Depresión en Adolescentes (12-17 años) en Cota: Un Enfoque Diagnóstico

Analysis of the Performance of Public Mental Health Policy in Addressing Depression in Adolescents (12-17 years) in Cota: A Diagnostic Approach

Johana Carolina Díaz Delgado
Especialización en Gerencia Servicios de Salud
Institución Universitaria Colegios de Colombia
jcarolinadiaz@unicoc.edu.co

Luz Amparo Ruiz García
Mg. Planeación socioeconómica
Coordinadora programa Gerencia Servicios de Salud
Institución Universitaria Colegios de Colombia
lagarcia@unicoc.edu.co

Resumen:

Introducción: Se evalúa el avance en la implementación de políticas públicas de salud mental en el Municipio de Cota, con un enfoque en la depresión en adolescentes de 12 a 17 años. Destaca la importancia de comprender el estado actual de estas políticas y sugiere posibles mejoras necesarias. **Metodología:** Se propone un estudio mixto que combina métodos cualitativos y cuantitativos. Se utilizarán encuestas y una revisión sistemática de la literatura. Los criterios de inclusión y exclusión se detallan para la selección de la población estudiantil y la revisión documental. Se empleará un análisis temático y comparativo para integrar los hallazgos de ambos métodos. **Resultados:** El análisis revela apoyo hacia programas educativos de salud mental en adolescentes, pero también desafíos como la falta de conocimiento sobre recursos comunitarios y la presencia de pensamientos suicidas. Se proponen campañas educativas y protocolos claros para abordar estos problemas y mejorar el bienestar emocional de los adolescentes. Aunque hay avances en la implementación de

políticas de salud mental aún persisten desafíos. En **conclusión**, se destaca la importancia de la comunicación familiar y la colaboración interinstitucional, así como la necesidad de abordar factores emocionales y de riesgo para una implementación efectiva de políticas de salud mental.

Palabras clave: *Salud Mental, Políticas Públicas, Depresión, Adolescentes, Comportamientos.*

Abstract:

Introduction: Progress in the implementation of public mental health policies in the Municipality of Cota is evaluated, with a focus on depression in adolescents between 12 and 17 years old. It highlights the importance of understanding the current state of these policies and suggests possible improvements needed. **Methodology:** A mixed study is proposed that combines qualitative and quantitative methods. Surveys and a systematic literature review will be used. The inclusion and exclusion criteria are detailed for the selection of the student population and the documentary review. A thematic and comparative analysis will be used to integrate the findings from both methods. **Results:** The analysis reveals support for mental health educational programs in adolescents, but also challenges such as lack of knowledge about community resources and the presence of suicidal thoughts. Educational campaigns and clear protocols are proposed to address these problems and improve the emotional well-being of adolescents. Although there is progress in the implementation of mental health policies, challenges still persist. In **conclusion**, the importance of family communication and inter-institutional collaboration is highlighted, as well as the need to address emotional and risk factors for the effective implementation of mental health policies.

Keywords: *Mental Health, Public Policies, Depression, Adolescents, Behaviors*

Introducción

El avance en la implementación de políticas públicas de salud mental en el municipio de Cota, particularmente en relación con la promoción, prevención y atención de la depresión en adolescentes de 12 a 17 años, es crucial para la salud comunitaria. La depresión en esta

población es una preocupación significativa debido a su impacto en el bienestar emocional, el desarrollo personal y la calidad de vida. Por ende, evaluar el progreso en este ámbito es esencial para comprender el estado actual y las posibles mejoras en las políticas y programas existentes (Cota C. M., 2021).

En primer lugar, es importante destacar que la salud mental de los adolescentes es una prioridad tanto a nivel nacional como local. La creciente conciencia sobre la importancia de abordar los problemas de salud mental en esta etapa crucial del desarrollo ha llevado a un incremento en los esfuerzos para implementar políticas específicas para la promoción, prevención y atención de la depresión en esta población (Cota S. d., 2021).

En el contexto específico de Cota, municipio del departamento de Cundinamarca en Colombia, es necesario evaluar cómo se han traducido estas políticas en acciones concretas y su impacto en la salud mental de los adolescentes. Con una población estimada en 39,070 habitantes, Cota enfrenta desafíos únicos debido a su contexto sociodemográfico, su entorno urbano y rural, y la disponibilidad de infraestructura y recursos de salud (Cota S. d., 2021).

Para comprender el avance en la implementación de la política pública de salud mental en Cota, es esencial examinar varios aspectos clave. Primero, se deben evaluar los esfuerzos de promoción de la salud mental, que incluyen campañas educativas, actividades comunitarias y programas de sensibilización destinados a aumentar la conciencia sobre el bienestar emocional y la detección temprana de la depresión en los adolescentes (Cota C. M., 2021).

En segundo lugar, es necesario analizar la eficacia de las estrategias de prevención de la depresión. Estas estrategias pueden incluir intervenciones en el ámbito escolar, programas de desarrollo de habilidades para la vida y acceso a servicios de apoyo psicológico y emocional. Es crucial determinar si estas intervenciones están llegando a la población objetivo y si están logrando el impacto deseado en la reducción de los factores de riesgo y la promoción de factores protectores para la salud mental de los adolescentes (Cota C. M., 2021).

En tercer lugar, es fundamental evaluar la accesibilidad y calidad de los servicios de atención para adolescentes que experimentan depresión u otros problemas de salud mental. Esto abarca la disponibilidad de personal capacitado, la accesibilidad geográfica de los servicios,

la adecuación cultural de las intervenciones y la coordinación entre diferentes niveles de atención en salud (Cota C. M., 2021).

Además de estos aspectos específicos, es importante considerar el enfoque de género, las desigualdades socioeconómicas y las barreras culturales que pueden influir en el acceso y la utilización de los servicios de salud mental por parte de los adolescentes en Cota. La equidad en la provisión de servicios y la inclusión de perspectivas diversas son esenciales para una política de salud mental efectiva y sensible a las necesidades de la población adolescente (Cota C. M., 2021).

Finalmente, el avance en la implementación de la política pública de salud mental en Cota, en relación con la promoción, prevención y atención de la depresión en adolescentes de 12 a 17 años, es un tema complejo que requiere un enfoque integral y basado en evidencia. Evaluar este progreso implica examinar diversos aspectos, desde las estrategias de promoción y prevención hasta la accesibilidad y calidad de los servicios de atención. Solo a través de un análisis exhaustivo y una colaboración efectiva entre diferentes actores se puede asegurar que las políticas y programas de salud mental en Cota respondan de manera adecuada a las necesidades de los adolescentes y promuevan su bienestar emocional y desarrollo saludable (Cota C. M., 2021).

La salud mental abarca el bienestar emocional, psicológico y social integral de una persona, capacitándola para enfrentar el estrés, superar dificultades cotidianas, mantener relaciones productivas y contribuir positivamente a su entorno. Este concepto va más allá de la mera ausencia de enfermedades, incluyendo también la promoción del bienestar, la prevención de trastornos mentales y la atención y rehabilitación de quienes los padecen (OMS, 2022).

Promover la salud mental implica crear entornos que fomenten el bienestar emocional y asegurar el acceso a servicios de apoyo psicológico cuando sea necesario. Este enfoque no solo es crucial para el bienestar individual, sino que también tiene un impacto significativo en la calidad de vida de las comunidades en su conjunto.

La política de salud mental se concibe como un conjunto de valores, principios y objetivos orientados a mejorar la salud mental y reducir la carga de los trastornos mentales en la

población. Sus metas principales incluyen la prevención y tratamiento de enfermedades mentales, la rehabilitación de personas afectadas y la promoción de la salud mental en la comunidad (OMS, 2022).

En las últimas décadas, los problemas de salud mental han adquirido una importancia creciente debido al aumento de los trastornos mentales y problemas asociados, como la violencia, el consumo de sustancias y el suicidio. Estos problemas no solo afectan emocionalmente a los individuos y sus familias, sino que también tienen un impacto económico significativo en la sociedad y en el sistema de salud pública.

En Colombia, la salud mental es particularmente relevante debido a las condiciones sociales y de violencia que caracterizan al país. Los trastornos mentales afectan especialmente a niños, adolescentes y adultos jóvenes, repercutiendo en su desempeño educativo, laboral y en su bienestar general. La edad de inicio de estos trastornos varía, pero se concentra en la adolescencia y la juventud, lo que subraya la importancia de abordar estos problemas desde edades tempranas.

La depresión es uno de los trastornos mentales más comunes en Colombia, con una alta prevalencia, especialmente entre adolescentes. Se estima que alrededor de 2.425.000 personas en el país sufren de depresión, lo que la convierte en la segunda causa de carga de enfermedad. Otros problemas de salud mental, como la ansiedad y el trastorno por déficit de atención e hiperactividad, también afectan a una proporción significativa de la población, especialmente en edades tempranas (Ministerio de Salud, 2018).

Abordar los problemas de salud mental en Colombia, y específicamente en poblaciones vulnerables como los adolescentes, es crucial para garantizar el bienestar y el desarrollo integral de la sociedad. Es necesario implementar políticas públicas efectivas que promuevan la prevención, el tratamiento y la rehabilitación de los trastornos mentales, así como la creación de entornos saludables y resilientes que apoyen el bienestar emocional y psicológico de todos los ciudadanos.

La situación de la salud mental en Cota es un tema central que afecta directamente el bienestar emocional y social de la comunidad. Las políticas públicas juegan un papel vital en enfrentar la depresión, un desafío significativo de salud pública en el país (Cota S. d., 2021).

A pesar de los esfuerzos realizados para enfrentar los problemas de salud mental, incluyendo la depresión, persisten obstáculos en su implementación efectiva. La escasez de recursos y la falta de educación y conciencia siguen siendo barreras que limitan el acceso equitativo a los servicios de salud mental.

Aquí, la Metodología Asís (Análisis de la Situación en Salud) se presenta como una herramienta valiosa. Aplicar esta metodología permite evaluar críticamente la implementación de la política de salud mental en Cota, especialmente en relación con la depresión en adolescentes de 12 a 17 años. Este enfoque proporciona una visión clara de los factores que influyen en la salud mental en la región, permitiendo realizar ajustes estratégicos (ASIS, 2021).

La participación de diversos actores, incluyendo autoridades locales, instituciones educativas y la comunidad en general, es esencial en este proceso. Asegura que las políticas y programas se adapten a las necesidades reales de los residentes de Cota y que la retroalimentación ciudadana ajuste estrategias y programas según los hallazgos, garantizando una mejora continua.

Explorar el contexto de salud mental en Cota revela una comunidad diversa de 39,070 habitantes en crecimiento significativo. Ubicado en la Sabana de Bogotá a 2,600 metros sobre el nivel del mar, el municipio refleja una mezcla única de tradición y desarrollo acelerado, con una economía local vinculada a la agricultura, ganadería y turismo.

En términos normativos, Colombia cuenta con una base legal sólida que subraya la importancia de la salud mental. Leyes como la Ley 1616 de 2013 y la Resolución 4886 de 2016 establecen compromisos para la promoción y atención integral de la salud mental, mientras que la ordenanza departamental (094 de 2019) destaca la necesidad de políticas públicas de salud mental a nivel local.

Desde la definición de salud mental como un estado de bienestar emocional, psicológico y social, hasta la promoción de la salud mental como una estrategia intersectorial, el marco conceptual abarca aspectos clave como el acceso a servicios de salud mental, la atención integral, la capacitación del personal y la evaluación del impacto en la comunidad.

Por lo tanto, el objetivo es evaluar la implementación de la política pública de salud mental con enfoque en la depresión de adolescentes entre 12 y 17 años en el municipio de Cota, con el fin de identificar fortalezas, debilidades y áreas de mejora para garantizar un abordaje efectivo y adaptado a las necesidades de esta población.

Metodología

Este estudio adopta un enfoque mixto, combinando métodos cualitativos y cuantitativos para evaluar la implementación de políticas públicas de salud mental en adolescentes. La población objetivo está conformada por estudiantes de la Institución Educativa Departamental Enrique Pardo Parra – Parcelas, que cursan desde sexto hasta undécimo grado y tienen edades entre 12 y 17 años. Se emplea un muestreo aleatorio simple para seleccionar una muestra representativa de 410 estudiantes.

Para la revisión de literatura y la aplicación de la encuesta, se establecieron criterios de inclusión específicos para la población escolar. En la revisión documental, se analizaron 10 artículos relevantes sobre la implementación de políticas públicas de salud mental, publicados entre 2018 y 2023, extraídos de bases de datos como PubMed, Scielo, Google Scholar y Medline, con un enfoque en normativa y políticas en Colombia.

El análisis de datos se divide en dos componentes principales. Primero, la encuesta proporciona información sobre las características demográficas de los participantes, sus percepciones sobre la salud mental y los determinantes identificados. Segundo, se llevó a cabo un análisis temático de documentos relacionados con políticas y programas de salud mental, comparando estos resultados con los obtenidos de la encuesta. La integración de estos hallazgos permitió identificar determinantes clave, construir conclusiones

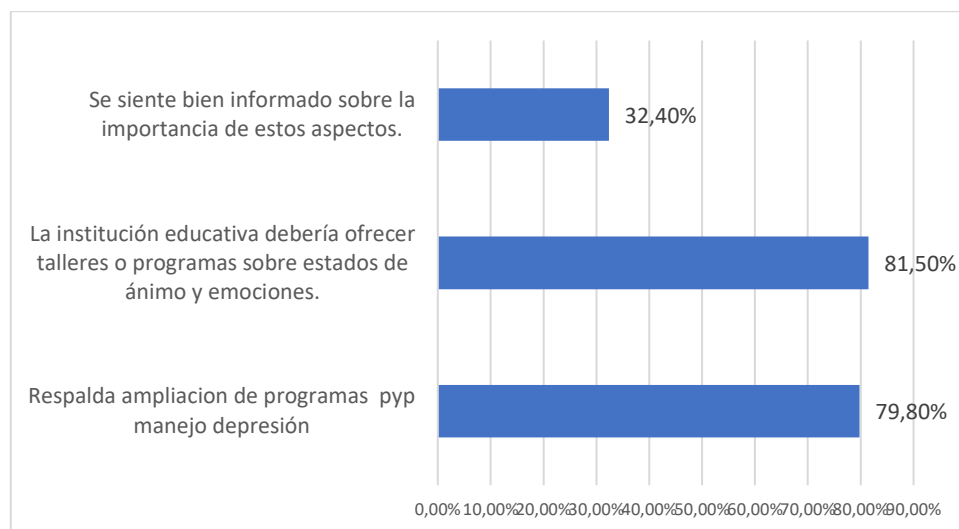
importantes y formular recomendaciones dirigidas a mejorar la salud mental de los adolescentes en el Municipio de Cota.

Resultados

La muestra está compuesta por 410 adolescentes del municipio de Cota, con edades que oscilan entre 12 y 17 años. La distribución por edades es bastante equitativa, con tres grupos principales: 12-13 años (36.1%), 14-15 años (38.8%) y 16-17 años (25.1%). En términos de grados escolares, el octavo grado es el más representado, con un 24.1%. Respecto al género, el 53.4% de los encuestados son masculinos, frente al 46.6% que son femeninos.

En cuanto a la percepción sobre la implementación de la política pública de salud mental, el 79.8% de los encuestados respalda la ampliación de programas educativos dedicados a la prevención y tratamiento de la depresión en el municipio. Además, un significativo 81.5% opina que la institución educativa debería incluir temas sobre estados de ánimo y emociones mediante talleres o programas específicos. Sin embargo, hay una notable división en la percepción de la comunidad respecto al bienestar emocional y la depresión, ya que solo el 32.4% considera que está adecuadamente informada sobre la importancia de estos aspectos.³ Determinantes Identificados: Gráfica 1.

Gráfica 1 Percepción implementación política Salud Pública



Fuente: Elaboración propia

En relación con los factores emocionales, el 43.7% de los adolescentes reporta dificultades significativas en la concentración o en la toma de decisiones. Solo el 11.5% ha sido diagnosticado con depresión, y de estos, apenas el 7.3% ha recibido tratamiento médico. A pesar de esto, un 57.8% de los participantes se siente cómodo hablando sobre sus emociones, lo que indica una actitud positiva hacia la expresión emocional.

En términos de relaciones familiares, más de la mitad de los adolescentes (56.1%) comparte abiertamente con sus padres sus sentimientos emocionales, lo que indica una comunicación familiar relativamente abierta. Además, la mayoría de ellos (67.6%) percibe que sus padres comprenden y están dispuestos a apoyar sus emociones, reflejando un nivel positivo de apoyo emocional en el entorno familiar. La tabla 1pre

Tabla 1 Análisis de Factores de Riesgo, Acceso a Recursos y Apoyo Social en Adolescentes del Municipio de Cota

Categoría	Indicador	Porcentaje (%)
Factores de Riesgo	Pensamientos suicidas	
	Han experimentado pensamientos suicidas	36%
Comportamientos autolesivos	Han desarrollado un plan específico para el suicidio	23,70%
	Han intentado autolesionarse	29,30%
	No han intentado autolesionarse	70,70%
	Percepción sobre la disponibilidad de información	
Acceso a Recursos y Educación	Considera que hay suficiente información sobre la depresión	46,80%
	Conocimiento de recursos y servicios de apoyo	
	Conoce recursos o servicios de apoyo para la depresión	28,50%
	Apoyo emocional de los padres	
Apoyo Social y Comunicación	Siente que sus padres comprenden y apoyan sus emociones	67,70%
	Disposición para buscar ayuda	
	Se siente seguro buscando ayuda en caso de pensamientos negativos	49,50%

Fuente: Elaboración propia

La Tabla 2, presenta los resultados obtenidos a partir de la encuesta realizada a estudiantes de sexto a undécimo grado de la Institución Educativa Parcelas Enrique Pardo Parra, con edades comprendidas entre 12 y 17 años. Esta encuesta tuvo como objetivo recolectar

información sobre diversos aspectos relacionados con la salud mental, incluyendo la percepción sobre la depresión, el acceso a recursos y apoyo, así como la comunicación y el entorno familiar. Los datos recabados abarcan una variedad de factores emocionales, comportamientos y actitudes, proporcionando una visión integral sobre la situación de salud mental entre los jóvenes de esta institución. La tabla a continuación resume los porcentajes correspondientes a cada categoría y pregunta, facilitando la interpretación de los resultados y su análisis.

Tabla 2 Resultados encuesta aplicada en la Institución Colegio Parcelas Enrique Pardo Parra en estudiantes de sexto a onceavo grado de 12 a 17 años.

Categoría	%
Edad	
12 – 13 años	36.1%
14 – 15 años	38.8%
16 – 17 años	25.1%
Grado Escolar	
Sexto	10.2%
Séptimo	18.3%
Octavo	24.1%
Noveno	14.6%
Décimo	18.8%
Once	13.9%
Sexo	
Masculino	53.4%
Femenino	46.6%
Sentimientos y Comportamientos	
¿Te has sentido triste la mayor parte del día, casi todos los días?	22.9%
¿Has dejado de sentir interés por actividades que normalmente te gustaban?	42%
¿Has incrementado la ingesta de alimentos?	33.9%
¿Has disminuido la ingesta de alimentos?	30%
¿Has tenido dificultades para conciliar el sueño o te has estado despertando demasiado temprano?	45.4%
¿Has estado durmiendo demasiado casi todos los días?	35.1%
¿Te sientes agotado(a) y sin energía todo el tiempo?	37.3%
¿Has tenido más dificultad en concentrarte o en tomar decisiones de lo que es normal?	43.7%
Diagnóstico y Tratamiento	
¿Has sido diagnosticado con depresión?	11.5%
Si la respuesta anterior fue sí, ¿has recibido algún tratamiento desde el servicio médico?	7.3%
Comunicación y Educación	

¿Te sientes cómodo hablando sobre tus sentimientos y emociones con amigos, familiares o profesionales de la salud?	57.8%
¿Crees que hay suficiente información disponible sobre la depresión?	46.8%
¿Conoces algún recurso o servicio en tu comunidad que brinde apoyo para la depresión y te oriente sobre cómo buscar ayuda?	28.5%
Programas y Talleres	
¿Crees que se deberían implementar más programas y/o campañas educativas de prevención y tratamiento de la depresión en el Municipio?	79.8%
¿Consideras que la institución debería abordar temas sobre los estados de ánimo y emociones a través de talleres, actividades o programas específicos?	81.5%
Conocimiento y Apoyo Familiar	
¿Crees que la comunidad en general está informada sobre la importancia del bienestar emocional y la depresión?	32.4%
¿Te gustaría recibir información adicional sobre los estados de ánimo y la depresión y cómo gestionar apoyo para el manejo de esta?	64.6%
¿Has participado en alguna charla en la que se hable de la depresión?	42.7%
¿Conoces a alguien de tu círculo de amigos que sufra de depresión?	34.4%
¿Has compartido con tus padres sobre cómo te sientes emocionalmente en algún momento?	56.1%
¿Sientes que tus padres comprenden tus emociones y preocupaciones, y están dispuestos a apoyarte cuando lo necesitas?	67.6%
¿Crees que tus padres conocen los recursos disponibles para ayudarte con tus emociones?	56.3%
Pensamientos y Comportamientos Autolesivos	
¿Alguna vez has tenido pensamientos sobre hacerte daño a ti mismo?	35.6%
En caso de que sí, ¿has tenido un plan específico para hacerlo?	23.7%
¿Sientes que hay situaciones específicas que desencadenan estos pensamientos negativos?	54.4%
¿Te sientes seguro(a) buscando ayuda en caso de tener estos pensamientos negativos?	49.5%
¿Has recibido apoyo o ayuda de alguien después de compartir estos pensamientos?	44.9%
¿Alguna vez has intentado hacerte daño a ti mismo?	29.3%

Fuente: Elaboración propia

Análisis Documental

Durante el análisis documental, se revisaron inicialmente 20 documentos relevantes sobre la implementación de políticas públicas de salud mental enfocadas en la depresión adolescente en el municipio de Cota, Cundinamarca, Colombia. Tras aplicar los criterios de inclusión, se

excluyeron 10 artículos que no cumplían con las normativas establecidas, resultando en un conjunto de 10 documentos que cumplen con los criterios de investigación cualitativa. Estos documentos, que incluyen estudios etnográficos, teóricos y centrados en la acción participativa, ofrecen una perspectiva detallada sobre las políticas públicas de salud mental en el contexto específico de Cota.

La revisión detallada de la literatura proporciona una visión integral de cómo convergen las políticas públicas, estrategias educativas y colaboraciones interinstitucionales para abordar la salud mental y la depresión en adolescentes de Cota. Entre los hallazgos destacados se encuentran diversas políticas locales que subrayan la importancia crítica de la salud mental, enfocándose en establecer un marco sólido para la promoción, prevención y atención de la depresión en adolescentes (Cota C. M., 2021). Además, se identificaron estrategias clave, como los programas educativos y preventivos en las instituciones escolares, que se centran en la sensibilización, educación emocional y detección temprana de la depresión (Albuquerque Reto, 2023).

La colaboración entre instituciones educativas, servicios de salud y organizaciones comunitarias se presenta como una estrategia esencial para abordar los desafíos de la salud mental de manera integral, optimizando recursos y fomentando sinergias (Ministerio de Salud, 2018). La participación comunitaria también emerge como un elemento clave en la implementación efectiva de programas de salud mental, destacando el papel activo de la comunidad en la promoción del bienestar mental y la creación de entornos de apoyo (de la Salud, 2021).

La revisión incluyó evaluaciones de impacto de programas existentes, proporcionando una visión crítica sobre la efectividad de las intervenciones y permitiendo la identificación de áreas para ajustes y mejoras continuas. Estas recomendaciones son cruciales para el diseño de estrategias futuras (Cota S. d., 2021).

En el análisis temático, se organizaron los documentos recopilados para identificar tendencias y aspectos clave en la salud mental adolescente en Cota. Se abordaron temas relevantes como las Políticas de Salud Mental, que reflejan la prioridad local para abordar la depresión en adolescentes y establecen un marco normativo para las acciones en esta área

crítica (Muñoz Arroyave, 2020). Los Programas de Prevención, centrados en la educación y concientización, resaltan la importancia de abordar la depresión desde sus raíces, especialmente en el entorno educativo (Cota C. M., 2021).

La colaboración interinstitucional se revela como un tema transversal, vital para abordar la complejidad de la salud mental mediante la cooperación entre entidades educativas, servicios de salud y organizaciones comunitarias (Ministerio de Salud, 2018). El análisis también destaca la importancia de evaluar los Factores de Riesgo y la efectividad de las intervenciones existentes, permitiendo ajustes basados en evidencia (De Cundinamarca, 2019). Finalmente, la Participación Comunitaria se identifica como un componente esencial para el éxito de los programas, subrayando la necesidad de un papel activo de la comunidad en la promoción de la salud mental (de la Salud, 2021).

Comparación con Resultados de Encuesta

La comparación entre los resultados de la encuesta y la revisión documental ofrece una visión integral de la compleja dinámica de la salud mental adolescente en el municipio de Cota. Mientras que la encuesta ha identificado desafíos específicos, como la falta de conocimiento sobre recursos comunitarios, la revisión documental aporta una perspectiva más amplia al resaltar las estrategias de prevención y colaboración interinstitucional que ya están en marcha. En general, las percepciones de los adolescentes sobre la disponibilidad de información y la comunicación abierta están en consonancia con las iniciativas actuales. Sin embargo, se han identificado áreas específicas que requieren atención adicional, especialmente en lo que respecta al acceso a recursos especializados.

La integración de estos datos resalta la importancia de considerar tanto la voz directa de los adolescentes como la información obtenida a través de la revisión documental. Aunque la encuesta pone de manifiesto desafíos particulares, la revisión documental proporciona un contexto más amplio al destacar estrategias exitosas y políticas vigentes. Este análisis combinado no solo valida la relevancia de los temas identificados en la encuesta, sino que también enriquece la comprensión general de la salud mental en adolescentes en Cota.

En consecuencia, se establece una base sólida para el diseño e implementación de intervenciones específicas que respondan a las necesidades particulares de la población adolescente, abordando de manera efectiva los desafíos identificados en ambas fuentes de datos.

Análisis Integrado

El análisis integrado de los hallazgos clave proporciona una visión profunda de los determinantes de la salud mental y la percepción de las políticas en el municipio de Cota. La encuesta revela una interacción compleja de factores emocionales, familiares y de riesgo que influyen en la salud mental de los adolescentes. La comunicación abierta dentro del entorno familiar, especialmente con los padres, emerge como un factor esencial para el bienestar emocional de los jóvenes. La alta prevalencia de pensamientos suicidas, con un 35.6% de los encuestados reportándolos, y la existencia de planes específicos para el suicidio en un 23.7% de los casos, subraya una necesidad urgente de intervención y apoyo especializado.

En cuanto a la percepción de la implementación de políticas de salud mental, existe un sólido respaldo de un 79.8% de los encuestados a la introducción de programas educativos destinados a la prevención y tratamiento de la depresión en el municipio. Sin embargo, la percepción sobre la disponibilidad de información y la participación comunitaria es más ambigua; solo el 32.4% de los adolescentes cree que la comunidad está adecuadamente informada sobre estos temas. Este contraste destaca tanto el apoyo a las iniciativas existentes como la necesidad de mejorar la comunicación y el acceso a recursos dentro de la comunidad.

Estrategias Propuestas para Potenciar la Implementación de la Política Pública de Salud Mental en Cota

Basados en los hallazgos obtenidos a partir del análisis de la encuesta y el análisis documental, se presentan las siguientes estrategias para mejorar la implementación de la política pública de salud mental en el municipio de Cota:

1. **Campañas Educativas Periódicas:** Se propone organizar campañas regulares orientadas a des estigmatizar la depresión y aumentar la conciencia sobre la salud mental entre estudiantes, personal educativo y padres. Estas campañas deben

enfocarse en proporcionar información clara y accesible para promover un entendimiento más profundo y empático de la salud mental.

2. Charlas y Talleres Interactivos: Implementar charlas y talleres interactivos dirigidos a la comunidad escolar para mejorar la comprensión de los signos de depresión y subrayar la importancia de la salud mental. Estos eventos deben ser participativos y educativos, fomentando la interacción y el aprendizaje activo.
3. Programas de Prevención Específicos: Desarrollar programas específicos de prevención de la depresión que integren estrategias de manejo del estrés, resiliencia y habilidades para enfrentar situaciones difíciles. Estos programas deben ser adaptados a las necesidades de los adolescentes y proporcionar herramientas prácticas para el manejo de la salud mental.
4. Actividades Extracurriculares para el Bienestar Emocional: Incorporar actividades extracurriculares como clubes de apoyo y eventos recreativos que promuevan el bienestar emocional de los adolescentes. Estas actividades deben ofrecer un espacio seguro y positivo para que los jóvenes se expresen y se conecten con sus pares.
5. Identificación Temprana y Protocolos Claros: Establecer protocolos claros para la identificación temprana de posibles casos de depresión entre los estudiantes y facilitar su acceso a servicios de apoyo. La implementación de estos protocolos garantizará una respuesta rápida y efectiva a las necesidades de los jóvenes en riesgo.

Con estas estrategias, se busca generar un impacto positivo en la comunidad, cumpliendo con todos los requisitos necesarios para la efectiva implementación de la política pública de salud mental. Se espera que estas acciones contribuyan a la reducción de diagnósticos de problemas de salud mental en la población adolescente del municipio. Además, se acompañará este proceso con una evaluación continua y transparente a través de informes periódicos, que permitirán identificar y abordar factores clave para garantizar un enfoque efectivo y adaptado a las necesidades de la población adolescente.

Discusión

Los resultados obtenidos a través de la encuesta y el análisis documental proporcionan una visión integral del progreso en la implementación de la política pública de salud mental en el Municipio de Cota. Este enfoque se centra en la promoción, prevención y atención de la depresión en adolescentes de 12 a 17 años, y los hallazgos están en consonancia con el objetivo de evaluar el avance en estas áreas fundamentales.

La encuesta revela diversos desafíos y preocupaciones que enfrentan los adolescentes en la Institución Colegio Parcelas Enrique Pardo Parra. Se destaca la importancia de la comunicación abierta en las relaciones familiares, especialmente con los padres, como un factor crucial para el bienestar emocional de los jóvenes. La mayoría de los adolescentes encuestados afirman compartir sus emociones con sus padres y sentirse respaldados por ellos, lo que sugiere un entorno familiar que favorece la expresión emocional. Sin embargo, la notable presencia de pensamientos suicidas entre los encuestados resalta la necesidad urgente de intervención y apoyo especializado para aquellos que experimentan angustia emocional.

En cuanto a la percepción sobre la implementación de políticas públicas de salud mental, la encuesta muestra un sólido respaldo hacia los programas educativos destinados a la prevención y tratamiento de la depresión en el municipio. No obstante, se observa una falta generalizada de información y participación comunitaria en este ámbito, lo que subraya la necesidad de mejorar la comunicación y la colaboración entre las instituciones pertinentes y la comunidad. Esto es esencial para asegurar que los programas de salud mental sean accesibles y eficaces para todos los adolescentes.

El análisis documental complementa esta perspectiva al resaltar los avances en la implementación de políticas locales que reconocen la importancia de la salud mental. Se han introducido programas educativos y preventivos en las instituciones educativas, y la colaboración interinstitucional emerge como una estrategia clave para abordar de manera integral los desafíos en salud mental. La cooperación con diversas organizaciones y entidades es fundamental para garantizar el bienestar emocional de los adolescentes. Además, la revisión documental incluye evaluaciones de impacto de los programas existentes, proporcionando información valiosa sobre la efectividad de las intervenciones y permitiendo ajustes y mejoras continuas. Estos hallazgos son cruciales para guiar el diseño e

implementación de futuras intervenciones y para asegurar que se atiendan adecuadamente las necesidades cambiantes de la población adolescente en Cota.

Comparativamente, la implementación de políticas públicas de salud mental en Bogotá se ha centrado en promover el bienestar psicológico y emocional mediante la expansión del acceso a servicios de salud mental, la mejora de la detección temprana de trastornos mentales y la reducción del estigma asociado. Aunque se han establecido redes de apoyo y centros de atención psicosocial, persisten desafíos relacionados con el financiamiento, el acceso equitativo y la coordinación interinstitucional. Este enfoque es relevante para el presente estudio, ya que ambos comparten el objetivo de mejorar el bienestar psicológico de los adolescentes y subrayan la necesidad de ampliar el acceso a servicios de salud mental y coordinar esfuerzos entre diferentes actores.

Se observa un progreso significativo en la implementación de políticas públicas de salud mental en el Municipio de Cota en términos de promoción, prevención y atención de la depresión en adolescentes. Aunque se han logrado avances importantes, persisten desafíos que requieren atención, como la mejora de la comunicación y la participación comunitaria, y garantizar un acceso equitativo a los servicios de salud mental. Este análisis proporciona una base sólida para avanzar en la mejora del bienestar emocional de los adolescentes en la comunidad.

La salud mental de los adolescentes es un área crítica que demanda atención urgente y políticas públicas bien diseñadas. La literatura reciente sobre políticas de salud mental para adolescentes destaca varios aspectos clave. Según Zhou, Ouyang y Nergui (2020), los desafíos en la formulación de políticas incluyen la falta de conciencia pública y la escasa voluntad política, especialmente en países de ingresos bajos y medios (LMICs), así como el estigma asociado a los trastornos mentales y los valores culturales sesgados hacia los adolescentes. Un estudio en India por Roy, Shinde y Sarkar (2019) identifica obstáculos significativos como la falta de coordinación intersectorial, la fragmentación en la gobernanza, las limitaciones presupuestarias y la escasez de recursos humanos, lo cual es coherente con lo observado en este trabajo respecto a la necesidad de fortalecer la formulación de políticas de salud mental para los adolescentes en el Municipio de Cota.

Para superar estos desafíos, es fundamental repensar el concepto de salud mental infantil y adolescente (CAMH) y fomentar políticas y presupuestos específicos para esta área. Involucrar a los actores interesados y reforzar el papel de la investigación en el proceso de formulación de políticas son pasos cruciales. En Europa, los países con políticas más avanzadas de CAMH presentan menores niveles de comportamiento agresivo entre los adolescentes, lo que sugiere que las inversiones en políticas de salud mental pueden tener un impacto positivo (Hendriks & Bartels, 2020).

Según Ott, Rosenberger, McBride y Woodcox (2011), la participación de los adolescentes en el desarrollo de políticas de salud es fundamental. Los adolescentes consideran la salud como una responsabilidad compartida entre ellos y los adultos en sus vidas, y subrayan la importancia de entornos que fomenten comportamientos saludables. Sin embargo, la participación de los jóvenes en el desarrollo e implementación de políticas suele ser mínima (Roy et al., 2019).

Das, Salam, Lassi y colaboradores (2016) señalan que las intervenciones basadas en la escuela, la comunidad y las plataformas digitales han demostrado ser efectivas en la reducción de síntomas depresivos y de ansiedad entre los adolescentes. Ejemplos de intervenciones exitosas incluyen la terapia cognitivo-conductual y los programas de prevención del suicidio en el aula. La alfabetización en salud mental entre los jóvenes es crucial para mejorar el reconocimiento de los trastornos mentales y aumentar la probabilidad de buscar ayuda profesional (Coles et al., 2016).

El entorno urbano también influye en la salud mental de los adolescentes (Fleckney & Bentley, 2021). La calidad del vecindario y los espacios verdes están asociados con el bienestar mental, aunque la evidencia de un efecto causal es limitada. Se requiere más investigación para comprender las complejas interacciones entre el entorno y la salud mental.

Conclusiones

1. Los factores emocionales, familiares y de riesgo tienen un impacto significativo en la salud mental de los adolescentes en Cota, subrayando la necesidad de enfoques holísticos en las intervenciones para abordar eficazmente su bienestar integral.

2. El fortalecimiento de la comunicación abierta entre padres e hijos emerge como una prioridad para proporcionar apoyo emocional y detectar problemas tempranamente, lo que puede contribuir a la prevención y atención temprana de los problemas de salud mental en los adolescentes.
3. A pesar del respaldo general a las políticas de salud mental, es esencial abordar la percepción mixta sobre la información disponible y la participación comunitaria para garantizar una implementación efectiva y una comprensión colectiva de la importancia de la salud mental en los adolescentes.
4. La baja participación ciudadana destaca la necesidad urgente de estrategias efectivas para involucrar a la comunidad en las iniciativas de salud mental, lo que requiere un enfoque proactivo y creativo para garantizar la participación activa de todos los sectores de la sociedad.
5. La revisión exhaustiva y la adaptación de la implementación de la política pública de Salud Mental en Cota son esenciales para promover el bienestar de los adolescentes, lo que implica ajustes continuos para abordar las necesidades cambiantes y garantizar la efectividad y relevancia de las intervenciones.
6. La colaboración estrecha entre la institución educativa, las autoridades locales, los profesionales de la salud mental y la comunidad es fundamental para el éxito de las intervenciones de salud mental, subrayando la importancia de un enfoque coordinado y multisectorial en la promoción del bienestar adolescente.

Recomendaciones:

- **Promover la Comunicación Familiar Abierta y Saludable:** Implementar programas que fomenten conversaciones abiertas sobre salud mental y emociones entre padres e hijos para fortalecer el apoyo familiar.
- **Capacitar a los Padres para la Detección Temprana:** Facilitar talleres dirigidos a padres para sensibilizarlos sobre la detección temprana de dificultades emocionales en adolescentes y proporcionarles herramientas prácticas para abordar estos temas.
- **Concientización Comunitaria y Acceso a Recursos:** Desarrollar campañas de concientización comunitaria sobre el bienestar emocional y destacar los recursos disponibles para apoyar a los adolescentes y sus familias en el municipio.

- **Facilitar el Acceso a Recursos de Apoyo:** Establecer plataformas en línea o eventos locales para difundir información sobre servicios de apoyo en la comunidad, garantizando un acceso fácil y rápido a recursos cruciales para la salud mental.
- **Implementar Programas Específicos para Abordar Crisis:** Desarrollar programas específicos dirigidos a abordar pensamientos suicidas, proporcionando apoyo psicológico especializado y recursos de crisis para adolescentes en situaciones vulnerables.

Para desarrollar políticas públicas efectivas en salud mental para adolescentes, es esencial abordar los desafíos identificados, aprender de las lecciones previas y asegurar la participación de los jóvenes. Las intervenciones deben ser multifacéticas y adaptadas a los contextos locales, fomentando la colaboración entre diferentes sectores y actores interesados. Solo a través de un enfoque integral y coordinado se podrá mejorar significativamente la salud mental de los adolescentes.

Referencias:

1. Alburquerque Reto, L. T. (2023). Autoestima y depresión en adolescentes de una institución educativa pública de Sullana 2023.
2. ASIS. (2021). Análisis de Situación de Salud (ASIS).
3. Cota, C. M. (2021). Acuerdo No 13 de 2021. Por medio del cual se adopta la política pública de salud mental en el municipio de Cota, Cundinamarca.
4. Cota, S. d. (2021). Análisis de la situación de salud del Municipio de Cota, Cundinamarca.
5. Cota, A. M. (2020). Documento preliminar. Plan de Desarrollo Municipal 2020–2023. “Por amor a Cota, sí podemos”.
6. DANE. (2022). Proyecciones de población Municipio.
7. De Cundinamarca, S. d. (2019). Política pública de salud mental para Cundinamarca 2019–2029. Cundinamarca, El Dorado.
8. Ministerio de Salud, G. G. (2018). Boletín de salud mental: Salud mental en niños, niñas y adolescentes.
9. Muñoz Arroyave, C. O. (2020). Salud mental adolescente. Una invitación a pensar en su salud mental desde miradas positivas. CES Psicología.
10. OMS. (2021). Salud mental del adolescente.
11. OMS. (2022). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta.

12. Quevedo, L. R. (2022). *Consistencia entre las propuestas y la realidad de las políticas públicas de salud mental en Colombia/2018-2021. Revisión bibliográfica de alcance*.

13. Sánchez, L. (2023). *Aumento de casos de depresión en Colombia*. Radionacional.co; Radio Nacional de Colombia.

14. Social., M. d. (2023). Análisis de Situación de Salud Colombia 2022. Dirección de Epidemiología y Demografía.

15. Zhou, W., Ouyang, F., Nergui, O., Bangura, J., Acheampong, K., Massey, I., & Xiao, S. (2020). Child and adolescent mental health policy in low- and middle-income countries: Challenges and lessons for policy development and implementation. *Frontiers in Psychiatry*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00150>

16. Roy, K., Shinde, S., Sarkar, B., Malik, K., Parikh, R., & Patel, V. (2019). India's response to adolescent mental health: A policy review and stakeholder analysis. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 54, 405–414. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1647-2>

17. Hendriks, A., Bartels, M., Stevens, G., Walsh, S., Torsheim, T., Elgar, F., & Finkenauer, C. (2020). National child and adolescent health policies as indicators of adolescent mental health: A multilevel analysis of 30 European countries. *The Journal of Early Adolescence*, 40, 537–565.
<https://doi.org/10.1177/0272431619858413>

18. Ott, M., Rosenberger, J., McBride, K., & Woodcox, S. (2011). How do adolescents view health? Implications for state health policy. *The Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine*, 48(4), 398–403.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2010.07.019>

19. Das, J., Salam, R., Lassi, Z., Khan, M., Mahmood, W., Patel, V., & Bhutta, Z. (2016). Interventions for adolescent mental health: An overview of systematic reviews. *The Journal of Adolescent Health*, 59(S49–S60). <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2016.06.020>

20. Coles, M., Ravid, A., Gibb, B., George-Denn, D., Bronstein, L., & McLeod, S. (2016). Adolescent mental health literacy: Young people's knowledge of depression and social anxiety disorder. *The*

Journal of Adolescent Health: Official Publication of the Society for Adolescent Medicine, 58(1), 57–62. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2015.09.017>

21. Fleckney, P., & Bentley, R. (2021). The urban public realm and adolescent mental health and wellbeing: A systematic review. *Social Science & Medicine*, 284, 114242. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114242>