

**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**EFFECTOS DE LA DESINFORMACIÓN SOCIAL EN LA SALUD MENTAL DE  
LA POBLACIÓN ADULTA DESDE LA PERSPECTIVA DE ENFERMERÍA**

**Autor:**

**Dorys Lilibeth Bailón Espinal**

**Tutores:**

**Lic. Amarilis Sornoza. Mg  
PhD Mauricio Amat**

**Manta - Ecuador**

**2021**

**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN**

**EFFECTOS DE LA DESINFORMACIÓN SOCIAL EN LA SALUD MENTAL DE  
LA POBLACIÓN ADULTA DESDE LA PERSPECTIVA DE ENFERMERÍA**

**Autor:**

**Dorys Lilibeth Bailón Espinal**

**Tutores:**

**Lic. Amarilis Sornoza. Mg  
PhD Mauricio Amat**

**Manta - Ecuador**

**2021**

## CERTIFICACION DEL TUTOR

En calidad de docente tutor(a) de la Facultad de Enfermería de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, certifico:

Haber dirigido y revisado el trabajo de titulación, cumpliendo el total de 400 horas, bajo la modalidad de proyecto de investigación, cuyo tema del proyecto es **“Efectos de la desinformación social en la salud mental de la población adulta desde la perspectiva de enfermería”** el mismo que ha sido desarrollado de acuerdo a los lineamientos internos de la modalidad en mención y en apego al cumplimiento de los requisitos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico, por tal motivo CERTIFICO, que el mencionado proyecto reúne los méritos académicos, científicos y formales, suficientes para ser sometido a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

La autoría del tema desarrollado, corresponde a la señorita: **Dorys Lilibeth Bailòn Espinal**, estudiante de la carrera de Enfermería, período académico 2021, quien se encuentra apta para la sustentación de su trabajo de titulación.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, septiembre del 2021

**LO CERTIFICO.**

-----  
**Docente Tutor (a)**

**Área: Salud**

**UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ**

**FACULTAD DE ENFERMERÍA**

**CERTIFICACIÓN DEL TRIBUNAL DE REVISIÓN Y  
SUSTENTACIÓN**

**TÍTULO**

**“Efectos de la desinformación social en la salud mental de la población  
adulta desde la perspectiva de enfermería”**

**TRABAJO FINAL DE TITULACIÓN**

Sometido a consideración del Tribunal de Seguimiento y Evaluación, legalizada por el Honorable Consejo Directivo como requisito previo a la obtención del título de:

**LICENCIADA EN ENFERMERÍA**

**APROBADA POR:**

---

**PRESIDENTE DEL TRIBUNAL**

---

**PROFESOR MIEMBRO**

---

**PROFESOR MIEMBRO**

**LO CERTIFICA**

**SECRETARIA DE LA FACULTAD**

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Declaro que todos los conocimientos, ideas, hechos y acontecimiento vertidos en esta tesis corresponden exclusivamente el autor, los tópicos presentados en este trabajo son productos de la investigación realizada por la Señorita:

**Dorys Lilibeth Bailón Espinal**

Los aportes de esta tesis pueden ayudar a otros investigadores, o a personas interesadas en este tema: **“Efectos de la desinformación social en la salud mental de la población adulta desde la perspectiva de enfermería”** es preciso citar la fuente si alguien hace uso de aspectos que contiene la misma.

El patrimonio intelectual corresponde a la Universidad Laica “Eloy Alfaro”.

**Dorys Lilibeth Bailón Espinal**

**FIRMA**

## APROBACIÓN DE LA TESIS

**Tema:**

**“Efectos de la desinformación social en la salud mental de la población adulta desde la perspectiva de enfermería”**

**LOS DOCENTES EVALUADORES OTROGAN LA NOTA DE:**

DOCENTE 1.....

DOCENTE 2.....

DOCENTE 3.....

**PROMEDIO FINAL DEL INFORME DE INVESTIGACION:**

.....

**LO CERTIFICO:**

.....

Secretaria de la Facultad

## **DEDICATORIA**

A mi querida mamá: Verónica Espinal, mi pilar desde siempre, mi guía, mi consejera, mi ejemplo a seguir aquí el resultado de su apoyo incondicional.

A mi hermana Gisela Bailón, por ser como solo ella puede ser.

A mis sobrinos, Amelia, Karla, y Carlos Efrén, por darme la alegría de ser tía y madre a la vez, cuanto los quiero.

A mi papá Ramón Efrén Bailón Vélez, que está en el cielo desde hace ya 19 años, siempre lo recuerdo en aquella playa. Un abrazo al cielo para él. Te amo para siempre.

A mi conexión especial, Karolyn Mero B, sin su guía alcanzar esta meta no sería posible.

A mis amigos, Andrea, Jeffrid, Yuliana y Ronnie por su apoyo y escucha incondicional en los momentos difíciles.

A mis futuros colegas a quienes por mucho tiempo he llamado familia, Gema, Johan, Miguel y Thalia, por el apoyo brindado a lo largo de este proceso.



<b>CONTENIDO</b>	
<b>RESUMEN.....</b>	
<b>ABSTRAC .....</b>	
<b>INTRODUCCCIÓN.....</b>	<b>1</b>
<b>PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA .....</b>	<b>4</b>
<b>OBJETIVOS.....</b>	<b>6</b>
<b>Objetivo General .....</b>	<b>6</b>
<b>Preguntas científicas .....</b>	<b>6</b>
<b>Objetivos específicos .....</b>	<b>6</b>
<b>JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>7</b>
<b>CAPÍTULO I.....</b>	<b>8</b>
<b>1. MARCO CONCEPTUAL .....</b>	<b>8</b>
<b>1.1 Antecedentes teóricos.....</b>	<b>8</b>
<b>1.2 Bases conceptuales.....</b>	<b>9</b>
<b>1.2.1 Salud Mental.....</b>	<b>9</b>
<b>1.2.2 Factores que alteran la salud mental .....</b>	<b>10</b>
<b>Factor Social .....</b>	<b>10</b>
<b>Factor psicológico .....</b>	<b>10</b>
<b>Factor Biológico.....</b>	<b>10</b>
<b>1.2.3 Desinformación y su impacto en la salud mental .....</b>	<b>11</b>
<b>1.2.4 Infodemia.....</b>	<b>11</b>
<b>Depresión .....</b>	<b>12</b>
<b>Ansiedad.....</b>	<b>12</b>
<b>Miedo .....</b>	<b>13</b>
<b>Estrés.....</b>	<b>13</b>
<b>Problemas cardiovasculares causada por depresión, ansiedad, miedo .....</b>	<b>13</b>
<b>Taquicardias: causada por depresión, ansiedad, miedo.....</b>	<b>14</b>
<b>Alteraciones del sistema inmune: causada por depresión, ansiedad, miedo .....</b>	<b>14</b>
<b>1.2.5 Perspectiva de enfermería en la salud Mental.....</b>	<b>14</b>
<b>1.3 Referentes teóricos.....</b>	<b>15</b>
<b>1.3.1 Rol de enfermería.....</b>	<b>15</b>
<b>1.3.2 Teorizantes: Phil Barker y Jean Watson .....</b>	<b>15</b>
<b>1.3.3 Normativa Legal .....</b>	<b>16</b>
<b>CAPÍTULO II .....</b>	<b>18</b>
<b>2. MARCO METODOLÓGICO .....</b>	<b>18</b>



2.1. Metodología .....	18
2.1.1 Tipo De Investigación .....	18
2.1.2 Métodos de Investigación .....	18
2.2 Diseño de la investigación .....	18
2.3 Población y muestra .....	18
2.4 Referentes teóricos sobre el proceso de atención de enfermería ....	19
Población documental .....	26
Muestra documental .....	27
2.5 Análisis e interpretación.....	27
2.6 Discusión .....	28
CAPÍTULO III .....	29
3. PROPUESTA .....	29
3.1 Título .....	29
3.2 Objetivos.....	29
3.3 Justificación .....	29
3.4 Beneficiarios.....	30
3.5. Tiempo .....	30
3.6. Responsable.....	30
3.7 Índice de la propuesta educativa.....	30
CONCLUSIONES .....	31
RECOMENDACIONES .....	32
REFERENCIAS.....	33
ANEXOS .....	38

## RESUMEN

**Introducción:** Actualmente con el surgimiento masivo de las redes sociales se ha creado una avalancha de datos informáticos que no resultan confiables debido a que los temas tratados no cuentan con veracidad y los referentes a salud no son la excepción, por lo que al ser consultados por los usuarios provocan alteración un ejemplo claro de ello fue lo que ocurrió durante la pandemia por Covid-19. **Objetivo:** Determinar el impacto de la desinformación social en la salud mental de la población adulta. **Método:** El presente estudio de carácter cualitativo de tipo descriptivo analítico. A partir de revisión bibliográfica. **Resultado:** Los efectos de la desinformación social incrementan las emociones negativas como: ansiedad, depresión e indignación, esto genera que la población que la población tenga actitudes erróneas tanto en su comportamiento y actitudes con el entorno. La elaboración de una guía educativa orientada a brindar Primeros Auxilios psicológicos ayuda al enfermero a desempeñar un rol educador, asesor y agente de relaciones sociales, permiten la creación de un ambiente social que contribuya a la recuperación del paciente y de ser necesario derivar con un especialista en la materia. **Conclusión:** La desinformación social en todos los aspectos crea un ambiente de miedo ansiedad y desesperación especialmente es temas de sanidad. La enfermería de la salud mental tiene como competencia direccionar, evaluar y prestar cuidados que estén orientados a la promoción, el mantenimiento y la recuperación de la persona que se encuentra desestabilizada emocionalmente.

**Palabras clave:** Salud Mental; Infodemia; Desinformación; Estabilidad mental.

## **ABSTRAC**

**Introduction:** Currently, with the massive emergence of social networks, an avalanche of computer data has been created that is not reliable because the topics discussed do not have veracity and those referring to health are not the exception, so when they are consulted by users cause alteration a clear example of this was what happened during the Covid-19 pandemic. **Objective:** Determine the impact of social disinformation on the mental health of the adult population for the development of a guide on psychological first aid. Method: This study is cross-sectional and qualitative. From bibliographic review. **Result:** The effects of social misinformation increase negative emotions such as: anxiety, depression and indignation, this causes the population that the population has wrong attitudes both in their behavior and attitudes towards the environment. The development of an educational guide aimed at providing psychological First Aid helps the nurse to play an educator, adviser and agent of social relations role, allow the creation of a social environment that contributes to the recovery of the patient and if necessary refer to a specialist in the matter. **Conclusion:** Social misinformation in all aspects creates an environment of fear, anxiety and despair, especially in matters of health. Mental health nursing is responsible for directing, evaluating and providing care that is oriented towards the promotion, maintenance and recovery of the person who is emotionally destabilized.

**Key Word:** Mental health; Infodemic; Disinformation; Mental stability

## INTRODUCCIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud mental como un estado de bienestar en el cual el individuo es capaz de hacerle frente a las situaciones estresantes de la vida, trabajar de forma productiva contribuyendo a la comunidad de acuerdo a sus capacidades, es decir; la salud mental es el bienestar individual de la persona teniendo funcionamiento eficaz dentro de la comunidad (OMS, 2018).

Sandoval, et al. (2018) en su artículo “Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario”, sostiene que; la salud está determinada históricamente, ligada íntimamente a condiciones de existencia, convivencia, hábitos y estilos de vida e inclusive en relación con la colectividad a la que el individuo pertenece y práctica (Sandoval, 2018).

Los individuos afectados con problemas de salud mental ven disminuido su funcionalidad y bienestar lo cual se ve reflejado en su calidad de vida. Esto pueden variar de individuo a otro, ya que; cada persona percibe su entorno y vive sus experiencias de forma independiente, es decir; la salud mental resulta de las condiciones de vida, de la historia y de los proyectos de una sociedad. Cada cultura o comunidad deja huella en sus miembros, tiene que ver con la vida y acontecimientos diarios, en como cada persona hace frente a sus deseos, sentimientos anhelos, ideales, sentimientos y valores morales. (Sandoval, 2018).

Ornelas & Ruiz (2017), en el artículo de “Investigación Salud mental y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios”; señalan que en cuanto a salud mental se presenta un déficit en la atención y su orientación a la resolución de problemas lo cual es asociado a múltiples factores que confluyen desfavorablemente estos pueden ser personales o sociales. (Ornelas, 2017).

Los factores sociales, psicológicos y biológicos determinan la salud mental en los individuos, pues esta se asocia a las condiciones de trabajo extenuantes, los cambios sociales rápidos, a la discriminación por sexo, género u orientación sexual, a la exclusión social, a los modos y estilos de vida poco saludables, a los riesgos de violencia y a las violaciones de los derechos humanos como determinantes para la mala salud mental (OPS, 2020)

La OPS en un informe reveló que, los problemas de salud mental son responsables de más de la tercera parte de casos de discapacidad total en las Américas; sin embargo, ante esta realidad el presupuesto de salud de los países es solo del 2% se destina a la prevención y tratamiento de estos trastornos.

Se estima que más del 70% de usuarios que utilizan la red se encuentran preocupados por la desinformación en el internet puesto que es las últimas 3 décadas esta herramienta ha revolucionado la forma como las personas llevan sus relaciones interpersonales, se comunican y se informan, tal es el impacto que en los últimos años en la sociedad ha cobrado protagonismo la información y mensajería digital sin embargo eso no los exenta que muchos sitios web destaquen por la falta de veracidad de su contenido (Statista, 2019).

Barrios, D. (2018) en su artículo “Familia género y violencia en Panamá: Una reflexión sobre el rol de la enfermera en salud mental” sostiene que el rol de enfermería en la salud mental se encarga de sensibilizar, construir y ofrecer la oportunidad de establecer una relación entre el individuo, familia y todos los programas de salud puesto que, en atención primaria, se hace necesario incluir en la programación anual capacitaciones que aborden la importancia de la salud mental (Delia, 2018).

El enfermero en Salud Mental tiene como competencia la direccionar, evaluar y prestar cuidados orientados a la promover, mantener y recuperar la salud mental, así como prevenir enfermedades y discapacidades en el área de la salud mental. En este sentido, el trabajo de la enfermería en salud mental se engloba el ámbito científico de las ciencias de la salud y el ámbito humanista de las ciencias sociales para el desarrollo de una atención integral y holística dirigida al paciente y el entorno que le rodea. (Caminero, s.f)

Para las personas que se encuentran en situaciones potencialmente traumáticas son muy útiles los primeros auxilios psicológicos que consiste en estrategias para poder enfrentarse a situaciones traumáticas de manera segura, el papel de enfermería en estos casos es potenciar la intervención apropiada y temprana favoreciendo a la seguridad del individuo y prevención de daños emocionales (FUNDEN, s.f).

El Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus, Director General de la OMS sostiene que, existe una amenaza relacionada a la sobreabundancia de información no verificada y puede ser perjudicial para la salud , contribuyendo a la depresión , ansiedad, preocupación , fatiga y otros problemas relacionados a la salud mental debido a la gran visibilidad y accesibilidad de esta información, causando desinterés hacia la información publicada por entidades expertas , llegando a inducir a la población a seguir consejos engañosos y que pueden resultar peligrosos para su integridad física u emocional , generando dificultad en la corroboración de información basada en pruebas y entorpeciendo el asesoramiento de salud pública a la comunidad (OMS, 2020).

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La salud mental es un área que se ha visto afectada por la desinformación, pues la irracionalidad de la avalancha de información contradictoria, deliberadamente falsa, manipulada y creada con la intención de causar daño y engañar causa estragos claro ejemplo es lo ocurrido con la pandemia de COVID-19 es enorme el volumen de información verdadera y que esta mezclada con desinformación (Sánchez, 2020).

La salud mental se puede ver afectada por diversos elementos internos y externos pueden tener repercusiones en el individuo, a estos se los denomina como factores influyentes, es decir; todo lo que de manera limitante afecta la armonía del ser, desequilibra la psiquis y por lo cual se necesita entendimiento e inclusive en algunos de los casos de apoyo psicoterapéutico (OMS, 2018).

En los últimos años se viven tiempos cada vez más desordenados y errados en cuanto al manejo de la información, esto abarca desde noticias, mensajes, textos fabricados, fotos, videos, publicaciones falsas creadas deliberadamente con el fin de manipular a las audiencias, (Sánchez, 2020).

Hace más de 3 décadas el Internet ha revolucionado la manera en la que las personas se comunican tanto en sus relaciones interpersonales, en especial gracias a las redes sociales y servicios de mensajería, como entre los diferentes bloques de la sociedad pues tal ha sido el impacto que en los últimos años ha cobrado protagonismo cómo se maneja la información por los profesionales de la comunicación en la Web, algunos de estos sitios destacan por su falta de neutralidad y veracidad.

En España y en algunos países Latinoamérica, se estima que más del 70% de los usuarios online afirman estar preocupados por la desinformación informática y mediática ligada a la propaganda o manipulación (Statista, 2019).

Actualmente la sociedad cuenta con diversas fuentes que permiten acceder a "información de todo tipo". Sin embargo, no toda esa información es verídica o certera, un ejemplo claro de ello son aquellos escritos que circulan en el internet en el cual circulan noticias y todo tipo de publicaciones que muchas veces no tienen veracidad ocasionan que muchas personas resulten afectadas, pues generan

una amplia gama de reacciones y sentimientos que puede variar de persona a persona, unas pueden ser leves mientras otras llegan a tener repercusiones graves, pueden sentirse confundidas, inseguras o abrumadas acerca de lo que sucede a su alrededor, puesto que la desinformación puede ocasionar que se desarrolle miedo ante una situación o suceso.

La enfermería como ciencia se ocupa en ayudar a las personas a satisfacer las necesidades básicas cuando no pueden hacerlo solas, por estar enfermas o por carecer del conocimiento, habilidad o motivación necesaria evidentemente el impacto del comportamiento del profesional ante las situaciones de crisis tanto físicas como emocionales es de gran relevancia puesto que el enfermero cumple un importante rol social. (López M., 2020)

Como resultado esto ha provocado que los individuos presenten comportamientos que, al no ser detectados en el momento oportuno, se cree que a largo plazo podrían generarse alteraciones en su psiquis y en las relaciones interpersonales. Por lo anteriormente descrito es necesario indagar en ¿Cuál es el impacto de la desinformación social en la salud mental de la población adulta?

### **Formulación del Problema**

¿Cuál es el impacto de la desinformación social en la salud mental de la población adulta?

### **Objeto de estudio:**

Impacto de la desinformación social

### **Campo de acción:**

Salud mental desde la perspectiva de enfermería

## **OBJETIVOS**

### **Objetivo General**

Determinar el impacto de la desinformación social en la salud mental de la población adulta.

### **Preguntas científicas**

- ¿Qué referentes teóricos existen sobre la influencia de la desinformación social en la salud mental de la población?
- ¿Cuáles son los efectos de la desinformación social en la salud mental de la población adulta?
- ¿Cómo promover salud mental desde la perspectiva de enfermería?

### **Objetivos específicos**

- Identificar los referentes sobre el impacto de la desinformación social en la salud mental de la población adulta
- Determinar los efectos de la desinformación social en la salud mental de la población adulta
- Diseñar un Manual Educativo de promoción de la salud mental: Primeros Auxilios Psicológicos desde la perspectiva de Enfermería

## JUSTIFICACIÓN

La desinformación se puede definir como una aseveración errónea debido a la falta de evidencia científica de un acontecimiento en particular, puede ser abundante en medios digitales, sitios web y redes sociales algunos estudios han ligado al intercambio de información errónea con la disminución de la funcionalidad y bienestar de las personas y por ende su salud mental. Es por ello que es necesario realizar trabajos investigativos que aporten datos que ayuden a evaluar los vínculos entre la desinformación y las consecuencias en la salud mental de un individuo.

Diversos elementos internos y externos pueden tener impacto en la salud mental de una persona, factores influyentes como se los denomina, todo aquello que desequilibre el estado mental se necesita entendimiento e inclusive en algunos de los casos de apoyo psicoterapéutico, ya que se pueden presentar incremento en de emociones negativas como: miedo, ansiedad y depresión principalmente.

Actualmente existen 264 millones de personas con depresión, este trastorno que afecta en mayor porcentaje a las mujeres. Usualmente viene acompañado con ansiedad y miedo lo que provoca que el estado del paciente sea más complejo. Entre más tiempo se espere para brindar un tratamiento adecuado, más resultada afectada la psiquis de quienes padecen estos trastornos. (OPS, 2021).

La enfermería cumple un rol importante en el manejo situaciones potencialmente traumáticas son muy útiles los primeros auxilios psicológicos que consiste en estrategias para poder enfrentarse a este tipo de situaciones de manera sana y segura. El papel de los enfermeros en estos casos debe estar orientado a potenciar la intervención apropiada de manera temprana que favorezcan a la seguridad del individuo, derivación de casos y prevención de daños emocionales.

## **CAPÍTULO I**

### **1. MARCO CONCEPTUAL**

#### **1.1 Antecedentes teóricos**

La salud mental es el estado de bienestar en el que la persona es capaz de hacer frente al estrés normal de la vida, de trabajar de forma productiva y de contribuir a su comunidad. En este sentido positivo, la salud mental se fundamenta en el bienestar individual y del funcionamiento eficaz de la comunidad (OMS, 2018).

Los problemas de salud mental suponen una importante carga de morbilidad en todo el mundo. Los principales factores que condicionan la salud mental en general y el medio son: los factores genéticos, biológicos, de género, las experiencias personales, familiares, sociales o económicas, así también; los factores culturales y el estrés causado por conflictos o los desastres sociales, la edad, padecer enfermedades físicas graves son otros agentes que establecen la salud mental de las personas (Estevan, 2012).

Maitta, y sus colaboradores (2016) refieren un informe del MSP de Ecuador que algunas características epidemiológicas, económicas, sociodemográficas y culturales de la población, podrían desencadenar en algún trastorno de salud mental, sobre todo en niños, adolescentes, mujeres, adultos, mayores y personas con discapacidad, todas ellas consideradas una población vulnerable.

Nieves (2021) menciona en su publicación que las tecnologías digitales son herramientas de gran alcance y utilidad dentro de la salud pública; sin embargo, para lograr resultados favorables es indispensable garantizar el manejo responsable de la información y la calidad del contenido, a fin de evitar la difusión de noticias o rumores falsos, engañosos e inexactos.

Dentro de ese contexto, Huyaca (2020) menciona un ejemplo claro ocurrido a causa de la desinformación social durante los primeros meses de la pandemia COVID-19. El miedo causado por los mitos y por la desinformación en las redes sociales y medios de comunicación, impulsado incluso por noticias erróneas y por la mala comprensión de los mensajes relacionados al cuidado de la salud. Incrementaron las emociones negativas (ansiedad, depresión e indignación) y la

disminución de las emociones positivas (felicidad y satisfacción). Todo esto dio como resultado que la población presentara un comportamiento errado.

## **1.2 Bases conceptuales**

### **1.2.1 Salud Mental**

La Organización Mundial de la Salud (OMS) sostiene que la salud mental es el bienestar del sujeto que se equipara de forma subjetiva con la autopercepción de su autonomía, su propia eficacia, competencia, autorrealización de sus destrezas y capacidades intelectuales y emocionales (Ribot, 2020).

Se basa en un estado de bienestar que va mucho más allá de la ausencia de trastornos, es la capacidad que tiene el ser humano de adaptarse a diferentes contextos y lograr de esta forma estar bien consigo mismo a pesar de las circunstancias, sociales, económicas y ambientales (Tomala, 2021).

Es necesario que en la atención primaria de Salud se mejore la accesibilidad a servicios orientados a atender la salud mental de igual manera que la salud física pues es importante promover y mejorar la relación que tiene el usuario y los servicios presentes en la comunidad, ofrecer al usuario la oportunidad de ser atendido en su propio entorno y así mejorar la respuesta a personas que acuden por primera vez y a usuarios que han tenido recaídas o crisis (MAIS, 2014).

Los programas orientados a salud mental deben centrarse en contribuir al individuo, familia y comunidad, en mantener la mayor capacidad de aportar en lo posible entre sí y con el medio que los rodea, de manera que promover el bienestar, el desarrollo pleno de sus habilidades psicológicas, cognitivas, emocionales, afectivas, sus relaciones, metas individuales y grupales concuerden como fundamento básico con la justicia y el bien común (Muñoz T. , 2006).

En cuanto a los posibles factores de riesgo que podrían aparecer es necesario promover elementos protectores que se complementen a los que ya existen, en especial que se orienten al manejo de las emociones en situaciones difíciles en donde es posible evidenciar ansiedad, estrés, angustia y ayuden al manejo de

los estados físicos, psicológicos y espirituales, a través de prácticas simples (Muñoz T. , 2006).

### **1.2.2 Factores que alteran la salud mental**

La Salud Mental beneficia de forma exponencial al desarrollo social y económico, contribuye al capital humano y por ende mejora las funciones de la sociedad aportando así a la productividad de las familias, comunidades y naciones, además que influye al crecimiento espiritual de cada persona, a su autopercepción y en cómo se refleja su bienestar a quienes le rodean, ayudándole a tomar buenas decisiones y a enfrentar las adversidades habituales de la vida (Rosado, 2018).

La Organización Mundial de la Salud asevera que la salud mental es un componente integral y esencial en la salud del individuo y está determinada por factores sociales, psicológicos y biológicos que influyen significativamente en un estilo de vida específico para la persona (Rosado, 2018).

#### **Factor Social**

El Factor social puede interferir negativamente en la calidad de vida causando un deterioro en el desempeño del individuo y su productividad, en lo laboral, en el desarrollo personal, en la realización de tareas, en el entorno en general y causar repercusiones en la salud puesto que crean obstáculo e interferir en el bienestar del individuo (Guerreo, 2018).

#### **Factor psicológico**

Desde diferentes perspectivas se ha abordado el impacto que tienen los factores psicológicos que pueden estar ligados a circunstancias internas o externas y como se los relaciona con la salud mental los que más se ha relacionado es el estrés, la ansiedad y la emoción pues como resultado de estos se puede llegar a experimentar situaciones que van desde una simple crisis hasta manifestarse en una psicosis (Rodríguez, 2005)

#### **Factor Biológico**

El factor biológico también representa un aspecto significativo puesto que existen patrones fisiológicos, material genético, procesos cerebrales y bioquímico que ocurren en cada individuo y que pueden influir significativamente en el manejo de las emociones y por ende repercutir en la salud mental (Rodríguez, 2005).

### **1.2.3 Desinformación y su impacto en la salud mental**

La desinformación se puede considerar como una enfermedad que expande por los sectores más vulnerables de la población mundial es decir los que no se encuentran alfabetizados en cuanto a información es por ello que es necesario que los gobiernos, organizaciones mundiales, líderes globales, las academias, sistemas encargados de la propagación de información y medios de comunicación creen alianzas y estrategias acordinadas para el enfrentamiento a este problema (Sánchez, 2020).

La propagación deliberada de información falsa se ha convertido en un problema de índole sanitario, claro ejemplo es la desinformación que gira en torno al uso de vacunas, curas milagrosas contra el Covid 19, tratamientos curativos contra el VIH, tratamientos alternativos contra el cáncer Asuntos supuesta efectividad de la medicina homeopática teniendo impacto social, económico y político (Salaverría, 2020).

El manejo de la información, las herramientas digitales y su difusión requieren de rigurosidad para evitar la propagación de desinformación resulta imperativo la puesto que las denominadas fake news (noticias falsas), rumores viralizados, artículos sin sustento científico pueden llegar a repercutir en el estado de salud mental de las personas, causando agobio, estrés y ansiedad. (Huertas, 2020).

### **1.2.4 Infodemia**

A raíz de la pandemia causada por el Covid 19 se acuñó el termino infodemia que hace referencia a una epidemia de información nociva que inunda a la comunidad con un sin número de mitos, rumores y noticias falsas que parten de consejos de salud difundidos a través de internet y redes sociales e incluyen algunos que si bien son inútiles resultan inofensivos otros que son realmente peligrosos para la salud (Vinales, 2021).

Hay factores que predisponen el desarrollo a la infodemia y se encuentran ínfimamente relacionados a la ineficiencia de programas encargados de alfabetización digital e informacional y esto incluye:

- 1.- La dificultad de buscar información
2. La dificultad de Seleccionar la información

3.- La dificultad de recomendar información fidedigna

4.- Conflicto al momento de diseminar de forma crítica información en un formato, momento y lugar adecuado

5.- Desconocimiento en el uso y la pertinencia de aplicaciones de salud (García, 2021)

Inmediatamente de que la Covid 19 fuera declarada emergencia sanitaria de interés internacional La Organización Mundial de la Salud y su equipo de comunicación de riesgos para lidiar de forma eficaz con estos factores puso en marcha un programa piloto llamado Red de Información de la OMS para Epidemias ( EPI – WIN) que busca garantizar la veracidad de la información que se transmite al público con el objetivo de que a través de amplificadores compartir información veraz entre profesionales y el público en general. (Sánchez, 2020).

A largo plazo se puede desarrollar trastornos emocionales como

- Depresión
- Ansiedad
- Miedo

### **Depresión**

La depresión es una serie de concepciones negativas propias y del mundo, del presente y del futuro ocasionada por un sin número de distorsiones como la magnificación ò la minimización con las que se sistematiza e interpreta la información que se recibe , se puede manifestar de formas diferentes sin embargo hay una sintomatología característica por ejemplo alteraciones de conducta , estado de abatimiento , tristeza profunda , bajos niveles de actividad física , pensamientos enfocados a la negatividad acompañados de pensamientos suicidas. (Jiménez, 2020).

### **Ansiedad**

A lo largo del desarrollo de las personas se presentan emociones que nos ayudan a reaccionar ante amenazas, peligros reales u imaginarios y es totalmente natural pues necesitamos mecanismos de defensa ante situaciones de crisis sin embargo se, la ansiedad se manifiesta con diferentes



síntomas, sensación de constante de estar irritado, problemas de sueño, tensión muscular, sensación de estar nervioso, sensación de estar cansado todo el tiempo (Ortiz, 2020).

### **Miedo**

El ser humano tiene respuestas adaptativas a lo nuevo y desconocido, como lo es el miedo, enfrentarse a una situación que se cree que es un peligro real influenciado por factores externos como lo es la información que capta del medio, si el individuo se somete a situaciones como estas de forma abrupta y repetida es lógico que desarrolle problemas en su salud debido a la carga emocional con la que lidia (Rodríguez, 2009).

### **Estrés**

El cuerpo tiene reacciones física a los estímulos externos como lo son los desafíos y demandas que se presentan en la vida cotidiana , el estrés es un sentimiento implica tensión física u emocional y hace referencia a tres elementos el primero que es la valoración u apreciación de lo que causa el estrés , el segundo las emociones que se asocian a la valoración que la persona le da a lo que causa estrés y por último los mecanismos o esfuerzos que el individuo hace ara afrontar dichas causas de estrés. (Rodríguez, 2009).

La presencia de estos trastornos puede afectar la salud física provocando que se desarrollen complicaciones cardiovasculares, taquicardias, alteraciones en el sistema inmune

### **Problemas cardiovasculares causada por depresión, ansiedad, miedo**

La ansiedad, el estrés y la depresión no solo tienen consecuencia en el estado emocional y salud mental también repercuten de manera significativa en el estado físico de las personas puesto que como se ha estudiado antes los síntomas con los que se presentan predisponen al deterioro de las personas que padecen enfermedades cardiovasculares e incluso a personas con antecedentes que lleguen a padecerlas un claro ejemplo es la inactividad física con la que viene acompañada la depresión predispone que con el sedentarismo se desarrollen o agraven estas patologías (Arteaga, 2021).

### **Taquicardias: causada por depresión, ansiedad, miedo**

Las respuestas normales ante situaciones amenazantes generan conciencia de supervivencia durante este proceso el individuo experimenta un sin número de emociones que a medida que se vaya superando la situación desaparecen pues la mayoría son pasajeros y no representan peligros, sin embargo aunque las sensaciones no representan un peligro eminente si persisten a largo plazo síntomas como taquicardia , escalofríos , náuseas , mareos , sofocación , dolor abdominal que están entre los más comunes esto si representa un problema para la salud del individuo (Lopez O. , 2019).

### **Alteraciones del sistema inmune: causada por depresión, ansiedad, miedo.**

Durante una crisis el sistema nervioso central activa diferentes circuitos que involucran respuestas del sistema nervioso autónomo, tanto como simpáticas como parasimpáticas, se realiza una interpretación cortical de lo que causa la crisis y se mansa una respuesta del sistema límbico al eje del hipotálamo – hipofisisadrenal (Muñoz F. e., 2020)

El hipotálamo envía la señal de secretar hormonas liberadoras de corticotropina lo que estimula la secreción de glucocorticoides que a su vez generan altas concentraciones de cortisol y de acuerdo al tiempo de exposición con el factor que causa la crisis se puede generar la difusión de una respuesta inmune (Muñoz F. e., 2020).

#### **2.1.1 Perspectiva de enfermería en la salud Mental**

La relación de enfermería con la salud mental radica en la evaluación del paciente, su tratamiento, seguimiento y rehabilitación con el fin de mejorar su estado físico y emocional contribuyendo a un estilo de vida óptimo. El papel del profesional de enfermería es brindar motivación y mediante el acercamiento ayudar a quitar el enfasque del paciente a la enfermedad (UTA, 2017).

Es importante disponer de herramientas como el empoderamiento verbal, físico y emocional, el primero que trata que el personal de enfermería realice movimientos corporales y postura similares u iguales al paciente para crear un ambiente de confianza, el segundo empoderamiento que tiene mucha relevancia

puesto que señala que se sustituyan los tecnicismos acerca de los protocolos de atención y cuidado que se le brindara por un lenguaje comprensible para el paciente, por último, el tercer empoderamiento que hace hincapié a las emociones, se trata de visibilizarlas y acompañar al paciente en ellas, es decir reír y llorar con el si es necesario (UTA, 2017).

La aportación profesional de enfermería deriva del trabajo que desarrolla con las personas y con las respuestas que debe dar a las alteraciones de la salud mental, con los aspectos afectivos que la conducta humana lleva implícitos y con la potencialidad de éstos para incidir en la capacidad de integración socialmente aceptable de los individuos. Para desarrollar todo su ámbito competencial, la enfermera Especialista en Salud Mental presta cuidados utilizando la relación de ayuda como instrumento terapéutico básico. (Caminero, s.f)

En este sentido, el trabajo de la enfermera especialista de salud mental se conjuga entre dos ámbitos del conocimiento: el ámbito científico de las ciencias de la salud y el ámbito humanista de las ciencias sociales. Es desde esta doble perspectiva que se prepara para el desarrollo de una atención integral y holística de la persona y su entorno. (Caminero, s.f)

### **1.3 Referentes teóricos**

#### **1.3.1 Rol de enfermería**

El rol de enfermería es el de brindar cuidados al paciente. La enfermera de salud mental está encargada de brindar asistencia al paciente, familia y comunidad a través de acciones que promuevan y fomenten la salud mental, prevenir la enfermedad y afrontar las experiencias de estrés y de enfermedad mental, y les ayuda a readaptarse y a encontrar significado en estas experiencias (Enfermero de salud mental, 2011).

En resumen, el enfermero en salud mental, desempeña generalmente un rol educador, asesor y agente de relaciones sociales, favorece con pautas que permiten la creación de un ambiente social que contribuya a la recuperación del paciente.

#### **1.3.2 Teorizantes: Phil Barker y Jean Watson**

Phil Barker, fue un enfermero psiquiátrico, psicoterapeuta, filósofo y catedrático. Autor de numerosas publicaciones, entre ellas “El modelo de la

marea en la recuperación en salud mental”. Este es un método filosófico que pretende recuperar la salud mental. Ofrece una orientación basada en la narrativa y centrada en la solución, describe cómo las personas pueden llegar a apreciar de forma diferente, quizá mejor, su propio valor y el valor único de su experiencia (Hormiga, 2011).

Este modelo plantea visión específica del mundo que ayuda a la enfermera a comprender qué significa la salud mental para una persona específica y cómo se debe ayudar a definir y empezar el proceso de la recuperación. Una característica de la práctica de la enfermería de Barker ha sido la exploración de las posibilidades de relaciones colaboradoras legítimas. Se desarrolla en base al interés por el concepto de: cuidar personas, mismo que es el objetivo de enfermería.

La teoría de Jean Watson y la inteligencia emocional relacionada a filosofía y ciencia de la asistencia de la enfermería enfocadas al cuidado constituyen una estrategia para apoyar la ejecución de la actividad, aumentando la calidad de los cuidados lo que sustenta la experiencia clínica y permite mejorar la toma de decisiones sobre las acciones profesionales hacia el paciente. (Machín, 2015)

La teoría de la inteligencia emocional de Jean Watson se define como una herramienta indispensable para el desarrollo de habilidades como: resolución de conflictos, empatía y trabajo en equipo, crear alianzas, entre otras. Es un sustento vital para el personal de enfermería en su práctica diaria como profesional. La meta del cuidado transpersonal es restaurar la armonía entre la mente, el cuerpo y alma en su totalidad. Es decir; implica la práctica de un proceso reflexivo, sistemático, controlado y crítico de su objeto de tipo científico que responda siempre a la búsqueda, planteamiento y solución de los problemas surgidos en la vida de los del ser humano. (Machín, 2015)

### **1.3.3 Normativa Legal**

Art. 3.- La Salud es el completo estado de bienestar físico, mental, social y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. Es un derecho humano inalienable, indivisible, irrenunciable e transigible, cuya protección y garantía es responsabilidad primordial del Estado; y, el resultado de un proceso colectivo

de interacción donde Estado, sociedad, familia e individuos convergen para la construcción de ambientes, entornos y estilos de vida saludables.

Art. 10.- Quienes forman parte del Sistema Nacional de Salud aplicarán las políticas, programas y normas de atención integral y de calidad, que incluyen acciones de promoción, prevención, recuperación, rehabilitación y cuidados paliativos de la salud individual y colectiva, con sujeción a los principios y enfoques establecidos en el artículo 1 de esta Ley.

Art. 32.- La salud es un derecho que garantiza el Estado, cuya realización se vincula al ejercicio de otros derechos, entre ellos el derecho al agua, la alimentación, la educación, la cultura física, el trabajo, la seguridad social, los ambientes sanos y otros que sustentan el buen vivir. El Estado garantizará este derecho mediante políticas económicas, sociales, culturales, educativas y ambientales; y el acceso permanente, oportuno y sin exclusión a programas, acciones y servicios de promoción y atención integral de salud, salud sexual y salud reproductiva. La prestación de los servicios de salud se regirá por los principios de equidad, universalidad, solidaridad, interculturalidad, calidad, eficiencia, eficacia, precaución y bioética, con enfoque de género y generacional.

Art. 35.- Las personas adultas mayores, niñas, niños y adolescentes, mujeres embarazadas, personas con discapacidad, personas privadas de libertad y quienes adolezcan de enfermedades catastróficas o de alta complejidad, recibirán atención prioritaria y especializada en los ámbitos público y privado. La misma atención prioritaria recibirán las personas en situación de riesgo, las víctimas de violencia doméstica y sexual, maltrato infantil, desastres naturales o antropogénicos. El Estado prestará especial protección a las personas en condición de doble vulnerabilidad.

## **CAPÍTULO II**

### **2. MARCO METODOLÓGICO**

#### **2.1. Metodología**

##### **2.1.1 Tipo De Investigación**

El Presente estudio es de carácter cualitativo y de tipo analítico descriptivo. A partir de revisión bibliográfica, hace referencia al impacto que tiene la desinformación en la salud mental de la población adulta. La información recuperada servirá para la elaboración de la guía, para esta y futuras investigaciones sobre la temática.

##### **2.1.2 Métodos de Investigación**

Los Métodos usados en la investigación son:

- Inductivo puesto que se argumenta en base a los razonamientos del autor y busca que el lector llegue a una conclusión a través del hilo de una lectura comprensiva y reflexiva acerca de la desinformación y los efectos que tiene en la salud mental.
- Deductivo ya que la idea principal del trabajo se a expuesto al inicio de este y a medida que el investigador ha avanzado se ha desarrollado y explicado para mejor comprensión del lector.
- Histórico – Lógico puesto que el presente trabajo investiga los efectos que ha tenido la desinformación y como su desarrollo ha tenido impacto en la salud mental de la población utilizando la lógica para descubrir las leyes fundamentales de este fenómeno.

#### **2.2 Diseño de la investigación**

La información ha sido rescatada de fuentes primarias, libros ensayos, artículos y revistas, para su búsqueda también se hizo bases de datos: Scielo, Redalyc, y el metabuscador Google académico.

Los criterios de inclusión que se consideraron para la selección de seleccionar documentos de las bases de datos fueron: aquellos artículos y publicaciones que estén redactadas en español, tengan 5 años de antigüedad

Mientras que se excluyen aquellos documentos que, estén publicadas en

idioma inglés u otra lengua que no sea el español.

Como los descriptores de búsqueda se utilizaron las palabras: Salud Mental; Infodemia; Desinformación; Estabilidad mental.

### **2.3 Población y muestra**

Se tomaron 40 publicaciones incluyendo artículos científicos, repositorios académicos y metaanálisis, sin embargo, de ha tomado una muestra de 13 los cuales cumplen con las normas establecidas para la investigación.



## 2.4 Referentes teóricos sobre el proceso de atención de enfermería

N.	Autor y año	Fuente	Título	Objetivo	Método	Resultados	Conclusión
1	(Sandoval, 2018)	<b>Scielo:</b> Revista Cubana de Medicina	Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario.	Replantear los conceptos de salud mental su relación con conceptos universales si guardan.	Revisión descriptiva y analítica.	Desde la visión de diferentes disciplinas científicas se potencia una discusión intensa acerca de cómo se conceptualiza la salud mental lo cual necesariamente debe verse reflejado en las acciones encaminadas a preservarla.	Se llega a la conclusión que es de suma importancia el aporte que se puede realizar desde el campo de la investigación para llegar a una construcción del concepto de salud mental que considere la multidisciplinariedad para lograr una unificación de lo que verdaderamente es salud mental y lo que ella representa y persigue, que es la salud.
2	(Ornelas, 2017)	Revista Latinoamericana de ciencia psicológica	Salud mental y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios	Analizar la relación entre los problemas de salud mental y la calidad de vida en	Se realizó una investigación cuantitativo-correlacional	Los principales problemas de los adultos tempranos fueron las obsesiones y compulsiones, depresión, ansiedad y	Los adultos intermedios presentan mayores problemáticas de salud mental, la depresión se asocia



				diferentes grupos etarios		psicoticismo asociados con salud psicológica y salud física.	con menor calidad de vida en todas las edades, los resultados pueden utilizarse para la promoción y prevención para la salud mental.
3	(Delia, 2018)	Revista Portal de Revistas de la Universidad de Panamá	Familia, género y violencia en Panamá: Una reflexión sobre el rol de la enfermera en salud mental.	Identificar los estereotipos de género.	Es un estudio Estadístico descriptivo.	Se establecen mecanismos de control que permitan asegurar el cumplimiento de los protocolos establecidos en materia de prevención y atención de la violencia en Panamá.	La enfermera especialista en salud mental juega un papel fundamental en la construcción de la igualdad de género y, por ende, en la prevención de violencia desde la infancia.
4	(Sánchez, 2020)	Revista Cubana de Información de Ciencias de Salud	Desinformación en tiempos de COVID-19: ¿Qué podemos hacer para enfrentarla?	Divulgar la ciencia en los mismos campos de batalla simbólica que hoy son ocupados por la desinformación	Revisión descriptiva y analítica.	La salud es también un área en la que la irracionalidad y la desinformación hacen estragos.	Es necesario combatir la pseudociencia con más fuerza, basta de tolerancia de inacción y hasta de respaldo; hacen falta más investigaciones sobre cómo divulgar la ciencia de manera que llegue mejor al público, de forma sencilla, clara y atractiva.



5	(Maitta, 2018)	Revista Caribeña de Ciencias Sociales	Factores biológicos, psicológicos y sociales que afectan la salud mental	Determinar la prevalencia de los factores biológicos, psicológicos y sociales en la salud mental de los habitantes de Portoviejo	Estudio de tipo descriptivo, con enfoque cuantitativo y cualitativo; se utilizaron los métodos de síntesis, análisis y estadístico. Se aplicó una entrevista a diez psicólogos clínicos del sector público y privado y una encuesta a 264 personas de 18 a 45 años de edad, de ambos sexos	Los resultados evidencian que los factores con mayor prevalencia en la salud mental de los portovejenses son los sociales, vinculados con los factores psicológicos; así como, el área con mayor afectación es la familiar, seguida de la económica y laboral. Entre los síntomas con mayor evidencia se registra la preocupación, aspecto que a largo plazo puede propiciar problemas en la salud mental y física que afectan el bienestar y la calidad de vida de las personas	La sintomatología a largo plazo puede propiciar problemas en la salud mental y física que afectan el bienestar y la calidad de vida de las personas.
6	(Estevan, 2012)	<b>Scielo:</b> Rev. del Anales del Sistema Sanitario Navarra.	Factores que determinan la mala salud mental en las personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad	o. Conocer los factores que determinan la mala salud mental en la ciudad de Madrid.	Estudio transversal con la Encuesta de Salud de la Ciudad de Madrid (ESCM'05), analizando 5.746 personas de 16 a 64 años, en los años 2004-2005.	La prevalencia general de mala salud mental fue del 19,2%, con $p < 0,05$ para sexos, grupo de edad de 16 a 24 años y clases sociales menos favorecidas. Los predictores más	Los problemas de salud mental son muy prevalentes en esta ciudad. Ser mujer, joven, inmigrante económico, tener peores estilos de



						fuertemente asociados con mala salud mental en la regresión múltiple s	vida, referir mala calidad de vida o tener limitadas las actividades sociales, son los factores que más fuerza de asociación tienen para explicar la mala salud mental
7	(Guerrero, 2018)	Revista Latina de Sociología	Psicodiagnóstico desde una perspectiva de salud mental comunitaria	Realizar un análisis del proceso psicodiagnóstico que se lleva a cabo en los centros de atención en salud de la ciudad de Manta, desde la perspectiva de la salud mental comunitaria. P	Se utilizó una muestra de 60 casos clínicos Atendidos por los estudiantes del último año de prácticas de la facultad de psicología de la Universidad Laica "Eloy Alfaro" de Manabí. También se realizaron entrevistas semiestructuradas a 3 profesionales en contacto con los servicios de salud y 1 estudiante de octavo semestre de la facultad de psicología	Los resultados obtenidos indican que en los centros de Salud se utiliza un modelo de atención (evaluación, diagnóstico y tratamiento) individualista, Proveniente de los modelos biomédico y de atributos	Se debe fortalecer las debilidades que Actualmente se presentan en la atención psicológica, específicamente, en el proceso Psicodiagnóstico que se realiza en las instituciones de salud pública de la ciudad.



8	(Nieves, 2021)	<b>Scielo:</b> Rev. Panamericana de Salud Pública	Infodemia: noticias falsas y tendencias de mortalidad por COVID-19 en seis países de América Latina	Describir el comportamiento de la diseminación	Estudio descriptivo que explora el porcentaje de la población con incapacidad para reconocer las noticias falsas, el porcentaje de confianza en el contenido de las redes sociales y el porcentaje de su uso como única fuente de noticias	Chile y Argentina fueron los países con los mayores índices de penetración de Internet (92,4% y 92,0%, respectivamente) y también están entre los que mayor uso hacen de las redes sociales como único medio para la obtención de noticias (32,0% y 28,0%, respectivamente); Brasil y Colombia mostraron un comportamiento intermedio en ambos indicadores. México tiene el uso más alto de redes sociales, mientras Perú y Colombia presentaron los mayores valores del índice de incapacidad para reconocer noticias falsas.	Se observó que en los países con menor uso de las redes sociales como único medio para la obtención de la información y menor confianza en el contenido de redes sociales, las tasas de mortalidad fueron también menores.
9	(Ribot, 2020)	<b>Scielo:</b> Revista Habanera de Ciencias Medicas	Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población	Analizar la repercusión que sobre la salud mental pudiera provocar la COVID-19 y las medidas para su	Se realizó una revisión bibliográfica	En el enfrentamiento a la COVID-19, a la par del aislamiento social y otras medidas sanitarias, urge potenciar la resiliencia, el crecimiento	Urge potenciar las medidas sanitarias potenciar la resiliencia, el crecimiento personal, las relaciones



				prevención y control, así como las estrategias para favorecerla.		personal, las relaciones intrafamiliares y la atención especial a los grupos vulnerables para así minimizar el impacto psicosocial de la epidemia en la población.	intrafamiliares y la atención especial a los grupos vulnerables para así minimizar el impacto psicosocial de la epidemia en la población.
10	(Tomala, 2021)	Revista Biomédica de Ciencias del ITSUP	Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario.	Identificar los factores de riesgo psicosocial que afectan e influyen en la salud mental del personal de salud.	Es un estudio Estadístico descriptivo.	Se ha evidenciado la influencia y relación que guardan los factores de riesgo psicosocial con la salud mental del personal de salud.	La descripción y uso de herramientas metodológicas para evaluar la salud mental, se basan en grupos de métodos cuyas escalas valoran diversos campos de la salud mental.
11	(Rosado, 2018)	Revista Caribeña de Ciencias Sociales	Factores biológicos, psicológicos y sociales que afectan la salud mental.	Determinar la prevalencia de los factores biológicos, psicológicos y sociales en la salud mental de los habitantes	Es un estudio con enfoque cuantitativo y cualitativo	Se evidencia que los factores con mayor prevalencia en la salud mental son los sociales, vinculados con los factores psicológicos; así como, el área con mayor afectación es la familiar, seguida de la económica y laboral.	Entre los síntomas con mayor evidencia se registra la preocupación, aspecto que a largo plazo puede propiciar problemas en la salud mental y física que afectan el bienestar y la calidad de vida de las personas.
12		Revista de diagnóstico	Factores de riesgo psicosocial,	Detectar los predictores	Es un estudio transversal	Se evidencia que la indisciplina, la falta de	Los mejores predictores de salud



	(Guerreo, 2018)	psicológico, psicoterapia y salud	estrés percibido y salud mental en el profesorado	del riesgo de patología psiquiátrica		interés de los alumnos y la escasa colaboración de las familias son las principales fuentes de estrés.	mental son el nivel de estrés percibido, el grado de satisfacción y el grado de compromiso.
13	(Rodríguez, 2005)	<b>Redalyc:</b> Algunos factores psicológicos y su papel: una revisión	Algunos factores psicológicos y su papel: una revisión	Estudiarla influencia que tienen los factores psicológicos en la salud	Búsqueda Bibliográfica	Los diversos factores psicológicos que de acuerdo a aproximaciones terapéuticas influyen en el estado de salud y enfermedad.	Es necesario Integrar de forma metodológica los estudios para así comprende de mejor manera el papel comportamiento de la salud

**Fuente:** Base de datos

**Autora:** Dorys Lilibeth Bailón Espinal

**Población documental**

Fuente de Información	Frecuencia	Porcentaje
Scielo	9	22.5%
Repositorios académicos	7	17.5%
Redalyc	3	7,5%
Medigraphic	2	5%
Rev Caribeña de ciencias de la sociales	2	5%
Revista científica de cuba	1	2,5%
Revista biomédica de ciencia de ITSUP	1	2,5%
Rev Latinoamericana de ciencia psicológica	1	2,5%
Portal de revistas de la Universidad de Panamá	1	2,5%
Rev Cubana de Información de ciencias de Salud	1	2,5%
Rev Latina de Sociología	1	2,5%
Rev de diagnóstico psicología psicoterapia y salud	1	2,5%
otros	10	25%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Base de Datos

**Autor:** Dorys Lilibeth Bailón Espinal

**Análisis e interpretación:**

El análisis de la población documental evidencia que la base de datos Scientific Electronic Library Online (SciELO) fue la principal fuente de obtención de información con un 22,5%, los repositorios académicos con 17.5%, seguido de Redalyc con un 7,5% mientras que el porcentaje restante corresponde a otras fuentes de información.

### Muestra documental

<b>Fuente de Información</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Scielo	4	30%
Rev Caribeña de ciencias de la sociales	2	15.3%
Rev .Biomédica de Ciencia de ITSUP	1	7,6%
Redalyc	1	7,6%
Rev Latinoamericana de ciencia psicológica	1	7,6%
Portal de revistas de la Universidad de Panamá	1	7,6%
Rev Cubana de Información de ciencias de Salud	1	7,6%
Rev Latina de Sociología	1	7,6%
Rev de diagnóstico psicología psicoterapia y salud	1	7,6%
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>100%</b>

**Fuente:** Base de Datos

**Autor:** Dorys Lilibeth Bailón Espinal

### 2.5 Análisis e interpretación

El análisis de base de datos de la muestra documental evidencia que la principal fuente de obtención de información fue Scientific Electronic Library Online (SciELO) con un 30%, seguido la Revista Caribeña de Ciencias de la Sociales con un 15.3% y la revista Biomédica de Ciencia de ITSUP 7.6%.

## 2.6 Discusión

De acuerdo a diversos autores citados en el presente trabajo de investigación la desinformación social repercute de forma significativa en la tranquilidad de las personas así lo sostiene Ghebreyesus, T. que manifiesta que la sobreabundancia de información contribuye al desarrollo de depresión, ansiedad entre otros problemas relacionados con la salud mental llegando a ser peligroso incluso para su integridad física y emocional (OMS, 2020), sin embargo al estudiar las diversas fuentes bibliográficas es necesario refutar este concepto, ya que la problemática no es la sobreabundancia de información, el problema radica en que esta información no es filtrada y verificada, sumándole a esto que aunque estamos viviendo en la era del conocimiento existen muchas barreras entre el usuario, la tecnología y la información.

El aumento de la propagación de información falsas, engañosa y la dificultad que representa para los adultos identificarlas constituyen obstáculos para equilibrio de la salud mental del individuo. Por ellos se considera que el personal de enfermería en Salud Mental tiene como competencia direccionar, evaluar y prestar cuidados orientados a la promoción, mantenimiento y recuperación de la salud, así como la prevención de enfermedades y discapacidades en el área de la Salud Mental.

Resulta necesario que se tomen en cuenta términos como “Infodemia” traídos a contexto en la reciente problemática de la pandemia Covid 19 pues si bien es cierto la desinformación no es algo nuevo y el término se acuñó en el último año debido a la creciente ola de información falsa, lo que ya antes había sucedido con las llamadas “fake news” término que ha perdido relevancia en los últimos tiempos y que se usaba para referirse a la desinformación giraban en torno a la transmisión de VIH, a la que gira en torno a la efectividad de vacunas entre otros temas de interés.

## **CAPÍTULO III**

### **3. PROPUESTA**

#### **3.1 Título**

Manual Educativo: Promoción de la salud mental: Primeros Auxilios Psicológicos desde la perspectiva de Enfermería.

#### **3.2 Objetivos**

##### **3.2.1 Objetivo general:**

Proporcionar información acerca del manejo oportuno de la salud mental en la población adulta.

##### **3.2.2 Objetivos específicos:**

- Brindar las pautas básicas sobre primeros auxilios psicológicos
- Proveer herramientas estandarizadas para la promoción de la salud mental

#### **3.3 Justificación**

El personal sanitario debe tener la capacidad para brindar primeros auxilios psicológicos u soporte vital básico, sin embargo; no todos disponen de conocimientos y experiencia necesarias para identificar las necesidades psicológicas o brindar un abordaje oportuno ante una situación de crisis.

Los Primeros Auxilios Psicológicos desde la perspectiva de enfermería tienen como propósito facilitar herramientas que ayuden a potenciar una intervención temprana y apropiada.

Es momento de que la enfermera explore y emplee recursos enfocados al cuidado de personas que han vivido situaciones potencialmente traumáticas, lo que también incluye secuelas emocionales a corto, mediano y largo plazo.

Esta información está destinado a estudiantes de enfermería, personal sanitario y población en general que se encuentran en situaciones angustiosas puesto que el abordaje de la salud mental suele ser limitada y cae en el error de ser asociada con la psiquiatría.

Ante una situación de crisis es necesario saber escuchar, saber qué decir y saber qué hacer con personas que se encuentren en situaciones difíciles.

### 3.4 Beneficiarios

- Comunidad en general
- Personal de Enfermería

### 3.5. Tiempo

El Manual educativo entra en vigencia una vez que esté aprobado el presente trabajo de investigación, con posibilidad de ser modificado en caso de así ser requerido.

### 3.6. Responsable

Dorys Lilibeth Bailón Espinal

### 3.7 Índice de la propuesta educativa

➤ Primeros Auxilios Psicológicos .....	4
➤ Protocolo ABCDE del PAP .....	5
➤ Las 5 etapas de los PAP .....	6
➤ Principios básicos de los PAP .....	8
➤ Reacciones emocionales y físicas comunes frente a experiencias traumáticas recientes.....	9
➤ Operaciones prácticas de los PAP.....	10
➤ Seguridad y alivio .....	11

## CONCLUSIONES

- La desinformación es un problema psicosocial que repercute en la salud mental de manera individual o a nivel comunitario, no solo genera problemas en su psiquis frente a un suceso traumático, sino también, permite el desarrollo de otras comorbilidades que, a la larga, repercuten de manera negativa en la salud mental y física de los pacientes y de manera indirecta a quienes les rodean.
- Los efectos que produce la desinformación social en la salud mental de la población van desde la aparición de un sentimiento de preocupación hasta el desarrollo de trastornos como depresión, ansiedad, miedo, estas emociones negativas a largo plazo pueden dar paso a surjan patologías físicas como: trastornos cardiovasculares, cerebrovasculares, reumatológicos, inmunológico, y como consecuencia que la calidad de vida de las personas se vea afectado.
- El manual educativo proporcionar información acerca de: Definición de salud mental, factores que alteran la salud mental , la desinformación y su impacto en la salud mental, infodemia, perspectiva de enfermería en la salud mental; contenidos que permiten identificar alteraciones en la salud mental o trastornos en la persona, tras una situación traumática, orientar la primera repuesta de intervención psicológica y a la intervención oportuna del paciente para recuperar su salud mental, y de ser requerido la derivación con un especialista.

- Es necesario que se activen sistemas de alerta temprana y respuesta inmediata ante la presencia de páginas o noticias que tengan como objetivo desinformar, esto con el fin de evitar que esta información de propague. De igual manera es necesario impulsar la alfabetización mediática y tecnológica, ya que son estas plataformas las que en su mayor parte divulgan información que no es certera pero que al no ser identificada de manera temprana tendría nuseas negativas en el estado de salud a largo y corto plazo.
- Es necesario permanecer alerta ante las señales que sugieran cambio de actitud en las personas que nos rodean, son muy comunes el cambio de hábitos como: horarios de dormir, ingesta de alimentos, pérdida de interés en actividades que se realizaban con frecuencia y resultaban interesantes para la persona afectada, con el fin de realizar intervenciones tempranas que permitan la recuperación de la salud mental del paciente.
- La aplicación del modelo educativo permitirá a cualquier persona identificar los pasos para intervenir de manera oportuna acompañar a aquellas personas que se encuentran en escenarios de crisis con el fin de ayudarlo a recuperar el equilibrio emocional, verificar el estado de la persona, y se ser requerido remitir el caso con un especialista para prevenir la aparición de secuelas psicológicas

## REFERENCIAS

- (s.f.). Obtenido de <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/factores-salud-mental.html>
- ACHS. (03 de mayo de 2017). *¿Que son los primeros auxilios psicologicos?* Recuperado el 03 de Septiembre de 2021, de Asociacion Chilena de Seguridad: <https://www.achs.cl/portal/ACHS-Corporativo/MediosACHS/Paginas/El-valor-de-los-primeros-auxilios-psicologicos.aspx>
- Arteaga, A. (Agosto de 2021). *Repercusion de la pandemia de covid 19 en la dimension fisica de las personas mayores*. Recuperado el 15 de Agosto de 2021, de Universidad Tecnica de Manabi: [https://www.researchgate.net/profile/Adriana-Garcia-59/publication/353646565\\_REPERCUSION\\_DE\\_LA\\_PANDEMIA\\_DE\\_COVID-19\\_EN\\_LA\\_DIMENSION\\_FISICA\\_DE\\_LAS\\_PERSONAS\\_MAYORES/links/61083cef0c2bfa282a1a2571/REPERCUSION-DE-LA-PANDEMIA-DE-COVID-19-EN-LA-DIMENSION-FISICA](https://www.researchgate.net/profile/Adriana-Garcia-59/publication/353646565_REPERCUSION_DE_LA_PANDEMIA_DE_COVID-19_EN_LA_DIMENSION_FISICA_DE_LAS_PERSONAS_MAYORES/links/61083cef0c2bfa282a1a2571/REPERCUSION-DE-LA-PANDEMIA-DE-COVID-19-EN-LA-DIMENSION-FISICA)
- Caminero, L. (s.f). *Manual de procedimientos de enfermeria de salud mental comunitaria en la comunidad de Madrid.Planificaciòn estrategia*. Recuperado el Septiembre de 2021, de Servicio de Madrileño de Salud: <http://www.aeesme.org/wp-content/uploads/2014/11/Manual-Enfermeria-Salud-Mental-C-Madrid-2010-2011.pdf>
- CIGIDEN. (2017). *Centro Nacional de Investigación para la gestion de integrada de desastres naturales*. Recuperado el 04 de Septiembre de 2021, de Manual ABCDE para la aplicacion de primeros auxilios psicologicos en crisis individuales y colectivas: [https://www.preventionweb.net/files/59897\\_auxiliar.pdf](https://www.preventionweb.net/files/59897_auxiliar.pdf)
- Constitución de la Replública del Ecuador. (2008). *Constitución de la Replública del Ecuador 2008*. Recuperado el 5 de julio de 2021, de LEXUS: [https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4\\_ecu\\_const.pdf](https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf)
- Constitución de la República del Ecuador* . (2008). Recuperado el 23 de julio de 2021, de Asamblea De la República del Ecuador: [https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4\\_ecu\\_const.pdf](https://www.oas.org/juridico/pdfs/mesicic4_ecu_const.pdf)
- Cornella, A. (2004). *Infoxicacion buscando un orden en la informacion*. libros infonomia.
- CUCS. (julio de 2014). *Manual de primeros auxilios psicológicos*. Recuperado el 04 de Septiembre de 2021, de Centro Universitario de ciencias de la salud: [https://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual\\_primeros\\_auxilios\\_psicologicos\\_2017.pdf](https://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual_primeros_auxilios_psicologicos_2017.pdf)
- Delia, B. (mayo de 2018). Familia,género y violencia en Panamá: Unareflexión sobre el rol de la enfermera en salud mental. 1(2), 18-29. Recuperado el 19 de julio de 2021, de Visión Antataura: <http://up-rid.up.ac.pa/2269/1/16>
- Domínguez, J., Guerra, Y., Espinosa, A., & et al. (2020). *Uso de las tecnologías en la carrera de enfermería*. Recuperado el 25 de julio de 2021, de Infomedic: <http://www.edumedholguin2020.sld.cu/index.php/edumedholguin/2020/paper/viewPaper/204>

- Enfermero de salud mental.* (2011). Recuperado el 3 de septiembre de 2021, de Barcelona Activa:  
<https://treball.barcelonactiva.cat/porta22/es/fitxes/l/fitxa5153/enfermero-de-salud-mental.do>
- Estevan, M. P. (2012). Factores que determinan la mala salud mental en las personas de 16 a 64 años residentes en una gran ciudad. *Rev. Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 35(2), 229 - 240. Recuperado el 24 de julio de 2021, de Rev. Anales del Sistema Sanitario de Navarra:  
[https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1137-66272012000200005](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272012000200005)
- FUNDEN. (s.f). *Primeros auxilios psicológicos para enfermeras.* Recuperado el 19 de julio de 2021, de Fundación para el Desarrollo de la Enfermería:  
<https://www.fuden.es/fuden-inclusiva/project/primeros-auxilios-psicologicos-enfermeras/>
- Garcia, S. e. (26 de Julio de 2021). *Infodemia en tiempos de COVID-19.* Recuperado el 9 de Agosto de 2021, de scielo:  
<https://www.scielosp.org/article/rpsp/2021.v45/e56/es/>
- Guerreo, E. e. (07 de Febrero de 2018). Factores de riesgo psicosocial, estrés percibido y salud mental en el profesorado. *Revista de diagnostico psicologico , psicoterapia y salud*, 9(2), 1-12. Recuperado el 7 de agosto de 2021, de Revista de diagnostico psicologico , psicoterapia y salud:  
<https://www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2018a2>
- Guerrero, K. C. (2018). Psicodiagnóstico desde una perspectiva de salud mental comunitaria. *Revista Latina de Sociología*, 8(2), 72-86. Recuperado el 15 de julio de 2021, de <https://ruc.udc.es/dspace/handle/2183/22612>
- Hormiga, R. (2011). *El modelo de la marea en la recuperación en Salud Mental (Phil Barker).* Recuperado el 5 de septiembre de 2021, de postPsiquiatría:  
<http://postpsiquiatria.blogspot.com/2011/12/el-modelo-de-la-marea-en-la.html>
- Huertas, C. (24 de Julio de 2020). *Has una pausa y piensa antes de compartir: ¿Cómo evitar la desinformación en tiempos de pandemia?* Recuperado el 7 de agosto de 2021, de Universidad de Chile: <https://www.uchile.cl/noticias/165565/como-evitar-la-desinformacion-en-tiempos-de-pandemia>
- Jimenez, D. (2020). *Niveles de ansiedad y depresion en estudiantes universitarios de santander durante el periodo de cuarentena por coronavirus (covid 19):un estudio descriptivo.* Recuperado el 9 de Agosto de 2021, de Universidad Pontificia Bolivariana:  
[https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/8806/2153\\_e\\_4%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/8806/2153_e_4%20%281%29.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lopez, M. (4 de Octubre de 2020). Situación de Enfermería en tiempos de COVID-19. *Journal of American Health*, 3(3), 1-11. Obtenido de <https://jah-journal.com/index.php/jah/article/view/50/106>
- Lopez, O. (09 de febrero de 2019). *Evaluacion de diagnostico de transtorno de panico desde el analisis de manual de diagnostico dms v.* Recuperado el Agosto de 2021 de <http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/13912/1/ECUACS-2019-PSC-DE00021.pdf>, de Universidad Tecnica de Machala: 15

- Lotero-Echeverri, G., Romero-Rodríguez, L. M., & Pérez-Rodríguez. (2018). Fact-checking vs. Fake news. *index.comunicación*.
- Machin, E. (2015). Enfermería: Teoría de Jean Watson y la inteligencia emocional, una visión humana. *Revista Cubana de Enfermería*, 31(3). Obtenido de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0864-03192015000300006](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03192015000300006)
- MAIS. (2014). *Modelo de Atención de Salud Mental, en el marco del MAIS*. Recuperado el 3 de agosto de 2021, de MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA: [https://www.proteccionderechosquito.gob.ec/adjuntos/grupos/altaVulnerabilidad/ConsumoDrogas/8\\_Modelo\\_integral\\_de\\_atencion\\_drogas.pdf](https://www.proteccionderechosquito.gob.ec/adjuntos/grupos/altaVulnerabilidad/ConsumoDrogas/8_Modelo_integral_de_atencion_drogas.pdf)
- Maitta, I. C. (2018). *FACTORES BIOLÓGICOS, PSICOLÓGICOS Y SOCIALES QUE AFECTAN LA SALUD MENTAL*. Recuperado el 19 de julio de 2021, de Revista Caribeña de Ciencias Sociales : <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/factores-salud-mental.html>
- MSP. (s.f.). *Este 7 de abril se celebra el Día Mundial de la Salud, con el tema "Depresión: Hablemos"*. Recuperado el 18 de julio de 2021, de Ministerio de Salud Pública: <https://www.salud.gob.ec/este-7-de-abril-se-celebra-el-dia-mundial-de-la-salud-con-el-tema-depresion-hablemos/>
- Muñoz, F. e. (20 de mayo de 2020). Estrés, respuestas emocionales, factores de riesgo, psicopatología y manejo del personal de salud durante la pandemia. *Acta Pediatr Mex*, 1, S127-S136. Recuperado el 20 de agosto de 2021, de Acta Pediatr Mex: <https://www.medigraphic.com/pdfs/actpedmex/apm-2020/apms201q.pdf>
- Muñoz, T. (2006). Promoción de salud mental: estrategias de autocuidado para estudiantes de la escuela especial TALAUN. *Revista Iberoamericana de Educación*, 38(3). Recuperado el 5 de agosto de 2021, de Revista Iberoamericana de Educación: <https://rieoei.org/historico/deloslectores/experiencias116.htm>
- Nieves, G. M. (2021). Infodemia: noticias falsas y tendencias de mortalidad por COVID-19 en seis países de América Latina. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 45, 8. Recuperado el 30 de Julio de 2021, de Revista Panamericana de Salud Pública: <https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2021.v45/e44/es>
- OMS. (2001). *Informe de secretaria*.
- OMS. (2018). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*.
- OMS. (17 de julio de 2018). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado el 22 de Julio de 2021, de Organización Mundial de La salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- OMS. (29 de junio de 2020). *Trabajando juntos para abordar la "infodemia"*. Recuperado el 19 de julio de 2021, de Organización Mundial de la Salud: <https://www.euro.who.int/en/health-topics/Health-systems/digital-health/news/news/2020/6/working-together-to-tackle-the-infodemic>
- OPS. (2017). *Depresión y otros trastornos mentales comunes. Estimaciones sanitarias mundiales*. Recuperado el 18 de julio de 2021, de Organización Panamericana



de la Salud :  
<https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/34006/PAHONMH17005-spa.pdf>

- OPS. (2020). "No hay salud sin salud mental". Recuperado el 18 de julio de 2021, de Organización Panamericana de la Salud: <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental>
- OPS. (2021). *Depresión*. Recuperado el 20 de julio de 2021, de Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado el 24 de julio de 2021, de OMS: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
- Ornelas, A. (junio de 2017). Salud mental y calidad de vida: Su relación en los grupos etarios. *Psiciencia Rev Latinoamericana de ciencia psicologica*, 9(2), 16. Recuperado el 18 de julio de 2021, de [http://www.psiencia.org/psiciencia/9/2/21/PSIENCIA\\_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica\\_9-2\\_Ornelas-et-al.pdf](http://www.psiencia.org/psiciencia/9/2/21/PSIENCIA_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica_9-2_Ornelas-et-al.pdf)
- Ortiz, M. (05 de Abril de 2020). *Ansiedad , depresion y miedo al contagio por Covid 19 en la republica dominicana*. Recuperado el 9 de Agosto de 2021, de Universidad Iberoamericana: [https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/bitstream/123456789/518/1/13-0734\\_TF.pdf](https://repositorio.unibe.edu.do/jspui/bitstream/123456789/518/1/13-0734_TF.pdf)
- Piqueras Rodríguez, J. A. (s.f.).
- Ribot, A. P. (10 de Junio de 2020). Efectos de la COVID-19 en la salud mental de la población. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 19(1), 11. Recuperado el 25 de Julio de 2021, de [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1729-519X2020000400008](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-519X2020000400008)
- Rodríguez, J. . (09 de diciembre de 2009). Emociones negativas y su impacto en la salud mental y física. 16(2), 29. Recuperado el 10 de Agosto de 2021, de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134213131007>
- Rodriguez, M. (julio de 2005). Algunos factores psicologicos y su papel: una revisión. *Red de revistas científicas de America Latina y el Caribe ,España y Portugal*, 15(2), 1-18. Recuperado el 7 de agosto de 2021, de <https://www.redalyc.org/pdf/291/29115202.pdf>
- Rosado, I. M. (Marzo de 2018). *Factores, psicologicos y sociales que afectan la salud mental*. Recuperado el 6 de Agosto de 2021, de Revista Caribeña de Ciencias Sociales: <https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03factores-saud-mental.html>
- Salaverría, R. B. (15 de Mayo de 2020). *Desinformación en tiempos de pandemia: tipología de los bulos sobre la Covid-19*. Recuperado el 7 de Agosto de 2021, de El profesional de la información: <http://profesionaldelainformacion.com/contenidos/2020/may/salaverria-buslon-lopez-leon-lopez-erviti.pdf>
- Sanchez, A. (2020). Comportamiento informacional, infodemia y desinformación durante la pandemia de COVID-19. *Revista de Academia de Cuba*, 10(2). Recuperado el



9 de Agosto de 2021, de Revista de Academia de Cuba:  
<http://revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/882/888>

Sánchez, N. (2020). Desinformación en tiempos de COVID-19: ¿Qué podemos hacer para enfrentarla? *Revista cubana de información de ciencias de la salud*, 31(2). Recuperado el 20 de julio de 2021, de Revista Cubana de Información en Ciencias de la Salud: <https://www.redalyc.org/jatsRepo/3776/377665620001/html/>

Sandoval, X. V. (2018). Evolución del constructo de Salud mental desde lo multidisciplinario. *Rev. Humanidades Médicas*, 18(2), 215-232. Recuperado el 18 de julio de 2021, de <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n2/1727-8120-hmc-18-02-338.pdf>

Statista. (12 de marzo de 2019). *Los países en los que más preocupa la manipulación de noticias*. Recuperado el 19 de julio de 2021, de statista : <https://es.statista.com/grafico/17325/porcentaje-de-usuarios-preocupados-por-la-desinformacion-informativa/>

*Teorías y Modelos de Enfermería*. (s.f). Recuperado el 4 de julio de 2021, de Todo para enfermería: <https://sites.google.com/site/todoparaenfermeria/teorias-y-modelos-de-enfermeria>

Tomala, M. M. (04 de Julio de 2021). Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario. *Revista Científica de Biomedica de ISUP*, 1(4), 6. Recuperado el 25 de Julio de 2021, de Revista Científica de Biomedica de ISUP: <https://revistas.itsup.edu.ec/index.php/Higia/article/view/491/887>

UTA. (2017). *psicología general para la enfermería*. Recuperado el 20 de agosto de 2021, de Universidad técnica de Ambato: <https://revistas.uta.edu.ec/Books/libros%202017/LIBRO%20%20PSICOLOGIA%20OK.pdf>

Vinales, C. (25 de Enero de 2021). *Los efectos de la infodemia*. Recuperado el 7 de Agosto de 2021, de Conexión Expo Med: <https://www.conexiones365.com/nota/expo-med/sistemas-de-salud/efectos-infodemia-covid19>

Zabalegui, A. (2003). El rol del profesional en enfermería. *Aquichan*, 3(1). Recuperado el 4 de julio de 2021, de Scielo: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1657-59972003000100004](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-59972003000100004)

## ANEXOS

### Anexo 1: Cronograma de actividades

ACTIVIDADES		MAYO 2021				JUNIO 2021				JULIO 2021				AGOSTO 2021				SEPTIEMBRE 2021				RESPONSABLE	OBSERVACIONES			
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	10	11	12	1	14	15	16	17	18	19					
1	Presentación y socialización de estudiantes y profesor																									
2	Presentación y definición del Problema																									
3	Elaboración de introducción																									
4	Elaboración de breve justificación del tema																									
5	Elaboración de cronograma de actividades																									
6	Elaboración de diseño teórico del proyecto																									
7	Elaboración del diseño metodológico																									
	Elaboración del Marco Teórico (fundamentos conceptuales)																									
8	Elaboración del Diagnóstico o estudio de campo																									
9	Elaboración de la Propuesta (metodología)																									





**Uleam**  
UNIVERSIDAD LAICA  
ELOY ALFARO DE MANABÍ

*Licenciatura en Enfermería*

**Facultad de Enfermería**

**Anexo 2: Manual Educativo Promoción de la salud mental: Primeros Auxilios**

Psicológicos desde la perspectiva de Enfermería.



**Uleam**  
UNIVERSIDAD LAICA  
ELOY ALFARO DE MANABÍ

*Licenciatura en Enfermería*

**Facultad de Enfermería**

# **MANUAL** **EDUCATIVO**

**Promoción de la salud mental: Primeros Auxilios Psicológicos  
(PAP) desde la perspectiva de enfermería**



**Autor: Dorys Lilibeth Bailón Espinal**



### ÍNDICE:

┌	Primeros Auxilios Psicológicos.....	4
┌	Protocolo ABCDE del PAP.....	5
┌	Las 5 etapas de los PAP.....	6
┌	Principios básicos de los PAP... ..	8
┌	Reacciones emocionales y físicas comunes frente a experiencias traumáticas recientes.....	9
┌	Operaciones prácticas de los PAP ....	10
┌	Seguridad y alivio.....	11



## OBJETIVOS

### Objetivo general:

Proporcionar información acerca del manejo oportuno de la salud mental en la población adulta.

### Objetivos específicos:

- Brindar las pautas básicas sobre primeros auxilios psicológicos
- Proveer herramientas estandarizadas para la promoción de la salud mental





## **JUSTIFICACIÓN**

El personal sanitario debe tener la capacidad para brindar primeros auxilios psicológicos u soporte vital básico, sin embargo; no todos disponen de conocimientos y experiencia necesarias para identificar las necesidades psicológicas o brindar un abordaje oportuno ante una situación de crisis.

Los Primeros Auxilios Psicológicos desde la perspectiva de enfermería tienen como propósito facilitar herramientas que ayuden a potenciar una intervención temprana y apropiada.

Es momento de que la enfermera explore y emplee recursos enfocados al cuidado de personas que han vivido situaciones potencialmente traumáticas, lo que también incluye secuelas emocionales a corto, mediano y largo plazo.

Esta información está destinado a estudiantes de enfermería, personal sanitario y población en general que se encuentran en situaciones angustiosas puesto que el abordaje de la salud mental suele ser limitada y cae en el error de ser asociada con la psiquiatría.

Ante una situación de crisis es necesario saber escuchar, saber qué decir y saber qué hacer con personas que se encuentren en situaciones difíciles



## ¿QUÉ SON LOS PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS (PAP)?

Es una herramienta pensada en las personas que se enfrentan a un evento traumático que puede causar crisis, están pensados en acompañar, mantener o recuperar el equilibrio emocional y prevenir que con el tiempo aparezcan secuelas psicológicas (ACHS,





## PROTOCOLO ABCDE DEL PAP



Obtenido de: (CIGIDEN, 2017)



## 5 ETAPAS DE LOS PAP

**A:** Escucha Activa: este paso requiere de nuestra atención a la hora de escuchar al afectado. Es importante ser empáticos y demostrar que nos interesa y preocupa lo que nos están narrando.



**B:** reentrenamiento de la (B)entilación: cuando alguien vive este tipo de situaciones, es común el mostrarse ansiosos o alterados, incluso sintiéndose superados o confundidos por lo sucedido. Se recomienda realizar ejercicios de respiración que permitan recuperar el ritmo normal de esta.



Obtenido de (ACHS, 2017)



**C:** Categorización de necesidades: Cuando el afectado deba tomar decisiones luego del episodio traumático, es útil la ayuda de un tercero para jerarquizar y organizar los pasos a seguir. Para estos efectos es importante que se utilicen los recursos del afectado, ya que así podrá mantener una red de apoyo que sea familiar.

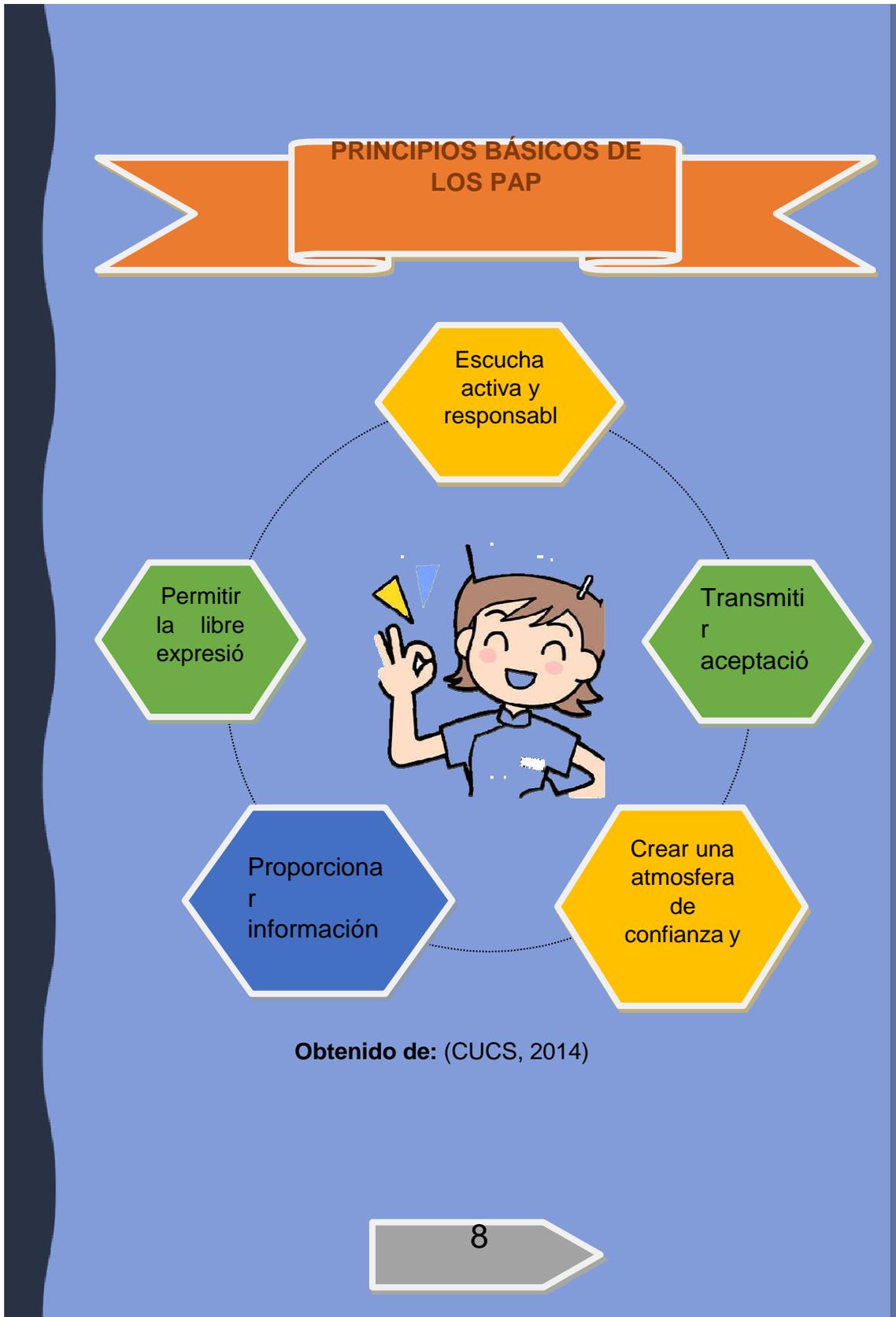


**D:** Derivación a redes de apoyo: una vez aclaradas las necesidades y prioridades, estamos aptos para contactar a los servicios especializados o a las personas cercanas del afectado para que lo asistan.



**E:** La psicoeducación: Se debe transmitir al afectado que las reacciones y malestares que pueda sentir a futuro son parte del proceso, pero además debemos explicar los momentos en los que pasan a ser una situación de riesgo.







## REACCIONES EMOCIONALES Y FÍSICAS COMUNES FRENTE A EXPERIENCIAS TRAUMÁTICAS RECIENTES.



### Reacciones emocionales

- Estado de shock
- Terror
- Irritabilidad
- Sentimiento de culpa (hacia sí mismo y hacia otros) Rabia
- Dolor o tristeza
- Embotamiento emocional
- Sentimientos de impotencia
- Pérdida del disfrute derivado de actividades familiares
- Dificultad para sentir alegría
- Dificultad para experimentar sentimientos de amor y cariño por otros

### Reacciones físicas

- Fatiga
- cansancio
- Insomnio
- Taquicardia o palpitaciones
- Sobresaltos
- Exaltación
- Incremento de dolores físicos
- Reducción de la respuesta inmune
- Dolores de cabeza
- Perturbaciones gastrointestinales
- Reducción del apetito
- Reducción del deseo sexual
- Vulnerabilidad a la enfermedad



Obtenido de: (CIGIDEN, 2017)



## OPERACIONES PRÁCTICAS DE LOS PAP

### CONTACTO Y ACERCAMIENTO

Objetivo: Responder a contactos iniciados o iniciar el contacto de manera discreta, compasiva y útil.

 <b>QUE HACER</b>	 <b>QUE NO HACER</b>
Ayudar a sobrevivientes que pidan ayuda Ser empático Tener una actitud respetuosa	Invadir el espacio vital de la víctima Hablar bruscamente Mostrarse

1. Preséntese a sí mismo
  - a) Nombre
  - b) Cargo
  - c) Describa su rol
2. Pida permiso para hablar con la persona
3. Explique que está ahí para ofrecer ayuda
4. Invite a las personas a sentarse
  - a) Garantice cierto grado de privacidad a la persona
  - b) Preste atención a la persona
  - c) Modere el tono de voz (suavemente y calmado)

Obtenido de: (CUCS, 2014)



## SEGURIDAD Y ALIVIO

Objetivo: Mejorar la seguridad inmediata y continua y proveer alivio físico y emocional.

Se puede proporcionar alivio y seguridad de diferentes maneras, que ayuden a:



Obtenido de: (CUCS, 2014)



## CONCLUSIONES

- La Elaboración de este manual educativo facilitara la comprensión en cuanto al manejo de crisis a las personas que la utilicen
- Mediante la búsqueda bibliográfica es posible recabar información acerca sobre primeros auxilios psicológicos y crear pautas eficaces que nos ayuden a lidiar con situaciones difíciles.
- El presente manual es un instrumento que incluye la información necesaria para orientar, motivar y ayudar a las personas en momentos de crisis.



### **RECOMENDACIONES**

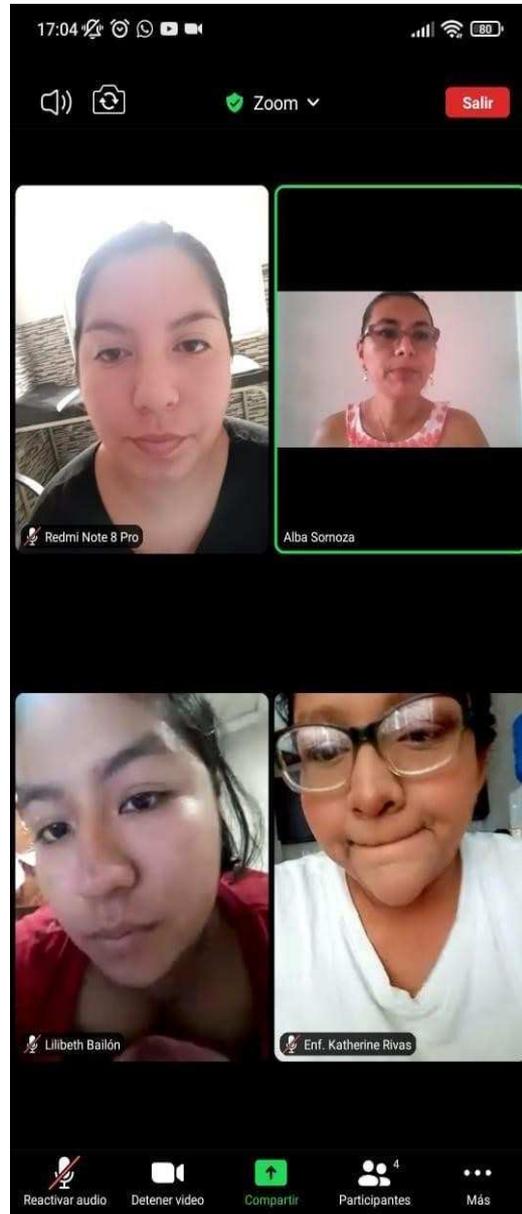
- Fomentar la creación de Guías, Manuales Educativos, Panfletos u cualquier material didáctico enfocado a la educación en primeros auxilios psicológicos.
- Trabajar en la mejora del material didáctico ya existente acerca de este tema
- Extender los estudios realizados en temas relacionados a salud mental en especial en primeros auxilios psicológicos.



## BIBLIOGRAFIA

- ACHS. (03 de mayo de 2017). *¿Que son los primeros auxilios psicologicos?* Recuperado el 03 de Septiembre de 2021, de Asociacion Chilena de Seguridad:  
<https://www.achs.cl/portal/ACHS-Corporativo/MediosACHS/Paginas/El-valor-de-los-primeros-auxilios-psicologicos.aspx>
- CIGIDEN. (2017). *Centro Nacional de Investigación para la gestion de integrada de desastres naturales*. Recuperado el 04 de Septiembre de 2021, de Manual ABCDE para la aplicacion de primeros auxilios psicologicos en crisis individuales y colectivas:  
[https://www.preventionweb.net/files/59897\\_auxiliar.pdf](https://www.preventionweb.net/files/59897_auxiliar.pdf)
- CUCS. (julio de 2014). *Manual de primeros auxilios psicologicos*. Recuperado el 04 de Septiembre de 2021, de Centro Universitario de ciencias de la salud:  
[https://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual\\_primeros\\_auxilios\\_psicologicos\\_2017.pdf](https://www.cucs.udg.mx/sites/default/files/adjuntos/manual_primeros_auxilios_psicologicos_2017.pdf)

**Anexo 3: Evidencia de tutorías por Parte de Lcda. Amarilis Sornoza**



## Anexo 4: Certificado de urkund

**Curiginal**

---

**Document Information**

<b>Analyzed document</b>	DORYS BAILON ESPINAL TESIS FINAL.pdf (D113510942)
<b>Submitted</b>	2021-09-27 05:05:00
<b>Submitted by</b>	amarilis
<b>Submitter email</b>	alba.somoza@uleam.edu.ec
<b>Similarity</b>	10%
<b>Analysis address</b>	alba.somoza.uleam@analysis.orkund.com

---

**Sources included in the report**

<b>W</b>	URL: <a href="http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n2/1727-8120-hmc-18-02-338.pdf">http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v18n2/1727-8120-hmc-18-02-338.pdf</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	1
<b>W</b>	URL: <a href="http://www.psiencia.org/psiencia/9/2/21/PSIENCIA_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica_9-2_Ornelas-et-al.pdf">http://www.psiencia.org/psiencia/9/2/21/PSIENCIA_Revista-Latinoamericana-de-Ciencia-Psicologica_9-2_Ornelas-et-al.pdf</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	6
<b>W</b>	URL: <a href="http://up-rid.up.ac.pa/2269/1/16">http://up-rid.up.ac.pa/2269/1/16</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	2
<b>W</b>	URL: <a href="https://www.redalyc.org/jatsRepo/3776/377665620001/html/">https://www.redalyc.org/jatsRepo/3776/377665620001/html/</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	3
<b>W</b>	URL: <a href="https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/factores-salud-mental.html">https://www.eumed.net/rev/caribe/2018/03/factores-salud-mental.html</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	9
<b>W</b>	URL: <a href="https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1137-66272012000200005">https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&amp;pid=S1137-66272012000200005</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	5
<b>W</b>	URL: <a href="https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2021.v45/e44/es">https://www.scielosp.org/pdf/rpsp/2021.v45/e44/es</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	2
<b>SA</b>	<b>MARILYN TOMALA LEON - TESIS.docx</b> Document MARILYN TOMALA LEON - TESIS.docx (D101434114)	8
<b>W</b>	URL: <a href="https://www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2018a2">https://www.revistaclinicacontemporanea.org/art/cc2018a2</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	2
<b>W</b>	URL: <a href="http://www.aeesme.org/wp-content/uploads/2014/11/Manual-Enfermeria-Salud-Mental-C-Madrid-2010-2011.pdf">http://www.aeesme.org/wp-content/uploads/2014/11/Manual-Enfermeria-Salud-Mental-C-Madrid-2010-2011.pdf</a> Fetched: 2021-09-27 05:06:00	2
<b>SA</b>	<b>UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ / M. Mendoza - TESIS FINAL actualizaciones NUEVAS.docx</b> Document M. Mendoza - TESIS FINAL actualizaciones NUEVAS.docx (D104631943) Submitted by: patricia.loor@uleam.edu.ec Receiver: patricia.loor.uleam@analysis.orkund.com	4

1/37