

Universidad Autónoma de Nuevo León Reunión Directiva UANL / marzo 22 y 23 – 2023

Nombre de la dependencia:

FACULTAD DE ENFERMERIA

Nombre del titular:

Dra. María Guadalupe Moreno Monsiváis

Identificación y antecedentes de la buena práctica

1. Nombre de la buena práctica:

R.- Programa de Fortalecimiento de Salud Mental Positiva en Estudiantes de Enfermería

2. ¿Cuál es el problema que propició el desarrollo de esta buena práctica?

R.- Algunas de las consecuencias post pandemia por COVID-19 que presentaron los estudiantes de enfermería son síntomas de ansiedad, crisis durante el tiempo de aprendizaje áulico, inseguridad y dificultad para trabajar en equipo, estas situaciones impactaron en la interrupción de la clase, ó inasistencias a clase teórica o práctica, lo que implicó desarrollar acciones para tratar de manera individual a cada estudiante, atención de estudiantes en la consulta de apoyo emocional, referencia a salas de urgencia en unidades de salud e internamientos.

3. ¿En qué contexto surge esta práctica? Académico o de la gestión

R.- El desarrollo de la práctica ocurre en el Contexto Académico

4. ¿Cuál es el objetivo a alcanzar con esta buena práctica?

R.- Fortalecimiento de la Salud Mental Positiva, del autoconcepto, disminución de síntomas de estrés, ansiedad, y depresivos.

5. ¿Por qué considera que es una buena práctica?

R.- El programa de Fortalecimiento de la Salud Mental en estudiantes de Enfermería, se argumenta en el Programa de Salud Mental Positiva de Teresa Lluch (1999) que establece 6 indicadores para mantener una salud mental positiva en el individuo. Según el Modelo de Salud Mental Positiva, la satisfacción personal se refiere a la satisfacción contigo mismo (autoconcepto/autoestima), con tu vida personal y con las perspectivas de futuro (Lluch, 1999, 2020; Sequeira & Lluch, 2015; Lluch-Canut, Sequeira, & Roldan-Merino, 2017). El programa se implementó en 5 sesiones y se agregó el componente de Mindfullnes y actividad física. Los

estudiantes tuvieron una buena aceptación del Programa, reconocen los beneficios personales y grupales, y solicitan continuar con actividades de forma permanente, la incidencia de síntomas y crisis de ansiedad disminuyó, se brindó atención individual a estudiantes que por su situación requieren una atención personalizada y se encuentran en seguimiento.

6. Indique a cuál de los 25 retos de la UANL responde esta práctica (puede seleccionarse más de uno).

Retos	Eje rector del PDI 2022-2030	Eje transversal del PDI 2022-2030	Marque con una X
1. Cerrar las brechas de desarrollo y calidad entre las escuelas del bachillerato, entre las dependencias de educación superior y al interior de ellas.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Desarrollo institucional y sustentabilidad • Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad Social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
2. Contar con una oferta educativa pertinente, regionalizada y reconocida por su buena calidad por los esquemas nacionales vigentes de evaluación y acreditación, así como de alcance internacional, para la formación de bachilleres, técnicos y profesionales competentes, competitivos e innovadores, socialmente responsables, con plena conciencia del entorno regional, nacional y mundial, con principios y valores, comprometidos con el desarrollo sustentable, científico, tecnológico y cultural.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
3. Garantizar que la evolución de la matrícula no afecte la gobernabilidad institucional y la calidad de los procesos y programas educativos.	<ul style="list-style-type: none"> • Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Infraestructura y servicios 	
4. Garantizar la vigencia y plena aplicación de los modelos educativos y académicos de la Universidad en la impartición de todos los programas educativos, asegurando la formación y certificación de los profesores que participan en su desarrollo.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	

Retos	Eje rector del PDI 2022-2030	Eje transversal del PDI 2022-2030	Marque con una X
5. Fortalecer los esquemas que promueven la equidad, la inclusión y la igualdad de género en la práctica educativa del conjunto de la Universidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Salud y bienestar • Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	X
6. Elevar los niveles de eficiencia terminal por cohorte generacional en todos los programas educativos que ofrece la Universidad.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	X
7. Alcanzar altos niveles de logro educativo de los estudiantes, tanto en las modalidades escolarizadas como en las no escolarizadas.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	X
8. Asegurar que los programas de atención de estudiantes, tomando en consideración el perfil de la población que atienden, propicien la inclusión y la equidad y cumplan con los propósitos para los que han sido diseñados.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Desarrollo cultural y humano • Salud y bienestar 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Infraestructura y servicios 	X
9. Garantizar que en los resultados de la evaluación externa se consideren los procesos de reflexión y toma de decisiones para la mejora continua y el aseguramiento de la calidad de los procesos y programas académicos.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Gobernabilidad y gestión institucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social 	
10. Consolidar la formación disciplinar, didáctica y en competencias digitales del personal académico para el desempeño de su actividad docente.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización 	
11. Asegurar un equilibrio en los tiempos de dedicación de los PTC en el cumplimiento de sus funciones, para propiciar, entre otros aspectos, que alcancen el reconocimiento de perfil deseable de un profesor universitario y el incremento del número de ellos con doctorado que pueda acceder al Sistema Nacional de Investigadores, en particular en los niveles II y III.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Investigación científica y desarrollo tecnológico • Gobernabilidad y gestión institucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital 	

Retos	Eje rector del PDI 2022-2030	Eje transversal del PDI 2022-2030	Marque con una X
12. Lograr la plena consolidación de los CA y sus líneas de generación y aplicación del conocimiento, para que sean el sustento de la operación de los programas de licenciatura y de posgrado.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Investigación científica y desarrollo tecnológico 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
13. Incrementar las aportaciones y el impacto de la investigación que se realiza por parte de los cuerpos académicos y grupos de investigación de la Universidad al desarrollo de la ciencia, las humanidades, la tecnología y la innovación; a la atención de problemáticas locales, nacionales y mundiales; a la mejora del nivel de bienestar de la sociedad nuevoleonense y a los objetivos de la Agenda 2030 del desarrollo sostenible.	<ul style="list-style-type: none"> • Investigación científica y desarrollo tecnológico • Desarrollo cultural y humano • Salud y bienestar 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
14. Consolidar los sistemas de educación media superior, licenciatura, posgrado, investigación, desarrollo tecnológico e innovación y cultura. Cada sistema deberá contar con las políticas y las estrategias necesarias, en permanente actualización, para lograr su desarrollo y consolidación.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Investigación científica y desarrollo tecnológico • Desarrollo institucional y sustentabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
15. Mantener vigente la estrategia digital de la Universidad, para garantizar su contribución al logro de los objetivos institucionales	<ul style="list-style-type: none"> • Gobernabilidad y Gestión Institucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	
16. Garantizar que la Universidad esté vinculada estratégicamente con los diferentes sectores de la sociedad para contribuir de manera oportuna a elevar los niveles de bienestar de la sociedad nuevoleonense, al crecimiento económico, la productividad y las capacidades de innovación del Estado, a través de aportaciones oportunas, relevantes, pertinentes y con los más altos estándares de calidad, para propiciar su participación oportuna en la atención de problemáticas del desarrollo de la entidad y del País.	<ul style="list-style-type: none"> • Educación pertinente y de calidad • Investigación científica y desarrollo tecnológico • Desarrollo cultural y humano • Salud y bienestar • Gobernabilidad y gestión institucional 	<ul style="list-style-type: none"> • Responsabilidad social • Innovación y estrategia digital • Internacionalización • Vinculación y extensión • Infraestructura y servicios 	

Retos	Eje rector del PDI 2022-2030	Eje transversal del PDI 2022-2030	Marque con una X
17. Garantizar la plena implementación del Modelo de Responsabilidad Social Universitaria y su actualización periódica.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Innovación y estrategia digital Internacionalización Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	
18. Consolidar a la UANL como promotora del deporte y la prevención y el cuidado de la salud, en el marco de su Modelo de Responsabilidad Social Universitaria.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo cultural y humano Salud y bienestar 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad Social Innovación y estrategia digital Infraestructura y servicios 	X
19. Continuar fortaleciendo los programas de formación y capacitación del capital humano universitario.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo cultural y humano Salud y bienestar 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad Social Innovación y estrategia digital Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	X
20. Lograr que la posición que ocupa la Universidad en los rankings internacionales (Scimago, QS, Webometrics, Greenmetric) mejore continuamente.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Innovación y estrategia digital Internacionalización Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	
21. Contar con finanzas sanas para asegurar la viabilidad institucional de corto, mediano y largo plazos.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Responsabilidad financiera Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Internacionalización Innovación y estrategia digital Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	
22. Incrementar la generación de recursos propios para continuar apoyando el desarrollo de proyectos universitarios.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Responsabilidad financiera Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Innovación y estrategia digital Internacionalización Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	
23. Contar con esquemas eficaces para la transparencia y la rendición oportuna de cuentas a la comunidad universitaria y a la sociedad en general.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Responsabilidad financiera 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Innovación y estrategia digital Vinculación y extensión Infraestructura y servicios 	

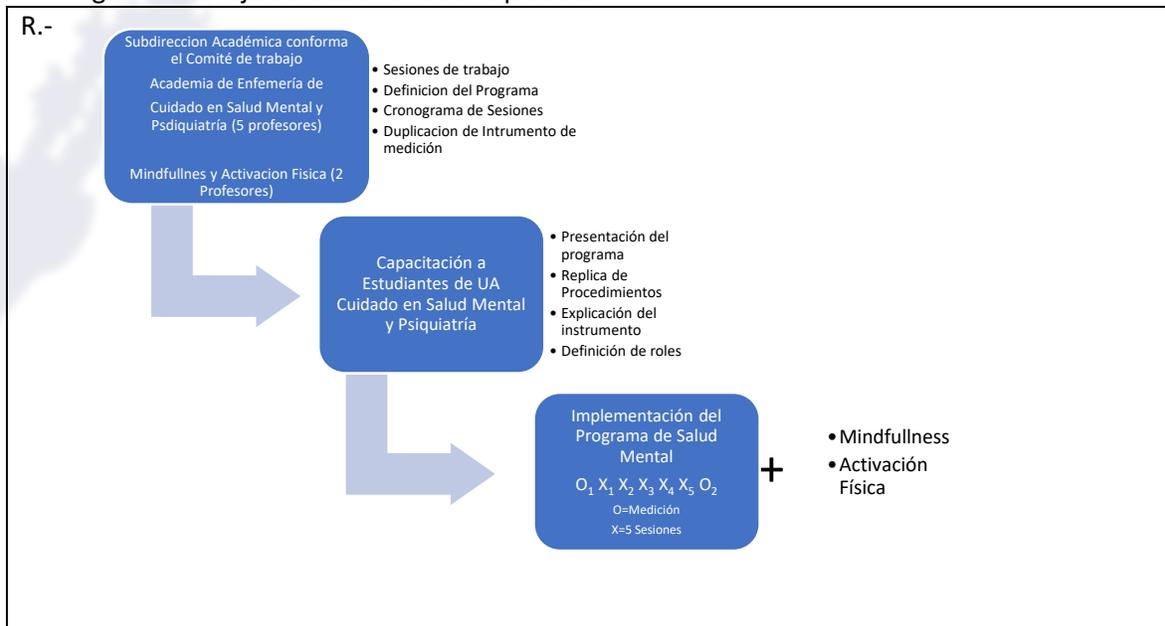
Retos	Eje rector del PDI 2022-2030	Eje transversal del PDI 2022-2030	Marque con una X
	<ul style="list-style-type: none"> Gobernabilidad y gestión universitaria 		
24. Garantizar que la infraestructura física, el equipamiento y los sistemas de información institucionales, respondan de manera pertinente a los requerimientos del desarrollo institucional.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social Innovación y estrategia digital Infraestructura y servicios 	
25. Contar con una normativa institucional en constante actualización, para coadyuvar al desarrollo y la transformación de la Universidad.	<ul style="list-style-type: none"> Desarrollo institucional y sustentabilidad Gobernabilidad y gestión universitaria 	<ul style="list-style-type: none"> Responsabilidad social 	

Descripción de la Buena Práctica

1. ¿Qué acciones se implementaron para el desarrollo de la práctica?

R.- El programa fue coordinado por la Subdirección Académica de Pregrado y dirigido por profesores de la Academia de Enfermería de Cuidado en Salud Mental y Psiquiatría. Se coordinaron reuniones de trabajo de la Academia para definir el programa, los instrumentos de medición, calendarizar sesiones. Se capacitó a los estudiantes a través de la metodología de roll playing. Posteriormente se implementó el programa con medición previa y posterior.

2. Diagrama de flujo del desarrollo de la práctica



3. Recursos Utilizados

- a. ¿Cuántos y de qué tipo son los recursos necesarios para la implementación de la práctica (económicos, legales, de infraestructura, tecnológicos etc.)?

R.-Recurso de Infraestructura: Laboratorio de Ejercicio y dos aulas
Recursos Tecnológicos: 1 Computadora y proyector, 1 bocina

- b. ¿Cuál es la fuente de los recursos?

R.-Facultad de Enfermería

- c. Personal involucrado ¿Quiénes son y cuál es el rol de los distintos actores involucrados?

R.- Subdirección Académica de Pregrado que coordina el trabajo de la Academia, gestiona recursos, espacios y tiempo, y genera informe de resultados.
5 Profesores de la Academia de Enfermería de Cuidado en Salud Mental y Psiquiatría
2 Profesores que imparten las sesiones de Mindfullnes / Activación Física
Estudiantes de Quinto semestre que participan en la implementación del Programa
Estudiantes de Primero y Cuarto semestre que reciben el Programa
1 pasante que elabora base de datos, y procesa datos estadísticos.

- d. Tiempo de Desarrollo. Especificar el tiempo necesario para implementar la buena práctica y el tiempo que lleva implementada.

R.- Tiempo de Planificación 3 semanas
Tiempo de capacitación 2 semanas
Tiempo de implementación 6 semanas

4. Resultados en el mejoramiento del desempeño

- a. Impacto e indicadores que mejora

R.- Se observó una disminución importante de las crisis de ansiedad, los estudiantes que participaron en el programa refieren sentirse atendidos en sus necesidades emocionales, se sienten motivados para realizar sus actividades académicas, solicitan mayor numero de actividades de salud mental y de activación física.

- b. Evidencias del resultado

R.- Antes de la implementación del programa un 23% de los estudiantes presentaron síntomas de estrés, ansiedad y depresión severos, este porcentaje disminuyó a 5%.

5. Mecanismo de seguimiento, evaluación y consecución de la buena práctica

<p>R.- Generar minutas de trabajo de cada sesión implementada</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identificar y referir estudiantes que requieren una atención más individualizada - Retroalimentación de las sesiones por los que implementan el programa - Gestionar la sostenibilidad del programa.
--

Equipo responsable

1. Nombre de los integrantes del equipo y función que cumple cada uno de ellos, para solicitar más información o generar sinergias

Nombre	Puesto	Teléfonos	Correo electrónico
MCE. Santiago E. Esparza Almanza	Subdirectora Académica de Pregrado	8183338301 Ext 109	santiago.esparzaa@uanl.mx
Dr. Jesús Enrique Aguilera Medina	Profesor integrante de Academia de Enfermería de Cuidado en Salud Mental y Psiquiatría	8116017788	sopaen@hotmail.com