



# Buenas prácticas en la UANL

Equipo Integrantes: Mesa 8

Manuel López Cabanillas Lomelí  
Gerardo Cuéllar Rodríguez  
Oscar Lugo Serrato  
José Ignacio González Rojas  
Rubén Ramírez Nava





# Buenas prácticas en la UANL

# Descripción de la Buena Práctica

- Dependencia: Facultad de Enfermería
- Nombre de la buena práctica:
- Puntuación: 52

Criterios y ponderación para la valoración de la práctica	Valor
Enfoque de la Práctica: 15%	15
Implementación de la práctica: 20%	10
Resultados de la práctica: 25%	10
Seguimiento y evaluación: 20%	7
Transferencia de la práctica: 20%	10
Total	52



## Acciones que se implementaron para el desarrollo de la práctica

- Reuniones de trabajo de la Academia para definir el programa, los instrumentos de medición, calendarizar sesiones.
- Capacitación a los estudiantes a través de la metodología de roll playing.
- Implementación del programa con medición previa y posterior

# Diagrama de flujo del desarrollo de la práctica

**Subdirección Académica conforma el Comité de trabajo**

**Academia de Enfermería de Cuidado en Salud Mental y Psiquiatría (5 profesores)**

**Mindfulness y Activación Física (2 Profesores)**

**Sesiones de trabajo**  
**Definición del Programa**  
**Cronograma de Sesiones**  
**Duplicación de Instrumento de medición**

**Presentación del programa**  
**Replica de Procedimientos**  
**Explicación del instrumento**  
**Definición de roles**

**Capacitación a Estudiantes de UA Cuidado en Salud Mental y Psiquiatría**

Mindfulness  
Activación Física

**Implementación del Programa de Salud Mental**

- ¿Cuántos y de qué tipo son los recursos necesarios para la implementación de la práctica (económicos, legales, de infraestructura, tecnológicos etc.)?
  - Recursos de Infraestructura: Laboratorio de Ejercicio y dos aulas
  - Recursos Tecnológicos: 1 Computadora y proyector, 1 bocina
- ¿Cuál es la fuente de los recursos?
  - Recursos propios

- Personal involucrado ¿Quiénes son y cuál es el rol de los distintos actores involucrados?
  - 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 Mindfulness / 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.
- Tiempo de Desarrollo. Especificar el tiempo necesario para implementar la buena práctica y el tiempo que lleva implementada.
  - Tiempo de Planificación 3 semanas
  - Tiempo de capacitación 2 semanas
  - Tiempo de implementación 6 semanas

## Resultados en el mejoramiento del desempeño

- Impacto e indicadores que mejora
  - Disminución importante de las crisis de ansiedad
- Evidencias del resultado
  - Antes de la implementación del programa un 23% de los estudiantes presentaron síntomas de estrés, ansiedad y depresión severos, este porcentaje disminuyó a 5%.
- Mecanismo de seguimiento, evaluación y consecución de la buena práctica
  - Generar minutas de trabajo de cada sesión implementada
  - 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.