



Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Lerma

REGISTRO DE PLAN, PROGRAMA O
PROYECTO DE SERVICIO SOCIAL

Rev. 02

PLAN PROGRAMA PROYECTO

FECHA DE RECEPCIÓN:	DÍA	MES	AÑO	FECHA DE APROBACIÓN:	DÍA	MES	AÑO	CLAVE DE APROBACIÓN
	09	08	2021		01	10	2021	Número de Sesión: 131-(14.21)

ADSCRIPCIÓN

UNIDAD	DIVISIÓN, DIRECCIÓN O COORDINACIÓN	DEPARTAMENTO O SECCIÓN
--------	------------------------------------	------------------------

INSTITUCIÓN RECEPTORA DE LOS PRESTADORES (AS)

NOMBRE:	1		
CALLE Y NÚMERO:	COLONIA:	DELEGACIÓN O MUNICIPIO:	CÓDIGO POSTAL:
ENTIDAD FEDERATIVA:			
PÁGINA WEB:	TELÉFONO:	e-mail:	

DATOS GENERALES DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

NOMBRE:	2
JUSTIFICACIÓN:	3
OBJETIVOS:	4

TIPO DE PLAN, PROGRAMA O PROYECTO DE SERVICIO SOCIAL

INTERDISCIPLINARIO	<input type="checkbox"/> SI	<input type="checkbox"/> NO	5
--------------------	-----------------------------	-----------------------------	---

ALCANCE DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO DE SERVICIO SOCIAL

<input type="checkbox"/> NACIONAL <input type="checkbox"/> REGIONAL <input type="checkbox"/> ESTATAL <input type="checkbox"/> LOCAL	SECTOR BENEFICIADO <input type="checkbox"/> EDUCATIVO <input type="checkbox"/> PRODUCTIVO <input type="checkbox"/> PÚBLICO <input type="checkbox"/> SOCIAL	ÁREA <input type="checkbox"/> RURAL <input type="checkbox"/> URBANA	6	7
---	---	---	---	---

LUGAR DE REALIZACIÓN DEL SERVICIO SOCIAL

LUGAR: _____ DÍAS: _____ HORARIO: _____	<input type="checkbox"/> MATUTINO <input type="checkbox"/> MIXTO <input type="checkbox"/> VESPERTINO <input type="checkbox"/> FIN DE SEMANA	UBICACIÓN DEL PRESTADOR (A) <input type="checkbox"/> OFICINA <input type="checkbox"/> LABORATORIO <input type="checkbox"/> CAMPO <input type="checkbox"/> ZONA RURAL <input type="checkbox"/> ZONA URBANA	8	9
--	--	---	---	---

DURACIÓN DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

<input type="checkbox"/> UN AÑO <input type="checkbox"/> DOS AÑOS <input type="checkbox"/> TRES AÑOS	CONVENIO INSTITUCIONAL <input type="checkbox"/> SI <input type="checkbox"/> NO <input type="checkbox"/> EN PROCESO <input type="checkbox"/> UAM <input type="checkbox"/> UNIDAD <input type="checkbox"/> DIVISIÓN	10	11
--	---	----	----

ETAPAS GENERALES DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

ETAPAS GENERALES DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO	DURACIÓN DE CADA ETAPA <p style="text-align: center;">480 HORAS, 4 HORAS DIARIAS POR ALUMNO</p>	12	13
--	---	----	----

DIVISIÓN DE CIENCIAS BÁSICAS E INGENIERÍA

LICENCIATURA EN INGENIERÍA EN RECURSOS HÍDRICOS

NÚM. DE ALUMNOS

CUALQUIER CARRERA

NÚM. DE ALUMNOS

DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

LICENCIATURA EN BIOLOGÍA AMBIENTAL

NÚM. DE ALUMNOS

10 LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA BIOMÉDICA

CUALQUIER CARRERA

NÚM. DE ALUMNOS

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

LICENCIATURA EN ARTE Y COMUNICACIÓN DIGITALES

NÚM. DE ALUMNOS

LICENCIATURA EN POLÍTICAS PÚBLICAS

NÚM. DE ALUMNOS

CUALQUIER CARRERA

NÚM. DE ALUMNOS

EL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO SE ENFOCA AL APOYO DE:

15

ACTIVIDADES ORIENTADAS AL DESARROLLO DE:

16

- ADMINISTRACIÓN
- COMUNIDAD
- DOCENCIA
- EXTENSIÓN Y DIFUSIÓN DE LA CULTURA
- INVESTIGACIÓN
- OTRA ESPECIFIQUE

- ABASTO Y COMERCIALIZACIÓN
- ADMINISTRACIÓN PÚBLICA
- AGRICULTURA Y DESARROLLO AGROPECUARIO
- ASENTAMIENTOS INDÍGENAS
- ATENCIÓN A LA JUVENTUD
- CAPACITACIÓN
- COMUNICACIONES Y TRANSPORTES
- CULTURA Y RECREACIÓN
- DEMOGRAFÍA
- DEPORTE
- DERECHOS HUMANOS

- DESARROLLO CIENTÍFICO Y TECNOLÓGICO
- DESARROLLO INDUSTRIAL
- DESARROLLO SUSTENTABLE
- EDUCACIÓN
- EQUIDAD DE GÉNERO
- FINANZAS
- FORTALECIMIENTO DELEGACIONAL O MUNICIPAL
- GRUPOS VULNERABLES
- IDENTIDAD CULTURAL
- JUSTICIA, PROTECCIÓN CIVIL Y SEGURIDAD PÚBLICA

- MEDIO AMBIENTE Y ECOLOGÍA
- MEDIOS DE COMUNICACIÓN
- MICRORREGIONES
- MIPYMES
- PESCA
- POLÍTICA, PLANEACIÓN ECONÓMICA Y SOCIAL
- PRODUCCIÓN
- SALUD
- TURISMO
- URBANIZACIÓN
- VIVIENDA
- OTRA ESPECIFIQUE

DESCRIBA LAS ACTIVIDADES EN LAS QUE APOYARÁN LOS PRESTADORES (AS) POR CARRERA SOLICITADA

17

DIVISIÓN DE CIENCIAS BÁSICAS E INGENIERÍA

DESCRIBA LAS ACTIVIDADES EN LAS QUE APOYARÁN LOS PRESTADORES (AS) POR CARRERA SOLICITADA

DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

DESCRIBA LAS ACTIVIDADES EN LAS QUE APOYARÁN LOS PRESTADORES (AS) POR CARRERA SOLICITADA

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

RECURSOS NECESARIOS Y DISPONIBLES PARA LA EJECUCION DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

18

FUENTES DE FINANCIAMIENTO:

APOYOS Y ESTÍMULOS A LOS PRESTADORES (AS) DE SERVICIO SOCIAL

APOYO EN LA ELABORACIÓN DEL TRABAJO TERMINAL O TESINA

MATERIALES Y EQUIPO

ASESORÍA

VIÁTICOS

CURSOS Y CAPACITACIÓN

APOYO ECONÓMICO

19

SI CANTIDAD MENSUAL: \$ _____

NO INDIQUE POR CUANTOS MESES: _____

OTROS APOYOS (ESPECIFIQUE):

NOMBRE Y CARGO DEL ASESOR (A) RESPONSABLE Y CORRESPONSABLES DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

20

NOMBRE(S):	CARGO:	TELÉFONO:	e-mail:	No. Económico
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____
_____	_____	_____	_____	_____

CRITERIOS DE EVALUACIÓN DEL PLAN, PROGRAMA O PROYECTO

21

(CUMPLIMIENTO DE OBJETIVO, No. DE BENEFICIARIOS, IMPACTO ACADÉMICO, IMPACTO SOCIAL, OTROS ESPECIFIQUE)

CRITERIOS DE EVALUACIÓN A PRESTADORES (AS)

22

OBSERVACIONES

23

Asesor (a) de la institución receptora

Nombre(s), firma y sello

Asesor (a) de la UAM



Nombre(s), firma y sello

Director (a) Divisional

Nombre(s), firma y sello

OBSERVACIONES DEL ÓRGANO COLEGIADO

APROBADO

COLEGIO ACADÉMICO

OBSERVACIONES

NO APROBADO

CONSEJO ACADÉMICO

CONSEJO DIVISIONAL

EL FORMATO DEBE SER LLENADO DE FORMA ELECTRÓNICA O A MÁQUINA, Y DEBERÁ SER ACOMPAÑADO POR LA SOLICITUD CORRESPONDIENTE EN PAPEL MEMBRETADO, FIRMADO Y SELLADO . EN CASO DE QUE LOS ESPACIOS SEAN INSUFICIENTES, FAVOR DE AGREGAR LA INFORMACIÓN EN UNA HOJA ANEXA SEGUN EL CASO. SE RECOMIENDA USAR ADOBE READER 9.0 O SUPERIOR.

PROYECTO DE SERVICIO SOCIAL

I. DENOMINACIÓN

Divulgación científica y promoción de la salud mental

II. JUSTIFICACIÓN

La Organización Mundial de la Salud (OMS) define a la salud como “un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no únicamente la ausencia de enfermedad”(OMS, 1948); de la misma forma, la OMS indica particularmente que la salud mental se define como “un estado de bienestar en el cual el individuo se percata de sus propias habilidades, puede contender con el estrés normal de la vida, trabajar productiva y fructíferamente, y es capaz de contribuir a su comunidad” (Fundación Victoria para la Promoción de Salud and Universidad de Melbourne, 2004). Sin embargo, se han propuesto definiciones más integrales que toman en cuenta las variadas dimensiones de tal bienestar, como lo proponen Galderisi y colaboradores (Galderisi et al., 2015):

“La salud mental es un estado dinámico de equilibrio interno que permite al individuo emplear sus habilidades en armonía con los valores universales de la sociedad. Las habilidades básicas cognitivas y sociales, la habilidad de reconocer, expresar y modular las propias emociones, así como empatizar con otros; la flexibilidad y habilidad para contender con los eventos adversos de la vida y funcionar en roles sociales; así como llevar una relación armoniosa entre mente y cuerpo, representan componentes importantes de la salud mental, que contribuyen, en varios grados, al estado interno de equilibrio”.

La pandemia por COVID-19 ha impactado de manera significativa en la salud mental, exacerbando estados de ansiedad, depresión y consumo de sustancias psicoactivas (CONADIC, 2021), por lo que es necesario implementar acciones desde las universidades como parte de nuestra responsabilidad social.

En este sentido, la participación en actividades de promoción de la salud mental como parte del servicio social de los alumnos de la Licenciatura en Psicología Biomédica, es de gran importancia para comunicar hechos científicos

relacionados con la Psicología y las Neurociencias. Estas acciones proporcionarán a las personas una mejor comprensión de los procesos mentales y la influencia de los factores biológicos y sociales que determinan la salud y las enfermedades mentales. Se pretende también informar a la población sobre otros temas que permitan la adopción de hábitos y estrategias que impacten el bienestar y la calidad de vida.

Dentro del ámbito formativo, los alumnos prestadores del servicio social aplicarán los conocimientos adquiridos y realizarán constantes ejercicios de integración de la información, recopilando la que sea pertinente y actual a partir de la cual preparará material de divulgación. Aplicarán también habilidades críticas y de transmisión de temas científicos de manera accesible a la población general.

Respecto a la dimensión retributiva, las actividades dentro del proyecto de servicio social proporcionarán elementos para que la población los aplique en el bienestar propio, de su familia y de su comunidad; se abrirán puentes de contacto entre la comunidad y la Universidad de manera que haya retroalimentación continua mediante asesorías, talleres, seminarios y la generación de materiales que queden a disposición del público en general como directorios de instituciones para la atención en distintos ámbitos de la salud mental. Por último, dentro de la dimensión social, la divulgación de la información oportuna y basada en evidencias permitirá a la población reconocer la factibilidad del mejoramiento de la salud mental como parte de la salud integral y disminuir la estigmatización que existe alrededor del tema, impactando en las relaciones sociales y el bienestar.

III. OBJETIVOS

Formativos:

- Aplicar la capacidad de integración de las dimensiones biológicas, psicológicas y sociales para la explicación de temas de salud mental.
- Practicar las habilidades de revisión de la literatura científica actual, análisis y síntesis de la misma.

Retributivos:

- Poner al alcance de la población el conocimiento científico en temas de salud mental, empleando un lenguaje claro y sencillo.
- Generar materiales de divulgación (infografías, videos cortos, diaporamas).
- Integrar un directorio actualizado de instituciones y contactos para fácil consulta por miembros de la comunidad.

Sociales:

- Contribuir a la disminución de la discriminación y la estigmatización que acompañan a la afectación de la salud mental, dando a conocer los factores biológicos psicológicos y sociales que subyacen a ciertos comportamientos y trastornos.
- Promover el incremento de la calidad de vida, las relaciones familiares y sociales mejorando la convivencia y creando entornos de bienestar.

IV. DURACIÓN Y ETAPAS (CRONOGRAMA)

Actividad	Meses*					
	1	2	3	4	5	6
Creación de un calendario de las efemérides relacionados con salud mental.	X					
Creación de un directorio de instituciones y contactos para apoyo psicológico, atención a adicciones, atención a casos de violencia y otras de utilidad para el bienestar de la comunidad, especialmente la universitaria y la del Valle de Toluca.	X					
Diseño de material visual para difundir los eventos relevantes de las efemérides en redes sociales.	X					
Revisión en la literatura, análisis y síntesis de la información correspondiente a alguno(s) del (los) temas propuestos**		X	X	X		
Diseño de infografías, videos cortos y/o diaporamas para con las temáticas propuestas **		X	X	X		
Preparación de taller(es) con las temáticas propuestas				X		
Impartición de taller(es) con las temáticas propuestas empleando el material generado.					X	X
Distribución de material generado a través de plataformas institucionales y redes sociales		X	X	X	X	X
Realizar un registro del impacto global/personas alcanzadas con las actividades desempeñadas						X
Realizar un registro fotográfico de la impartición de talleres y otras actividades que se puedan documentar de esta manera					X	X
Entrega del informe parcial			X			
Entrega del informe final.						X

*Meses a partir de la aprobación del proyecto

**

- Estrategias de afrontamiento
- Enfermedades crónico-degenerativas
- Ansiedad
- Violencia en las relaciones de pareja
- Adicciones
- Depresión
- Manejo del estrés
- Pérdida y duelo
- Beneficios del ejercicio
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Estigma y discriminación
- Técnicas de relajación
- Relaciones interpersonales sanas

V. ACTIVIDADES A REALIZAR

Formativas:

1. Creación de un calendario de las efemérides relacionados con salud mental.
2. Diseño de material visual para difundir los eventos relevantes de las efemérides en redes sociales.
3. Revisión en la literatura, análisis y síntesis de la información correspondiente a alguno(s) del (los) siguientes temas:

- Estrategias de afrontamiento
- Enfermedades crónico-degenerativas
- Ansiedad
- Violencia en las relaciones de pareja
- Adicciones
- Depresión
- Manejo del estrés
- Pérdida y duelo
- Beneficios del ejercicio
- Trastornos de la conducta alimentaria
- Estigma y discriminación
- Técnicas de relajación
- Relaciones interpersonales sanas

Será posible plantear temáticas adicionales, dependiendo de la relevancia y de las necesidades que se identifiquen en la comunidad.

De ser necesario, buscarán expertos en las temáticas para profundizar en la información.

Retributivas:

1. Diseño de infografías, videos cortos y/o diaporamas para con las temáticas propuestas.
2. Creación de un directorio de instituciones y contactos para apoyo psicológico, atención a adicciones, atención a casos de violencia y otras de utilidad para el bienestar de la comunidad, especialmente la universitaria y la del Valle de Toluca.

Sociales:

1. Impartición de taller(es) con las temáticas propuestas empleando el material generado.
2. Distribuir la información a través de redes sociales para abrir un canal de comunicación entre la comunidad y los profesionales en formación.

VI. LUGAR DE REALIZACIÓN

Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Lerma.

VII. LICENCIATURAS Y No. DE PARTICIPANTES

10 prestadores de Servicio Social de la Licenciatura en Psicología Biomédica

VIII. RECURSOS NECESARIOS

- Acceso a una cuenta de Zoom para la impartición de talleres a distancia (podrá coordinarse con la responsable del servicio social para la programación de éstos dentro de una cuenta institucional).
- Equipo de cómputo con cámara y micrófono (podrá utilizar alguno de los equipos disponibles a cargo del Departamento de Ciencias de la Salud para su uso dentro de las instalaciones en caso de que lo requiera).
- Acceso a internet (puede uso de la red disponible en las instalaciones de la UAM Lerma).

IX. ASESORES RESPONSABLES

Dra. Kioko Rubí Guzmán Ramos
Profesora Tiempo Completo Departamento de Ciencias de la Salud
División de CBS UAM-Lerma

X. TIEMPO DE DEDICACIÓN

Cada prestador de servicio social dedicará cuatro horas diarias dentro del horario de 9:00 a 18:00 de lunes a viernes cubriendo un total de 480 horas en un periodo no menor a seis meses.

XI. CRITERIOS DE EVALUACIÓN

Se considerará que el prestador del servicio social ha completado el mismo cuando cumpla con lo siguiente:

En el ámbito formativo:

- Poner a disposición en un espacio virtual en Google drive el material de lectura recopilado durante la revisión de la literatura para el análisis y síntesis de la información.
- Entregar el calendario de efemérides relacionadas con salud mental (si varios prestadores de servicio social se registran al mismo tiempo o hay traslape en su periodo de prestación, se aceptará que trabajen en equipo para la generación o actualización del calendario).

- Entregar el material visual para la promoción de los efemérides para su revisión y autorización de publicación en plataformas institucionales y redes sociales.
- Informe parcial (trimestral).
- Informe final integrando las actividades realizadas y registro fotográfico de las mismas.

En el ámbito retributivo:

- Entregar para su revisión y autorización para publicación al menos una infografía sobre una de las temáticas propuestas.
- Entregue para su revisión y autorización para publicación al menos un video corto o diaporama sobre una de las temáticas propuestas.
- Entrega del directorio de instituciones y contactos para apoyo psicológico, atención a adicciones, atención a casos de violencia y otras de utilidad para el bienestar de la comunidad, especialmente la universitaria y la del Valle de Toluca. Si varios prestadores de servicio social se registran al mismo tiempo o hay traslape en su periodo de prestación, se aceptará que trabajen en equipo para la generación o actualización del directorio.

En el ámbito social:

- Entrega del material generado para la impartición del (los) taller(es) sobre una o varias de las temáticas propuestas, poniéndolo a disposición en un espacio virtual en Google drive.
- Que el informe final incluya el registro del impacto global/personas alcanzadas con las actividades desempeñadas.
- Realizar un registro fotográfico de la impartición de talleres y otras actividades que se puedan documentar de esta manera.

REFERENCIAS

CONADIC (2021). Informe sobre la Situación de la Salud Mental y el Consumo de Sustancias Psicoactivas.

Fundación Victoria para la Promoción de Salud and Universidad de Melbourne (2004). Promoción de la Salud Mental: conceptos, evidencia emergente, práctica, informe compendiado. (Ginebra: Organización Mundial de la Salud.).

Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., and Sartorius, N. (2015). Toward a new definition of mental health. *World Psychiatry* 14, 231–233.

Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>.