

Explorando los Determinantes Sociales en la Salud Mental: Un Viaje Integral

Ciencias Sociales y Humanas | Psicología | Diseño Universal para el Aprendizaje

Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes universitarios de Psicología comprendan y analicen los diversos determinantes sociales que impactan la salud mental. A través de una sesión dinámica y participativa, los estudiantes explorarán cómo factores económicos, culturales, ambientales y sociales influyen en el bienestar psicológico, reconociendo la complejidad y transversalidad de estos elementos. Esta comprensión es fundamental para formar profesionales capaces de abordar la salud mental desde una perspectiva holística e inclusiva, aplicable en contextos reales como la práctica clínica, la investigación y la intervención comunitaria. Además, el plan integra principios del Diseño Universal para el Aprendizaje para asegurar que todos los estudiantes, independientemente de sus estilos y necesidades, puedan acceder y construir conocimiento significativo.

Objetivos de Aprendizaje

- Identificar los principales determinantes sociales, económicos, ambientales y culturales que afectan la salud mental.
- Analizar la interacción entre diferentes contextos sociales y su influencia en los trastornos mentales.
- Argumentar la importancia de un enfoque integral y multidisciplinario en la promoción de la salud mental.
- Reflexionar críticamente sobre casos reales para reconocer las desigualdades sociales que afectan el bienestar psicológico.

Recursos Necesarios

- Proyector multimedia y computadora con acceso a internet.
- Presentación en PowerPoint o PDF con esquemas visuales y datos clave.
- Video corto (5 minutos) sobre determinantes sociales y salud mental (ejemplo: video de OMS o similar).
- Hojas de trabajo impresas con casos prácticos y preguntas guía (cantidad: 1 por estudiante).
- Pizarrón o rotafolio y marcadores de colores.
- Post-its y bolígrafos para actividades grupales.
- Plataforma digital para encuestas rápidas (ejemplo: Mentimeter o Kahoot).

Requisitos Previos

- Conocimientos básicos sobre conceptos de salud mental y psicología social.
- Familiaridad con términos generales sobre determinantes sociales de la salud (introducción previa en el curso).

- Habilidad para trabajo colaborativo y discusión crítica en grupo.

Actividades

Fase de Inicio

Tiempo estimado:

20 minutos

Propósito de la sesión:

Docente: Explica que exploraremos cómo diferentes factores sociales, económicos, ambientales y culturales afectan la salud mental, y por qué entender esto es crucial para abordajes integrales en Psicología.

Estudiantes: Se preparan para conectar su conocimiento previo con nuevos conceptos y casos.

Activación de conocimientos previos:

- **Docente:** Presenta la siguiente pregunta detonadora en pantalla: "*¿Qué factores fuera de la biología creen que influyen en la salud mental de una persona? Piensen en su comunidad o entorno.*"
- **Estudiantes:** En grupos de 3, discuten y anotan en post-its al menos 3 factores que consideran relevantes.
- **Docente:** Recoge algunos ejemplos del grupo y los anota en el pizarrón, señalando conexiones con determinantes sociales.

Motivación y enganche:

- **Docente:** Comparte un dato impactante: "*Según la OMS, más del 30% de la carga global de enfermedades mentales está relacionada con condiciones sociales y económicas adversas.*" Luego, muestra un breve video de 5 minutos que ilustra casos reales y estadísticas actuales.
- **Estudiantes:** Observan atentamente el video y anotan una pregunta o reflexión para compartir.

Contextualización:

- **Docente:** Relaciona el contenido con la realidad de los estudiantes, por ejemplo: "*Pensemos en cómo la pandemia o la desigualdad en nuestras ciudades ha afectado la salud mental de nuestra comunidad.*"
- **Estudiantes:** Comparten brevemente ejemplos personales o conocidos que reflejen estas conexiones.

Fase de Desarrollo

Tiempo estimado:

80 minutos

Presentación del contenido:

Docente: Introduce conceptos clave de los determinantes sociales de la salud mental usando una presentación visual que incluye gráficos, mapas conceptuales y ejemplos concretos. Utiliza lenguaje claro y técnico adecuado para universitarios, asegurando múltiples formas de representación (texto, imágenes, gráficos).

Actividad 1: Análisis de casos prácticos

- **Objetivo:** Identificar determinantes sociales en contextos reales.
- **Instrucciones:** Entregar a cada grupo (3-4 estudiantes) una hoja con un caso que describa una situación de salud mental vinculada a factores sociales. Los grupos deben leer, discutir y señalar qué determinantes están presentes y cómo interactúan.
- **Organización:** Grupos de 3-4 estudiantes.
- **Producto:** Mapa conceptual grupal que relaciona los determinantes encontrados.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol docente:** Circula entre grupos, hace preguntas guía como: "*¿Qué factores sociales identifican? ¿Cómo afectan estos la salud mental del protagonista?*" Ofrece apoyo y fomenta el debate.

Transición:

El docente invita a que cada grupo comparta brevemente su mapa conceptual, recogiendo similitudes y diferencias entre casos, preparando el terreno para la siguiente actividad.

Actividad 2: Debate estructurado sobre enfoques multidisciplinarios

- **Objetivo:** Argumentar la importancia de abordar la salud mental desde múltiples disciplinas y contextos.
- **Instrucciones:** Dividir el aula en dos grupos: uno defenderá que la salud mental se debe abordar principalmente desde la psicología individual; el otro, desde un enfoque integral que incluya determinantes sociales, económicos y culturales. Cada grupo tiene 10 minutos para preparar argumentos y luego se realiza un debate de 20 minutos.
- **Organización:** Grupos grandes y plenaria.
- **Producto:** Lista de argumentos y conclusiones presentadas en debate.
- **Tiempo:** 30 minutos.
- **Rol docente:** Modera el debate, asegura respeto, plantea preguntas para profundizar y ayuda a sintetizar conclusiones.

Transición:

El docente conecta la discusión con la importancia de reconocer desigualdades que afectan la salud mental, preparando el cierre reflexivo.

Actividad 3: Reflexión individual guiada

- **Objetivo:** Reflexionar críticamente sobre el impacto de los determinantes sociales en la salud mental propia y comunitaria.

- **Instrucciones:** Los estudiantes escriben en una hoja o cuaderno respuestas breves a las preguntas: "*¿Cómo identifico estos determinantes en mi entorno? ¿Qué acciones puedo promover para mejorar la salud mental comunitaria?*"
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Respuestas escritas que pueden compartirse voluntariamente.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Proporciona retroalimentación breve a quienes comparten, fomenta conexiones con aprendizajes previos y próximos.

Diferenciación:

- **Para estudiantes que terminan antes:** Se les invita a explorar recursos adicionales en línea recomendados y preparar una pregunta o comentario para el cierre.
- **Para estudiantes con más dificultad:** Se ofrece apoyo mediante preguntas guías simplificadas y ejemplos concretos durante las actividades grupales e individuales.

Fase de Cierre

Tiempo estimado:

20 minutos

Síntesis:

- **Docente:** Propone realizar un mapa mental colectivo en el pizarrón con los principales determinantes sociales identificados y cómo afectan la salud mental.
- **Estudiantes:** Participan aportando ideas y conectando conceptos aprendidos durante la sesión.

Reflexión metacognitiva:

- *¿Qué determinantes sociales me parecen más relevantes en mi comunidad y por qué?*
- *¿Cómo puedo aplicar este conocimiento en mi formación profesional y en la vida cotidiana?*
- *¿Qué aspectos me resultaron más complejos y cómo puedo seguir aprendiendo sobre ellos?*

Retroalimentación:

Docente: Ofrece retroalimentación oral inmediata resaltando avances, aportes destacados y sugerencias para profundizar, valorando la participación activa y el pensamiento crítico.

Transferencia:

Docente: Vincula el aprendizaje con futuras sesiones sobre intervención comunitaria y políticas públicas en salud mental.

Tarea o reto:

- **Estudiantes:** Se les asigna investigar un programa o política pública que aborde determinantes sociales de la salud mental en su región y preparar un breve resumen para compartir en la próxima clase.

Evaluación

Tipo de evaluación: Formativa durante Desarrollo y sumativa en Cierre.

- **Criterios:**

- Identificación precisa de determinantes sociales en casos prácticos (Objetivo 1).
- Capacidad para analizar y argumentar la interacción de contextos sociales en la salud mental (Objetivo 2 y 3).
- Reflexión crítica y personal sobre la relevancia y aplicación del conocimiento (Objetivo 4).

- **Instrumentos sugeridos:** Rúbrica para evaluación de mapas conceptuales y participación en debate; lista de cotejo para actividades de reflexión; observación directa en dinámicas grupales; autoevaluación escrita al final de la sesión.

- **Evidencias de aprendizaje:** Mapas conceptuales grupales, argumentos y conclusiones del debate, respuestas escritas individuales y mapa mental colectivo.