

## **POLIfest 2023: Feria de salud mental, sexual y adicciones**

El “POLIfest 2023 Salud mental, sexual y adicciones” fue un evento orquestado por el Instituto Politécnico Nacional (IPN) que tuvo como objetivo promover la salud sexual y la prevención de adicciones entre la comunidad estudiantil mediante diversas actividades informativas y recreativas.

Como instituciones participantes estuvieron el Secretariado Técnico del Consejo Nacional de Salud Mental (STCONSAME), la Comisión Nacional contra las Adicciones (CONADIC), los Servicios de Atención Psiquiátrica (SAP), los Puntos de Innovación, Libertad, Arte, Educación y Saberes (PILARES), el Instituto para la Atención y Prevención de las Adicciones (IAPA), el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS), la Secretaría de Seguridad y Protección Ciudadana (SSPC), el Consejo Nacional de Población (CONAPO), el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE), la Fundación en Movimiento, la Fundación México Vivo, y Centros de Integración Juvenil (CIJ).

El POLIfest dio inicio el 17 de abril del 2023 en el Centro Cultural Jaime Torres Bodet e instalaciones del ESIME Zacatenco y continuó en diferentes sedes del Instituto Politécnico Nacional: ESCA Casco de Santo Tomás (02 de mayo), ESIME Ticomán (25 de abril), ESIME Azcapotzalco (09 de mayo), CET Aragón (16 de mayo), CECyT 14 (06 de junio), CECyT 5 (20 de junio), ESIME Culhuacán (26 de septiembre), ESIA Tecamachalco (24 de octubre) y ESCA Tepepan (28 de noviembre) con el fin de que acudieran

estudiantes de 52 unidades académicas de nivel medio superior y superior.

### **La participación del STCONSAME, la CONADIC y los SAP (ahora, CONASAMA) en el POLIfest**

Para dar atención a los objetivos prioritarios y acciones puntuales señaladas en el Programa de Acción Específico de Salud Mental y Adicciones 2020-2024<sup>1</sup>, con relación a “garantizar el acceso equitativo de la población a servicios integrales de atención en salud mental y adicciones”, la estrategia 3.1 señala el fortalecimiento de las acciones de promoción de la salud mental y la prevención de las condiciones de salud mental y el consumo de sustancias psicoactivas. Como parte de estas acciones, se participó en el evento, valiéndose de actividades lúdicas que permitieran introducir en las personas participantes, conceptos y temas referentes al autocuidado y al bienestar psicológico así como en la presentación de conferencias dirigidas a sensibilizar a la población estudiantil en el impacto que tiene la salud mental sobre el desempeño académico y compartirles algunas estrategias adaptativas para el manejo del estrés.

#### **Actividad lúdica en stand**

El juego de mesa *Serpientes y Escaleras* fue adaptado con la temática de “Factores de riesgo y de protección” hacia una vida saludable, con la finalidad de que los y las estudiantes identificaran conductas cotidianas que favorecen un mejor estilo de vida. El juego permitió que las y los participantes externaran las conductas que actualmente realizan para el cuidado de su salud, así como que identificaran aquellas conductas que afectan su bienestar psicológico. En algunos casos, se sintieron en



confianza para platicar sobre problemáticas personales, por lo que se ofreció educación para la salud (Anexo 1).



### Conferencia: “Estrategias de afrontamiento, asertividad, y regulación emocional para una vida saludable”

La temática de la ponencia que se presentó en tres sedes del IPN fue desarrollada para estudiantes de nivel medio superior y superior. Tuvo como objetivos concientizar a las y los estudiantes sobre los problemas de salud mental en el ambiente escolar, así como proveerles de estrategias de afrontamiento, asertividad, y regulación emocional para resolver sus problemáticas, comunicarse de manera efectiva en sus relaciones interpersonales y expresar sus emociones de manera regulada (Anexo 1).

### Tamizaje de Salud Mental

Con el fin de identificar en la población estudiantil las principales problemáticas en torno a la salud mental, se diseñó un formulario que

incluyó preguntas para valorar los principales síntomas de ansiedad y depresión, los niveles de consumo de alcohol, tabaco y otras sustancias, el riesgo de comportamiento suicida y los tipos de violencia que vivían. Para tales efectos se utilizaron las siguientes escalas, validadas y estandarizadas en población mexicana:

- Escala de Trastorno de Ansiedad Generalizada (General Anxiety Disorder, GAD-2)
- Cuestionario sobre la salud del paciente (Patient Health Questionnaire, PHQ-2)
- Cuestionario de Comportamientos Suicidas (Suicidal Behaviors Questionnaire-Revised, SBQR)
- Detección de consumo de alcohol, tabaco y sustancias (Alcohol, Smoking and Substance Involment Screening Test, ASSIST)

Para el tema de violencia se elaboraron dos reactivos: uno donde se ejemplificaban las principales conductas de la violencia física, la violencia psicológica, la violencia económica, la violencia sexual y la violencia estructural para que las personas participantes identificaran si vivían alguno de estos tipos de violencia y otro reactivo donde identificaban quién(es) ejercían esos tipos de violencia. Además de los reactivos antes mencionados, el tamizaje incluyó variables sociodemográficas para caracterizar a la muestra (Anexo 2).

A lo largo de las visitas en los 10 planteles a los que se acudió se logró obtener la participación del tamizaje de 346 alumnas y alumnos.



## Conclusiones

Como se ha demostrado en la literatura científica, existe una relación positiva entre el estrés académico y los síntomas de depresión y ansiedad<sup>2</sup>. El aumento de estos síntomas, también se acompaña de la disminución de la actividad física y de algunos cambios en el consumo de alcohol y en el hábito de fumar<sup>3,4</sup>, así como de otras conductas de riesgo. Por tales razones, la participación de la CONASAMA en este evento tuvo como fin principal, favorecer el entendimiento de las problemáticas relacionadas con los trastornos mentales y el consumo nocivo de sustancias psicoactivas y fomentar los factores de protección asociados a un estilo de vida saludable, a través de la interacción con las y los estudiantes en el stand y las conferencias impartidas. Se tuvo una participación activa con la población estudiantil y una respuesta favorable ante las actividades propuestas, sobre todo por parte del personal docente, quien reconoció la importancia de realizar este tipo de eventos y dar continuidad en las aulas.

Las juventudes universitarias son una población que necesita educación e información pertinente para reconocer y manejar problemas asociados con la salud mental, así como, para buscar ayuda en el caso de ser necesario. Por lo tanto, las futuras acciones de la CONASAMA en torno a esta temática y a partir de los resultados obtenidos en el tamizaje, estarán encaminadas en primer lugar, a la detección oportuna y la búsqueda de tratamientos adecuados en caso de requerirse; en segundo lugar a la disminución de los procesos de estigmatización y discriminación asociados a los trastornos mentales y a los trastornos por uso de sustancias con el fin de normalizar cada vez más, el hablar sobre salud mental en las escuelas y dentro de la comunidad.



## **Referencias**

1. Secretaría de Salud, Programa de Acción Específico de Salud Mental y Adicciones 2020-2024.
2. Guarino, L., Gavidia, I., Antor, M., & Caballero, H. (2000). Estrés, salud mental y cambios inmunológicos en estudiantes universitarios. *Psicología Conductual*, 8(1), 57-71
3. Sa, J. E. P., & Mart, Y. (2007). Relación del rendimiento académico con la salud mental en jóvenes universitarios. *Psicogente*, 10(18).
4. Sheldon E, Simmonds-Buckley M, Bone C, Mascarenhas T, Chan N, Wincott M, Gleeson H, Sow K, Hind D, Barkham M. Prevalence and risk factors for mental health problems in university undergraduate students: A systematic review with meta-analysis. *J Affect Disord*. 2021 May 15;287:282-292.

### **Asistencia a las sedes, participación en stand y logística eventos:**

Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial

Lic. Clara Aydeé Amaya Castellanos

Mtra. Daniela Guerrero León

Meredith Valeria Enríquez Gutiérrez (Pasante de Servicio Social)

### **Coordinación de participación con el IPN:**

Mtra. Daniela Videgaray Arias

### **Colaboración:**

Lic. Eduardo Juárez Ramírez

Diseño del juego Serpientes y Escaleras y logos institucionales

### **Impartición de conferencias y elaboración de reporte:**

Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial

Mtra. Daniela Guerrero León

## Anexo 1. Material fotográfico

**ESIME Unidad Zacatenco, 17 abril 2023**

Centro Cultural Jaime Torres Bodet



**Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico

**ESIME Unidad Ticomán, 25 abril 2023**

Unidad Profesional Interdisciplinaria en Ingeniería y Tecnologías Avanzadas  
**UPIITA –Gustavo A. Madero**



### **Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje salud mental



**Conferencia** impartida en la Escuela Nacional de Biblioteconomía y Archivonomía, ENBA por la Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial



**ESIME Azcapotzalco, 9 mayo 2023**

Escuela Superior de Ingeniería Mecánica y Eléctrica

**ESIME Azcapotzalco**



**Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje Salud Mental



**Conferencia** impartida en el Centro de Estudios de Ciencia y Tecnología No. 8 "Narciso Bassols" (CECyT-8) por la Mtra. Daniela Guerrero León



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**CONASAMA**  
COMISIÓN NACIONAL DE SALUD MENTAL  
Y ADICCIONES

**CET Aragón, 16 de mayo 2023**

Centro de Estudios Tecnológicos 1 Walter Cross Buchanan  
**CET Aragón**



### **Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje salud mental



**Conferencia** impartida en el Centro de Estudios de Ciencia y Tecnología No. 1 "Gonzalo Vázquez Vela" (CECyT-1) por la Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial

**CECyT 14, 06 de junio 2023**

Centro de Estudios Científicos y Tecnológicos 14 "Luis Enrique Erro"  
**CECyT 14**



**Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje salud mental

**ESIA Unidad Tecamachalco, 24 de octubre 2023**

Escuela Superior de Ingeniería y Arquitectura





**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**CONASAMA**  
COMISIÓN NACIONAL DE SALUD MENTAL  
Y ADICCIONES



### **Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje salud mental



Conferencia impartida en la Escuela Superior de Ingeniería y Arquitectura (ESIA Unidad Tecamachalco) por la Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial

### **ESCA Tepepan, 28 de noviembre 2023**

Escuela Superior de Comercio y Administración





**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD



**CONASAMA**  
COMISIÓN NACIONAL DE SALUD MENTAL  
Y ADICCIONES



### **Stand STCONSAME-CONADIC-SAP**

Serpientes y escaleras. Factores de riesgo y protección para el bienestar psicológico. Tamizaje salud mental



Conferencia impartida en Escuela Superior de Comercio y Administración (ESCA TEPEPAN) por la Lic. Nadia Alejandra Torres Marcial

## Anexo 2. Tamizaje salud mental

# Tamizaje Salud Mental

