

Restringido

FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA
EJÉRCITO NACIONAL



DIRECCIÓN DE SANIDAD



Al contestar, cite este número

Radicado No. **20168500135663**: MDN-CGFM-COEJC-CEJEM-JEDEH-DISAN – PSICMIL-13-1

Bogotá, D.C., 01-02-2016

DIRECTIVA TRANSITORIA No. 0029 2016

ASUNTO : DIRECTIVA, IMPLEMENTACIÓN Y DESARROLLO DE LAS ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN EN LOS PROGRAMAS DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL PARA EL AÑO 2016.

A SEÑORES : UNIDADES OPERATIVAS MENORES, UNIDADES TÁCTICAS, FUERZAS DE TAREA Y ESTABLECIMIENTOS DE SANIDAD MILITAR, QUE TENGAN O RECIBAN APOYO DE PERSONAL DE SALUD MENTAL.

1. OBJETIVOS Y ALCANCE

1.1. OBJETIVO

Impartir instrucciones y asignar responsabilidades a las Unidades Menores, Unidades Tácticas, Fuerzas de Tarea y Establecimientos de Sanidad Militar (incluidos Hospitales Militares Regionales) para el desarrollo de las actividades de promoción y prevención en Salud Mental para el año 2016 y Enero de 2017.

Definir los parámetros bajo los cuales se han de planear, realizar, reportar, evaluar y ajustar las actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la enfermedad mental en las Unidades Menores, Unidades Tácticas, Fuerzas de Tarea, Hospitales Militares Regionales y Establecimientos de Sanidad Militar

Responsabilizar a los Comandantes de Unidades y Directores de Hospitales Militares Regionales y Establecimientos de Sanidad Militar, como garantes de la ejecución de actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la enfermedad mental, con el fin de que adopten medidas efectivas y coordinadas que contribuyan al mejoramiento de la salud de los usuarios del Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN

Teléfono: 3470200 – Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 2 de 12

Implementar y el desarrollar las estrategias de intervención en los programas de Promoción y Prevención, establecidos en el Plan Maestro de Salud Mental para las Fuerzas Militares de Colombia, en las Unidades Menores, Unidades Tácticas, Fuerzas de Tarea y Establecimientos de Sanidad Militar del Ejército Nacional.

1.2. ALCANCE

La presente Directiva aplica a nivel nacional para todos los usuarios de del Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares, en las Unidades Menores, Unidades Tácticas, Fuerzas de Tarea y Establecimientos de Sanidad Militar del Ejército Nacional, pretende integrar la salud mental dentro de un modelo de atención primaria, a través de la identificación e intervención temprana de factores de riesgo psicosocial y factores protectores que promuevan el bienestar psicológico mediante la adopción de estilos de vida saludable, establecidos en el Plan Maestro de Salud Mental para las Fuerzas Militares de Colombia,

1.3 VIGENCIA

La presente Directiva rige a partir de su publicación, y deroga las Directivas permanentes y transitorias, emitidas sobre el mismo aspecto.

1.4. REFERENCIAS

- Constitución Política de Colombia de 1991
- Ley 352 de 1997 "Por la cual se reestructura el sistema de salud y se dictan otras disposiciones en materia de seguridad social para las Fuerzas Militares y Policía Nacional"
- Decreto 1795 de 2000 "Por el cual se estructura el Sistema de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional"
- Plan Nacional Decenal de Salud Pública **2012-2021**.
- Resolución 00412 de 2000 "Por la cual se establecen las actividades, procedimientos e intervenciones de demanda inducida y obligatorio
- Cumplimiento y se adoptan las normas técnicas y guías de atención para el desarrollo de las acciones de protección específica y detección temprana y la atención de enfermedades de interés en Salud Pública"
- Acuerdo No. 002 de 2001 Concejo Superior de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional "Por el cual se establece el Plan de Servicios de Sanidad Militar y Policial, incluyendo las actividades de promoción, prevención atención y rehabilitación en salud mental."



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN
Teléfono: 3470200 - Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

Pag 3 de 12

20168500135663 - 22-01-2016

- Acuerdo No. 014 de 2001 Concejo Superior de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional "Por el cual se definen las políticas generales, planes y programas y se señalan los lineamientos generales para la promoción de la salud, prevención de la enfermedad y vigilancia en salud pública en el SSMP."
- Decreto 3518 de 2006 "Sistema de Vigilancia en Salud Pública"
- Ley 1616 de 2013 "Por medio de la cual se expide la ley de salud mental y se dictan otras disposiciones"
- Directiva DISAN No. 004 de 2013 Plan Maestro Integral de Salud Mental para las Fuerzas Militares en las Unidades del Ejército Nacional y Establecimientos de Sanidad Militar.

GESTIÓN DOCUMENTAL

La **Ley 1616 de 2013** en su Artículo 4 señala: *"El Estado a través del Sistema General de Seguridad Social en Salud garantizará a la población colombiana, priorizando a los niños, las niñas y adolescentes, la promoción de la salud mental y prevención del trastorno mental, atención integral e integrada que incluya diagnóstico, tratamiento y rehabilitación en salud para todos los trastornos mentales".*

En el Artículo 5 hace las siguientes definiciones:

"Promoción de la salud mental. La promoción de la salud mental es una estrategia intersectorial y un conjunto de procesos orientados hacia la transformación de los determinantes de la Salud Mental que afectan la calidad de vida, en procura de la satisfacción de las necesidades y los medios para mantener la salud, mejorarla y ejercer control de la misma en los niveles individual y colectivo teniendo en cuenta el marco cultural colombiano.

Prevención Primaria del trastorno mental. La Prevención del trastorno mental hace referencia a las intervenciones tendientes a impactar los factores de riesgo, relacionados con la ocurrencia de trastornos mentales, enfatizando en el reconocimiento temprano de factores protectores y de riesgo, en su automanejo y está dirigida a los individuos, familias y colectivos."

En el Artículo 27 dicta:

"Garantía de participación. En el marco de la Constitución Política, la ley y la Política Pública Nacional de Participación Social el Ministerio de Salud y Protección Social deberá garantizar la participación real, efectiva y vinculante de las personas, familias, cuidadores, comunidades y sectores sociales para el ejercicio de la ciudadanía activa en la formulación, implementación evaluación



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN
Teléfono: 3470200 - Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 4 de 12

y ajuste construcción del modelo de atención, guías, protocolos, planes de beneficios, planes de salud pública, la política pública nacional de Salud Mental y demás en el ámbito de la salud mental"

El **Decreto 1795 de 2000** que modifica la **Ley 352 de 1997** señala en el Artículo 5 que el objeto del Sistema de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional (SSMP) es *"prestar el Servicio de Sanidad inherente a las Operaciones Militares y del Servicio Policial como parte de su logística Militar y además brindar el servicio integral de salud en las áreas de promoción, prevención, protección, recuperación y rehabilitación del personal afiliado y sus beneficiarios"*

El **Plan Nacional Decenal de Salud Pública 2012-2021** en su Marco Conceptual define los enfoque y el modelo conceptual que lo enmarcan, señalando:

El derecho a la salud alude al disfrute del más alto nivel de bienestar físico, mental y social, e implica una interdependencia con otros derechos; se aplica sin distinción de raza, género, religión, orientación política, orientación sexual o situación económica o social, y se refiere al nivel de salud que le permite a una persona vivir dignamente, y a los factores socioeconómicos que promueven la posibilidad de llevar una vida sana...

Mediante la **Resolución 00412 de 2000** se adoptan las normas técnicas de obligatorio cumplimiento en relación con las actividades, procedimientos e intervenciones de demanda inducida para el desarrollo de las acciones de protección específica y detección temprana y las guías de atención para el manejo de las enfermedades de interés en salud pública, a cargo de las Entidades Promotoras de Salud, Entidades Adaptadas y Administradoras del Régimen Subsidiado.

En su Artículo 7 define la Detección Temprana como: *"el conjunto de actividades, procedimientos e intervenciones que permiten identificar en forma oportuna y Efectiva la enfermedad, facilitan su diagnóstico precoz, el tratamiento oportuno, la reducción de su duración y el daño causado, evitando secuelas, incapacidad y muerte"*.

El **Acuerdo No. 002 de 2001 Concejo Superior de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional** señala en el Artículo 2 que *"el Plan de Servicios de Sanidad Militar y Policial permitirá la atención integral a los afiliados y beneficiarios del SSMP, en las áreas de promoción, prevención, protección, recuperación y rehabilitación, en enfermedad general y maternidad, y para los afiliados activos, en accidentes y enfermedades relacionadas con actividades profesionales"*, reconociendo los servicios en calidad de derecho en el Artículo 4 así: *"Los afiliados y beneficiarios del SSMP tendrán derecho a las acciones individuales y colectivas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, en los términos que establezca el Ministerio de Salud"*.



Patria, Honor, Lealtad

"Dios en todas nuestras actuaciones"

Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No.52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





20168500135663 - 22-01-2016

El Acuerdo No. 014 de 2001 Concejo Superior de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional define las políticas, planes y programas que debe desarrollar el Sistema de Salud de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional - SSMP, y señalar los lineamientos generales para la promoción de la salud, prevención de la enfermedad y vigilancia en salud pública en el SSMP, buscando mejorar la calidad de vida y el estado de salud individual y colectivo de los afiliados y sus beneficiarios.

En el Artículo 4 define el Plan de Promoción de la Salud, Prevención de la Enfermedad y Vigilancia en Salud Pública en el SSMP como *"las acciones y programas tendientes a lograr la participación activa y responsable de individuos, grupos y comunidades, afiliados y beneficiarios del SSMP, para que sean protagonistas en la generación y mantenimiento de su salud, promoviendo así el cambio de una cultura de salud curativa a una cultura preventiva, con el objeto de lograr cambios positivos en la salud de la población, garantizando de esta manera una óptima calidad de vida"*.

Aclarando que: *"en desarrollo de los objetivos específicos del Plan, debe estructurarse un Sistema de Vigilancia Epidemiológica, que permita:*

- *Definir el perfil epidemiológico y demográfico de cada Subsistema, para diseñar planes, programas y proyectos acordes con sus necesidades específicas.*
- *Conocer e identificar los grupos de población vulnerables y los diferentes riesgos biológicos, del ambiente y psicosociales en cada Subsistema, para orientar hacia ellos programas específicos en forma prioritaria."*

2. INFORMACIÓN

2.1 Antecedentes

Durante el transcurso del año 2015, se ha evidenciado un aumento en consultas por el servicio de psicología en los usuarios del SSFM, las cuales corresponden a criterios diagnósticos relacionados con Problemas de actitud y estilos de vida, seguidos por Problemas de familia o grupo de apoyo y Problemas de pautas de crianza, lo cual se refleja en los informes de morbilidad reportados por los establecimientos de Sanidad Militar y Hospitales Militares Regionales; Es de gran importancia orientar la promoción y la prevención en la salud mental, al manejo efectivo de las relaciones de pareja, pautas de crianza, al desarrollo de habilidades sociales, al desarrollo de competencias psicológicas y del amor por la vida, la familia, la institución y la comunidad, la salud y la integridad física; así como la prevención de conductas que impliquen riesgo para la salud mental y física tales como actos de violencia de todo tipo, consumo de estupefacientes y otras sustancias psicoactivas como alcohol y cigarrillo, contacto con fuentes de contagio de enfermedades y descuido de deberes y responsabilidades entre otras, es importante mantener la Salud Mental de hombres y mujeres del Ejército Nacional, ya que un militar fuerte y bien entrenado mentalmente, contará con auto esquemas,



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN
Teléfono: 3470200 - Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co



Certificado 0913-1

Restringido



Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 6 de 12

pensamientos, comportamientos y competencias, entre otros factores psicológicos, que le permitirán desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para enfrentar la vida diaria, para trabajar por sus Institución y su país, para establecer relaciones significativas y para contribuir a su comunidad, independientemente del rigor de las condiciones.

2.2 GENERALIDADES

El Plan Maestro Integral de Salud Mental para las Fuerzas Militares comprende un conjunto de programas y ejecución de actividades articuladas para el mejoramiento de la calidad de vida, el desarrollo integral humano, la promoción, la prevención, la recuperación y la rehabilitación en salud mental, de los miembros de las Fuerzas Militares y sus familias, materializado en hechos concretos, observables, medibles y reproducibles, donde el personal al servicio de las Fuerzas Militares, su familia, su comunidad y la institución castrense sean artífices de su propio cambio y evolución y cada uno de ellos se comprometa a ser motor del progreso de esta Nación.

Este plan, se constituye en un planteamiento estratégico sobre el actuar de las diferentes instancias representativas de la salud mental. La importancia de la responsabilidad desde el Comandante de las Unidades, hasta el personal de Sanidad y demás miembros de los equipos interdisciplinarios, redunda en el estudio de los eventos en Salud Mental; para tomar acción conjunta y disminuir o mitigar sus efectos en el personal militar.

El plan procura evitar la aparición de trastornos mentales, pero se comprende que es inevitable que algunos miembros de la institución o sus familiares desarrollen alguna psicopatología, y para ellos se plantea un programa de atención clínica integral soportado por el desarrollo y actualización de guías de manejo basadas en la evidencia científica disponible, de tal manera que se pueda contribuir a desestigmatizar a la persona con enfermedad mental brindándole un tratamiento óptimo y facilitándole su reintegración familiar, laboral y social. Igualmente, con su aplicación se fortalecerá la vigilancia epidemiológica en eventos de salud.

3. EJECUCIÓN.

3.1 Misión General

La Dirección de Sanidad del Ejército, imparte instrucciones a los psicólogos militares que se encuentran en Unidades Operativas Menores, Unidades Tácticas, Fuerzas de Tarea y a los Directores de Establecimientos de Sanidad Militar para que a partir de la fecha junto con el personal de Salud Mental, coordinen estrategias de promoción y prevención según los parámetros establecidos en esta directiva, con el fin de mitigar factores de riesgo y promover agentes protectores que incidan en la salud, dando así cumplimiento a las Políticas en Salud Pública que son de obligatorio cumplimiento en el Subsistema de Salud de las Fuerzas Militares.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No.52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 7 de 12

3.2 Misiones Particulares

3.2.1 Dirección de Sanidad.

Suministrar los protocolos para el desarrollo de las temáticas a tratar en el desarrollo de las actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la Enfermedad Mental.

Suministra los protocolos para el reporte de las actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la Enfermedad Mental, que se desarrollen.

La Dirección de Sanidad Ejército, será Unidad notificadora a la Dirección General de Sanidad Militar con información suministrada por las Unidades y Establecimientos de Sanidad Militar.

Realizar direccionamiento, acompañamiento, seguimiento y control al cumplimiento de esta Directiva.

Garantiza la difusión de la presente Directiva a todas las unidades del Ejército.

Incluye en las revistas formales e informales el cumplimiento de la presente Directiva, con el objetivo de velar por el cumplimiento de las disposiciones normativas vigentes que regulan el desarrollo de las actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la Enfermedad Mental.

3.2.2 Comandantes de Unidad, Directores de Hospitales Militares Regionales y Establecimientos de Sanidad Militar

El Comandante en todos los niveles, es el principal garante de la disciplina del personal bajo su mando. Es deber del Comandante y los líderes subordinados, supervisar el personal.

Establecer estrategias para la detección temprana de riesgos de la salud mental, el fortalecimiento y la promoción de la Salud Mental y la prevención de la enfermedad mental.

Garantizan el apoyo para el desarrollo de esta Directiva y facilitaran las coordinaciones y los recursos necesarios de tiempo, espacio, personal asistente, personal instructor, materiales y otros, para el cumplimiento de esta Directiva la asistencia a las actividades de promoción y prevención, no es de carácter optativo, toda vez que se trata de educación continuada en valores y de formación para la vida bajo los principios de la Institución.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 8 de 12

Emplean los medios de motivación y promueven la cultura de participación activa para que el personal bajo su mando asuma activamente el proceso de aprendizaje y la aplicación de los conocimientos obtenidos en la relación que manejan con subalternos, pares y superiores.

Supervisan el personal Militar de Salud Mental y aseguran la idoneidad del personal Civil de Salud Mental, de modo tal que se logre el propósito de esta Directiva, capacitando con excelencia y efectividad al personal de Cuadros de Mando.

3.2.3 Psicólogos Militares y de Establecimientos de Sanidad Militar

Guarda Evidencias de la gestión realizada a través de:

Actas de capacitación: Para dar por cumplido el plazo relacionado con el desarrollo de las actividades de promoción y prevención (presenciales, QSO, autoformación, etc.), de cada una de estas debe quedar registrado así:

Formato de acta de capacitación V.6, diligenciada en su totalidad sin omitir casillas: tema tratado, los objetivos de la capacitación, responsable(s) de la actividad, paginación, conclusiones y observaciones. En el espacio "Tema" debe ser perfectamente claro y evidente el tipo de actividad que se realizó y el público al que fue dirigida, p. ej.

- Programa radial (QSO) sobre (tema) dirigido a personal Militar de (Unidad)
- Capacitación presencial sobre (tema) dirigida a beneficiarios de (Unidad)
- Autoformación sobre (tema) dirigida a Oficiales Superiores de (Unidad)

Listado de asistencia diligenciado sin omitir casillas: grado, nombres y apellidos, correo electrónico y/o teléfono, cargo, dependencia y/o unidad, número de cedula, firma (en el caso de los QSO firmará el administrador del medio).

- Registro audio o audiovisual (en el caso de los QSO)
- Documento guía entregado (en el caso de las autoformaciones)
- Registro fotográfico
- Formatos de evaluación de la capacitación con su respectiva tabulación en el formato que se envió para tal fin.

Elabora estadísticas mensuales de promoción y prevención en salud mental realizando un **Análisis de Morbilidad** registrada en el informe estadístico mensual, cada psicólogo preparará para el mes siguiente una capacitación para tratar uno de los tres principales motivos de consulta, dirigido naturalmente a la población que más lo consulta. Este tema debe ser diferente a los ya cubiertos ese mes, en el tema del mes o en la actividad interdisciplinaria. En el archivo Excel para las estadísticas mensuales se encuentran las pestañas "Promoción y Prevención" y "Boletines", cuya información registrada mensualmente debe



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 9 de 12

corresponderse perfectamente con la evidencia suministrada de las actividades realizadas.

Los psicólogos de las brigadas son responsables de recopilar la información de las respectivas Unidades Tácticas y Establecimientos de Sanidad Militar de su jurisdicción, revisar su correcto diligenciamiento, consolidarla y remitirla según los plazos establecidos por esta dirección.

Diligenciamiento de los formatos (Excel) ajustándose única y exclusivamente a las listas desplegables proporcionadas por cada celda. La alteración de estos formatos se entenderá como falsificación, tergiversación y/u omisión de información altamente sensible del Ejército Nacional.

Ineludiblemente, todos los temas que surjan de la creatividad de los psicólogos a partir del análisis que hagan de la morbilidad de su Unidad/ESM tienen que estar relacionados con los programas preestablecidos de promoción y prevención en Salud Mental, independiente del tipo de población objetivo o los planes de gestión particulares de cada Unidad/ESM.

Desarrollar actividades de hábitos de vida saludable, con carácter de interdisciplinariedad es decir las actividades de promoción y prevención debe ser compartida con profesionales de otras áreas como medicina, enfermería, bacteriología, fisioterapia, trabajo social y salud ocupacional entre otras; dejando en todo momento evidencias como actas, registros fotográficos, boletines, folletos, guías, documentos conjuntos, etc

Propender por la mejora continua a través una excelente planeación, una correcta ejecución, una revisión continua de lo realizado verificando eficiencia, eficacia y efectividad, y una reestructuración de lo planeado para garantizar así la mejora continua, a través del control de riesgos y evaluación de los programas de promoción y prevención en Salud Mental.

Propender por la multimodalidad en los programas de promoción y prevención a través de la siguiente forma:

TALLERES PRESENCIALES	Mín. 4 - 5
TERAPIAS GRUPALES	(6)
PROGRAMAS RADIALES (QSO)	Máx. 2 - 3
AUTOFORMACIÓN GUÍA PERSONALIZADA (FÍSICA / ELECTRÓNICA)	Máx. 1
TOTAL 6	

Tabla 1. Meta mensual de capacitaciones y su distribución por metodología



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No.52 - 48 DISAN
Teléfono: 3470200 - Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 10 de 12

Talleres Presenciales. Pueden ser tipo academia pero también pueden ser experienciales y deben contar con una asistencia máxima de 40 personas.

Programas radiales. Las conferencias a través de programas radiales desde las Emisoras de Ejército o a través de un QSO son un método altamente efectivo para llegar al personal que se encuentra en zonas de difícil acceso para el personal de Salud Mental. Estos programas deben ser dinámicos, cautivantes y apoyarse en contenidos auditivos (cortinas musicales, sonidos y música de fondo, canciones, etc.), también debe ofrecer espacios para la interacción y las preguntas del público.

Autoformación. Ya que el personal administrativo y el de Oficiales Superiores no siempre puede asistir a las capacitaciones de Salud Mental, a este público puede accederse a través de guías informativas que pueden entregarse en físico o por medio electrónico.

Terapias grupales. Teniendo en cuenta el alto volumen de consulta y que hay tipología de consulta bastante común. En una sesión doble (1h 30') puede brindarse atención a 5 pacientes que asisten por un mismo motivo de consulta, haciendo una terapia de grupo en la que los asistentes, reciban información clara, suficiente, contextualizada y pertinente, y de ser posible, compartan sus experiencias personales. Esta iniciativa permite que el tiempo entre consultas se acorte y es especialmente válido para motivos de consulta relacionados con:

- Afrontamiento de Pérdidas / Duelo
- Manejo adecuado del Tiempo Libre
- Manejo del Estrés
- Pautas de Crianza
- Afrontamiento de Conflictos y Ruptura Amorosa

Realización de Boletines su diseño y distribución son parte fundamental de la labor de los profesionales de Salud Mental.

Actividades con poblaciones especiales como personal de cuadros, pensionados, retirados y beneficiarios en temas específicos a su condición como por ejemplo "Identificación de Riesgos Psicológicos" y "Primeros Auxilios Psicológicos", con el ánimo de brindar herramientas que garanticen un correcto actuar como primeros respondientes en la vigilancia y la atención de eventos de interés en salud pública, especialmente: conductas suicida y autolesiva, incluyendo intoxicaciones y consumo de estupefacientes y otras sustancias psicoactivas a cuadros. Hábitos de Vida Saludable y Familias Saludables a pensionados, retirados y beneficiarios, etc



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No.52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

Pag 11 de 12

Desarrollar Programas especiales En concordancia con la Organización Mundial de la Salud y la Federación Mundial de Salud Mental, se realizarán actividades especiales así:

MES	ACTIVIDAD ESPECIAL	SUBPROGRAMA A TRABAJAR
SEPTIEMBRE	MES DEL AMOR POR LA VIDA	DETECCIÓN DE CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA
OCTUBRE	MES DE LA SALUD MENTAL	PROYECTO DE VIDA / AMOR POR LA VIDA
NOVIEMBRE	MES DEL RESPETO ENTRE GÉNERO	PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Y DE GÉNERO

Tabla 2. Actividades especiales de Promoción y prevención en Salud Mental

4. INSTRUCCIONES GENERALES DE COORDINACIÓN

La ejecución de esta Directiva estará a cargo del personal de Salud Mental, pero debe propender por la interdisciplinariedad y estar soportada por el apoyo decidido y definitivo de los Comandantes de las Unidades y Directores de los Establecimientos de Sanidad Militar (incluidos Hospitales Militares Regionales).

Para la Dirección de Sanidad de Ejército, en cuanto al seguimiento de plazos y la solicitud de requerimientos y otras informaciones, los líderes de Salud Mental de las Brigadas son el enlace con los psicólogos de Salud Mental de las Unidades Tácticas (Fuerzas de Tarea si aplica) y Establecimientos de Sanidad Militar de cualquier nivel, que se encuentren en la jurisdicción; por tal motivo están en condiciones de orientarlos, apoyararlos, asesorarlos y solicitarles el cumplimiento de plazos.

Se debe dar especial importancia al proceso de reporte y evaluación, para garantizar la calidad, el cumplimiento de los objetivos y el fortalecimiento de la Salud Mental, a partir de las actividades de promoción de la Salud Mental y prevención de la enfermedad mental.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN

Teléfono: 3470200 - Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido





Al contestar, cite este número

20168500135663 - 22-01-2016

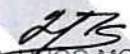
Pag 12 de 12

5. DISPOSICIONES ADMINISTRATIVAS

Los gastos que demande el cumplimiento de la presente Directiva serán responsabilidad de las respectivas Unidades y Establecimientos de Sanidad Militar, con cargo al presupuesto asignado para cada vigencia.


Brigadier General GERMAN LÓPEZ GUERRERO
Director de Sanidad Ejército


Elaboró: SMSM. DINA CARDONA HURTADO
Coordinadora de P y P Salud Mental DISAN


Revisó: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN


Aprobó: TC. JAVIER CELY BARAJAS
Subdirector Científico Disan


VoBo: CR. GELVERA DUARTE SANDOVAL
Subdirector DISAN Ejército

ANEXO No. 1. PROGRAMAS Y SUBPROGRAMAS SALUD MENTAL.
ANEXO No. 2. PROGRAMA No. 1 PROMOCION DE LA VIDA (PREVENCION DE SUICIDIOS)
ANEXO No. 3. PROGRAMA No. 2 HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE
ANEXO No. 4. PROGRAMA No. 3 FAMILIAS SALUDABLES
ANEXO No. 5. PROGRAMA No. 4 SALUD MENTAL OPERACIONAL
ANEXO No. 6. TEMAS ESTRUCTURALES
ANEXO No. 7. CRONOGRAMA A DESARROLLAR PARA EL AÑO 2016

Distribución

Original. Dirección de Sanidad EJC
Copia No.1 Unidades Operativas Mayores
Copia No.2 Unidades Operativas Menores – Fuerzas de Tarea
Copia No 3 Hospitales regionales y ESM



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



Restringido

FUERZAS MILITARES DE COLOMBIA
EJÉRCITO NACIONAL



DIRECCIÓN DE SANIDAD

ANEXOS CIRCULAR PROMOCION Y PREVENCIÓN

ANEXO No. 1

PROGRAMAS Y SUBPROGRAMAS SALUD MENTAL

PROGRAMA	SUBPROGRAMA
PROMOCION DE LA VIDA (PREVENCIÓN DE SUICIDIOS)	PROYECTO DE VIDA/AMOR POR LA VIDA
	DETECCIÓN DE CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA
	AUTOESQUEMAS/AUTOESTIMA
	INTELIGENCIA EMOCIONAL / HABILIDADES SOCIALES
	AFRONTAMIENTO DE PERDIDAS/ DUELO
HABITOS DE VIDA SALUDABLE	PREVENCIÓN DEL CONSUMO SPA
	MANEJO ADECUADO DEL TIEMPO LIBRE
	MANEJO DEL ESTRÉS
	ETS Y VIH
	MANEJO DEL DINERO/ECONOMIA FAMILIAR
FAMILIAS SALUDABLES	MANEJO DE AUTORIDAD Y CONSTRUCCIÓN DE NORMAS
	MANEJO EFECTIVO RELACIONES DE PAREJA
	PAUTAS DE CRIANZA
	AFRONTAMIENTO CONFLICTOS Y RUPTURA AMOROSA
	PREVENCIÓN EN VIOLENCIA INTRAFAMILIAR y VG
SALUD MENTAL OPERACIONAL	ADAPTACIÓN A LA VIDA MILITAR
	MANEJO ESTRÉS DE COMBATE
	PRIMEROS AUXILIOS PSICOLÓGICOS
	LIDERAZGO OPERACIONAL
	FOMENTO ESPÍRITU DE CUERPO
	ETICA
	FACTORES HUMANOS DE VUELO
	CONTROLES OPERACIONALES

Tabla 1. Programas de Promoción y prevención en Salud Mental con sus respectivos subprogramas

Elaboro: SMSM DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

Reviso: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanejercito.mil.co

Restringido



ANEXO No. 2

PROGRAMA No. 1

PROMOCION DE LA VIDA (PREVENCION DE SUICIDIOS)

Promoción de la Vida (Prevención de Suicidios)

Todo individuo tiene derecho a la vida, a la libertad y a la seguridad de su persona, reza el Artículo 3 de la Declaración Internacional de los Derechos Humanos. Este artículo es fundamental para la labor del Ejército Nacional que con su accionar busca salvaguardar la vida y el patrimonio de todos los colombianos. La vida es un derecho fundamental y como derecho implica necesariamente una responsabilidad de todo individuo para con la comunidad y para consigo mismo.

Cada hombre y mujer de las fuerzas militares debe proteger y preservar su vida para así poder proteger y preservar la vida de sus compañeros, familia y la de la población.

Las tensiones normales de la vida pueden sobrepasar las habilidades normales para controlar emociones e impulsos, por eso se requiere que todos los integrantes de la Fuerza desarrollen competencias psicológicas que los habiliten para afrontarlas y salir adelante ante cualquier dificultad, sin rendirse, sin claudicar, encontrando la solución o una luz de esperanza, aún en las situaciones más adversas.

i. Objetivos

- Entrenar al personal del Ejército Nacional en habilidades para detectar y dar manejo a factores de riesgo de salud mental, tales como ideación suicida, depresión, ansiedad, baja autoestima, deficiencias en inteligencias social o emocional.
- Brindar acompañamiento e incentivar en el personal de la Fuerza, la construcción objetiva y sostenible de un proyecto de vida fundamentado en los valores orientados por la Institución.
- Fortalecer en los miembros de la Institución las competencias relacionadas con las inteligencias intrapersonal, social (en todos los ejes de relación) y emocional.
- Entrenar al personal de la Institución en estrategias para comprender y afrontar el duelo (de todo tipo) y para hacer frente a la adversidad manteniendo la moral alta y el sentido de la vida.
- Prevenir la ocurrencia de suicidios, intentos de suicidio y conductas autolesivas.

ii. Subprogramas



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 - 48 DISAN
Teléfono: 3470200 - Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



La ejecución de este programa se da mediante 5 subprogramas a saber:

- **Proyecto de Vida / Amor por la Vida.** Orientado a prevenir la autoagresión, brindando estrategias que permitan respetar la vida como derecho y como deber, estructurando un proyecto de vida personal, enlazado con los principios y valores de la Institución que permita a cada persona desarrollarse, destacando lo mejor de sí.
- **Detección de Conductas de Riesgo Suicida.** Orientado a entrenar a cada miembro de la Institución, en especial a cuadros de mando y personal de las ciencias de la salud, para que identifiquen síntomas, rasgos, comportamientos y otros indicadores que puedan conducir a conductas de autoagresión.
- **Autoesquemas / Autoestima.** Con el que se busca incentivar en hombres y mujeres de la Fuerza, el amor propio, la mejora personal continua y un pensamiento estructurado que les permita reconocerse a sí mismo como seres capaces, proyectados y susceptibles de mejorar siempre.
- **Inteligencia Emocional / Habilidades Sociales.** Mediante el cual se entrena al personal en competencias para gestionar sus propias emociones, comprender las emociones de los otros y manejar adecuadamente las relaciones con pares, pareja, familia y comunidad.
- **Afrontamiento de Perdidas / Duelo.** Con el cual se entrena al personal para convivir con y comprender, el riesgo de pérdida (social, física, relacional, etc.) y para que de darse una situación de este tipo, ésta se enfrente conservando los auto esquemas, valores y proyectos personales, entre otros aspectos vitales, con la flexibilidad necesaria.

DC
Elaboro: SMSM, DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

HL
Reviso: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanejercito.mil.co

Restringido



ANEXO No. 3

PROGRAMA No. 2

HÁBITOS DE VIDA SALUDABLE

La OMS recomienda que se adopte un estilo de vida saludable a lo largo de todo el ciclo vital, con el fin de preservar la vida, mantenerse sano y paliar la discapacidad y el dolor en la vejez.

El desarrollo de hábitos de vida saludable, es necesariamente el soporte de la Salud Mental. Al desarrollarlos toda persona asegura las condiciones mínimas para prevenir el desarrollo de rasgos y trastornos psicológicos, tolerar las situaciones adversas, fortalecer las competencias emocionales, sociales e intelectuales, y asegurar la salud física en general.

Adicionalmente el personal uniformado es referente de valores, moral y buena conducta para la comunidad en general. Por lo tanto los miembros del Ejército deben tener un comportamiento coherente y ejemplar, que brinde seguridad y confianza a la población civil, aún más cuando una de las responsabilidades del Ejército Nacional es frenar la influencia y el avance del narcotráfico.

i. Objetivos

- Brindar a hombres y mujeres de la Fuerza herramientas para una vida sostenible y saludable, que asegure la calidad de vida en la salud física y mental, en el presente y también en la vejez.
- Informar y advertir al personal de la Fuerza sobre los riesgos del consumo de sustancias psicoactivas, tabaco y alcohol su relación con los rasgos y trastornos psicológicos.
- Detectar los casos de consumo de sustancias psicoactivas e informar a la Dirección de Sanidad, a fin de realizar control y seguimiento.
- Orientar a los miembros de la Institución para el uso adecuado del tiempo libre en actividades que fortalezcan sus relaciones familiares y sociales, y sus habilidades emocionales e intelectuales, evitando las ocasiones de contagio de enfermedades o consumo de sustancias psicoactivas, incluyendo alcohol y cigarrillo.
- Entrenar al personal para modular la respuesta de estrés, encontrando los niveles óptimos que garanticen un estado funcional ideal sin recaer en distrés.
- Brindar herramientas a hombres y mujeres de la Fuerza para dar un manejo adecuado a su economía, ajustado con su proyecto de vida y realidad familiar y personal.

ii. Subprogramas

La ejecución de este programa también se da mediante 5 subprogramas:



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



- **Prevención del Consumo de Sustancias Psicoactivas.** Orientado a prevenir el consumo de sustancias psicoactivas, tabaco, el no moderado de alcohol, brindando herramientas para enfrentarlo y para detectar situaciones e indicadores del consumo.
- **Manejo adecuado del Tiempo Libre.** Con el cual se busca que el personal invierta su tiempo de ocio y descanso en actividades que fortalezcan sanamente, la vida en pareja, en familia y las demás relaciones sociales, y así mismo contribuyan al desarrollo físico, intelectual y emocional.
- **Manejo del Estrés.** Diseñado para desarrollar en cada persona la habilidad para modular los pensamientos, el ritmo corporal y la respuesta de estrés, buscando niveles óptimos de desempeño, evitando las reacciones de baja intensidad, de intensidad muy alta, exagerada o prolongada.
- **ETS y VIH.** La sexualidad es parte fundamental en la vida de todo ser humano, pero debe responder a un comportamiento ordenado y preventivo. Este programa busca educar en este sentido, previniendo así el contagio de enfermedades y el costo social económico que conllevan.
- **Manejo del Dinero / Economía Familiar.** Con el cual se busca entrenar en herramientas para la planeación, cálculo, proyección y administración de la economía personal, alineada con el proyecto de vida individual y familiar.

DC
Elaboro: SMSM, DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

HB
Revisó: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
 Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
 Teléfono: 3470200 – Ext: 161
 Dirección página web: www.disanejercito.mil.co



Restringido

ANEXO No. 4

PROGRAMA No. 3

FAMILIAS SALUDABLES

La familia es el núcleo de la sociedad como bien lo señala la Constitución Nacional de 1991, y es esta la facilitadora de los procesos inherentes al desarrollo humano. Es en el contexto familiar donde un ser humano desarrolla sus características individuales; es decir donde se construye su identidad y esta a su vez se ve reflejada en una sociedad que cambia a medida que las familias van evolucionando. Cada miembro del Ejército Nacional, mediante un comportamiento digno y ejemplar debe asegurar que pese a la distancia, a las dificultades o la adversidad, cumpla con este deber fundamental de estructurar la sociedad a través de la familia.

i. Objetivos

- Desarrollar en las mujeres y hombres de la Fuerza, competencias que los habiliten para escoger adecuadamente su pareja y tener una convivencia sana y constructiva en cualquier estadio de la vida de pareja.
- Reconocer las familias de las mujeres y hombres de la fuerza como el soporte básico de la vida familiar y como a través de esta la persona desarrolla una serie de aspectos que son esenciales en su desarrollo.
- Entrenar a mujeres y hombres de la Fuerza, en competencias orientadas a educar a los hijos con amor y ejemplo, forjando disciplina y valores en un entorno de respeto y de no violencia.
- Fortalecer en el personal las habilidades para solucionar los conflictos de pareja a través del diálogo y el respeto, y así mismo para dar adecuado manejo al duelo amoroso.
- Sentar las bases para la convivencia armónica con la pareja/familia y la prevención de las violencias intrafamiliares y de género.

ii. Subprogramas

La ejecución de este programa también se da mediante 5 subprogramas:

- **Manejo de autoridad y construcción de normas.** Orientado a destacar en el personal de la fuerza la importancia de la familia en la construcción de normas y de respeto a la autoridad, a fin de lograr una sociedad más humana y unas relaciones sociales más armónicas.
- **Manejo efectivo de Relaciones de Pareja.** Diseñado para formar al personal de la Fuerza en competencias para seleccionar bien la pareja y desarrollar estilos de convivencia constructivos, saludables y sostenibles.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanejercito.mil.co

Restringido



- **Pautas de Crianza.** Con el que se busca brindar herramientas al personal para que al interior de sus hogares desplieguen habilidades emocionales, sociales, parentales y cognitivas que den lugar a estilos efectivos de orientación y educación de los hijos.
- **Afrontamiento de Conflictos y Ruptura Amorosa.** Mediante el cual se orienta a hombre y mujeres de la Institución para que empleando autoesquemas optimistas pero ajustados a la realidad y la inteligencia emocional y social, logren dar un manejo positivo, adecuado y decoroso a los conflictos de pareja y a la finalización de una relación.
- **Prevención de Violencia Intrafamiliar y Violencia en general.** Orientado a entrenar al personal en estrategias para identificar señales o indicadores de violencia intrafamiliar o sexual en la población civil y así mismo, para fortalecer el esquema de valores y las habilidades parentales y de pareja, en aras de hacer de la violencia un recurso innecesario en la vida familiar o de pareja.

ηηη
Elaboro: SMS M. DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

H/B
Reviso: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



ANEXO No. 5

PROGRAMA No. 4

SALUD MENTAL OPERACIONAL

Los hombres y mujeres que integran la Institución son el bien máspreciado que ésta posee, y se convierten en los únicos garantes del cumplimiento transparente de los objetivos. Es imperativo que se lleven a cabo todos los esfuerzos para asegurar la salud y la estructuración mental del militar, de modo tal que pueda soportar los rigores de la vida diaria y ajustarse a las expectativas de desempeño de su función.

Teniendo en cuenta los estresores a los que puede estar sometido el militar en el cumplimiento de su misión, es importante que desarrolle las competencias necesarias para cumplir a cabalidad su labor.

i. Objetivos

- Brindar herramientas psicosociales a los miembros de la Fuerza que les permitan adaptarse a la vida militar, a las condiciones impuestas en cada uno de los territorios y para que desarrollen compromiso, trabajo de equipo y liderazgo.
- Concientizar al personal sobre los estresores a los que pueden enfrentarse para que sobre esta base desarrollen herramientas para modular y controlar las respuestas emocionales.
- Entrenar al personal para dar manejo a situaciones de crisis psicológicas personales, de subalternos, superiores, compañeros y/o familiares.
- Fomentar el desarrollo, fortalecimiento y afianzamiento de valores, principios éticos y morales, empoderamiento y pertenencia a la Institución.
- Entrenar al personal de Ejército que desarrolla operaciones aéreas en competencias psicológicas específicas.

ii. Subprogramas

La ejecución de este programa se da mediante 7 subprogramas:

- **Adaptación a la Vida Militar.** Mediante el cual se facilita el proceso de adaptación, acomodación y asimilación del rol y del entorno, en el personal que ingresa a la Fuerza o a una nueva Unidad, propiciando pertenencia, socialización, compromiso y buen desempeño.
- **Manejo Estrés de Combate.** Facilita en el personal una apreciación objetiva de los peligros a los que está expuesto en combate para desarrollar anticipadamente estrategias de afrontamiento frente a emociones negativas, como el dolor, la frustración o las pérdidas.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



- **Primeros Auxilios Psicológicos.** Con el que se busca entrenar a todo el personal, en especial a cuadros de mando y profesionales de la salud, para dar atención óptima inmediata en momentos de crisis psicológica, preservando la vida y la integridad del personal afectado.
- **Liderazgo Operacional.** Con el que se busca desarrollar en los hombres y mujeres de la Institución habilidades sociales, en resolución de conflictos y otras específicas que dan lugar al desarrollo del liderazgo.
- **Fomento Espíritu de Cuerpo.** El cual facilita el empoderamiento, fomenta el compromiso y el sentido de pertenencia, y da herramientas para el trabajo en equipo y la búsqueda de la mejora continua.
- **Ética.** Con el que se busca que cada uno de los integrantes de la Fuerza interiorice, asimile y asuma las normas, principios, razones y valores de la Institución.
- **Factores Humanos de Vuelo.** Orientado específicamente para el personal de Aviación Ejército, mediante el cual se desarrollan las competencias específicas que requiere para un adecuado desempeño en operaciones aéreas.

ηη.

Elaboro: SM9M. DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

Reviso: TC. *HEGO* MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanerejercito.mil.co

Restringido



ANEXO No. 6

PROGRAMAS ESPECIALES

En concordancia con la Organización Mundial de la Salud y la Federación Mundial de Salud Mental, se realizarán actividades especiales así:

MES	ACTIVIDAD ESPECIAL	SUBPROGRAMA A TRABAJAR
SEPTIEMBRE	MES DEL AMOR POR LA VIDA	DETECCIÓN DE CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA
OCTUBRE	MES DE LA SALUD MENTAL	PROYECTO DE VIDA / AMOR POR LA VIDA
NOVIEMBRE	MES DEL RESPETO ENTRE GÉNERO	PREVENCIÓN DE LA VIOLENCIA INTRAFAMILIAR Y DE GÉNERO

Tabla 3. Actividades especiales de Promoción y prevención en Salud Mental

POBLACIONES ESPECIALES

Capacitación de Cuadros de Mando

El 100% de los Cuadros de Mando, Oficiales y Suboficiales, de todos los niveles y funciones, deberá ser capacitado entre los años 2016-2017 en los temas: "Identificación de Riesgos Psicológicos" y "Primeros Auxilios Psicológicos", con el ánimo de brindar herramientas que garanticen un correcto actuar como primeros respondientes en la vigilancia y la atención de eventos de interés en salud pública, especialmente: conductas suicida y autolesiva, incluyendo intoxicaciones y, consumo de estupefacientes y otras sustancias psicoactivas.

Capacitación a Pensionados, Retirados y Beneficiarios

Los beneficiarios, pensionados y retirados deben ser también cubiertos por las actividades de Promoción y Prevención en Salud Mental, en particular en los temas:



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanejercito.mil.co

Restringido



- Hábitos de Vida Saludable
- Familias Saludables

Esto, como estrategia para facilitar desde las familias las herramientas psicológicas para disfrutar de una vida saludable y sostenible, y para prevenir las violencias de todo tipo, el consumo de estupefacientes y otras sustancias psicoactivas (como el alcohol y el cigarrillo), y el contagio de enfermedades de transmisión sexual.

En cuanto a la población de Pensionados y Retirados, teniendo en cuenta que la mayor parte de las consultas asociadas corresponden al código diagnóstico CIE10 F431 "Trastorno post traumático del stress", se deben realizar capacitaciones orientadas a atender y superar dicho diagnóstico, las cuales deben quedar registradas bajo el Programa "Hábitos de Vida Saludable" Subprograma "Manejo del Estrés" (no debe confundirse con Estrés de Combate puesto que no son personal activo de la Fuerza).

DL
Elaboro: SMSM. DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

Reviso: TC. *HL* MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web. www.disanejercito.mil.co

Restringido



ANEXO No. 7

CRONOGRAMA PARA EL AÑO 2016

CRONOGRAMA DE IMPLEMENTACIÓN DE PROGRAMAS DE PREVENCIÓN Y PROMOCIÓN EN SALUD MENTAL														
EJÉRCITO NACIONAL DE COLOMBIA - AÑO 2016														
PROGRAMA	SUBPROGRAMA	MES	FEBRERO	MARZO	ABRIL	MAYO	JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE	ENERO
PROMOCIÓN DE LA VIDA	AUTOESQUEMAS / AUTOESTIMA													
	INTELIGENCIA EMOCIONAL / HABILIDADES SOCIALES													
FAMILIAS SALUDABLES	MANEJO DE AUTORIDAD Y CONSTRUCCIÓN DE NORMAS													
	AFRONTAMIENTO DE CONFLICTOS Y RUPTURA AMOROSA													
PROMOCIÓN DE LA VIDA	DETECCIÓN DE CONDUCTAS DE RIESGO SUICIDA													
	PROYECTO DE VIDA/ AMOR POR LA VIDA													
FAMILIAS SALUDABLES	PREVENCIÓN DE VIOLENCIAS INTRAFAMILIAR Y DE GÉNERO													
	MANEJO EFECTIVO DE LAS RELACIONES DE PAREJA													
	AFRONTAMIENTO DE CONFLICTOS Y RUPTURA AMOROSA													
SALUD MENTAL OPERACIONAL	MANEJO DE ESTRÉS DE COMBATE													
ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACIONES ESPECÍFICAS														
CUADROS DE MANDO														
CAPACITACIÓN A BENEFICIARIOS, PENSIONADOS Y RETIRADOS														
ACTIVIDADES DIRIGIDAS A POBLACIONES ESPECÍFICAS														
CAPACITACIONES INTERDISCIPLINARIA														
CAPACITACIONES SEGUN MORBILIDAD DE LA UNIDAD														
ACTIVIDADES ESPECIALES														
LINEA EN DEFENSA DE LA VIDA														
AMOR POR LA VIDA														
SALUD MENTAL														
RESPECTO ENTRE GÉNERO														

Tabla 4. Cronograma de Promoción y prevención en Salud Mental para el año 2016



Patria, Honor, Lealtad
 "Dios en todas nuestras actuaciones"
 Fe en la causa
 Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
 Teléfono: 3470200 – Ext: 161
 Dirección página web. www.disanejercito.mil.co
Restringido



NOTA: Los cronogramas y planes de promoción y prevención los Centros de Rehabilitación deben estar alineados con este cronograma y con lo estipulado para este Plan.

MULTIMODALIDAD

La promoción y la prevención en Salud Mental no se restringen únicamente a conferencias presenciales. Un profesional de psicología preparado se encuentra en capacidad de hacer capacitaciones experienciales, gestionar capacitaciones multidisciplinarias y acercarse a todos los públicos a través de capacitaciones virtuales o de la entrega de documentos guías.

Siendo que la meta por profesional de psicología son 8 capacitaciones, éstas según la modalidad pueden distribuirse así:

PRESENCIALES	Mín. 4 - 5
TERAPIAS GRUPALES	(6)
QSO	Máx. 2 - 3
AUTOFORMACIÓN GUÍA PERSONALIZADA (FÍSICA / ELECTRÓNICA)	Máx. 1
TOTAL 8	

Tabla 5. Meta mensual de capacitaciones y su distribución por metodología

Presenciales. Pueden ser tipo academia pero también pueden ser experienciales y deben contar con una asistencia de 40 personas. Deben seguir la siguiente estructura:

Programas radiales: Los medios de comunicación deben ser empleados al máximo. Las conferencias a través de programas radiales desde las Emisoras de Ejército o a través de un QSO son un método altamente efectivo para llegar al personal que se encuentra en zonas de difícil acceso para el personal de Salud Mental. Estos programas deben ser dinámicos, cautivantes y apoyarse en contenidos auditivos (cortinas musicales, sonidos y música de fondo, canciones, etc.), también debe ofrecer espacios para la interacción y las preguntas del público.

Autoformación: Ya que el personal administrativo y el de Oficiales Superiores no siempre puede asistir a las capacitaciones de Salud Mental, a este público puede accederse a través de guías informativas que pueden entregarse en físico o por medio electrónico. No obstante, para considerarse una autoformación, debe garantizarse el proceso de aprendizaje, por lo que debe contar con las siguientes características:

- Un folleto no es una guía. Los contenidos informativos de las guías deben ser amplios, profundos y contextualizados, siguiendo un esquema de objetivos de aprendizaje.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
 Fe en la causa
 Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
 Teléfono: 3470200 – Ext: 161
 Dirección página web. www.disenejercito.mil.co

Restringido



- Debe haber una lista del personal que es capacitado que comprometa a quienes firman a responsabilizarse por su proceso de aprendizaje, contando con la ayuda del personal de Salud Mental. Debe haber también un proceso de evaluación de la capacitación, tal y como se hace al final de las capacitaciones presenciales.
- Debe hacerse una evaluación del personal que es capacitado que verifique que se alcanzaron los objetivos de aprendizaje y que éste es sostenible.

Terapias grupales: Teniendo en cuenta el alto volumen de consulta y que hay tipología de consulta bastante común. En una sesión doble (1h 30') puede brindarse atención a 5 pacientes que asisten por un mismo motivo de consulta, haciendo una terapia de grupo en la que los asistentes, reciban información clara, suficiente, contextualizada y pertinente, y de ser posible, compartan sus experiencias personales. Esta iniciativa permite que el tiempo entre consultas se acorte y es especialmente válido para motivos de consulta relacionados con:

- Afrontamiento de Pérdidas / Duelo
- Manejo adecuado del Tiempo Libre
- Manejo del Estrés
- Pautas de Crianza
- Afrontamiento de Conflictos y Ruptura Amorosa

Debe aclararse que esta iniciativa no reemplaza la terapia individual ni persigue los mismos objetivos, pero la refuerza y minimiza los riesgos que generan los tiempos prolongados entre consulta y consulta.

Boletines: Si bien los boletines no constituyen por sí mismos una actividad estructurada de promoción y prevención, su diseño y distribución son parte fundamental de la labor de los profesionales de Salud Mental.

Con ellos se pretende llegar a personal que se encuentra en zonas que para el personal de Salud Mental son de difícil acceso, a beneficiarios y/o reforzar la información brindada en las capacitaciones o encuentros terapéuticos.

Mensualmente debe hacerse entrega de este material, especialmente al personal que teme acceder a los servicios de psicología.

MULTIMODALIDAD

La promoción y la prevención en Salud Mental no se restringen únicamente a conferencias presenciales. Un profesional de psicología preparado se encuentra en capacidad de hacer capacitaciones experienciales, gestionar capacitaciones multidisciplinarias y acercarse a todos los públicos a través de capacitaciones virtuales o de la entrega de documentos guías.

Siendo que la meta por profesional de psicología son 8 capacitaciones, éstas según la modalidad pueden distribuirse así:

EVIDENCIAS DE LA GESTIÓN REALIZADA

Patria, Honor, Lealtad

"Dios en todas nuestras actuaciones"

Fe en la causa

Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN

Teléfono: 3470200 – Ext: 161

Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



Actas de capacitación: Para dar por cumplido el plazo relacionado con el desarrollo de las actividades de promoción y prevención (presenciales, QSO, autoformación, etc.), de cada una de estas debe quedar registrado así:

Formato de acta de capacitación V.6, diligenciada en su totalidad sin omitir casillas: tema tratado, los objetivos de la capacitación, responsable(s) de la actividad, paginación, conclusiones y observaciones. En el espacio "Tema" debe ser perfectamente claro y evidente el tipo de actividad que se realizó y el público al que fue dirigida, p. ej.

- QSO sobre (tema) dirigido a personal Militar de (Unidad)
- Capacitación presencial sobre (tema) dirigida a beneficiarios de (Unidad)
- Autoformación sobre (tema) dirigida a Oficiales Superiores de (Unidad)

Listado de asistencia diligenciado sin omitir casillas: grado, nombres y apellidos, correo electrónico y/o teléfono, cargo, dependencia y/o unidad, número de cedula, firma (en el caso de los QSO firmará el administrador del medio).

- Registro audio o audiovisual (en el caso de los QSO)
- Documento guía entregado (en el caso de las autoformaciones)
- Registro fotográfico
- Formatos de evaluación de la capacitación con su respectiva tabulación en el formato que se envió para tal fin.

ESTADÍSTICAS MENSUALES DE PROMOCIÓN Y PREVENCIÓN EN SALUD MENTAL

Análisis de Morbilidad: base en la morbilidad registrada en el informe estadístico mensual, cada psicólogo preparará para el mes siguiente una capacitación para tratar uno de los tres principales motivos de consulta, dirigido naturalmente a la población que más lo consulta. Este tema debe ser diferente a los ya cubiertos ese mes, en el tema del mes o en la actividad interdisciplinaria. En el archivo Excel para las estadísticas mensuales se encuentran las pestañas "Promoción y Prevención" y "Boletines", cuya información registrada mensualmente debe corresponderse perfectamente con la evidencia suministrada de las actividades realizadas.

Los psicólogos de las brigadas son responsables de recopilar la información de las respectivas Unidades Tácticas y Establecimientos de Sanidad Militar (incluidos Hospitales Militares Regionales) de su jurisdicción, revisar su correcto diligenciamiento, consolidarla y remitirla según los plazos establecidos por esta dirección.

Los plazos establecidos, así como la veracidad y la precisión en la información, son condiciones de estricto cumplimiento, máxime cuando son requisito para que la Jefatura de Desarrollo Humano y la Dirección General de Sanidad Militar tengan información pertinente, suficiente y a tiempo. Los informes de gestión deben dar cuenta por tanto de la realidad de las condiciones de Salud Mental de la Fuerza en todas las Unidades y ESM, sin distorsionarla. En ese orden de ideas los formatos (Excel) deben ser diligenciados ajustándose única y exclusivamente a las listas desplegables proporcionadas por cada celda. La alteración de estos formatos se entenderá como falsificación, tergiversación y/u omisión de información altamente sensible del Ejército Nacional.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext. 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



Ineludiblemente, todos los temas que surjan de la creatividad de los psicólogos a partir del análisis que hagan de la morbilidad de su Unidad/ESM tienen que estar relacionados con los programas preestablecidos de promoción y prevención en Salud Mental, independiente del tipo de población objetivo o los planes de gestión particulares de cada Unidad/ESM.

Interdisciplinariedad: El ser humano es un ser biopsicosocial que debe recibir servicios de atención y de promoción y prevención desde una perspectiva integral de la salud, en especial en lo referente a la promoción y prevención relacionada con los hábitos de vida saludable y la sana convivencia en familia y con la comunidad.

Esta es una responsabilidad compartida por los profesionales de medicina, enfermería, bacteriología, psicología, fisioterapia, trabajo social y salud ocupacional entre otras. Por lo tanto la planeación y ejecución de las actividades de promoción y prevención, por lo menos en lo que se refiere a los hábitos de vida saludable, debe ser interdisciplinaria, articulada, coordinada e incluyente, unificando criterios y estableciendo estrategias de manera conjunta, por parte de los profesionales de salud de la Unidad/ESM, aportando lo pertinente desde cada uno de los saberes, esta debe evidenciarse en los Planes de Acción en cuanto a la promoción y prevención en salud de cada una de las áreas involucradas, tanto para el año 2016 como para posteriores, los cuales deben dar lugar a acciones conjuntas de promoción y prevención en las que se proporcione información clara, pertinente, suficiente y acorde, por parte de cada uno de los profesionales, en una sola jornada por tema.

Los profesionales de la salud deberán conformar una mesa interdisciplinaria que se reunirá al menos una vez por trimestre con el fin de articular su gestión, dejando como evidencia acta diligenciada de reunión V.6, numerada, paginada, con firma de asistentes y compromisos adquiridos. También de las actividades conjuntas de promoción y prevención organizadas deberán quedar las correspondientes actas de capacitación y registro fotográfico. En el caso de que se realicen QSO, o se emitan boletines, folletos, guías rápidas o documentos conjuntos, también deberá dejarse evidencia.

Mejora continua: La doctrina de la mejora continua dicta que no hay ninguna actividad completamente terminada, exenta de ajustes o de revisión, o que esté lo suficientemente controlada como para estar exenta de fallas o inconvenientes. Por tal razón para asegurar la calidad en los resultados y, en los procesos y procedimientos para alcanzarlos, es necesario hacer una excelente planeación, una correcta ejecución, una revisión continua de lo realizado verificando eficiencia, eficacia y efectividad, y una reestructuración de lo planeado para garantizar así la mejora continua.

La mejora continua en la promoción y la prevención en Salud Mental se asegura de dos maneras:

Control de riesgos: A diario se presentan dificultades y obstáculos en la ejecución de las tareas, una de las actividades más importantes es la identificación de los riesgos, de sus causas y sus consecuencias. Identificarlos es fundamental para no repetir los mismos errores y desde la planeación, asegurar la ejecución sin contratiempos de las tareas a realizar.



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No. 52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido



En el Plan de Salud Mental debe evidenciarse la identificación plena de estos riesgos y la planeación hecha sobre estos.

Evaluación de la promoción y la prevención en Salud Mental: Toda acción realizada para alcanzar las metas institucionales se puede medir por lo menos mediante dos variables generales que determinan el cumplimiento de la labor propuesta. Para el caso de los programas de prevención y promoción en Salud Mental, éstas son:

- Calidad en la ejecución
- Efectividad del Plan de promoción y prevención en Salud Mental

La calidad, es la habilidad para satisfacer las necesidades de los usuarios y superar sus expectativas. La calidad en la ejecución hace referencia a la excelencia e idoneidad del material empleado (afiches, folletos, audiovisual, etc.), los contenidos ofrecidos, las habilidades y conocimientos del expositor, la metodología empleada, etc.

La efectividad, del programa hace referencia al impacto generado en los usuarios (soldados, cuadros de mando, profesionales de salud, de planta, OPS, administrativos, etc.), en particular a la capacidad percibida para modificar hábitos y promover comportamientos saludables, estilos de pensamiento positivo y brindar herramientas útiles para afrontar la adversidad y modular los estados de ánimo dando lugar al autocontrol, a la esperanza, la tranquilidad, la felicidad y el optimismo.

Medir la efectividad de las acciones realizadas en el marco de un programa de promoción y/o prevención es un ejercicio inútil si no se ha garantizado la calidad en la ejecución de dichas acciones, por lo tanto esta segunda variable depende de la primera, ya que sólo satisfaciendo las necesidades de los usuarios y superando sus expectativas podemos determinar si un programa es útil y relevante, y si cumple sus objetivos y logra las metas propuestas.

Adicionalmente, cualquier intento de medir estas variables es infructuoso si no se garantiza el registro mediante evidencias de las acciones realizadas y de las mediciones hechas. Por lo tanto lo primero que el Comandante de Unidad puede y debe exigir del profesional de psicología de la Unidad o del Establecimiento de Sanidad Militar, por cuanto es su obligación asegurarlo, es el registro escrito, audiovisual, magnético, etc. de toda actividad desarrollada tanto para la ejecución del Plan Maestro de Salud Mental como para las demás actividades que desarrolla en pro de la Salud Mental del Ejército Nacional. Lo segundo que puede y debe exigir es la evaluación de la efectividad de la labor realizada, la cual se debe ver reflejada en indicadores específicos tales como reducción en las tasas de morbilidad, personal cubierto, mejoría en las medidas de salud mental, control de riesgos de salud mental, modificación de idearios, hábitos o tendencias, mejoría del ambiente de trabajo, etc.

Elabora: SM SM. DINA CARDONA H
Psicóloga Salud Mental DISAN Ejército

Revisa: TC. HUGO MONROY BERNAL
Jefe Sección Salud Mental DISAN Ejército



Patria, Honor, Lealtad
"Dios en todas nuestras actuaciones"
Fe en la causa
Entrada Principal Carrera 7 No.52 – 48 DISAN
Teléfono: 3470200 – Ext: 161
Dirección página web: www.disanejercito.mil.co

Restringido

