

**Cicatrices Invisibles: Producción radial sobre la depresión en los estudiantes
de la Universidad de Pamplona**

Producción para medios: Radio

Alfredo Manuel Muñoz Solano

CC: 1122821265

Danna Mabel Triana García

CC: 1013097253

Director trabajo de grado: William Javier Gómez Torres

Comunicador social – Periodista

Magíster En Paz, Desarrollo y Resolución de Conflictos

Universidad de Pamplona

Facultad de Artes y Humanidades

Programa Comunicación Social

2024

**Cicatrices Invisibles: Producción radial sobre la depresión en los estudiantes
de la Universidad de Pamplona**

Alfredo Manuel Muñoz Solano

Danna Mabel Triana García

Facultad de Artes y Humanidades, Universidad de Pamplona

Modalidad en Producción para Medios de Comunicación: Radio

Programa de Comunicación Social

16 de diciembre de 2024

Resumen

Este trabajo de grado se enfoca en la investigación y creación de una serie radial que destaca la relevancia de la salud mental en Colombia en estudiantes universitarios. Dicha producción lleva por nombre “Cicatrices Invisibles”. La investigación tiene como propósito principal visibilizar la importancia de la salud mental y junto con ello poder llegar a informar sobre la depresión a las personas de los lugares más apartados del país. Pamplona, Norte de Santander es conocida en Colombia como la ciudad mitrada o ciudad de la neblina, esto por sus condiciones climáticas, entre los reconocimientos que tiene a nivel nacional está el de ciudad estudiantil, esto gracias a que para el año 2024 la Universidad de Pamplona cumple 64 años en el municipio otorgando títulos profesionales a jóvenes provenientes de todas las regiones de la nación.

En Norte de Santander según el periódico La Opinión en un artículo realizado en 2024 “actualmente dos de cada diez personas tienen problemas de salud mental.” El concepto de salud mental dado por la (OMS) Organización Mundial de la Salud es “reconocer sus capacidades, afronta el estrés normal de la vida, trabajar de manera productiva y contribuir a su comunidad.” En este trabajo se documenta el proceso de creación de la producción sonora, y proporciona desde diferentes perspectivas el concepto de salud mental, el proceso que se realiza por parte de los profesionales de esta área, reconociendo e informando sobre su importancia en la sociedad.

Palabras clave: Salud mental, depresión, producción sonora, radio.

Abstract

This degree work focuses on the research and creation of a radio series that highlights the relevance of mental health in Colombia in university students. This production is called “Invisible Scars”. The main purpose of the research is to make visible the importance of mental health and, together with this, to be able to inform people in the most remote places of the country about depression. Pamplona, Norte de Santander is known in Colombia as the mitered city or city of fog, due to its climatic conditions. Among the recognitions it has at the national level is that of a student city, this thanks to the fact that by the year 2024 the University of Pamplona celebrates 64 years in the municipality granting professional degrees to young people from all regions of the nation.

In northern Santander, according to the newspaper La Opinión in an article published in 2024, “currently two out of every ten people have mental health problems.” The concept of mental health given by the (WHO) World Health Organization is “recognize your abilities, cope with the normal stresses of life, work productively and contribute to your community.” This work documents the process of creating sound production, and provides from different perspectives the concept of mental health, the process carried out by professionals in this area, recognizing and informing about its importance in society.

Keywords: Mental health, depression, sound production, radio.

Tabla de Contenido

	Pág.
1.1 Contextualización.....	8
1.2 Descripción del problema comunicativo.....	10
Capítulo II Marco Teórico	12
2.1 Antecedentes	12
2.1.1 Antecedentes Internacionales	12
2.1.2 Antecedentes Nacionales	14
2.1.3 Antecedentes Locales	17
2.2 Bases Teóricas	20
Capítulo III Propuesta de Producción.....	25
3.1. Presentación de la propuesta.....	26
3.2. Objetivo	28
3.3. Público objetivo	28
3.4. Cronograma de producción.....	28
3.5. Etapa de preproducción	31
3.5.1. Selección de temas y fuentes a consultar	31
3.5.2. Investigación periodística	34
3.5.3. Guión (s) requeridos para la producción	35
3.6. Etapa de producción.....	51
3.6.1. Grabación material sonoro	50
3.6.2. Selección y análisis del material.....	51

3.7. Etapa de postproducción.....	52
3.7.1. Edición y montaje de la producción radiofónica.	52
3.7.2. Ficha técnica:	53
3.7.3. Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas.....	57
4.1 Conclusiones.....	59
4.2 Recomendaciones.....	60
Bibliografía	61
Anexos	64

Tabla 1 Personas entrevistadas	33
Guion 1 entrevista: Salud mental.	36
Guion 2: Herramientas para el manejo de la depresión.	38
Guion 3: Depresión en jóvenes	40
Guion 4: Depresión en el ámbito académico	42
Guion 5: La importancia de la regulación de emociones	43
Guion 6: Aspecto de mejora en el sistema de salud	45
Guion 7 Reportaje Michell y David	47
Tema: Episodio 8: Cuando estudiar duele.	48

Capítulo I Problema

1.1 Contextualización

Pamplona es una ciudad fundada en 1549 por Pedro de Ursúa y el capitán Ortún Velasco el primero de noviembre, su nombre se dio en memoria a Pamplona España en homenaje al fundador. Está ubicada en el departamento de Norte de Santander; en la cordillera oriental de los andes colombianos conocida también como “la ciudad mitrada” porque allí se instauró la Arquidiócesis de Nueva Pamplona; además de ser conocida por su turismo religioso, una de sus bases económicas, asimismo la agricultura y la gastronomía.

Allí se encuentra ubicada la Universidad de Pamplona, fundada el 23 de noviembre de 1960 como una institución privada por el presbítero José Rafael Faria Bermúdez. En 1970 por orden departamental fue convertida en Universidad Pública y en 1971 el Ministerio de educación nacional la autoriza para otorgar títulos profesionales. Su sede principal está en Pamplona, Norte de Santander y tiene una extensión en Villa del Rosario. Siendo una de las universidades más importantes y representativas de este departamento.

En la actualidad el departamento de Norte de Santander se caracteriza por una serie de desafíos y desarrollos en diversas áreas, incluyendo la salud mental, la seguridad, y la economía. En un artículo publicado por La Opinión, se menciona que “Mientras que en Colombia una de cada cuatro personas tiene problemas de salud mental, en Norte de Santander la proporción es de dos por cada diez”.

Teniendo en cuenta que Pamplona es conocida como una ciudad estudiantil, universitaria, en la cual llegan muchos jóvenes provenientes de diferentes regiones

del país para continuar con sus estudios a nivel superior implicándoles dejar su zona de confort como sus hogares, familias, culturas y tradiciones para enfrentar esta etapa de sus vidas de manera más autónoma; provocando una mayor susceptibilidad a la depresión al llegar a una temprana edad, con cambios emocionales y llevando un proceso de duelo por el desarraigo que conlleva la migración.

Por otro lado, el concepto de salud mental como lo conocemos hoy en día, la OMS (Organización mundial de la salud) lo define como un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todas sus habilidades, poder aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a la mejora de su comunidad. En el siglo XXI ha tomado un rumbo decisivo entre los que piensan que es necesario que se tome en cuenta, dándole la importancia que merece y aquellos que deciden tratar su salud mental como algo sin relevancia.

1.2 Descripción del problema comunicativo

Es fundamental que se empiece a implementar desde los hogares e instituciones, enseñarles a las nuevas generaciones a identificar y manejar sus emociones con las que puedan desarrollar habilidades que les permitan tener e implementar estrategias básicas para una vida más saludable, como una comunicación asertiva, patrones adecuados para la resolución de problemas y conflictos, estrategias de comportamiento y de pensamiento. Para ello se deben brindar las capacitaciones con las herramientas adecuadas a los padres y docentes.

Hablar de salud mental, será el primer paso para comprender las falencias que tenemos como personas, como padres y educadores sobre la educación, teniendo en cuenta un artículo publicado por la Procuraduría General de la Nación, en determinó que “por riesgos determinantes como las violencias de todo tipo en especial la intrafamiliar; el acoso escolar, el consumo de sustancias psicoactivas; ciber acoso; el reclutamiento por parte de grupos armados, entre otros, juegan un factor importante frente a la ideación y conducta suicida en estos ciclos de vida”. por lo cual es importante analizar para empezar a trabajar en aquellas falencias que damnifican la salud mental.

Aunque hoy en día hay varios podcasts donde se habla de salud mental son muy pocos los espacios donde a nivel de radio se habla de problemas de salud, o de salud mental, por lo cual se realiza pertinente que se abran estos espacios a nivel radial teniendo en cuenta que en América Latina y el Caribe existen 32.827 emisoras, 5.982 de estas radios son comerciales, comunitarias, educativas, indígenas, alternativas, culturales, religiosas, entre otras. De las cuales algunas de ellas como las de frecuencia comunitarias, olvidan sus objetivos emitiendo solo música.

Dentro de una producción radial cabe resaltar que “el español es el segundo idioma nativo más hablado,” el segundo en redes sociales y el tercero en internet, según un artículo publicado por Epdata el 26 de octubre del 2022. Lo que hace que sea una lengua con un alto e importante impacto a nivel global con su literatura, arte, música y cocina; sumado a ello el lenguaje verbal es la primera herramienta del pensamiento que usa el ser humano para vincularse a la comunidad siendo un ser naturalmente social, ya que nos facilita la comunicación y que la radio es el único medio de comunicación que puede llegar a los lugares más apartados del país.

Capítulo II Marco Teórico

2.1 Antecedentes

2.1.1 Antecedentes Internacionales

E. Londoño -S. Estupiñán (2021) COMUNICACIÓN Y SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA: LA RADIO COMO ESPACIO PARTICIPATIVO Y DE INTEGRACIÓN FRENTE AL AISLAMIENTO

Este trabajo realizado por Carla Belén Cabezas en la Universidad Nacional de Rosario de Argentina habla sobre el uso de la radio como un medio para fomentar la inclusión social y el bienestar mental durante la pandemia de COVID-19, convirtiéndose en una extensión universitaria de un proyecto, produciendo micros radiales con el objetivo de investigar cómo se integraba la comunicación y la salud en medio del confinamiento y demás contexto que implicaba la pandemia como el aislamiento social.

Debido a que “no existen otras investigaciones que estudien a la comunicación y a la salud mental en tiempos de pandemia” se realizó una investigación exploratoria y una entrevista profunda por medio de intervenciones directas con participación a través de la etnografía digital para poder indagar en la perspectiva y accionar de la población, complementándose con un enfoque descriptivo que permitiera conocer las costumbres, situaciones y actitudes de la misma.

El presente proyecto aporta a esta investigación a encontrar diferentes medios por los cuales se puede realizar la recolección de datos en distintas circunstancias que dificulten o interfieran en el acercamiento físico con la población, a proyectar,

enfocar y promover un modelo que brinde un espacio participativo e inclusivo en temas importantes y poco abordados como lo es la salud mental, además múltiples perspectivas que propinan a este tema para fomentar ideas que contribuyan al mejoramiento de este servicio en la Universidad y diversas instituciones, proporcionando herramientas y empoderamiento para enfrentar los desafíos sociales que existen en el medio.

El presente proyecto aporta a esta investigación a encontrar diferentes medios por los cuales se puede realizar la recolección de datos en distintas circunstancias que dificulten o interfieran en el acercamiento físico con la población, a proyectar, enfocar y promover un modelo que brinde un espacio participativo e inclusivo en temas importantes y poco abordados como lo es la salud mental, además múltiples perspectivas que propinan a este tema para fomentar ideas que contribuyan al mejoramiento de este servicio en la Universidad y diversas instituciones, proporcionando herramientas y empoderamiento para enfrentar los desafíos sociales que existen en el medio.

A. Morales (2017) *NIVELES DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LIMA METROPOLITANA*

En esta investigación se presenta el nivel de ansiedad y depresión en los estudiantes universitarios de la UNMSM. La muestra representativa estuvo formada por 500 estudiantes universitarios de la UNMSM, distribuidos por género y por bloque académico, se evaluó la prevalencia de depresión y ansiedad mediante la prueba denominada HADS, constituida por siete ítems para cada trastorno, con un puntaje de 0 a 3, traducida al español.

Dado que dicha prueba fue utilizada en América del Norte y países asiáticos, se partió del supuesto de que ya existía una tendencia que incluso es internacional. En Lima no existían trabajos con el HADS. La depresión es uno de los desórdenes clínicos más frecuentes en la población en general, actualmente existe una codependencia entre depresión y ansiedad; diversos marcos conceptuales que parten de la práctica clínica y de los hallazgos de las investigaciones intentan explicarla para intervenir sobre ella y de esta manera prevenir el suicidio.

En la actualidad la ansiedad, depresión y estrés está causando más muertes que el cáncer y el sida juntos. La depresión se incluye en el grupo de los «trastornos afectivos», dado que una característica de la misma es la alteración de la capacidad afectiva, siendo no sólo la tristeza sino también la incapacidad de dar afecto o recibirlo de quienes nos rodean. (Organización Mundial de la Salud 17 de junio de 2022).

La mención de la triada de ansiedad, depresión y estrés como causa significativa de mortalidad subraya la gravedad del problema y la urgencia de intervenciones efectivas, lo que puede fundamentar la relevancia y urgencia de la investigación. Por último, al señalar la falta de estudios previos en Lima utilizando el HADS, se justifica la pertinencia de la investigación en Pamplona, ofreciendo una oportunidad para llenar un vacío similar en el conocimiento local.

2.1.2 Antecedentes Nacionales

C. Torres (2018) VARIABLES ASOCIADAS A LA ANSIEDAD-DEPRESIÓN EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

El presente trabajo realizado en la costa Atlántica colombiana consistió en una investigación no experimental, de corte transversal y de alcance descriptivo-

correlacional. Participaron 6224 estudiantes universitarios de ambos sexos (3436 mujeres y 2778 hombres) de una universidad privada de la costa atlántica colombiana, con un rango de edades entre 15 y 41 años, escogidos mediante muestreo aleatorio simple de todos los semestres y programas académicos de la universidad. El principal factor de inclusión fue que estuvieran actualmente matriculados en la universidad.

La salud, como un estado subjetivo de bienestar, responde a las características del contexto sociodemográfico. Estudios previos sugieren que los indicadores de salud mental entre estudiantes universitarios son comparativamente menores que los del resto de la población, probablemente debido a la interacción de factores contextuales. Este estudio busca evaluar la relación entre variables sociodemográficas, ansiedad y depresión en estudiantes de una universidad en la costa Atlántica colombiana.

En un diseño transversal, los participantes (n = 6.224) completaron la escala PROMIS y un cuestionario de información sociodemográfica. Mediante análisis descriptivos se examinaron la incidencia y comorbilidad de la ansiedad-depresión. El efecto de las variables sociodemográficas en la ansiedad-depresión se analizó con un modelo regresión logística. Resultados. 55.7 % de los participantes presentaron síntomas de ansiedad, 32.2 % presentaron síntomas de depresión, y 28.9 % presentaron comorbilidad.

El sexo, estado civil, grupo étnico y estrato socioeconómico fueron predictores significativos de la ansiedad-depresión. Los hallazgos indican que la ansiedad y la depresión son frecuentes entre estudiantes universitarios. La importancia de desarrollar intervenciones para promover la salud en el desempeño profesional de los estudiantes es discutida.

La investigación ofrece una base sólida de evidencia empírica y teórica que puede fortalecer el estudio sobre la depresión en los estudiantes universitarios de la Universidad de Pamplona. Utilizar estos hallazgos te permitirá situar tu investigación dentro de un marco más amplio y aportar un análisis más profundo y contextualizado.

A. Lozada y J. Aguilera (2020) REPRESENTACIONES SOCIALES DE LA
PSIQUIATRÍA EN LOS ESTUDIANTES DE MEDICINA DE LA
UNIVERSIDAD DEL ROSARIO

Debido a los estigmas que han existido a lo largo de la historia el siguiente proyecto se analizarán las representaciones sociales de los estudiantes de medicina de I, VI y X semestre de la universidad del Rosario en Bogotá, sobre la psiquiatría, la enfermedad mental y los psiquiatras, con el fin de lograr un mayor entendimiento de la construcción de estas y si existen elementos de estigma.

Inicialmente se contactaron a los representantes para que seleccionarán a los participantes en representación de primero, sexto y décimo semestre y se les difundió la información del estudio entre sus compañeros. Los estudiantes interesados en participar se comunicaron con los entrevistadores, quienes les explicaron en detalle el proyecto y les enviaron el consentimiento informado para firmar.

Se utilizó una metodología cualitativa con un diseño fenomenológico, centrado en el análisis de narrativa enfocándose en tres elementos, el estructural, el interpersonal y el intrapersonal, permitiendo explorar las representaciones sociales de los estudiantes de medicina en distintos momentos de su formación académica, particularmente en relación con la psiquiatría, sus patologías, las representaciones sociales, el estigma asociado a la psiquiatría y la especialidad como posible opción de posgrado.

El estudio proporciona una comprensión profunda del estigma y las actitudes negativas que pueden existir hacia la psiquiatría y las enfermedades mentales, incluso entre los futuros médicos; el cómo influye este en el trato de los pacientes, ayuda a reflexionar sobre las propias percepciones, actitudes, y trabajar activamente para reducir cualquier prejuicio por medio de programas y talleres que promuevan una comprensión más positiva, precisa de la psiquiatría de la mano de la salud mental.

2.1.3 Antecedentes Regionales

J. Morales y A. Gutiérrez (2021) *EXPLORACIÓN DE ACTITUDES PERSONALES Y FAMILIARES EN TORNO AL CUIDADO DE LA SALUD MENTAL EN ESTUDIANTES DE LA UDES EN EL MARCO DE LA PANDEMIA POR COVID-19*

El proyecto se basa en investigar las actitudes, prácticas personales y familiares en torno al cuidado de la salud mental de los estudiantes de la Universidad de Santander a lo largo de la pandemia del Covid-19, de esta manera identificar las actividades diarias y comunes que realizan los alumnos para contribuir a su salud mental durante el confinamiento, como lo son leer, cocinar, caminar, los videojuegos y espacios de diálogo familiar; asimismo se evidenciaron hábitos y acciones perjudiciales, generando angustia, ansiedad, estrés y depresión, afectando así su salud mental.

Para el desarrollo de este proyecto se implementaron entrevistas semiestructuradas con intervención directa a 20 estudiantes de diferentes programas siendo así una investigación interpretativa, cualitativa con un enfoque descriptivo y diseño fenomenológico basándose en la comprensión del sentido de la acción social

en el contexto del mundo de la vida desde la perspectiva de los participantes, conociendo sus costumbres, situaciones y actitudes, en el que primero se hizo un acercamiento con los alumnos que harían parte del plan; se obtuvo un consentimiento informado de los integrantes asegurando la confidencialidad y la voluntariedad de su participación.

El aporte que brinda este proyecto a la investigación es a tener en cuenta todos los detalles posibles sobre el desarrollo cotidiano de los estudiantes a nivel social, personal, familiar, sus costumbres y el contexto en el que ha crecido, debido a que son fundamentales para comprender las circunstancias que vive actualmente para así implementar estrategias psicoeducativas para manejar el estrés, la ansiedad y la depresión que fortalezcan el bienestar emocional y mental de los alumnos.

Z. Gómez (2021) IMPACTO PSICOLÓGICO OCASIONADO POR LA PANDEMIA COVID-19 EN LOS ADOLESCENTES DE DÉCIMO GRADO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SANTO ÁNGEL SEDE CENTRAL DE CÚCUTA

En el proceso de este proyecto se investigó el impacto psicológico de la pandemia de COVID-19 en adolescentes de décimo grado de la Institución Educativa Santo Ángel en Cúcuta, teniendo en cuenta las diversas variaciones que se presentan en esta etapa, como lo son cambios psicológicos, biológicos, desarrollo del área social y afectiva junto con el confinamiento, reflejando una alteración psicológica que puede aumentar el estrés, ansiedad y depresión los cuales en los adolescentes se reflejan por síntomas como irritabilidad, inquietud, tensión, tristeza, fatiga, disminución de interés, de disfrute, entre otros afectando el progreso en todas las áreas de su vida.

Para poder realizar esta investigación se utilizó la plataforma Zoom, lo que facilitó la participación de 43 adolescentes en la jornada de la tarde que pudieran expresar libremente sus experiencias y sentimientos dándole un enfoque cualitativo permitió una comprensión profunda de sus vivencias, aplicando la prueba DASS-21, un cuestionario estandarizado que mide los niveles de depresión, ansiedad y estrés; este estudio accediendo obtener datos cuantitativos sobre la prevalencia de estos estados emocionales en los participantes. Los resultados del estudio indicaron un impacto significativo de la pandemia en la salud mental de los adolescentes, especialmente en términos de ansiedad y depresión.

Este proyecto aporta a la investigación de manera significativa al dar una herramienta que se pueda aplicar en la indagación del estado de salud mental de depresión y ansiedad en la mayoría de la población como lo es la prueba DASS-21, adicionalmente a ello, tener en cuenta como los cambios drásticos pueden afectar en el desarrollo personal, social y académico de los estudiantes; resaltando la importancia que se debe presentar del tema y brindar capacitaciones, herramientas e información sobre cómo identificar, reaccionar y controlar estas emociones en gran carga.

2.2 Bases Teóricas

El marco teórico de este trabajo se centra en investigaciones, conceptos y perspectivas relevantes para comprender el papel de la salud mental, específicamente la depresión en jóvenes estudiantes.

De acuerdo con Arias (2012) el marco teórico es el resultado de la revisión documental que recopila autores, conceptos y definiciones, que sirven de base a la investigación. Por ello puede decirse que el marco teórico es presentar premisas de diferentes autores que se asocian al problema de la investigación, ofreciendo una perspectiva completa de los conceptos y teorías en los que se basa el conocimiento científico que este propone en sus diferentes etapas.

La comunicación según Idalberto Chiavenato (2006) es "el intercambio de información entre personas. Significa volver común un mensaje o una información. Constituye uno de los procesos fundamentales de la experiencia humana y la organización social". Por ende, la comunicación es un proceso que se ha vuelto esencial para la experiencia humana tras el paso de los años debido que el intercambio de información conlleva compartir un mensaje de manera comprensible.

Al hablar de la comunicación como un proceso social Néstor García Canclini (1992) refuerza la idea de que "los estudios comunicacionales no pueden ser solo estudios sobre el proceso de comunicación, si entendemos por esto la producción, circulación y recepción de mensajes". Con esto refleja la importancia que tiene la comunicación; que debe no solo estudiar sino también elaborarse y transmitirse de manera pensada y adecuada para que su recepción sea de la manera apropiada.

María del Socorro Fonseca (2000) define la comunicación como "aquello que llega a compartir algo de nosotros mismos. Se trata de una cualidad racional y emocional específica de las personas que surge de la necesidad de ponerse en

contacto con el resto de las personas con las que se convive en sociedad, intercambiando ideas que adquieren sentido o significación de acuerdo con experiencias previas comunes.”

De acuerdo con lo que dice María Fonseca en el momento en el que el ser humano se comunica con otro, dentro de lo que expresa se adentran sus pensamientos y sentires de acuerdo desde sus conocimientos y perspectivas, brindándonos la oportunidad de conocer a la otra persona y abriendo el intercambio de ideas desde el punto de vista en el que sea expresado.

En cuanto a la comunicación en salud, de acuerdo con (Pereira citado por Rodríguez, Moreno y Cardozo, 2006) “En primer lugar, como instrumento, herramienta, medios, en donde el énfasis se centra en la comunicación masiva, donde comunicar es transmitir información; en segundo lugar, como eje de los procesos de organización, participación y cambio social; en tercer lugar, una concepción híbrida, entendida como red, como tejido que constituye un fundamento de la cultura e interacción humana”

Por ende, la comunicación en salud es un instrumento que tiene como enfoque la comunicación masiva para transmitir información, siendo una forma de participación y cambio social, al ser una red de comunicación entre la comunidad y el fundamento de la cultura.

Georgina González Gartland En su obra "Comunicación en salud: conceptos y herramientas de (2019)", habla de la gestión de la comunicación en la salud pública, ofreciendo herramientas y reflexiones sobre cómo integrar la comunicación en las políticas sanitarias. Su enfoque busca mejorar la práctica profesional a través de una comprensión profunda de los procesos comunicativos.

Al hablar de temas de salud nos encontramos con muchos conceptos a los que no estamos familiarizados o no tenemos conocimiento alguno sobre ello, lo cual genera una barrera comunicativa y de entendimiento con la audiencia o el paciente, por ello se hace necesario que un especialista en el tema que tenga claridad en los conceptos se tome la tarea de explicar de una manera más sencilla, directa y comprensible al receptor sobre estos temas.

Héctor Schmucler (1984) "La producción sonora es el conjunto de técnicas y procedimientos destinados a la creación de mensajes mediante el sonido, entendiendo este último no sólo como un fenómeno físico, sino como un hecho comunicativo." Sobre la base de Héctor, la producción sonora es el resultado de una pre producción, producción y post producción para comunicar un mensaje.

Ahora bien, la radio según Miguel Pedrero (2012) es "un medio íntimo, cálido y cercano que se caracteriza por la palabra hablada y que permite una comunicación directa y personal con el oyente". Con esto se puede decir que la radio es un medio de comunicación oral que permite una conexión directa, con el oyente, lo cual permite que sea más ameno.

Siendo estos uno de los motivos por los cuales se escogió la radio como el medio para comunicar el mensaje que creamos, adicionalmente a ello, otra razón es que sigue siendo el medio con mayor cobertura al llegar a los lugares más apartados del país. También por el hecho de que los entrevistados se sintieran más cómodos debido a que se le suele tener pánico a la cámara, por otro lado, algunos desean salir de manera anónima, logrando esto por medio de la radio.

En cuanto la entrevista Lanuez y Fernández (2014) la describen como el método empírico, basado en la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto o los sujetos de estudio, para obtener respuestas verbales a

las interrogantes planteadas sobre el problema. Se escogió este género porque brinda la oportunidad de realizar preguntas estructuradas sobre el tema en particular, de esta forma resulta más acertada la información sin dejar respuestas relevantes por fuera del contenido. “Nunca olviden que la entrevista es el género periodístico que nos permite generar, las nuevas narrativas de los otros géneros informativos, interpretativos y de opinión”, manifestó el Lic. Claudio Garrido en un artículo publicado por la Universidad Galileo de Guatemala.

La entrevista según Silvia y María Schujer en su libro *Aprender con la Radio* de (2005) dicen que es un género periodístico que enriquece los programas informativos. Se trata, además, de un recurso muy adecuado para las características propias de la radio. No sólo permite dar a conocer información o profundizar en el conocimiento de los hechos, sino que resulta excelente para acercarse a los protagonistas de los sucesos.

La entrevista entre el periodista y el entrevistado produce un sentimiento de acercamiento y le brinda la sensación al oyente de pertenecer a la conversación además de introducirlo al tema del que se este hablando.

Para finalizar definiendo que es crónica y reportaje lo haremos por medio de nuestro gran escritor colombiano Gabriel García Márquez “De regreso al periodismo”. Cambio 16, enero de 1996. “El reportaje es un género literario. Creo que está desapareciendo en el mundo y me duele mucho porque lo considero el género estrella del periodismo. El reportaje es la noticia completa, toda la noticia, de modo que el lector la conozca como si hubiera estado en el lugar de los acontecimientos.”

El reportaje otorga la oportunidad de contar historias desde la voz de sus protagonistas, logrando que la audiencia se sienta identificada con esos testimonios que ayudan en la narrativa de estas mismas, “Un reportaje efectivo sigue una

estructura que captura la atención de la audiencia y le proporciona una experiencia satisfactoria”. Eolo Comunicación (23 de mayo de 2023).

Gabriel García Márquez “La crónica es la novela de la realidad. Es un relato en el que hay que respetar estrictamente. Es para mí el género, la rama del periodismo que más se acerca a la literatura en cuanto a la forma de recolección de información, de la organización y del ojo que analiza.” “El periodista es hoy en Colombia un corresponsal de guerra”. *El Espectador*, enero de 1991.

Escogimos crónica debido a que es un relato de un acontecimiento que le sucedió principalmente al entrevistado, pero en muchas ocasiones esta historia se cuenta por fuentes de segunda o tercera mano, personas que estuvieron allí, contándola desde su propia experiencia, siendo esta la razón por la cual escogimos este género el cual nos permitió escuchar y dar a conocer diferentes acontecimientos de algunos estudiantes universitarios.

Continuando con la salud mental según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2001) es “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”.

Aunque hoy en día se ha visibilizado y se habla más sobre salud mental es algo difícil de obtener debido a que este se ve afectado desde el momento de gestación, su crianza y los diferentes contextos en los cuales vive cada persona que influyen en su estado mental, adicionalmente a ello de que no se tienen conocimientos previos sobre cómo trabajar en ello.

Adentrándonos en la depresión según la Organización Mundial de la Salud (OMS) (2020) es "Un trastorno mental común, caracterizado por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o baja autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración. La depresión puede llegar a ser crónica o recurrente. y dificultar sensiblemente el desempeño en el trabajo o en la escuela y la capacidad para afrontar la vida diaria".

La depresión es una cifra que aumenta con el paso de los años de manera rápida y la agrava el uso de sustancias psicoactivas como el alcohol y la marihuana al ser las más consumidas desde temprana edad, por ello se hace necesario que se visibilice y se le brinden herramientas a la comunidad para su adecuado manejo, con el objetivo de que las cifras dejen de aumentar.

Capítulo III Propuesta de Producción

3.1. Presentación de la propuesta

Esta investigación tiene como propósito informar a la sociedad sobre la depresión por medio de una producción radial con el objetivo de llegar a la comunidad diversa, donde no se habla sobre la salud mental y no se abren espacios de participación a temas como la depresión, se hace necesario que se empiece a dialogar el asunto desde una edad temprana.

Se realizó una Producción radial: La depresión en los estudiantes de la Universidad de Pamplona; en donde se expusieron diferentes puntos de vista relacionados con la depresión en estudiantes de la Universidad de Pamplona, esto implicó el conocimiento en temas relacionados con la salud mental en las universidades; lo que permitirá tener una visión más cubierta, que facilite información veraz ante una problemática que enfrenta actualmente la comunidad estudiantil proveniente de los diferentes territorios y que puede verse notoriamente afectada por diversos factores como su contexto social, familiar y la migración que pueden tener algunos de ellos para adquirir la educación superior u por otros factores.

Si bien en Colombia existe atención y prevención ante estos casos, es necesario que se visibilice y se dé a conocer ya que, de esta forma se podría contribuir a cambiar la mentalidad de la comunidad en donde en algunos casos aún se tienen estigmas con enfermedades mentales como la depresión; además de ser una forma de llegar a los rincones en los cuales se hace complejo la adquisición de información por internet o recibir adecuadamente el servicio directo y adecuado de salud, como se presenta aun hoy en día en varios rincones del país.

La depresión es una enfermedad silenciosa con la que se debe tener especial cuidado tal y como se hace con enfermedades físicas, esta enfermedad en el ámbito universitario está influenciada por diferentes factores, entre los cuales se pueden identificar; entorno familiar, social y en otros casos como en el de la Universidad de Pamplona el hecho de experimentar cambios culturales como el de quienes viajan desde los diferentes departamentos del país.

La población estudiantil no está exenta de padecer esta enfermedad, aquí se plantearán testimonios, opiniones profesionales e información verificada que será compartida con responsabilidad y además contribuirá a adquirir, enriquecer y apoyar su proceso para que sea abordado de la mejor manera.

Esta producción sonora se enfocara no solo en recopilar y difundir diversas perspectivas, sobre una de las enfermedades mentales que ha cobrado más importancia en la actualidad desde la pandemia del Covid-19, el objetivo es establecer un lugar donde se discuta este tema desde una variedad de perspectivas, tomando en cuenta testimonios personales y evaluaciones de especialistas en salud mental; debido a que las producciones realizadas por parte de los medios es escasa aunque una parte considerable de la población padezca de alguna sintomatología referente a su salud mental.

Aunque en Norte de Santander se han implementado programas de atención a la salud mental que buscan disminuir la brecha de quienes se enfrentan a enfermedades de salud mental, esto no hace que disminuya la ignorancia que aun en algunos sitios del departamento y del país se tiene respecto a la depresión.

3.2. Objetivo

Producir una serie sonora de promoción de la salud mental que permita que las personas conozcan los signos, síntomas de la depresión y las estrategias para tratarla, contrarrestarla, tomando como referencia los casos de depresión en estudiantes de la Universidad de Pamplona.

3.3. Público objetivo

Este trabajo está dirigido principalmente a los estudiantes de la Universidad de Pamplona y estudiantes universitarios. De igual manera para cualquier persona que esté interesado en comprender, en adquirir y aclarar su conocimiento con respecto a la salud mental y más específicamente a la depresión como lo puede ser llegado el caso de los docentes, administrativos, tutores y padres de familia entre otros; debido a que el diálogo que se manejará lo hará comprensible para cualquier tipo de público.

3.4. Cronograma de producción

Actividades	Meses					
	Abril y Mayo	Junio y Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre

Preproducción

(18 de junio - 16 de julio)

En este mes se realizó el III capítulo, que ayudó a organizar la planeación y elaboración del plan de trabajo, como lo fueron elegir los temas, cómo se dividieron en los capítulos, las fuentes y el proceso de cómo se ejecutará la producción.

Producción

(13 agosto – 30 septiembre)

En este lapso se realizó la recolección de información por medio de las entrevistas, crónicas y reportajes de cada capítulo; junto con la creación de los guiones de cada uno.

Postproducción y montaje

(octubre)

En este mes se realizó la selección y edición de todos los audios grabados, continuando con el montaje de cada uno de los capítulos hasta tener por completo la producción radial.

Divulgación

(noviembre)

Durante este mes, se inició la transmisión en la Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.

3.5. Etapa de preproducción

En esta etapa se establecieron las bases para realizar la producción, esto se hizo eligiendo en primer lugar el nombre que refleja la esencia del programa, el propósito principal para hacer esta elección es que este fuera llamativo y significativo, esto para facilitar a la audiencia la identificación del contenido en las diferentes plataformas. A partir de allí se definieron los temas a tratar, estos debían ser relevantes y de interés para el público objetivo, esta selección de temas se basó en la investigación ya realizada. Una vez se establecieron los temas, se realizó una búsqueda de profesionales expertos en salud mental, la selección de estos se sustenta en el conocimiento que podían aportar y los diferentes puntos de vista, dentro de los aspectos que se tuvieron en cuenta para su elección fue su experiencia en el área.

En cuanto a la formulación de las preguntas para las entrevistas; se realizó un trabajo colaborativo con un profesional en psicología, este se encargó de la revisión y aprobación de las preguntas asegurando de esta forma que fueran significativas.

En resumen, la etapa de preproducción ayudó a sentar las bases y permitir conocer a fondo el enfoque principal del proyecto. A través de la selección cuidadosa del nombre, de los temas relevantes, las preguntas de las entrevistas y de los expertos, se aseguran así las condiciones necesarias para la producción.

3.5.1. Selección de temas y fuentes a consultar

El primer paso en esta etapa fue identificar y elegir los enfoques sobre los temas a tratar en la producción sonora que se realizó, los cuales están relacionados

con la salud mental desde diferentes perspectivas y enfoques. Para ello se recurrió a fuentes de información para obtener un panorama claro y detallado de cómo se visibiliza la salud mental. Entre las fuentes consultadas se encuentran estudios académicos, artículos de prensa y publicaciones en línea. Algunas de las páginas web que se utilizaron para esta investigación fueron:

El Espectador, Semana y Caracol: Uno de los principales diarios, revistas y medios nacionales de Colombia que han publicado artículos y reportajes sobre cómo hablar en medios sobre salud mental, si las universidades cumplen con las estrategias para atender este tema y el problema estructural de violencia en salud mental en los estudiantes.

Uno de los artículos publicados por El Espectador “Revisarán si universidades cumplen con estrategias para atender la salud mental” publicado el 23 de septiembre de 2024. La revista Semana publicó el artículo “¿Cómo hablar de salud mental en los medios y las redes sociales? Según expertos y periodistas” publicado el 13 de septiembre de 2024. En Caracol Radio se difundió el artículo “MinEducación reconoce problema estructural de violencia en salud mental de estudiantes” difundido el 27 de julio 2024.

Colombia aprende: Proporciona información sobre la salud mental en general que brinda un apoyo de conocimientos bases sobre el tema, diciendo a quién va dirigido, ofreciendo cursos en diferentes aspectos de la vida entre otros. En Colombia Aprende se difundió el artículo “Bienestar en tu mente” (n.d).

Organización Mundial de la salud: Ofrece informes, estadísticas y conceptos actuales sobre enfermedades como la salud mental; adicionalmente recursos y

herramientas para promover la salud, guías de tratamiento, políticas de salud pública y recomendaciones de prevención de enfermedades en general.

Además, para la recolección de la información las fuentes principales fueron psicólogos con los conocimientos y educación pertinente sobre los diferentes enfoques que se llevarán a cabo. Un psiquiatra que habló como se lleva a cabo la depresión y su importancia, por último, estudiantes cuentan su experiencia a lo largo de su proceso de educación superior.

Tabla 1
Personas entrevistadas

Entrevistada(o)	Lugar de origen	Profesión, cargo u oficio (según corresponda)
Dr. Felipe Guillen	Bogotá D.C.	Psiquiatra de la universidad javeriana
Oscar Cruz	Bogotá D.C	Psicólogo Clínico
Glottmann Triana	Bogotá D.C	Psicólogo clínico maestrante en educación
Michell Carrascal	Pamplona	Estudiante décimo semestre psicología
David Manchado	Pamplona	Estudiante décimo semestre psicología

Javier Sarmiento	Cartagena	Medico interno
Diana Mahecha	Bogotá	Estudiante de ingeniería y Diseño industrial

3.5.2. Investigación periodística

Después de establecer los temas y las fuentes de información, se llevó a cabo la investigación periodística requerida para producir el programa radial sobre la depresión en estudiantes de la Universidad de Pamplona. Para esta investigación, se utilizaron varias técnicas básicas, comenzando con la revisión de documentos. La literatura académica, los artículos científicos y los estudios previos sobre la depresión en la universidad fueron examinados en esta revisión. Además, se examinaron informes y estadísticas de instituciones educativas y de salud mental para obtener información actualizada sobre la prevalencia y características de la depresión entre los estudiantes.

Otra herramienta importante en esta investigación fue la observación. Para evaluar el comportamiento y las interacciones de los estudiantes, se llevaron a cabo sesiones de observación en varios entornos de la Universidad de Pamplona, como aulas, bibliotecas, cafeterías y eventos universitarios. Esta estrategia ayudó a identificar patrones y circunstancias que podrían afectar el bienestar emocional de los estudiantes.

Las entrevistas periodísticas también juegan un papel crucial en la recopilación de información. Se realizaron entrevistas a profundidad con estudiantes que han

experimentado depresión, quienes compartieron sus historias y experiencias personales de manera confidencial y respetuosa. Además, se entrevistaron a psicólogos, consejeros estudiantiles y otros expertos en salud mental para obtener una perspectiva profesional sobre el tratamiento y apoyo disponible para los estudiantes. Asimismo, se conversó con profesores y personal administrativo para entender el impacto de la depresión en el rendimiento académico y la vida universitaria.

Las fuentes que se utilizaron para complementar la información recopilada a través de las técnicas ya mencionadas, permitieron la creación de contenido para el programa radial, que sea sólido y bien fundamentado, asegurándose que se aborde la depresión en los estudiantes universitarios de manera precisa, comprensiva y empática, esto garantizando que el programa radial no solo informe, sino también sensibilice y apoye a la comunidad universitaria.

3.5.3. Guion (es) requeridos para la producción

En la serie radial "Cicatrices Invisibles" se elaboraron ocho guiones técnico-literarios, uno para cada episodio. Estos guiones resultaron esenciales para la producción, garantizando que cada emisión se llevará a cabo de forma estructurada y sin contratiempos.

El formato de los guiones se organizó en dos columnas. La primera indicaba quién debía intervenir o si era necesario insertar un elemento en el máster, como Alfredo, Mabel, o la palabra "máster" para señalar cuándo se debía incluir un audio específico. En la segunda columna, se detalla el texto que debían decir los locutores, la descripción del audio o efecto relacionado con el "master".

Este formato técnico-literario ofreció una organización y coordinación precisas durante la grabación y edición de cada episodio, haciendo más sencillo el proceso y garantizando que todos los componentes del programa se unieran de forma coherente y eficiente. A continuación, se presentan los ocho guiones correspondientes, junto con el título de cada emisión y el género periodístico aplicado en cada capítulo.

Guion 1 entrevista: Salud mental.

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Mabel	Bienvenidos a esta emisión de Cicatrices invisibles “la salud mental también se escucha”
Alfredo	Este programa nos acerca a conocer de la mano de expertos qué está pasando con la depresión en los escenarios universitarios de nuestro país. En el episodio de hoy nos acompaña el psicólogo Glottmann Triana de la Universidad Nacional Abierta y a distancia, especialista en psicología clínica de la Universidad Católica de Colombia y actualmente maestrante en educación en la UNAD.
Mabel	y el Doctor Hernán Felipe Guillen Burgos Médico Cirujano de la Universidad Javeriana, Neurocientífico Clínico de la Universidad de California Estados Unidos, Epidemiólogo de la Universidad de Los Andes y actualmente Residente de Psiquiatría general con Doctorado en Neurociencia en el departamento de Neurociencias de la Universidad Javeriana en Colombia.
Alfredo	Según el Ministerio de Salud en 2023 el 66,3% de los colombianos declara que en algún momento de su vida ha enfrentado algún problema de salud mental. Doctor Felipe iniciemos aclarando ¿Qué es la salud mental?
Máster	Audio doctor Felipe
Mabel	Con respecto a la cotidianidad que usted menciona, en los jóvenes suelen ser los escenarios universitarios ¿Cuáles son las principales enfermedades de salud mental que aquejan a los jóvenes colombianos?

Máster	Audio doctor Felipe
Alfredo	Cómo lo menciona el Doctor Felipe, la depresión es un trastorno mental que afecta a los jóvenes colombianos. Desde otra perspectiva psicólogo clínico Glottman ¿Cómo se podría definir qué es la depresión?
Máster	Audio Psicólogo Glottmann
Mabel	Ya teniendo un concepto más claro de qué es la depresión, también es importante entender ¿cómo se origina?
Máster	Audio psicólogo clínico Glottmann
Alfredo	Son varios factores los que pueden derivar en la depresión, para poder saber cuál de todos ellos puede ser el detonante doctor Felipe ¿Cómo se diagnostica la depresión y qué criterios se utilizan en el proceso?
Máster	Audio doctor Felipe
Mabel	Teniendo en cuenta que el DM5 es el sistema evaluativo que implementan, el cual es un método de clasificación categorial de los trastornos mentales. Al hablar de depresión ¿Cuáles son sus principales características y síntomas?
Máster	Audio psicólogo Glottmann
Alfredo	Después de identificar o considerar si se puede estar padeciendo depresión, desde la psicología ¿Cómo se puede tratar?
Máster	Audio psicólogo Glottmann
mabel	Para tener una perspectiva más amplia el doctor Felipe, residente en psiquiatría de la universidad javeriana nos dirá ¿Qué tratamientos son más efectivos para la depresión, y cómo se decide cuál es el adecuado para cada paciente?
Máster	Audio doctor Felipe
<u>Alfredo</u>	Bueno, es así como llegamos al final de este episodio, recuerden que la salud mental también se escucha.
<u>Mabel</u>	Agradecemos al Doctor Hernán Felipe Guillen Burgos y al Psicólogo Clínico Glottmann Triana por acompañarnos hoy para hablar sobre salud mental, y a los oyentes los invitamos a nuestra próxima emisión de Cicatrices Invisibles

MÁSTER	ENTRA CABEZOTE

Guion 2: Herramientas para el manejo de la depresión.

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
Máster	Cabezote
ALFREDO	Él es el Doctor. Hernán Felipe Guillen Burgos Médico Cirujano de la Universidad Javeriana, Neurocientífico Clínico de la Universidad de California Estados Unidos, Epidemiólogo de la Universidad de Los Andes y actualmente Residente de Psiquiatría general con Doctorado en Neurociencia en el departamento de Neurociencias de la Universidad Javeriana en Colombia.
Máster	Insertar audio Psiquiatra
Máster	Insertar audio Glottmann Triana
MABEL	Él es el psicólogo Glottmann Triana de la Universidad Nacional Abierta y a distancia, especialista en psicología clínica de la Universidad Católica de Colombia; actualmente está desarrollando la maestría en educación en la UNAD.
ALFREDO	Además de la terapia y la medicación, existen otras herramientas que pueden ser fundamentales para quienes enfrentan depresión. Estos métodos, incluyen desde técnicas de relajación hasta rutinas de autocuidado, permiten a las personas mejorar su calidad de vida y sentir más control sobre sus emociones.

Máster	Insertar audio
MABEL	Algo importante es, ¿cómo influye la biología del cerebro en el desarrollo de la depresión? La investigación en neurociencia ha demostrado que esta enfermedad tiene bases biológicas, afectando el sistema nervioso del cerebro. Este aspecto biológico es crucial para entender tanto su diagnóstico como el tratamiento.
máster	Insertar audio
ALFREDO	La depresión no es solo una cuestión de emociones; tiene una base biológica que afecta el sistema nervioso y la química del cerebro. Cuando se tienen en cuenta estos aspectos se ayuda a dar sentido a por qué ciertos tratamientos funcionan. La depresión está vinculada a desequilibrios de la serotonina y la dopamina.
Máster	Insertar audio
MABEL	El entorno en el que crecemos y los patrones familiares de comunicación y apoyo tienen un impacto duradero en nuestra salud mental. La manera en que aprendemos a manejar las emociones desde la infancia influye en nuestra vulnerabilidad ante la depresión.
Máster	Insertar audio
ALFREDO	La psicología y la psiquiatría, aunque complementarias, tienen enfoques distintos en el tratamiento de la depresión. Ambos campos trabajan en conjunto para proporcionar un apoyo integral a quienes lo necesitan. Además de los tratamientos formales, el apoyo social y la creación de redes de apoyo son factores fundamentales en el manejo de la depresión.

Master	Insertar audio
MABEL	El proceso de recuperación de la depresión también implica adoptar estrategias de autocuidado que ayuden a prevenir recaídas. Estas estrategias se convierten en herramientas de fortalecimiento emocional a largo plazo.
Máster	Insertar Audio
ALFREDO	Hemos recorrido el camino del tratamiento de la depresión desde múltiples perspectivas. Desde la terapia psicológica y la medicación, hasta el apoyo social y el autocuidado. La lucha contra la depresión es única para cada persona, y los pasos hacia la recuperación pueden ser complejos, pero no tienen que ser solitarios.

Guion 3: Depresión en jóvenes

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Mabel	¡Bienvenidos y bienvenidas a un nuevo episodio de <i>Cicatrices Invisibles</i> ! abriendo un espacio de reflexión y diálogo para hablar de un tema que, aunque muchas veces se oculta en el silencio, forma parte de nuestra vida diaria: la salud mental.
Alfredo	En este programa, se explorarán historias, escucharán a expertos y se responderán a preguntas que en algún momento se han tenido. Porque la salud mental no solo se siente, también se escucha.
Mabel	En el episodio de hoy nos acompaña el Psicólogo Clínico Oscar Cruz con más de 10 años de experiencia en psicología clínica en entornos educativos, en consultoría y áreas de rehabilitación con niños y niñas en condición de discapacidad.

Alfredo	Desde su experiencia en la psicología clínica en entornos educativos ¿Cuáles podría decir que son los principales generadores de depresión en los jóvenes?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Mabel	Los jóvenes atraviesan las primeras experiencias o cambios fisiológicos en la pubertad ¿Qué papel juegan esos cambios hormonales durante la adolescencia en el desarrollo de la depresión?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Alfredo	Teniendo en cuenta los cambios que está afrontando el adolescente en esos momentos como el de experimentar situaciones de ansiedad, en el que también suelen adquirir un dispositivo móvil propio, el psicólogo clínico Oscar Cruz ¿Cómo influyen psicológicamente las redes sociales a través de la web en los jóvenes?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Mabel	Dada la relación entre el uso de redes sociales y los dispositivos móviles en adolescentes, que influyen en su autoestima y estado de ánimo, y considerando que estas plataformas no siempre generan vínculos estables, ¿Cuál es la relación entre la depresión y otros problemas de salud mental como la ansiedad en los jóvenes?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Alfredo	Hoy exploramos la relación entre la depresión y otros problemas de salud mental, como la ansiedad, en los jóvenes. Estos problemas suelen estar estrechamente conectados y pueden afectar de manera profunda el bienestar de las personas.
Mabel	Agradecemos al Psicólogo clínico Oscar Cruz por acompañarnos hoy y brindarnos sus conocimientos a lo largo de más de 10 años de experiencia. a los oyentes los invitamos a escuchar nuestro próximo episodio Cicatrices Invisibles.
Máster	Cabezote

Guion 4: Depresión en el ámbito académico

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Máster	audio psicólogo Glottmann
Alfredo	Él es el psicólogo Glottmann Triana de la Universidad Nacional Abierta y a distancia, especialista en psicología clínica de la Universidad Católica de Colombia; actualmente es maestrante en educación en la UNAD.
Mabel	La presión académica, las altas expectativas y la falta de apoyo emocional son factores que pueden hacer que estudiar, en lugar de ser una experiencia enriquecedora, se convierta en una fuente de ansiedad y tristeza profunda. Según la procuraduría general de la nación por medio de un informe de 2023 por parte del ente de control señaló que, las edades con mayor índice de problemas en salud mental son los jóvenes de 17 a 24 años.
Máster	Audio psicólogo Glottmann
Alfredo	Según una encuesta realizada por el Ministerio de Salud en 2023, el hogar se destaca como el lugar donde más se propician problemas de salud mental, con un 44,5% de los encuestados señalando como fuente de malestar. El estrés, en particular, se perfila como un precursor de la depresión, afecta tanto la salud física como mental, ya que debilita el sistema inmunológico y genera un malestar constante. Además, la falta de estrategias para manejar la frustración ante las altas exigencias familiares o académicas se convierte en un detonante significativo.
Máster	Audio psicólogo Glottmann
Máster	Audio Psicólogo Oscar
Mabel	Sin embargo, el ente de control desarrolló un informe con los resultados del seguimiento a las acciones que los mandatarios han desarrollado en los territorios para la promoción de la salud mental y prevención del suicidio, de acuerdo con la Ley 1616 de 2013; en el cual se determinó que por riesgos determinantes como las violencias de todo tipo en especial la intrafamiliar; el acoso escolar, el consumo de sustancias psicoactivas; ciberacoso; el reclutamiento por parte de grupos armados, entre otros, juegan un factor importante frente a la ideación y conducta suicida en estos ciclos de vida. Al ver que la depresión no afecta solo un área de la vida, sino todas.

Máster	Audio psicólogo Glottmann
Alfredo	la mayoría de los colombianos (57,1%) consideran que la salud mental es responsabilidad de cada individuo. Según el análisis de los funcionarios del área de Enfermedades No Transmisibles del Ministerio de Salud, esta percepción se relaciona con la limitada cobertura de las intervenciones de salud pública ofrecidas por el sistema de salud, en particular las iniciativas de educación en salud, las cuales no consiguen consolidar prácticas de cuidado colectivo.
Máster	Audio psicólogo Glottmann
Mabel	Estar atentos, brindar apoyo y construir un ambiente académico más comprensivo y saludable son pasos clave para contribuir al bienestar mental; de igual forma el apoyo familiar es un pilar fundamental en este proceso, ya que una red de apoyo en el hogar puede marcar la diferencia en los momentos más difíciles. Gracias por acompañarnos en Cicatrices Invisibles, un espacio donde entendemos que la salud mental también se escucha. Nos despedimos, pero seguimos comprometidos con crear conciencia y ofrecer recursos para cuidar nuestra mente y nuestro bienestar. ¡Hasta la próxima!"

Guion 5: La importancia de la regulación de emociones

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Alfredo	Les damos la bienvenida a este nuevo episodio de Cicatrices Invisibles , La salud mental también se escucha.
Mabel	Este programa los acerca a conocer de la mano de expertos qué está pasando con la depresión en los escenarios universitarios de nuestro país.
Alfredo	En el episodio de hoy nos acompaña el Psicólogo Clínico Oscar Cruz, con más de 10 años de experiencia en psicología clínica en entornos educativos, en consultoría y áreas de rehabilitación con niños y niñas en condición de discapacidad.

Mabel	Un tema fundamental para abordar es el manejo de las emociones por ello ¿Cómo influye el manejo adecuado de las emociones en la salud mental y física de una persona?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Alfredo	Con esto entendemos que influyen muchos aspectos en las emociones, más allá del momento que estamos viviendo, como las experiencias que observamos la mayor parte de nuestra vida y la capacidad que hemos desarrollado para afrontar lo que sentimos con lo que vivimos día a día. ¿Cómo se le puede enseñar a los adolescentes a gestionar sus emociones de manera saludable?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Mabel	Según el psicólogo clínico Oscar Cruz ¿Cómo pueden las personas aprender a reconocer y aceptar sus emociones sin sentirse abrumadas por ellas?
Máster	Audio psicólogo Oscar
Alfredo	En estos aspectos es esencial la perspectiva desde donde se ven los procesos por ello ¿Cómo puede el manejo emocional influir en la capacidad de una persona para enfrentar adversidades?
Máster	Audio psicólogo Oscar
mabel	El manejo emocional puede transformar nuestra capacidad para enfrentar adversidades. Aprender a reconocer y gestionar nuestras emociones no solo nos fortalece, sino que nos brinda herramientas para enfrentar los desafíos de la vida con resiliencia y calma.
Alfredo	Gracias por acompañarnos en <i>Cicatrices Invisibles</i> , donde hablamos de esos recursos internos que nos ayudan a sanar y avanzar. Agradecemos al Psicólogo clínico Oscar Cruz por acompañarnos hoy, y a los oyentes los invitamos a escuchar la próxima emisión de Cicatrices Invisibles .

Guion 6: Aspecto de mejora en el sistema de salud

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Máster	Audio Psiquiatra
Mabel	Él es el Doctor. Hernán Felipe Guillen Burgos Médico Cirujano de la Universidad Javeriana, Neurocientífico Clínico de la Universidad de California Estados Unidos, Epidemiólogo de la Universidad de Los Andes y actualmente Residente de Psiquiatría general con Doctorado en Neurociencia en el departamento de Neurociencias de la Universidad Javeriana en Colombia.
Alfredo	El ministerio de salud el 11 de diciembre de 2023 por medio de un boletín de prensa dio a conocer los resultados de una encuesta realizada a 3.430 personas la cual recolecta la percepción que tienen los colombianos sobre la Salud Mental como dimensión de cuidado y valoración. Estos resultados representaron un aporte esencial para la actualización de la Política Nacional de Salud Mental, considerada una de las apuestas estratégicas establecidas en el artículo 166 del Plan Nacional de Desarrollo 2022-2026, Colombia Potencia Mundial de la Vida.
Máster	Audio psiquiatra
Mabel	Según un boletín del 2023 de la procuraduría general de la nación ante los resultado de un ejercicio de función preventiva y las evidencias recolectadas por el ente de control también concluyeron que, el acceso a servicios en términos de capacidad instalada y oportunidad de atención, la falta de talento humano experto en los territorios, y el estigma que se presenta para acudir a un servicio especializado de salud mental, son las mayores barreras evidenciadas en los territorios, sumado a que el abordaje desde el entorno familiar, es insuficiente o nulo. A pesar de que se ha mejorado, el sistema de salud aún enfrenta diversas barreras y sumado a esto los diagnósticos tardíos y estigmas, dificultan la atención
Máster	Audio Psicólogo Glottmann
Alfredo	Al realizar la encuesta una de las preguntas fue ¿Crees haber tenido en algún momento de la vida problemas con tu salud mental? en el que el 66,3% de los colombianos declara que en algún momento de su vida ha enfrentado algún problema de salud mental, siendo mayor su porcentaje entre las mujeres en un (69,9%). En el rango de 18 a 24 años el 75,4% de mujeres así lo declara. Estos resultados coinciden con lo evidenciado en estudios epidemiológicos adelantados en el país en esta materia, que revelan la alta

	carga de enfermedad mental existente, especialmente en la población joven y en las mujeres.
Máster	Audio psiquiatra
Mabel	El 93,7% de los encuestados cree fundamental que la salud mental forme parte del sistema de salud. Esto refleja que la población en general reconoce la importancia de contar con servicios de salud mental dentro del Sistema General de Seguridad Social en Salud, lo que conlleva la necesidad de fortalecer dichos servicios para asegurar una atención oportuna y continua, algo que aún no se ha alcanzado plenamente.
Máster	audio psicólogo Glottmann
Alfredo	Por otro lado, el 42% de la población considera que acudir a un psicólogo o psiquiatra les ayuda a mejorar como personas. Estos resultados son relevantes, ya que indican que los esfuerzos en el país para reducir el estigma que rodea a la salud mental y sus servicios están dando frutos. Esto es talentoso, especialmente ahora que se dispone de un talento humano calificado y de una sólida base de conocimiento y evidencia para el tratamiento de la salud mental.
Máster	audio psicólogo Glottmann
Mabel	Dentro de la encuesta el 70,9% del público menciona que al acudir a los servicios de enfermería o medicina no les suelen preguntar por su salud mental, dejando en evidencia que la mayoría de profesionales de enfermería y medicina no indagan acerca de temas relacionados con la salud mental. Al representar estas dos profesiones el punto de entrada al sistema, resulta esencial que, desde este primer contacto, se identifiquen los posibles riesgos de salud mental.
Alfredo	Un sistema de calidad comienza en cada detalle: en la atención, en el acceso, en la gestión eficiente de recursos y, sobre todo, en el cuidado humano. Seguimos construyendo, desde cada rol y cada acción, un sistema de salud que verdaderamente esté al servicio de todos porque “la salud mental también se escucha”. Gracias por acompañarnos en esta emisión.
Máster	Cabezote

Guion 7 Reportaje Michell y David

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Alfredo	Para muchos estudiantes, el ambiente universitario no es solo un lugar de aprendizaje, sino también un lugar donde se enfrentan a desafíos personales y emocionales. David y Michel son estudiantes de Psicología, ellos están a punto de terminar esta meta, pues ambos están a solo un paso de ser profesionales, pero ¿cómo ha sido su experiencia a lo largo de este tiempo?
Máster	Insertar audio de David y Michel
Mabel	Se podría pensar que los estudiantes de Psicología tienen herramientas adicionales para el manejo del estrés y los demás retos emocionales que enfrenta un estudiante en la universidad. Sin embargo, el proceso de adaptación para cada estudiante es diferente y este no siempre es sencillo.
Máster	Insertar audio de David y Michel
Alfredo	Uno de estos aspectos fundamentales al que se enfrentan los estudiantes a diario es la alimentación. La revista Nutritional Neuroscience en el 2024, dio a conocer que una dieta balanceada está asociada con la disminución de los síntomas de depresión en jóvenes adultos, esta juega un papel importante en el bienestar emocional de los estudiantes, en pocas palabras cuando no se tiene una buena alimentación no solo se está descuidando el físico sino también la salud mental.
Máster	Insertar audio de David y Michel
Mabel	La importancia de la alimentación en la salud mental ha comenzado a ganar terreno entre los profesionales de la psicología y psiquiatría. Hoy en día en algunos tratamientos, se está recomendando un enfoque diferente que incluye pautas dietéticas. En un estudio de 2022 se evidencio que, más del 30% de los psiquiatras consideran la dieta como un componente relevante en el tratamiento de la depresión.
Máster	Insertar audio de David y Michel
Alfredo	En el camino hacia el manejo de la salud mental, es prioritario saber qué tipo de ayuda buscar. Es común que las personas no logren distinguir entre un psicólogo y un psiquiatra, lo cual puede llevar a confusiones al momento de elegir un tratamiento, para la OMS, en el 2022 sólo el 25% de las

	personas con síntomas de depresión recibe el tratamiento idóneo, en gran parte debido a la falta de información.
Máster	Insertar audio de David y Michel
Mabel	Los desafíos de la salud mental en la universidad serán siempre variados. Pero al escuchar experiencias como las de David y Michel, nos encontramos con una perspectiva más clara sobre cómo apoyar a quienes enfrentan este desafío. Las cicatrices pueden ser invisibles, pero estas historias nos muestran que no estamos solos, y que siempre debemos priorizar nuestra salud mental sobre cualquier otro reto.
Máster	Cabezote

Tema: Episodio 8: Cuando estudiar duele.

PARTICIPANTES	DESCRIPCIÓN
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE
Mabel	Para un estudiante el nivel de exigencia no viene solo desde afuera, es más algo que viene desde el interior, algo con lo que se aprende a convivir en las diferentes etapas que viene con ese proceso de aprendizaje, para un estudiante universitario la presión aumenta, bien lo dijo Billy Jean King “La presión no es para romperte, sino para moldearte”, y es que es allí donde nacen tantas interrogantes sobre la educación y por qué esta debe ser vista como una tortura y no como el arte de aprender algo nuevo.
Máster	Audio Diana
Alfredo	Diana es una estudiante de dos carreras universitarias, ella al igual que muchos estudiantes en el país decidió tomar la opción de la simultaneidad, es sus planes como profesional una carrera se complementa con la otra, la ingeniería industrial con el diseño industrial. Para el Ministerio de Educación en términos de cobertura, Colombia cuenta para 2022, con un indicador en Educación Superior en 54,9 %, lo que da cuenta de un crecimiento significativo de más de veinte puntos porcentuales en los últimos

	quince años. Pero ¿se sienten los estudiantes de educación superior seguros en estos espacios?
Máster	Audio Diana
Mabel	Muchas veces el nivel de acoso por parte de profesores y compañeros, hace que los estudiantes atraviesan etapas de duelo personal que puede terminar en colapsos mentales, si bien para muchos estudiar conlleva un esfuerzo cumplir con sus responsabilidades, agregar a estas cargas emocionales puede derivar en enfermedades mentales como la depresión y ansiedad.
Máster	Audio Javier
Alfredo	Él a quien llamaremos Adrián para proteger su identidad, es un estudiante del programa de Medicina de la Pontificia Universidad Javeriana en Bogotá, hoy en día Adrián se siente en más libertad de contar lo sucedido, sin embargo, es consciente que aún no ha terminado su proceso con la universidad y teme que sus declaraciones sean un motivo para sentirse más acorralado de lo que se sintió aquel semestre.
Máster	Audio Javier
Mabel	Según la Defensoría del Pueblo, entre 2019 y 2023 se reportaron 51.373 intentos de suicidio entre menores de 5 a 17 años, con un alarmante pico del 59% en 2020 entre niños y adolescentes varones. Para 2024, centrados específicamente en las universidades, se han registrado más de 25 suicidios, lo que ha impulsado la implementación de líneas de atención psicológica y la capacitación en la detección temprana de problemas emocionales en las universidades.
Máster	Audio Diana
Alfredo	¿Es difícil entender este punto de vista, no solo porque muchas veces se desconoce la lucha que atraviesan miles de estudiantes hoy en día para lograr ese tan anhelado objetivo, muchas veces se tiende a tener creencias como “Si los demás pueden, ¿usted por qué no?” o “No se queje, en mis tiempos era más difícil” o incluso frases como; “Si no puede con la universidad, ¿cómo va a sobrevivir en el mundo real?”. Desconociendo las luchas personales y perdiendo toda empatía por el estudiante.
Máster	Audio Javier

Mabel	Estas experiencias no solo pueden llevar a un intento suicida, sino que también pueden influir en el desarrollo de problemas emocionales afectivos, los cuales están vinculados efectivamente con el suicidio, pero adicional a esto, afectan directamente la calidad y percepción de bienestar de las personas
Alfredo	La depresión, ansiedad y demás enfermedades mentales que padecen los estudiantes Universitarios no llega por sí solas, estas son causadas en gran parte por la presión ejercida y es que no, no está bien que un para ser un profesional se deba aprender a trabajar bajo presión, ¿se debería cambiar ese pensamiento por aprender sobre el manejar crisis tal vez?
MÁSTER	ENTRA CABEZOTE

3.6. Etapa de producción

Esta etapa de producción fue indispensable para la realización de la serie radial "Cicatrices invisibles". Aquí se implementó la investigación y proyección previa, lo cual permitió que se volviera realidad el objetivo principal de esta etapa, que fue capturar los conocimientos de los expertos y las experiencias de los estudiantes.

En esta fase se realizó una de las tareas periodísticas más relevantes, que implicó acudir directamente a las fuentes para obtener información de primera mano. Los productores, desde sus respectivos departamentos, se desplazaron a diferentes comunidades y localidades en Bogotá DC y Valledupar para coordinar y llevar a cabo entrevistas. Este trabajo de campo permitió adquirir los conocimientos de los expertos y las experiencias de los estudiantes.

3.6.1. Grabación material sonoro

Para la grabación del material sonoro fue una tarea exigente y minuciosa en la ejecución de las preguntas. Los realizadores, para asegurarse de obtener un sonido de calidad en cada entrevista y que el resultado de la serie fuera lo más óptimo

posible, adquirieron sus propios micrófonos. Esta inversión aportó de diversas maneras, como: optimizando la calidad del sonido, facilitando una mayor libertad y flexibilidad al momento de realizar las grabaciones.

Al estar los realizadores en sus respectivos lugares de origen se desplazaron hasta los lugares de residencia de los entrevistados, implicando movilizarse por sus propios medios a diversos lugares hasta el lugar de encuentro. Sin embargo, los imprevistos no faltaron en el proceso de grabación, como las cancelaciones y reprogramaciones por parte de los entrevistados quienes contaban con poca disponibilidad de tiempo lo cuál fue el mayor de los desafíos. Adicionalmente las interferencias auditivas que perjudicaban la calidad sonora de la grabación, como los de la interferencia de conexión o ruidos que generaban otras personas del hogar.

Sin embargo, la perseverancia y dedicación es algo que no faltó en el momento de reagendar las entrevistas y adaptarse a las circunstancias que ponía entrevistado, para así asegurar la información de calidad que se podría obtener de ellos, haciendo lo posible para que fuera un contenido de nivel periodístico. Este procedimiento demuestra la dedicación profesional de los creadores, destacando su respeto y aprecio por los entrevistados, lo que generó un entorno de confianza y cooperación que enriqueciendo la producción radial.

3.6.2. Selección y análisis del material

El proceso de análisis y selección del material sonoro registrado para la serie radial fue crucial para la construcción de cada episodio. Durante las sesiones de grabación, se registraron alrededor de 20 audios en total, provenientes de 6 personas entrevistadas.

La duración de cada entrevista era de aproximadas de entre 30 a 40 minutos cada una, proporcionando información sustancial. Continuando con el proceso, se decidió no descartar a ningún entrevistado; por el contrario, se analizó cuidadosamente toda la información proporcionada por cada participante para extraer información crucial que asegura que todas las perspectivas fueran escuchadas y valoradas.

Este proceso de escucha y selección de cada audio se realizó de manera meticulosa para poder ensamblar dos entrevistas en un solo capítulo, lo cual permitiera la participación de más voces con el objetivo maximizar el dinamismo y obtener una emisión sustanciosa.

3.7. Etapa de postproducción

La etapa de postproducción en la serie radial fue un punto clave para organizar y dar sentido al extenso material sonoro recopilado, asegurando su claridad y comprensión por parte de los oyentes. Durante esta fase, el equipo se enfocó en editar y ensamblar las entrevistas, creando una narrativa coherente y atractiva. Este proceso mejoró la calidad del audio, garantizando una experiencia auditiva agradable y profesional. Siendo así fundamental para destacar la relevancia de la salud mental, especialmente entre los jóvenes y en el entorno académico, en cada episodio.

3.7.1. Edición y montaje de la producción radiofónica.

El proceso de edición y montaje se realizó por medio del programa de edición profesional Adobe Audition de manera meticulosa para culminar una estructura en cada episodio de la producción, aprovechando la versatilidad de esta herramienta para ello. Esta etapa se llevó a cabo en el transcurso de noviembre, demandando un tiempo considerable y dedicación por parte de los creadores al ensamblar todos los

audios recopilados durante las entrevistas teniendo en cuenta las recomendaciones, indicaciones y criterio del director de Trabajo de Grado, el docente William Javier Gómez, la cual fue crucial para el enfoque, coherencia y estructuración de toda la producción radial, garantizando que se destacará la importancia de la salud mental y el entendimiento para la audiencia.

3.7.2. Ficha Técnica:

N de emisión	Nombre de la producción	Formato	Género	Tema central	Medio de emisión	Equipo de producción	Sinopsis
1	Cicatrices invisibles	Informativo	Entrevista	Salud mental	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Esta entrevista se inicia dando un contexto a la comunidad por medio de los expertos, como un psiquiatra y un psicólogo clínico de que es la salud mental y la depresión de manera general
2	Cicatrices invisibles	Informativo	Reportaje	Herramientas para el manejo de la depresión	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Este es un reportaje en el cual se aborda con mayor profundidad el tema de la depresión junto con herramientas que las personas pueden usar para ayudar a manejarla.
3	Cicatrices invisibles	Informativo	Entrevista	Depresión en jóvenes	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	En este episodio se aborda el tema de los diferentes detonantes que pueden influir en la depresión de los jóvenes como el contexto social, familiar o hasta el embarazo.
4	Cicatrices	Informativo	Reportaje	Depresión en	Radio	Alfredo	En este reportaje se da a

	invisibles			el ámbito académico	Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Muñoz y Mabel Triana	conocer cómo la presión académica puede influir en los estudiantes que ya padecen depresión o como puede ser el detonante para padecerla.
5	Cicatrices invisibles	Informativo	Entrevista	La importancia de la regulación de emociones	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Por medio de esta entrevista los expertos hablan de la importancia que tiene el manejo de las emociones y como estas influyen en el diario vivir, teniendo en cuenta los diferentes cambios que se enfrentan a lo largo de la vida.
6	Cicatrices invisibles	Informativo	Reportaje	Aspectos a mejorar en el sistema de salud	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Por medio de este reportaje se da a conocer estudios realizados sobre el sistema de salud junto con la perspectiva de trabajadores del área de la salud, dando la oportunidad de conocer diferentes perspectivas frente al tema.
7	Cicatrices invisibles	Informativo	Reportaje	Alimentación y universidad	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Este episodio explora la experiencia de David y Michel, dos estudiantes de Psicología que están a punto de graduarse. A través de sus testimonios, este reportaje analiza cómo factores como la alimentación,

							la falta de información sobre tratamientos adecuados y el estrés académico afectan el bienestar emocional de los estudiantes universitarios. También presenta investigaciones recientes que destacan la relación entre una dieta balanceada y la disminución de síntomas de depresión, así como la importancia de diferenciar entre la labor de psicólogos y psiquiatras para recibir el tratamiento adecuado. Un relato que no solo visibiliza los retos emocionales en la universidad, sino que también enfatiza la necesidad de priorizar la salud mental para superar estos desafíos.
8	Cicatrices invisibles	Informativo	Crónica	Cuando estudiar duele	Radio Universidad de Pamplona 94.9 FM.	Alfredo Muñoz y Mabel Triana	Es un conmovedor episodio del programa radial que aborda las experiencias de estudiantes universitarios enfrentados al peso de la presión académica y los efectos devastadores que esta puede tener en su salud mental. A través de relatos

							reales, se exploran situaciones de acoso por parte de docentes y compañeros, las consecuencias del agotamiento emocional, y los desafíos de compatibilizar estudios con el bienestar personal. El programa incluye testimonios de estudiantes que han padecido depresión y ansiedad, acompañados de análisis de datos alarmantes sobre suicidio en instituciones educativas. Con la participación de expertos en psicología, se busca reflexionar sobre la necesidad de un cambio en la percepción de la educación, planteando alternativas que prioricen la salud emocional en los procesos de aprendizaje. Una invitación a cuestionar: ¿Es el sufrimiento una condición necesaria para el éxito académico? ¿O es hora de replantear nuestras prácticas educativas?
--	--	--	--	--	--	--	--

3.7.3. Evidencia de la emisión de las producciones radiofónicas.



Pamplona, 05 de diciembre 2024

Radio Universidad de Pamplona, hace constar

Que los estudiantes **ALFREDO MANUEL MUÑOZ SOLANO** identificado con cédula de ciudadanía número 1122821265 y **DANNA MABEL TRIANA GARCÍA** identificada con cédula de ciudadanía número 1013097253 estudiantes de Comunicación Social, realizaron la emisión de (8) producciones radiales denominada "Cicatrices Invisibles"

Se ha emitido según lo establecido desde el día 25 de noviembre hasta el 05 de diciembre en el horario de 1:00 pm, por la Emisora 94.9 F.M. Radio Universidad de Pamplona.

Se expide la certificación a solicitud del interesado a los 05 días del mes de diciembre del 2024.


María del Socorro Luna S

*Jefe Oficina de Producción y Realización Radiofónica.
Radio Universidad de Pamplona
"la radio joven y cultural"*



SC-CER96940



"Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz"
Universidad de Pamplona
Pamplona - Norte de Santander - Colombia
Tels: (7) 5685303 - 5685304 - 5685305 - Fax: 5682750
www.unipamplona.edu.co

Capítulo IV Conclusiones y Recomendaciones.

4.1 Conclusiones

Cicatrices Invisibles permitió cumplir con los objetivos principales, además de sensibilizar sobre la situación que viven a diario los estudiantes en diferentes lugares del país, el tema principal fue la depresión sin embargo se tocaron diversos temas que no pretenden darle una explicación a las incógnitas que pudieran aparecer en el camino de su construcción sino más bien informar y aportar a la sociedad algunas respuestas a los términos más comunes entre los jóvenes hoy en día y que son de suma importancia.

Uno de los aportes a realizar es las diferencias en las perspectivas de proyecto, la combinación entre los diferentes profesionales y los testimonios de los estudiantes, enriquecieron el nivel de opinión y conocimiento al contenido además hizo que fuera casi impecable.

Uno de los grandes desafíos que se enfrentaron fue la sintetización de la información, se tenía una idea clara al principio, pero esta podría cambiar dependiendo de la respuesta de los entrevistados y fue un gran reto guiar todo hacia una misma dirección, hoy se puede decir que esta serie de retos impulsaron la responsabilidad, el manejo de crisis, la investigación y desde luego la organización de la información.

Con Cicatrices Invisibles se busca generar un impacto positivo en la comunidad estudiantil, pero sobre todo en las comunidades en general, pues este programa radial brinda información con responsabilidad, el mensaje que transmite es importante porque nos hace plantearnos que estamos haciendo mal y que estamos haciendo bien en el manejo de la salud mental, conforme a se espera contar con su emisión no

solo en emisoras sino también en plataformas digitales donde puede ser escuchado de forma atemporal desde cualquier lugar.

En conclusión, este proyecto reafirma la importancia de la radio como una herramienta fundamental para sensibilizar, educar e informar, sobre diversos temas que competen dentro de una sociedad, desde una perspectiva creativa y novedosa, Cicatrices Invisibles contribuye al bienestar no solo de los estudiantes universitarios sino también de las universidades y familias del país.

4.2 Recomendaciones

Incentivar a los estudiantes a seguir educando a través de los medios de comunicación, explorar las diversas formas de llegar a construir proyectos que cautiven y generen un impacto positivo en su comunidad, la radio es un medio que va cambiando con los años y como comunicadores sociales debemos ir adaptándonos a esto. Proyectos como Cicatrices Invisibles deben ser tomados en cuenta porque representan las voces de los estudiantes en los diversos entornos educativos de nuestro país.

Planificación detallada, esto es importante cuando se va a compartir contenido que puede generar una voz o pensamiento en la mente de quienes lo escuchen, la información compartida debe estar aprobada por expertos en el tema, usando un lenguaje claro que de pie a la investigación por parte del oyente.

Se debe evaluar el alcance del proyecto, con esto se medirá el impacto que este tuvo dentro de la comunidad a la cual está dirigido, además se debe considerar continuar con el proyecto si el impacto de este fue positivo y la comunidad muestra interés en su continuación.

Bibliografía

- **Alcaldía de Pamplona.** (s. f.). *Pasado, presente y futuro*. Alcaldía de Pamplona, Norte de Santander. Recuperado de <https://www.pamplona-nortedesantander.gov.co/MiMunicipio/Paginas/Pasado,-Presente-y-Futuro.aspx#gsc.tab=0>
- **Bermúdez Peña, A., & Rubio Cuervo, J.** (2020). *Factores asociados a la percepción de apoyo social en estudiantes universitarios*. Universitas Psicológica, 19(2). Recuperado de [https://revistas.javer.javeriana.edu.co/archivos-articulos/UPSY/19%20\(2020\)/647629/índice.html](https://revistas.javer.javeriana.edu.co/archivos-articulos/UPSY/19%20(2020)/647629/índice.html)
- **Comunicare.** (s.f.) **3 definiciones de la comunicación**. Recuperado de <https://www.comunicare.es/3-definiciones-de-la-comunicacion/>
- **Eolo Comunicación.** (2023, 23 de mayo). *¿Qué es un reportaje?* Eolo Comunicación. Recuperado de <https://eolocomunicacion.com/que-es-un-reportaje/>
- **El Espectador.** (2023, 8 de noviembre). *Revisarán si universidades cumplen con estrategias para atender la salud mental*. Recuperado de <https://www.elespectador.com/revise-si-uni-cumple-con-e-pag-en-la-salud-mental/>
- **Fundación Gabo.** (2024, 5 de noviembre). *10 lecciones de Gabriel García Márquez sobre crónica y reportaje*. Centro Gabo. Recuperado de <https://centrogabo.org/gabo/contemos-gabo/10-lecciones-de-gabriel-garcia-marquez-sobre-cronica-y-reportaje>
- **Gómez, L. A., & Morales, E. J.** (2010). *Factores asociados a la depresión en estudiantes universitarios: Una revisión*. Salud Mental, 33(2). Recuperado de <http://revistasaludmental.mx/índice.php/sal/artículo/vista/47/47>
- **La Opinión.** (2024, 4 de noviembre). *¿Qué se está haciendo en Norte de Santander en materia de salud mental?* Recuperado de <https://www.laopinion.co/region/que-se-esta-haciendo-en-norte-de-santander-en-materia-de-salud-mental>
- **Ministerio de Educación Nacional de Colombia.** (s. f.). *Bienestar en tu mente*. Recuperado de <https://www.colombiaaprende.edu.co/contenidos/coleccion/bienes-en-tu-mente>

- **Ministerio de Salud y Protección Social.** (2021). *El 66% de colombianos declara haber experimentado problemas emocionales relacionados con su salud mental.* Recuperado de <https://www.mi.gov.co/Paginas/66-por-d-do-dic-Ja-mi>
- **Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia.** (s. f.). *66 por ciento colombianos declara haber enfrentado algún problema de salud mental.*
- **Organización Mundial de la Salud.** (2022). *Salud mental: Reforzando nuestra respuesta.* Recuperado de <https://www.who.int/es/sala-de-prensa/hojas-informativas/detalle/mental-él-esfuerzo-nuestra-respo>
- **Pontificia Universidad Javeriana.** (s. f.). *La salud mental y su impacto en la comunidad universitaria.* Recuperado de <https://www.ja.edu.co/yo/?p=281>
- **Pontificia Universidad Javeriana.** (s. f.). *Título del artículo. Mental Punto de Apoyo.*
- **Procuraduría General de la Nación.** (2023). *Aumentan riesgos de salud mental en menores de edad y jóvenes del país: Depresión, ansiedad y suicidio, Procuraduría prende alarma.*
- **Procuraduría General de la Nación.** (s. f.). *Aumentan riesgos mentales en menores de edad jóvenes del país por depresión, ansiedad y suicidio: Procuraduría prende alarma.*
- **Procuraduría General de la Nación.** (s. f.). *Suicidio ha disparado en Colombia y cuenta con trastornos mentales: Procuraduría.*
- **Radio Caracol.** (2024, 27 de julio). *MinEducación reconoce problema estructural de violencia en salud mental de estudiantes.* Recuperado de <https://caracol.c.co/2024/07/27/mina-reconocer-proble-es-de-viol-es-sa-mental-de-estudiantes/>
- **Salud Mental: fortalecer nuestra respuesta.** (s. f.). *Quién.int.* Recuperado el 23 de abril de 2024.
- **Semana.** (2023, 6 de noviembre). *¿Cómo hablar de salud mental en los medios y las redes sociales? Esto piensan expertos y periodistas.* Recuperado de <https://www.sema.com/foros-sem/articulo/c-hablar-de-salud-mental-en-los-medios-y-las-redes-sociales--esto-piensen-expertos-y-periodis/20242/?fbclid>

- **Unidad de Planificación Rural Agropecuaria (UPRA).** (s. f.). *Documento regional UPRA Norte de Santander*. Recuperado de https://upra.gov.co/Kit_Territorial/2-%20Informaci%C3%B3n%20por%20Departamentos/NORTE%20DE%20SANTANDER/2-%20Documento%20Regional%20UPRA%20Norte%20de%20Santander
- **Universidad Nacional de Colombia.** (2008). *Estudio del desarrollo de habilidades comunicativas en estudiantes universitarios*. Recuperado de <https://repositorios.una.mi.co/nombredeusuario/unal/989>
- **Universidad Nacional de General Sarmiento (UNGS 2000).** Comunicación en salud: conceptos y herramientas. Recuperado de <https://www.ungs.edu.ar/libro/comunicacion-en-salud-conceptos-y-herramientas>

Anexos

https://drive.google.com/drive/folders/1CUpS2JVfw8wdeyYCeQCF0g_F9iyRSYZg?usp=drive_link



Anexo 1. Entrevista al Psiquiatra Felipe Guillen

Tomada por: Mabel Triana



Anexo 2. Entrevista al Psicólogo Clínico Oscar Cruz. Foto tomada por: Glottmann Triana



Anexo 3 Prueba de grabación de emisiones. Tomada por Mabel Triana



Anexo 4. Grabación de emisiones. Tomada por Mabel Triana



Anexo 6. Selección de material. Tomada por: Mabel Triana

Anexo 5. Evidencia coordinación de entrevista psiquiatra. Tomada por: Mabel Triana

