Universidad De Pamplona

Facultad De Salud

Departamento de Psicología

Programa de Prevención de la Depresión y sus Consecuencias en Adolescentes con Discapacidad Auditiva

Presentado por:

Eyver Sneyder Salgado Quintero

Andrés Felipe Picón Carvajal

Asesor:

Julia Carolina Castro Maldonado

Pamplona, Colombia

2020

Universidad De Pamplona

Facultad De Salud

Departamento de Psicología

Programa de Prevención de la Depresión y sus Consecuencias en Adolescentes con Discapacidad Auditiva

Presentado por:

Eyver Sneyder Salgado Quintero

Andrés Felipe Picón Carvajal

Asesor:

Julia Carolina Castro Maldonado

Pamplona, Colombia

2020

Tabla de contenido

Resumen 1

Abstract. 1

Introducción 2

Problema de Investigación 3

Planteamiento del Problema 3

Descripción del Problema 6

Formulación del Problema 7

Objetivos 7

Objetivo General 7

Objetivos específicos 8

Justificación 8

Estado del Arte 10

Nivel Internacional 10

Nivel Nacional 16

Nivel Regional 20

Marco Teórico 23

Capitulo I. Salud Mental 23

Definición 23

Los Problemas Mentales 25

Salud Mental En Adolescentes 26

Salud Mental En Personas con Discapacidad Sensorial auditiva 27

Capitulo II Depresión. 28

Sintomatología Depresiva 29

Tipos De Depresión 29

Factores De Riesgo 31

Adolescencia y Depresión 32

Intervención Psicológica en la Depresión 32

Capitulo III. Personas con Discapacidad Sensorial auditiva 33

Causas 34

Método De Evaluación 35

Salud Mental Y Discapacidad Sensorial Auditiva. 36
Decreto 1421 del 2017 Educación Inclusiva. 37
Metodología 39
Investigación Cualitativa 39
Población 39
Categorías de la Investigación 40
Depresión. 40
Consecuencias de la Depresión 41
Factores De Riesgo 41
Factores Protectores 41
Fases de la Investigación 42
Fase I. Construcción de Proyecto 42
Fase II. Análisis de Categoría 43
Fase III. Validación del Programa. 43
Fase IV. Creación del Programa. 43
Análisis de la Información Recolectada 43
Diseño del programa 49
Descripción del programa 49
Objetivos 49
General 49
Específicos 49
Metodología 50
Población 50
Materiales 50
Descripción de las temáticas de abordaje 50
Descripción detallada de las sesiones y actividades del programa 51
Sesión 1. Sensibilización y psicoeducación 51
Sesión 2. Hábitos saludables 56
Sesión 3. Habilidades Sociales 60
Sesión 4. Integración y comunicación 65
Sesión 5. Participación e inclusión 71

Sesión 6. Adaptación 76
Sesión 7. Psicoeducación y rutas de atención. 84
Sesión 8. Estrategias pedagógicas 89
Análisis de viabilidad del programa 93
Matriz Dofa 93
Evaluación del proceso 93
Evaluación de Resultados 94
Conclusiones 94
Recomendaciones 95
Anexos 97
Apéndices 97
Referencias Bibliográficas 113

Resumen

El presente, es un trabajo de grado, desde la creación de un programa de intervención dirigido primordialmente a los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, de distintas instituciones y hogares del país, este con fin de prevenir la depresión y las consecuencias que este acarrea, comprendiendo los factores protectores y factores de riesgo de la depresión. Por lo cual se lleva a cabo una revisión de distintos proyectos de investigación, para de esta manera identificar los temas a elaborar y aplicar, como estrategias dentro de cada una de las sesiones del programa. Cabe resaltar que este proyecto, es solamente la construcción del programa y queda abierto a quien pueda interesarle para su aplicación.

Palabras Clave: Programa, adolescentes, discapacidad sensorial auditiva, depresión y sus consecuencias, salud metal, factores protectores y factores de riesgo.

Abstract.

The present is a degree project, since the creation of an intervention program aimed primarily at adolescents with sensory hearing disabilities, from different institutions and homes in the country, this in order to prevent depression and the consequences that this entails, understanding protective factors and risk factors for depression. Therefore, a review of different research projects is carried out, in order to identify the topics to be elaborated and applied, as strategies within each of the program sessions. It should be noted that this project is only the construction of the program and is open to anyone who may be interested in applying it.

Key Words: Program, adolescents, auditory sensory disability, depression and its consequences, metal health, protective factors and risk factors.

Introducción

La depresión en los adolescentes es una realidad que cada día va tomando cada vez más fuerzas; la adolescencia hace parte de una etapa por las que el ser humana experimenta complejos cambios no solo a nivel físico, también a nivel psicológico, de esta forma los adolescentes son muy propensos a padecer de ciertas patologías psicológicas, donde el primer lugar lo ocupa la depresión, enfermedad que logra sostenerse debido a lo múltiples factores de riesgos que pueden existir en la población adolescente, el cual, uno de estos son las discapacidades, enfatizando en esta investigación, en la discapacidad sensorial auditiva presentada, que de cierta forma desprender situaciones que agudizan la existencia de la depresión. De esta manera, se propone la idea de promocionar la salud mental para de esta forma prevenir la depresión en los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva. Por lo cual se lleva a cabo la revisión documental de la bibliografía propia o similar a la investigación, a partir de allí, se abordan temas característicos de las categorías y subcategorías, entre cuales se destacan, hábitos saludables, inclusión y participación, rutas de atención, estrategias pedagógicas, entre otras sumamente importantes para la prevención de la depresión.

Se recalca el hecho de que esta propuesta es netamente la construcción del programa con sus respectivas sesiones de intervención, cada uno de estas cuentas con un soporte teórico y una explicación desmenuzada paso a paso sobre la ejecución de cada uno de las estrategias, además de que es un documento que queda a la utilidad de quien necesite poner en práctica estos temas relacionados con la depresión en los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva. Cabe destacar que la depresión es un asesino silencioso que afecta hasta las almas más nobles sin importar nada, por lo que es muy importante combatir este mismo, con intervención, para escuchar, educar y acompañar de una forma adecuada.

Problema de Investigación

Planteamiento del Problema

El ser humano en su etapa evolutiva está predispuesto a muchos cambios que marcan de manera positiva o negativa determinada etapa del ciclo vital, coexistiendo en diversas situaciones y experiencias que influyen en la calidad de vida del ser humano. Es por esto que la salud mental se ha convertido en los últimos años en un factor de gran relevancia para la población en general permitiendo la estabilidad emocional, mental y física en el individuo, para una adaptación asertiva en diversas situaciones intra e interpersonales donde está envuelto el individuo, brindando un bienestar psicológico (Mingote y Muñoz,2011).

En Colombia, actualmente se ven muchas falencias en el modelo de Salud mental, debido a la falta de compromiso e inversión en distintas áreas de la salud que requieren el apoyo y la valoración de un profesional capacitado, es por esto que surge la necesidad de acercarnos y conocer más a esta la población con discapacidad auditiva y los problemas relacionados con la salud mental ya que estas personas al enfrentarse al mundo social se ven limitados y con dificultad en el área laboral, de relaciones interpersonales, y el entorno familiar. Afectando su autoestima y autoconcepto, lo que puede llevar a desencadenar trastornos como la depresión, ansiedad, entre otros (Posada, 2013).

Esto significa que, en cierto sentido, la prevalencia de trastornos mentales en la población de personas con discapacidad auditiva es significativamente mayor, para todas las edades, que la prevalencia de estos mismos trastornos en la población general, lo que incrementa la importancia de prestar una atención especializada e implementación de programas que cubran las necesidades de servicio existentes (Casas, Linares, Lemos y Restrepo, 2009, p.44).

Los países en vía de desarrollo actualmente cuentan con una respuesta medica insuficiente y ausencia de programas de inclusión social, que permitan concienciar a la población en general sobre la importancia de la salud mental en relación con los trastornos mentales como la depresión, y prever aquellas consecuencias que se pueden dar en el desarrollo del individuo al enfrentarse con la realidad. Así mismo se ve una gran limitación de los recursos económicos para fomentar el sistema de salud. En el que se cuenta con profesionales que pueden trabajar con la población de déficit auditivo fomentando la importancia de la Salud mental en las diferentes instituciones que trabajan en pro del desarrollo (Cobos, 2015).

De acuerdo a ello, las personas con discapacidad auditiva son susceptibles a presentar un trastorno depresivo que puede incrementar la discapacidad o desenvolvimiento de diversas áreas de la vida como la social, familiar y laboral estableciendo como consecuencia un decaimiento físico, mental y cognitivo que genera en el individuo una pérdida de intereses prácticos en su vida cotidiana limitando su desarrollo personal de manera óptima. Por lo tanto las personas con deficiencia auditiva pueden llegar a prevalecer una baja autoestima debido a la falta de aceptación y poca facilidad para desenvolverse en su entorno, es aquí donde este trastorno del estado de ánimo surge como desencadénate de los factores precipitantes en la vida de las personas, donde las entidades de la salud y profesionales con las capacidades necesarias para una efectiva comunicación como lo es el lenguaje de señas, que es un reto para la comprensión de esta población en específico, olvidando los factores que influyen en el estilo de vida de las personas con discapacidad auditiva (Castillo, Manrique, Peraza y Canto,2012).

Según Morales (2017), define la depresión como un trastorno que discierne un conjunto de factores biológicos, psicológicos y sociales, el cual afecta con mayor relevancia a personas con enfermedades terminales, físicas graves, donde el apoyo social y familiar juega un papel importante en su prevalencia o disminución. De hecho, las personas que se sienten excluidos del entorno laboral, social o familiar son más propensos a padecerla; es por esto que la depresión sigue siendo un reto para la sociedad que día a día incrementa en una persona sin esta saber que la padece (Morales, 2017).

De esta manera la hipoacusia o sordera establece una limitación lingüística y comunicativa, llevando potencialmente en el ámbito de la Salud mental, cognitivo, afectivo, social y económico de la persona afectada. Sin embargo, estas consecuencias no son las mismas en todas las personas con hipoacusia, dado que cada una tiene una inteligencia, personalidad, historia previa, tipo de sordera y método de comunicación, diferentes (Cobos, 2015, p.11).

Por consiguiente, la deficiencia auditiva afecta a un gran número de personas independientemente de la edad, género o estrato social, es por esto que el ministerio de salud y protección social. Minsalud (2017) refiere que la hipoacusia o sordera es una dificulta que impide el uso adecuado del sentido del oído, provocado por un factor hereditario o consecuencia de una enfermedad crónica o física que limita la adquisición del lenguaje con sus pares el cual se verá afectados en mayor o menor medida dependiendo el grado de pérdida auditiva que en casos es percibida por el individuo como obstáculo psicológico y social.

Según estimaciones recientes de la Organización Mundial de la Salud, en la actualidad, 360 millones de personas (328 millones de adultos y 32 millones de niños) padecen una pérdida auditiva incapacitante. Un 5,3% de la población mundial. Estas cifras resultan especialmente alarmantes si consideramos que desde 1985 el número de afectados ha aumentado en 42 millones Cobos, (2005, p.5).

Por otra parte, la discapacidad auditiva a través de los años ha causado un gran impacto en la población en general, siendo esta no solo una carga social y económica con altos recursos para adquirir los implementos que le permiten mejorar el estilo de vida a los individuos que presentan los problemas auditivos. Siendo prevista desde la infancia como un elemento que atrasa el desarrollo del lenguaje y capacidades cognoscitivas del infante, lo que a su vez obstaculiza el rendimiento escolar generando en ciertas instancias baja autoestima, sentimientos de tristeza y desmotivación hacia sus proyectos de vida. Al momento de encontrarse en la edad adulta y rehacer

sus vidas en relación laboral, social y familiar se vea estancada (Ministerio de salud y protección social, 2017).

Por último, es común que los niños, adolescentes y adultos con deficiencia auditiva sufran de estigma y aislamiento social que a corto y largo plazo puede desencadenar un trastorno del estado de ánimo como la depresión que afecta el estado cognitivo, emocional y físico de la persona como también limita el desenvolvimiento en las áreas de funcionabilidad del individuo siendo una repercusión más grave a las personas que presencian una discapacidad auditiva en cualquier edad de la vida (Ministerio de salud y protección social, 2017). Es por esto que se ve la necesidad de indagar si existe una correlación entre la discapacidad auditiva y la depresión. La presente investigación se plantea ser realizada mediante la creación de un diseño de intervención enfocado en programas, que podrá a mediano o largo plazo ser trabajado con estas personas en condición de discapacidad ya que debido a la pandemia del Covid19 no se tendrá contacto con esta población, pero será igual de importante y valida ya que se cuenta con una base de datos muy grande de distintas fuentes tanto a nivel nacional como internacional. Esta investigación estará enfocada en prevenir la depresión y sus posibles consecuencias en esta población la cual se ve muy vulnerada debido a su discapacidad sensorial auditiva. Es decir, esta limitación auditiva conlleva a que los individuos sufran depresión a raíz de la discriminación social, laboral y escolar que coexiste en la actualidad.

Descripción del Problema

Según la Organización Mundial de la Salud (2019), la depresión es una enfermedad frecuente en todo el mundo; se calcula que afecta a más de 300 millones de personas convirtiéndose en un problema de Salud serio, especialmente cuando es de larga duración e intensidad moderada a grave, y puede causar gran sufrimiento y alterar las actividades laborales, escolares y familiares. La Depresión es un trastorno que se puede diagnosticar de forma fiable y tratar por especialistas en el ámbito de Atención primaria, este trastorno se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito,

sensación de cansancio y falta de concentración y en el peor de los casos puede llevar al suicidio el cual es una de las principales causas de muerte en estos individuos.

Este trastorno afecta a la población en general, nadie se encuentra completamente libre de padecer depresión, cuando hablamos de la población con Discapacidad auditiva en la Comunidad Adolescente, es necesario considerar las implicaciones emocionales, afectivas y sociales que vienen ligadas puesto que las situaciones de aislamiento, comunicación y las dificultades a las que esta población se enfrenta en su cotidianidad, pueden repercutir negativamente en el proceso de integración y relación social (Restrepo & Clavijo, 2004).

Formulación del Problema

¿Puede un programa de intervención prevenir la Depresión y sus posibles consecuencias en adolescentes con Discapacidad auditiva?

Objetivos

Objetivo General

Diseñar un programa de prevención de la depresión y sus consecuencias, en adolescentes con discapacidad auditiva, mediante un estudio cualitativo, para la equiparación de estrategias y herramientas psicológicas a instituciones y hogares que permita un impacto y ejecución a futuro, así mismo la inclusión de esta población en los diferentes contextos.

Objetivos específicos

Proponer capacitaciones psicoeducativas que permitan el reconocimiento de los factores riesgo de la depresión

Plantear talleres psicoeducativos orientados a los factores protectores ante la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva

Crear una campaña psicoeducativa para la sensibilización de las consecuencias de la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva

Justificación

En la actualidad existen diversas teorías y constructos que enmarcan lo que se denomina depresión, un trastorno del estado de ánimo que a medida de los años ha causado un gran impacto en la población en general, siendo evidente en niños, adolescentes y adultos de cualquier edad, generando un desequilibrio en el área social, familiar y laboral en donde se desenvuelve el individuo. La OMS (2018) refiere:" La depresión es un malestar habitual que se da en todos los rincones del planeta, se calcula que afecta a más de 300 millones de personas". (P.1).

La discapacidad auditiva o sordera es una enfermedad que cada día se propaga debido a muchas afectaciones dadas por el contexto o por la predisposición genética con la que nace un individuo; aunque es inalterable, gracias a los avances tecnológicos de las ciencias se han implementado dispositivos y tratamientos terapéuticos que ayudan a mejorar esta problemática. OMS (2019) refiere: "Más del 5% de la población (466 millones de personas) padecerá esta pérdida. (432 millones de adultos y 34 millones de niños). Se estima que, en 2050, 900 millones de personas, una de cada diez padecerá pérdida de audición". Las personas con limitaciones auditivas reflejan una dificulta en la habilidad de comunicación al no poder escuchar lo que dicen las otras personas, es por esto que la comunicación con los demás es algo esencial para que no se encuentre la persona

en aislamiento ni se presenten otros problemas que puede desencadenar esta discapacidad, como baja autoestima, problemas escolares, depresión, inseguridad, ansiedad, etc. (García, 2019).

La OMS (2019) refiere que la población sorda o personas con discapacidad auditiva han asumido un rol desde una perspectiva socio- cultural, siendo vista como una capacidad, más que una discapacidad y como una realidad de manera visual, que se ve orientada y entendida a través de una lengua viso-manual, debido a esto la sordera es percibida por gran parte de la población como un motivo o una forma de demostrar al mundo que no es un incapacitante en la realidad.

Las personas sordas tienen predisposición o vulnerabilidad a presentar problemas de comunicación y el lenguaje, los cuales son aspectos limitantes y significativos en la vida cotidiana del individuo produciendo sentimientos de soledad, aislamiento y frustración; que marcan de una manera u otra diversos entornos en los que se desenvuelve, en la que se ven influenciados diferentes aspectos cognitivos, emocionales y conductuales siendo estos uno de los principales problemas que genera estar en condición de discapacidad auditiva y no tener las oportunidades y herramientas necesarias para enfrentar este fenómeno desde una perspectiva más adaptativa (Torres, 2010).

Partiendo de lo anterior es por esto que resulta de gran importancia para la comunidad en general conocer más de la depresión en esta población, ya que el solo hecho de padecer esta discapacidad trae consigo consecuencias psicológicas, físicas y sociales como; vergüenza, falta de concentración y baja autoestima. Las consecuencias físicas pueden variar desde dolores de cabeza y tensión muscular hasta estrés y aumento de la presión arterial. Asimismo, en las consecuencias sociales se puede encontrar el aislamiento y los problemas de comunicación. De este modo se plantea el abordaje mediante el Diseño de un programa que ayude a suplir o fortalecer estas debilidades generando un bienestar en la Salud mental y física en esta población y a raíz de esto se pueda obtener como resultado una participación más plena en la sociedad al igual que las personas sin discapacidad auditiva.

Es importante resaltar que también serán beneficiarios los docentes y padres de familia recibiendo información oportuna y práctica, lo que ayudará a que actúen de una manera asertiva para promover, proteger y asegurar el goce pleno de la salud física y mental de sus hijos. En cuanto al ámbito educativo las estrategias diseñadas serán fundamentales ya que servirá como material de apoyo al momento de una detección temprana de la depresión, tratarla y poder mitigar los efectos en su autoestima y desarrollo emocional los cuales se verán duramente afectados.

Para concluir la realización del estudio de dicho fenómeno aportará beneficios a la población en general, ya que por medio del presente trabajo monográfico se tendrá acceso a una amplia información de la problemática, como también de estrategias y talleres psicoeducativos que permitan el reconocimiento de los factores riesgo de la depresión como fortalecer aquellos factores protectores que podrán ser trabajados de forma sincrónica con estas personas que presenten discapacidad sensorial auditiva. La comunidad profesional en Salud, también será beneficiaria mediante la creación de herramientas psicológicas para el tratamiento y prevención de la depresión. Así mismo aportando al incremento de la experiencia investigativa desde un enfoque de diseños de programa, lo que involucra habilidades de deducción, comprensión y análisis, fortaleciendo el buen desarrollo de cualquier trabajo investigativo que en un futuro se realice. Por otro lado, ayuda a reforzar el afianzamiento de los conceptos y teorías desde la Psicología.

Estado del Arte

Nivel Internacional

El papel de la identidad grupal y la conciencia de estigma en la calidad de vida de personas con discapacidad sensorial y física: Un estudio en población española. Universidad Complutense de Madrid, España, Carrasco, Sanz, García & Duran (2020).

El presente trabajo de investigación habla de la conciencia de estigma de las personas con discapacidad y como esta afecta su calidad de vida y bienestar. Por otro lado, la no pertenencia a un grupo y la ausencia de lazos sociales tiene también consecuencias negativas. El ser humano es un ser social que necesita de los otros para sobrevivir. Fundamentalmente porque necesita del otro para descubrir quién es, ya que la persona no solo es psique y experiencia, sino también alteridad. Esta relación entre persona y grupo está mediada por la categorización social, estas categorías se convierten en una parte básica de nuestro autoconcepto, entendiendo este constructo como la percepción que la persona tiene sobre sí misma, el cual depende tanto de las experiencias con los otros y de sus propias atribuciones sobre su conducta.

Partiendo de lo anterior se hace referencia a la Teoría de la Identidad Social, la identidad de una persona viene dada tanto por los atributos personales (identidad personal) como por los atributos colectivos del grupo al que pertenece (identidad social) los cuales se articulan en base a la percepción de similitud con dicho grupo. Sin embargo, se desconoce el papel que cumple la pertenencia al grupo cuando este es un grupo estigmatizado.

El objetivo del presente estudio es comprobar las relaciones directas e indirectas entre la conciencia de estigma, la identidad social y la calidad de vida en personas con discapacidad física y sensorial. Participaron 192 personas con discapacidad de los cuales 120 eran mujeres (62.5%) y 72 eran hombres (37.5%). La edad de la muestra estaba comprendida entre los 23 y los 55 años. La conciencia de estigma se ha evaluado a través del Cuestionario de Conciencia de los Estigmas (SCQ, Stigma Consciousness) de Pinel adaptado a personas con discapacidad. La calidad de vida se ha evaluado con el Cuestionario de Calidad de Vida (CCV) de Ruiz y Baca adaptado a personas con discapacidad.

Los resultados muestran que el modelo teórico que mejor se ajusta a los datos es el Modelo 4. Este modelo plantea que la centralidad tiene un efecto negativo directo en el afecto; es decir, a mayor centralidad, peores son los sentimientos por formar parte del grupo. Muestra que la identidad social tiene una relación indirecta negativa con la calidad de vida y la conciencia de estigma tiene un efecto negativo directo con la calidad de vida, es decir, cuanto mayor es la conciencia de estigma, menor es la calidad de vida. Siendo este modelo congruente con estudios recientes que muestran que las personas que pertenecen a un grupo estigmatizado y presentan altos niveles de estigma, muestran sentimientos negativos por pertenecer a dicho grupo, dando lugar a una peor calidad de vida. Por otro lado, los resultados encontrados aportan nuevo conocimiento a considerar en la intervención psicosocial para la mejora de la calidad de vida de las personas con discapacidad física, visual y auditiva.

Prevalencia de trastornos emocionales en adolescentes con discapacidad auditiva en la escuela nacional para sordos y el instituto de ayuda al sordo santa rosa de 15-18 años. Universidad nacional Pedro Henríquez Ureña, Republica Dominicana, Abreu & Sáenz (2018).

El presente trabajo de investigación trata de describir la prevalencia de los problemas emocionales que se pueden desarrollar a raíz de la discapacidad auditiva en los adolescentes de 15-18 años pertenecientes a la Escuela Nacional Para sordos, donde se pondrá en demostración si los jóvenes se ven afectados emocionalmente por padecer esta discapacidad, la cual les impide comunicarse, desempeñarse y desenvolverse a nivel social como lo haría un adolescente. La manifestación del problema según el estudio revisado se da por la falta de aceptación que tiene el adolescente que padece esta discapacidad dando a demostrar: el auto rechazo, baja autoestima y problemas para socializar, así como la preocupación de no ser aceptado por sus coetáneos, lo que daría como resultado el padecimiento de problemas a nivel emocional como la ansiedad, temor a estar entre mucha gente como también depresión debido a los problemas internos no resueltos, donde el adolescente refleja conductas de poco interés en las actividades que usualmente realiza, irritabilidad, pérdida o aumento del sueño.

El diseño utilizado para esta investigación fue exploratorio puesto que refieren que es un tema poco estudiado, el enfoque que acompaña a este diseño es el cuantitativo, puesto que mencionan que se trabajó con una población de 30 estudiantes mediante la aplicación de un Cuestionario para la identificación de variables donde se arrojaron resultados importantes, la debilidad más significativa que se encontró dentro del estudio es la de inutilidad la cual viene integrada dentro de las variables que mide la prueba, debido a que las personas evaluadas se consideran que no pueden hacer bien ninguna tarea, no se siente seguros sobre cómo hacer las cosas por más sencillas que parezcan por tanto creen necesitar ayuda de otras personas. Así mismo se llegó a la conclusión de esta discapacidad si afecta en gran parte la estabilidad emocional del individuo generándole malestar tanto físico como mental.

Discapacidad Auditiva y Habilidades Sociales en estudiantes de 12 a 16 años, del Instituto Nacional de Audición y Lenguaje de la Ciudad de Quito, universidad central del ecuador, Ecuador, Segovia (2016-2017).

El presente estudio investigativo tiene como objetivo establecer la relación que existe entre la discapacidad auditiva y las habilidades sociales en estudiantes de 12 a 16 años, del Instituto Nacional de Audición y Lenguaje de la Ciudad de Quito, al comienzo del presente trabajo se habla de que saludar, pedir, sonreír y hacer favores o dar las gracias, son habilidades necesarias para poder adquirir otras más complicadas como expresar la opinión, disculparse o pedir ayuda, todas ellas imprescindibles para el diario vivir. De tal manera que es un tema de mucha importancia no solo para las personas que carecen del sistema auditivo, sino para todas las personas en general. Sin embargo, al ser un tema muy importante para la sociedad en general existen relativamente pocas investigaciones de este estilo, además de existir escasos instrumentos de calidad adaptados para explorar el desarrollo cognitivo o social de las personas con discapacidad auditiva, siendo esta realidad dramática si se considera el ámbito lingüístico del español.

Continuando en este orden de ideas el estudio plantea que, si se utilizan los instrumentos más adecuados, se puede decir que las personas con falta de audición, pueden desarrollar otras

habilidades como recurso para iniciar y mantener relaciones afectivas, enfrentar y resolver conflictos con otros o, también, pueden aprender junto a otras personas que no padezcan de este problema, sin ningún inconveniente. La recolección de información se realizó mediante recolección de datos en bases bibliográficas y a través del Test BAS-3. Se puede concluir que sí existe relación entre las discapacidad auditiva y habilidades sociales en el segmento objeto de estudio, sin embargo para este grupo en estudio, se demuestra que a mayor discapacidad auditiva, existe mayores niveles de habilidades sociales, existiendo fortalezas en ámbitos como la consideración con los demás, el autocontrol en las relaciones y en general liderazgo, es decir que aún con la falta de audición ha existido una adaptación a su realidad, fortaleciendo en muchos de los casos de manera positiva y en pocos de manera negativa en sus habilidades sociales.

Comunicación familiar en personas con discapacidad auditiva de la asociación de sordos asoraya, Universidad católica los ángeles Chimbote, Ayacucho- Perú, Vásquez, (2019).

El presente estudio tuvo como objetivo describir la comunicación familiar en personas con discapacidad auditiva de la Asociación de sordos Asoraya, Ayacucho, 2019. El tipo de estudio fue observacional, prospectivo, transversal y descriptiva donde se buscó poder conocer la prevalencia de casos de la comunicación familiar en personas con discapacidad auditiva de esta institución, la muestra fueron 52 personas la recolección de la información se realizó mediante entrevistas y el instrumento que se implemento fue la Escala de Evaluación de la Comunicación Familiar.

Los modelos de la comunicación dentro de la familia no son en su totalidad sanos; mientras se va haciendo disfuncional la comunicación que existe entre ellos de forma verbal y la no verbal, entre el que trasmite la información y el que lo recibe se genera en dichas ocasiones un problema que, por momentos puede ser la manifestación de una dificultad de interacción antepuesta, el presente trabajo investigativo se sustenta en las distintas revisiones teóricas donde hablan de los diferentes modelos familiares como de sus distintas redes de comunicación y formas de actuar de los padres con sus hijos, pero pocos estudios los abordan desde la perspectiva de estas personas con deficiencia auditiva. Se obtuvo como resultado que de la población estudiada la mayoría presenta un nivel de comunicación familiar medio, lo que significa que aparentemente los

miembros de la familia están unidos y tienen un tipo de comunicación un tanto personal ya que las familias entablan conversaciones donde brindan sus opiniones personales y lo miembros de la misma muestran cierto interés por los demás. Así mismo los resultados de la presente investigación por tratarse de una población con características particulares, teniendo en cuenta la dificultad de acceso a la información 45 no se encuentra con antecedentes para hacer las comparaciones convenientes al estudio, pero queda como una investigación preliminar para posteriores investigaciones con la misma población.

Rasgos depresivos en alumnos con discapacidad auditiva en un programa de inclusión universitaria, Universidad autónoma de Sinaloa, México, Monjardín, Arellano & Bustamante (2017).

El presente artículo de investigación tiene como objetivo el siguiente; Conocer los niveles de depresión de los estudiantes con discapacidad auditiva. Donde participaron un total de 10 estudiantes con que asisten a un curso de español para personas sordas en la Universidad, se utilizó un enfoque cualitativo de tipo transversal. Se aplicó el inventario de depresión de Beck (BDI) que consta de 21 reactivos y una entrevista semiestructurada, cabe mencionar que todo el procedimiento de recolección de datos, fue mediada por un intérprete. Conocer los niveles de depresión de los estudiantes con discapacidad auditiva, permite crear estrategias que mejoran su bienestar cognitivo y emocional que impactan en su desempeño de una manera positiva. Las personas con deficiencia auditiva pueden presentar dificultades en el desarrollo, debido a los problemas relacionados con la comunicación, lo cual influye de manera negativa en su calidad de vida y los sitúa en una posición de desventaja, con respecto a la población oyente.

Es importante resaltar de acuerdo a todo el proceso realizado y los resultados arrojados que estas personas con deficiencia auditiva presentan mayores síntomas emocionales y comportamentales, y tienen menos calidad de vida, presentando mayor vulnerabilidad al desarrollo de trastornos de ansiedad y del estado de ánimo, en comparación con las personas oyentes. Los resultados que arrojan tanto el BDI como la entrevista refieren que la discapacidad auditiva no

tiene relación con altos niveles de depresión, sin embargo, se puede observar que algunos rasgos son significativos para la mayoría de los informantes.

Nivel Nacional

Hábitos alimenticios, actividad física y estado nutricional en escolares en situación de discapacidad visual y auditiva, Cali- Colombia, Murillo, Gonzales, Castaño & Ramos (2017).

Las prácticas alimentarias en especial las de los escolares durante los últimos años han sufrido grandes cambios, con tendencia al aumento de hábitos no saludables, también la inactividad física y el incremento del sedentarismo causando un gran deterioro de las funciones físicas. Enfermedades comunes y severas como la obesidad, la enfermedad coronaria, la hipertensión arterial, los problemas de columna vertebral, la ansiedad y la depresión, han sido relacionadas directa o indirectamente con la ausencia de actividad física. De este modo, asociada a otros factores como tabaco, consumo de una dieta desordenada e hipercalórica, consumo excesivo de alcohol y estrés emocional, agravan la situación de salud tanto mental como física.

En los adolescentes escolares la prevalencia de obesidad es considerada que puede ser generada por múltiples factores (biológicos, genéticos y ambientales), en la infancia, la mayoría de los casos, se debe a factores relacionados con el estilo de vida. Se realizó un estudio descriptivo de corte transversal realizado en niños del Instituto de Ciegos y Sordos de Cali. La muestra que se seleccionó fue intencional, participaron 113 escolares, 34 con discapacidad visual y 79 con discapacidad auditiva.

Los instrumentos utilizados fueron cuestionario de frecuencia de Ingesta Alimentaria, entrevista de hábitos alimentarios, cuestionario de actividad física y medidas antropométricas. Después de realizados los distintos procedimientos de evaluación y resultados, mediante un trabajo riguroso se llegó a la conclusión de que la discapacidad visual y auditiva repercute a lo largo de la vida de los escolares, afectan su articulación en la escuela, en el proceso de integración y en las

habilidades necesarias para lograr una adecuada alimentación y por lo tanto un desarrollo óptimo. Así mismo la actividad física se presenta como un factor protector de la salud de estos jóvenes, aportando capacidades desde el punto de vista físico, de diversión y relajación. Las investigaciones desarrolladas en esta población con discapacidades visual y auditiva son escasas y es importante que a partir del desarrollo de la actividad física que las poblaciones con este tipo de discapacidades generen orientación espacial. Donde se comprenda mejor la discapacidad y las especificidades en términos de manejo y así el tomar decisiones en términos de hacer investigaciones podría arrojar enfoques y orientaciones que ayuden a estimular a esta población desde el punto de vista alimenticio, emocional y físico, además de facilitar modelos de orientación que lleven conocer aún más este fenómeno.

Estrategias tecno pedagógicas utilizadas en educación media para estudiantes con discapacidad auditiva en Colombia en la última década. Universidad Nacional abierta y a distancia unad. Bogotá D.C. Lina María García Orduz. (2017).

El presente proyecto de investigación tuvo como objetivo, Reconocer mediante revisión bibliográfica, estrategias tecno pedagógicas vinculadas a la educación media para estudiantes con discapacidad auditiva reportadas en la literatura para el caso Colombia en la última década. Se planteó para reconocer Cuáles son estrategias tecno pedagógicas vinculadas a la educación media para estudiantes con discapacidad auditiva reportadas en la literatura para el caso Colombia en la última década.

Como metodología se usó un estudio cualitativo de tipo documental, específicamente un estado del arte. Utilizado como periodo de estudio la última década en Colombia; analizando los estudios encontrados reportados en la literatura que dan cuenta del desarrollo, aplicación y evaluación de estrategias tecno pedagógicas vinculadas al proceso educativo de estudiantes colombianos con discapacidad auditiva.

Como resultado, reconocieron y seleccionaron artículos y documentos que abordan experiencias relacionadas con el tema central del trabajo y que fueron publicados en la red en la última década, teniendo en cuenta para su selección: contexto colombiano, experiencias relacionadas estrategias tecno pedagógicas para la discapacidad auditiva.

Fortalecimiento del desarrollo humano integral rutas para la atención integral de niños y niñas con discapacidad auditiva de 0 a 6 años. Universidad de Antioquia, Colombia. Diana Patricia Ocampo Marín, Nathaly Serna Almendrales, Yeni Evelsi Taborda Rodríguez. (2019)

El presente estudio se enfocó en valorar la efectividad o no de las rutas de atención de los regímenes de salud en Colombia, teniendo en cuenta los diferentes diagnósticos en Discapacidad Auditiva, para favorecer el desarrollo humano integral en niños y niñas de 0 a 6 años del Municipio de Itagüí.

Esta investigación se realizó dentro de un enfoque cualitativo. Fue necesaria la participación de la población a investigar, con niños y niñas de 0 a 6 años con discapacidad auditiva; y la relación existente entre ellos con las diferentes personas que están en cada uno los contextos en donde los niños y las niñas se desenvuelven, donde se logró observar sus comportamientos, para así poder comprender e interpretar una realidad en cada sujeto.

Como conclusión, esta investigación, evidencio la importancia de un educador especial en el ámbito de la salud, y la influencia que este trae a los padres a la hora de ser asesorados y obtener conocimiento pedagógico y alternativas educativas adecuadas para los niños con discapacidad auditiva. A demás consideraron que es fundamental la adquisición de un diagnóstico en los primeros años de vida, ya que a partir de este se podrán brindar las alternativas y ayudas más pertinentes para el desarrollo humano integral, y por ende podrá adquirir las bases necesarias, las cuales a su vez le facilitarán el acceso y la permanencia en el ámbito educativo.

Por otra parte, se evidencio dentro del contexto escolar, que existe un desconocimiento por parte del personal docente y administrativo, frente a la identificación de los signos de alarma de la Discapacidad Auditiva, o en algunos casos estos los asocian a otros tipos de discapacidades o trastornos, generando así una activación inadecuada en las rutas, o peor aún, estas no son activadas.

Diseño de un ambiente virtual para estudiantes de grado sexto con discapacidad auditiva que refuerzan el aprendizaje en el área de informática. Universidad pedagógica Nacional de Colombia Bogotá d.c. María Ximena Navarrete Forero, Carolina Castro Andrade. (2017)

La presente investigación tiene como objetivo, Desarrollar un Ambiente Virtual de Aprendizaje, orientado a los estudiantes con discapacidad auditiva para contribuir a su proceso de aprendizaje en clase de informática.

El presente trabajo es de tipo exploratorio en un inicio, porque se enfrenta a un tema de investigación que ha sido estudiado de manera general, pero no en el caso específico de su objetivo de investigación, el cual es la enseñanza la enseñanza de la de la informática dentro del área de la tecnología para la educación básica.

Por otra parte, en su metodología hicieron uso del método de investigación, estudio de caso, en que se basa en una situación en este caso el aula de clase, a la cual se llega a través, de la observación, descripción y análisis que se obtiene con la investigación exploratoria.

La conclusión general de la investigación, mencionan que la implementación de Ambientes Virtuales de Aprendizaje (AVA) facilito el aprendizaje de conceptos, comprensión de fenómenos físicos, fortalecimiento de actividades experimentales y la interacción comunicativa entre pares y con el profesor.

En cuanto a las estrategias pedagógicas de enseñanza en los estudiantes con discapacidad auditiva, la investigación menciona en primera medida el estilo de aprendizaje sensitivo como un método de aprendizaje que se relaciona más con el contexto de los estudiantes sordos y oyentes, siendo complementado por un aprendizaje visual que les permite acceder a contenidos con los que pueden lograr una mayor comprensión de los diferentes temas que estén abordando en clase.

Nivel Regional

Prevalencia de la población con hipoacusia neurosensorial bilateral, Universidad de Pamplona-Norte de Santander. Muñoz, Rubio, Rodríguez, Calderón, Gómez, Hernández & Espinosa (2018).

El presente trabajo de investigación se basó en establecer las características del grupo de usuarios con Hipoacusia Neurosensorial Bilateral que permita agrupar la población de acuerdo a sus características y necesidades comunes, con el objetivo de obtener la base de datos que será utilizada para el estudio de satisfacción sobre el uso de audífonos en esta población. Caracterizar en salud, hace referencia a la identificación de grupos de usuarios que comparten características similares. Parte de la teoría se soporta en el mercadeo. La caracterización de usuarios de acuerdo a diferentes parámetros de salud dentro de los procesos de investigación, tiene como objetivo lograr un mejor diseño e implementación de servicios basándose en las necesidades de quienes lo requieran. Esta investigación se realizó en la ciudad de Pamplona Colombia y sus municipios aledaños, de carácter cuantitativo y descriptivo correlacional de corte transversal, contó con una muestra total de 6.316 usuarios, tomados de 3 bases de datos de Historias Clínicas de pacientes atendidos por el servicio de fonoaudiología durante los años 2006 a 2016.

Partiendo de lo anterior y para dar respuesta a la pregunta macro de la investigación: “Determinar el grado de satisfacción que tienen los pacientes con Hipoacusia Neurosensorial Bilateral HNB del uso de los audífonos” y responder a la pregunta ¿Cuál es el grado de satisfacción del uso de audífonos en personas con HNB? en esta segunda etapa de la investigación se realizó

la caracterización socio-demográfica de los sujetos objeto de estudio por medio de diferentes variables que permitieron agrupar la población de acuerdo a sus características y necesidades comunes y específicas.

La pérdida auditiva es un proceso paulatino y progresivo, donde muchas personas no se dan cuenta de que su audición se ha deteriorado hasta que otros lo señalan, los cambios en las actividades de la vida diaria reflejan una menor capacidad para escuchar (por ejemplo, subir el volumen del televisor o pedir a la gente que hable más fuerte) y el individuo comienza a alejarse de las situaciones sociales. Se concluye que, en realidad no existen datos relevantes que den cuenta si la hipoacusia neurosensorial bilateral tiene predominio de género, pues este factor no es considerado como un generador de esta patología. Así mismo refieren que la edad es un factor determinante para presentar hipoacusia neurosensorial bilateral, ya que dicha alteración se relaciona con el deterioro progresivo en las células ciliadas internas, generado por cambios fisiológicos en éstas, producto del envejecimiento natural de la persona y muchos estudios demuestran que los pacientes prefieren utilizar un audífono, pero en la investigación actual se contrapone ya que la mayoría de las personas con HNB tiene auxiliares auditivos a nivel bilateral.

Caracterización de los determinantes sociales en salud relacionados con la educación en personas con discapacidad en el municipio los Patios, Colombia, Vanegas, Soto & Sánchez (2018).

El estudio pretende conocer la percepción de las personas con discapacidad del municipio Los Patios en relación a su participación en el sistema escolar, con el objeto de identificar elementos que interfieren en el proceso de inclusión y consecución de estas personas en el sistema educativo, y cuyo análisis sirva de marco referencial a las políticas públicas para así contribuir en la integración de esta población al sector productivo del país y mejorar su calidad de vida.

De este modo la muestra que se tomo fue de 246 personas que presentaban algún tipo de discapacidad con residencia en el municipio Los patios, Norte de Santander, Colombia, bajo selección no probabilística intencionada, se administró el instrumento "Registro para la Localización y Caracterización de Personas con Discapacidad (RLCPD), para identificar los determinantes sociales de salud relacionados con la educación.

Entre los determinantes sociales en salud, la educación juega un rol importante ya que está relacionado a la calidad de vida en individuos con discapacidad, a medida que aumenta el nivel educativo de los individuos, también aumenta la probabilidad de contar con un buen estado de salud y con una mejor calidad de vida. En Colombia el esfuerzo gubernamental para abordar las políticas públicas orientadas a la mejora en la calidad de vida de la población con discapacidad se vio materializado más concretamente a partir de la Constitución Política de 1991, donde se inició el proceso de afianzamiento del marco jurídico que determinaba los derechos de las personas en situación de discapacidad, al igual que los deberes del Estado y de la sociedad para con este grupo poblacional. Sin embargo, aunque se han desarrollado políticas gubernamentales para incorporar a la población con discapacidad al sistema Educativo pareciera que es necesario que estas transiten del enunciado a acciones concretas.

Representaciones sociales de la autoridad pedagógica en los estudiantes en situación de discapacidad auditiva y la expresión verbal en un colegio público de Cúcuta. Universidad Simón Bolívar. Lisseth Krisvelly & Vera Laguado (2016).

El presente proyecto de investigación plantea describir las representaciones sociales y autoridad en los estudiantes con discapacidad auditiva del Instituto Técnico Guaymaral Sede B, teniendo en cuenta la relación familiar, educativa y social. La metodología fenomenológica se basa en un análisis descriptivo en base a las experiencias compartidas, partiendo de una prueba descriptiva-cualitativa con el fin de analizar, observar y entender sus comportamientos, ideas, pensamientos y emociones. Se analizó en torno al estudio y al estado que los estudiantes en condición de discapacidad son personas que tienen un sinnúmero de dificultades como lo son el aprendizaje diario, la comunicación con la sociedad, y en la parte emocional se sienten aislados.

También observamos positivamente que, por medios visuales, dinámicos, concluimos que, si se le aporta los recursos, materiales, intérpretes, ellos tendrán mejor rendimiento académico.

Marco Teórico

En los presentes apartados se mostrará información teórica donde se dará abordaje a los tres capítulos que dividen el proyecto, el primero Salud mental, como segundo encontramos Depresión y finalmente Discapacidad Sensorial auditiva, profundizando en cada uno dando sustento y validez a la investigación.

Capitulo I. Salud Mental

Definición.

La salud mental es un tema que a través de los años ha tenido gran repercusión en la población en general, ya que las personas que padecen de trastornos mentales sufren un desequilibrio en la esfera social, familiar y laboral resultado de trastornos como la ansiedad, depresión, y del estado del ánimo que se caracterizan por la baja inestabilidad que genera en el individuo que la padece (posada, 2013). La OMS (2019)" refiere que la salud mental es un estado de bienestar físico, mental y social en el que la persona afronta el estrés usual de la vida en familia y en comunidad o cómo el desarrollo de las potencialidades de la persona". (p.1)

Con respecto a lo anterior se entiende como un estado dinámico que permite expresar las experiencias de la vida diaria equilibradamente, es decir la percepción de las situaciones. Actualmente la salud mental es definida como la forma en que el ser humano actúa, y de los pensamientos, creencias y emociones que llevan a una estabilidad donde se ve íntimamente ligada a la historia familiar, biológica y social de cada persona. Siendo un proceso relevante en la vida

del ser humano ya que permite la estabilidad en los contextos en los que se desenvuelve donde juegan parte los recursos emocionales, cognitivos, y mentales que dirigen el accionar de los individuos (Minsalud, 2014).

Según el Estudio Nacional de Salud Mental, Colombia, 2003, el 40,1 % de la población colombiana entre 18 y 65 años ha sufrido, está sufriendo o sufrirá alguna vez en la vida un trastorno psiquiátrico diagnosticado. De estos, se detecta el 16 % en el último año y el 7,4 %, en el último mes. Los trastornos de ansiedad encabezan la lista (19,5 %); luego siguen los trastornos del estado de ánimo (13,3 %), los trastornos por control de impulsos (9,3 %) y los relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas (9,4 %) (1). (P.1).

Dicho lo anterior es importante mencionar el impacto que tienen las situaciones de desastre en la salud mental ya que, una persona que se encuentre en un ambiente donde su conducta "usual" ya no conduce a un resultado que solía ser predecible, está propensa a que se eleve su nivel de ansiedad y sienta afectadas las funciones que controlan la conducta, lo cual aumenta la tendencia a ; Exteriorizar sus emociones a través de la acción, distorsionar la conducta, enfermarse o sufrir una desorganización psíquica. De igual modo puede ser que algunas de esas emociones no se hayan experimentado anteriormente, cada persona es diferente y puede responder de distinta manera en ciertos momentos. También está claro y debido a múltiples estudios ya revisados que, la exposición a eventos traumáticos produce niveles altos de tensión y angustia en las personas, el recuerdo de lo sucedido será parte de la vida de los sobrevivientes o espectadores y no se borrará de su memoria. Se ha demostrado que sólo algunos sujetos experimentarán problemas más serios o duraderos que pueden calificarse como psicopatología. La mayoría de personas no sufre en ese momento de ninguna enfermedad mental, sólo están experimentando reacciones esperadas ante un suceso vital significativo. De manera que, resulta de gran relevancia el trabajo por parte del Psicólogo o profesional en salud realizando una rápida y adecuada intervención psicosocial donde estas reacciones pueden disminuir y los sujetos podrán volver al funcionamiento normal *Articulo; salud mental* (2020).

De modo que, es significativo reconocer que la salud mental es también una situación que puede ser alterada o afectada por las condiciones ya sea de orden orgánico, social o cultural, en las que puede vivir el individuo. Por ejemplo, las presiones socioeconómicas persistentes constituyen un riesgo para la salud mental de las personas y las comunidades, las pruebas más evidentes están relacionadas con los indicadores de la pobreza, y en particular con el bajo nivel educativo. Así mismo la mala salud mental se asocia con los cambios sociales rápidos, a las condiciones de trabajo estresantes, a la discriminación de género, a la exclusión social y a los estilos de vida poco saludables. También se encuentran factores de la personalidad y psicológicos específicos que hacen que una persona sea más vulnerable a los trastornos mentales. Por último, los trastornos mentales también tienen causas de carácter biológico, dependientes, por ejemplo, de factores genéticos o de desequilibrios bioquímicos cerebrales.

De ahí que, Gonzáles ofrece una definición para referirse a los trastornos mentales: "No es el problema aislado de un individuo; con frecuencia es el derrumbamiento de fuentes normales de apoyo social. Especialmente de la familia, aunque el individuo contribuye a ese derrumbamiento, no es sólo él el que se deteriora y se destruye, son los sistemas de los cuales hace parte a través de la familia, la escuela o el trabajo, mediante la religión o simplemente la amistad, estos sistemas han fracasado en su papel de apoyo" (Como se citó en Rodríguez, 2020).

Los Problemas Mentales

Los problemas de salud mental afectan la manera en que una persona se comporta, siente y piensa siendo menos severo de lo que se denomina trastorno mental generando un malestar en cierta etapa de la vida siendo de manera persistente o temporal que puede o no llegar a causar un deterioro significativo por la experiencia que viva el individuo (minidsalud,2014). De acuerdo a la OMS (como se citó en Minsalud, 2014) "cerca de 450 millones de personas sufren trastornos

mentales con una prevalencia similar en hombres y mujeres, con excepción de la depresión, que es más común en mujeres, y el abuso de sustancias, que es más común en hombres" (p.2).

Resulta de gran importancia hablar de la promoción y protección de la Salud mental y sus innumerables beneficios si se implementa a tiempo. Esta consiste en acciones que creen entornos y condiciones de vida que propicien la salud mental y permitan a las personas adoptar y mantener modos de vida saludables. Entre ellas hay una serie de acciones para aumentar las posibilidades de que más personas tengan una mejor salud mental. Para esto es necesario un ambiente de respeto y protección de los derechos civiles, políticos, socioeconómicos y culturales siendo fundamental para la promoción de la salud mental. Sin la seguridad y la libertad que proporcionan estos derechos resulta muy difícil mantener un buen nivel de salud mental ("OMS: *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*", 2020).

Por tanto, en el contexto de los esfuerzos nacionales por desarrollar y aplicar políticas relativas a la salud mental, es esencial, no solo proteger y promover el bienestar psicológico de los ciudadanos, sino también satisfacer las necesidades de las personas con trastornos de salud mental. Para finalizar se resalta que en los últimos años ha mejorado considerablemente el conocimiento de lo que hay que hacer en relación con la creciente carga de morbilidad derivada de trastornos mentales. Existe un conjunto cada vez mayor de pruebas científicas que demuestran la eficiencia y la buena relación costo-eficacia de intervenciones cruciales para abordar trastornos mentales prioritarios en países con diferentes niveles de desarrollo económico.

Salud Mental En Adolescentes

Niños y adolescentes presentan problemas de salud mental que interfieren en el proceso de crecimiento y desarrollo de su etapa evolutiva, derivado de factores biológicos, económicos y

ambientales que se asocian a los estilos de vida. Es así como los adolescentes en su mayoría son vulnerables a las demandas ambientales del sistema macrosocial en el que se encuentran, donde las condiciones de vida predisponen a la inestabilidad emocional y cognitiva afectando su bienestar mental (Unicef, 2011). La depresión es la enfermedad que más contribuye a la carga mundial de morbilidad entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad, y el suicidio es una de las tres causas principales de mortalidad entre las personas de 15 a 35 años (unicef,2011, p.1).

Salud Mental En Personas con Discapacidad Sensorial auditiva

Las personas con discapacidad auditiva presentan mayor dificultad para desenvolverse en el contexto que se encuentran, debido a que su discapacidad es vista como un estereotipo que emerge en una limitación en el mundo laboral y social sin tener en cuenta la capacidad que tiene el individuo para responder a las exigencias del entorno, las personas sordas muestran problemas para las relaciones interpersonales ya que su comunicación oral es nula siendo un obstáculo en diversas esferas de la vida. En consecuencia, surgen pensamientos de minusvalía, baja autoestima que alteran su autoconcepto. Las personas con discapacidad auditiva muestran una alta probabilidad de presentar trastornos de personalidad, adaptativos o depresivos debido a la carencia de relación de padre e hijos, dificultades en la interacción del lenguaje y el óptimo desarrollo educativo que limita el área social, laboral y familiar de la persona que presenta dicha dificultad (Olazábal, Pousa, Sesma, Fernández y Gonzales (2017).

En síntesis, se han expuesto cada uno de los temas que se relacionan con la idea central del presente capitulo Salud Mental. Siendo importantes ya que, el presente programa de intervención va dirigido u orientado al cuidado de la salud mental en una población vulnerable como lo son las personas con discapacidad sensorial auditiva, por medio del trabajo de la prevención mitigando sus posibles consecuencias y fortaleciendo los factores protectores una vez identificados. De este

modo la recopilación de toda la información posible fue de gran utilidad, brindando bases sólidas para un mejor entendimiento y profundización de la temática.

Capitulo II Depresión.

En este apartado se encuentra información acerca de la depresión, causas, sintomatología factores de riesgo, adolescentes con depresión, con el fin de dar una mejor profundidad y ampliar el conocimiento tanto del investigador como el del lector.

La depresión es una enfermedad que afecta al ser humano de manera holística en su funcionabilidad física, motora, cognitiva y emocionalmente donde el individuo se ve inmerso en una esfera catastrófica que lleva a sentimientos de inutilidad, tristeza, desesperanza y perdida de las actividades cotidianas, este trastorno conlleva al individuo de manera leve, moderada o severa a los indicios de la pérdida del sentido vida dependiendo del grado y manifestación de síntomas y pensamientos irracionales en el que el individuo que la padece sufre un caótico vacío existencial que entre el tiempo y la mantención del trastorno se cae en la inercia estructural de la mente que dificulta el placer y la proactividad en el área social, familiar, y laboral que coexiste en el individuo (Organización panamericana de la salud, 2012).

La OMS (2019). Refiere que la depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración que sensiblemente dificultad el desempeño de la vida diaria (pag.1).

La depresión es resultado de interacciones complejas con el medio, en el que dicha enfermedad genera un desequilibrio mental en la forma de percibir el mundo, manifestando una perspectiva negativa de lo que se interpreta y acontece en el entorno; es decir el individuo se percibe así mismo, a los demás y al mundo de forma distorsionada donde los pensamientos y la conducta se ven afectados por el proceso siendo de perduración duradera o temporal.

Los terminantes sociales cumplen un rol fundamental en la persistencia o disminución de la enfermedad ya que quienes se encuentran en condiciones de desempleo, pobreza, violencia intrafamiliar, drogadicción ´puede llegar a desencadenar dicho trastorno del estado del ánimo (Morales, 2017).

Sintomatología Depresiva

Por depresión se entiende una agrupación de síntomas susceptibles de valoración y ordenamiento en criterios diagnósticos racionales y operativos que recogen la presencia de síntomas afectivos y de sentimientos : tristeza patológica, decaimiento, irritabilidad, sensación subjetiva de malestar e impotencia frente a las experiencias de la vida, aunque en mayor o menor grado, siempre estando síntomas de tipo cognitivo, volitivo y somático que da una afectación global a la vida psíquica, haciendo especial énfasis en la esfera afectiva (Alberdi, Taboada, Castro, y vasques,2006, p.1).

Tipos De Depresión

Según el DSM-V (2014). clasifica los tipos de depresión de la siguiente manera:

Trastorno de desregulación destructiva del estado de ánimo. Se caracteriza por episodios de colera graves y recurrentes que se manifiestan a través de (rabietas verbales) y el

comportamiento (agresión física a personas o propiedades) los episodios de colera no concuerdan con el grado de desarrollo y persisten durante 12 o más meses ya que en término medio se produce durante tres o más veces por semana donde los estados de ánimo irritables o colérico se dan de manera persistente.

Trastorno de depresión mayor. Se caracteriza por la persistencia de cinco o más síntomas durante un mismo periodo de dos semanas, siendo un cambio representativo en el funcionamiento que lleva a la perdida de interés, estado de ánimo depresivo la mayor parte del día, vacío, desesperanza, pérdida de peso e insomnio en el que de acuerdo a la persistencia de los síntomas se clasifica en depresión leve, moderado y grave.

Trastorno depresivo persistente (distimia). En este trastorno se aglomeran los trastornos de depresión mayor crónico y el trastorno distímico del DSM-IV. Siendo caracterizado por un bajo estado de ánimo deprimido durante la mayor parte del día persistiendo durante un mínimo de dos años de presencia, durante la depresión se deben presentar dos o más de los siguientes síntomas: pérdida del apetito por sobrealimentación, dificultad para tomar decisiones, insomnio o hipersomnio, poca energía o fatiga, falta de concentración y sentimientos de desesperanza etc. en los niños y adolescentes persistir por un periodo de 1 año.

Trastorno disfórico premenstrual. Este trastorno va relacionado con el ciclo menstrual de la mujer, presente en la última semana del inicio de la menstruación y desapareciendo una semana después de la menstruación se caracteriza por los siguientes síntomas: labilidad afectiva intensa, aumento de sensibilidad al rechazo, irritabilidad inmensa, ansiedad, tensión, desesperanza y la sensación de estar excitada con los nervios de punta.

Trastorno depresivo inducido por una sustancia/medicamento. Se caracteriza por una alteración en el estado de ánimo que predomina en el cuadro clínico y que se caracteriza por estado de ánimo deprimido, disminución notable del interés o placer por todas o casi todas las actividades. Se diagnostica a partir de conocer la historia clínica, la exploración física o los análisis de laboratorio donde se tiene en cuenta los síntomas desarrollados durante o poco después de la intoxicación o abstinencia de una sustancia o después de la exposición a un medicamento.

Trastorno depresivo debido a otra afección médica. Un período importante y persistente de estado de ánimo deprimido o una disminución notable del interés o placer por todas o casi todas las actividades predomina en el cuadro clínico coexistiendo pruebas a partir de la historia clínica, la exploración física o los análisis de laboratorio de que el trastorno es la consecuencia fisiopatológica directa de otra afección médica y la alteración no se explica mejor por otro trastorno mental como trastorno de adaptación, con estado de ánimo deprimido, en el que el factor de estrés es una afección médica grave.

Ciclotimia. Manifestaciones leves e imprevisibles con cambios fuertes en el estado de ánimo caracterizado por sentimientos de euforia a la tristeza en varios días sin ningún motivo aparente**.**

Factores De Riesgo

En la actualidad la depresión es un trastorno mental que aumenta la probabilidad de padecer otras enfermedades en comorbilidad a trastornos como la ansiedad y de la conducta, generando en el individuo limitaciones en su entorno familiar, social e intrapersonal que desde la infancia y adolescencia el individuo se enfrenta a una serie de factores que enmarcan la aparición de dicho trastorno como el predisponente genético, la violencia intrafamiliar, separación de los padres, abuso sexual, problemas económicos y en cierto grado el abuso de sustancias psicoactivas

actuando como desencadenantes a la aparición de esta enfermedad tan importante que afecta a un gran número de personas y afecta de manera notable la salud mental (Hoyos, Lemos, Torres, 2012).

Adolescencia y Depresión

La depresión a medida de los años ha causado gran impacto en la población infantil, adolescente y adulta siendo un problema altamente preocupante para la salud, donde se refleja la incapacidad de sentir placer por las actividades de la vida cotidiana. En Colombia la depresión en adolescentes responde a una serie de procesos complejos que involucran la esfera social, académica, familiares y personales que distorsionan la percepción del individuo llevando al suicidio o a ideaciones que determinan de una manera agravante el crecimiento evolutivo en los adolescentes irrumpiendo de manera notoria las ganas de vivir y la funcionabilidad optima (Hoyos, Lemos, Torres, 2012).

Intervención Psicológica en la Depresión

Son varias las terapias o intervenciones psicológicas que han demostrado su eficacia en el tratamiento de la depresión. La elección de una u otra se debe hacer en función del análisis funcional que se realice de cada paciente de forma personal. Primeramente, se encuentra el enfoque cognitivo - conductual que dice que los trastornos emocionales surgen de los pensamientos irracionales que tiene la persona. Si se analizan estos pensamientos que están detrás de un comportamiento y se le hace lógico y racional, el problema psicológico se solucionará. De este modo se encuentran distintas técnicas que son muy efectivas y que pueden ser empleadas, entre las conductuales están: la programación de actividades y asignación de tareas graduales, la práctica cognitiva y el entrenamiento asertivo. En las técnicas cognitivas se resalta el entrenamiento en observación y registro de cogniciones, donde lo que se quiere es demostrar al paciente la relación

entre cognición, afecto y conducta *Psicología y depresión: tratamiento cognitivo-conductual*", (2020).

Por lo general en las primeras fases del tratamiento se suelen emplear técnicas conductuales a fin de acercarse al nivel de funcionamiento que tenía el paciente antes de la depresión. Conseguido esto se van utilizando un mayor número de técnicas cognitivas que requieren un razonamiento abstracto y que van a servir como acceso a la organización cognitiva del paciente, para buscar distorsiones cognitivas base en los pensamientos negativos y automáticos.

Capitulo III. Personas con Discapacidad Sensorial auditiva

Las deficiencias auditivas se caracterizan por ser un déficit total o parcial en la percepción que se evalúa por el grado de pérdida de la audición en cada oído. se distinguen entre, Sordas que poseen una deficiencia total o profunda. También hipoacusia que se entiende por la disminución de la capacidad auditiva y la pérdida total de la audición recibiendo el nombre de cofosis (sordera). Continuando en este orden de ideas la discapacidad es la incapacidad o limitación física y mental de una persona que vive en sociedad. La OMS (2019) afirma "La discapacidad es un término general que abarca las deficiencias, las limitaciones de la actividad y las restricciones de la participación. Las deficiencias corresponden a dificultades que perturban a una estructura; las limitaciones de la actividad son conflictos para establecer acciones o tareas, y las restricciones de la participación son inconvenientes para participar en contextos importantes" (p.1).

La audición es un proceso complejo debido a las vibraciones sonoras que se implantan por el conducto auditivo externo, pegan con el tímpano y provocan inclinaciones en la membrana timpánica y por último se realiza un traslado hacia el yunque, martillo y el estribo. Cuando el

estribo se mueve, los líquidos del oído interno también se mueven, y así comienza el proceso para estimular a las células sensoriales que transforman el sonido en electricidad (Torres, 2010).

La discapacidad sensorial auditiva es la imposibilidad para recibir adecuadamente los estímulos auditivos del medio ambiente, es decir escuchar los ruidos que ofrece el entorno. Desde el punto de vista médico-fisiológico, la pérdida auditiva se relaciona con la disminución de la capacidad de oír; la persona que se encuentra afectada no sólo escucha menos, sino que puede percibir los sonidos de forma incorrecta y de forma distorsionada, lo que hace que se limiten sus posibilidades para procesar correctamente la información auditiva correspondiente al tipo y grado de la pérdida auditiva (Torres, 2010). Por lo general estas personas suelen comunicarse en la lengua de señas la cual posee una estructura gramatical propia y se basa en gestos que refieren a imágenes de las cosas, objetos o conceptos a expresar y como dato interesante es que Posee igual complejidad y velocidad que la lengua oral.

La persona que no puede escuchar enfrenta difíciles problemas para desenvolverse en el aspecto social, por las dificultades para detectar los sonidos o palabras que emiten las personas, identificar cualquier sonido que emite el ambiente, establecer una conversación y sobre todo comprender el lenguaje oral. “La alteración implica la afectación para que un individuo adquiera las destrezas del pensamiento, la lengua y de expresión; posteriormente se ve afectad el aspecto conducta, el desarrollo social y emocional, y el desempeño escolar y laboral” (Torres, 2010, p.18).

Causas

Las dificultades auditivas pueden deberse a diferentes causas. Desde un punto de vista general, la discapacidad se puede generar en diferentes etapas de la vida de cualquier persona por alguno de los siguientes factores:

Hereditarios. Se trata del factor que presenta menor incidencia de todos.

Prenatales. Rubéola, uso de alcohol, drogas o medicamentos ototóxicos por parte de la madre embarazada.

Perinatales. durante o cercanos al parto: bajo peso de nacimiento, golpes, caídas y traumas durante el parto.

Postnatales. Meningitis, otitis media mucosa recurrente con daño de tímpano, traumas acústicos producidos por golpes o exposición a ruidos de fuerte intensidad y en forma permanente.

Factores de riesgo. Berdejo y Caballero (2018), definen los Factores de riesgo que pueden dañar o iniciar la pérdida auditiva:

Edad. corresponde que a lo largo del ciclo vital las estructuras del oído van perdiendo la eficacia de sus funciones.

Exposición a ruido fuerte. se caracteriza por la presencia de ruidos demasiados fuertes generando el deterioro de alguno de los componentes de la audición.

Factores hereditarios. alude a que un individuo puede heredar alteraciones auditivas o nacer con una vulnerabilidad a desarrollar la perdida de la misma.

Medicamentos. hace referencia al consumo de antibióticos como estreptomicina o la quinina, que pueden ejercer un efecto nocivo en la audición. Enfermedades, se debe a que enfermedades como la meningitis o el sarampión, tienden a tener un efecto en el individuo de fiebres altas puede generar daño en las células auditivas.

Método De Evaluación

Según el Gobierno de Chile (2007), existen distintas formas para evaluar cuánto una persona escucha. Entre éstas están la impedanciometría, medición que se da a través de potenciales evocados y el examen denominado audiometría, que es el método más frecuente para medir la audición. Independientemente del procedimiento que se elija, el método implementado más efectivo para comprobar cuánto oye un individuo será a través de él "decibel" o simplemente el "dB". Para hacerse una idea de lo que indican los decibeles, se verán algunos sonidos expresados en dB (p.12).

Salud Mental Y Discapacidad Sensorial Auditiva.

Los individuos con discapacidad sensorial auditiva tienen una tendencia a ser más vulnerables a sufrir trastornos de personalidad, adaptativos y de comportamiento; y no presentan mayor vulnerabilidad de sufrir depresión. Debido al incremento de los trastornos mentales, se establece una relación sostenida entre la sordera y la salud mental (Muñoz, 2006).

Las personas que presentan está discapacidad suelen tener diferentes competencias a la hora de comunicarse, algunos optan por comunicarse en lengua oral, otros en lectura labial o mediante la Lengua de Signos. Pese a tener diferentes recursos para comunicarse, el acceso a los estudios superiores es muy complicado para estas personas, en muchas ocasiones requieren la presencia continua de un Intérprete en Lengua de Signos y por falta de recursos desisten en la continuidad de sus estudios. Esta situación deriva en la escasa existencia de profesionales sordos en salud mental (psicólogos, trabajadores sociales) Cabe resaltar que un factor común en las personas con discapacidad auditiva es el aislamiento en una sociedad mayoritariamente oyente. El propio aislamiento puede ser generador de enfermedades mentales en estos pacientes.

En la actualidad los profesionales en Psicología están mostrando un alto interés en la población de las personas con discapacidad auditiva, fomentando así que en el futuro muchos más profesionales en esta disciplina se interesen y aborden diferentes problemáticas de la población (Muñoz, 2006). El papel del psicólogo toma protagonismo por su objetivo profesional al entender el comportamiento y velar por la salud mental.

Decreto 1421 del 2017 Educación Inclusiva.

Durante muchos años la educación solo era accesible a un selecto grupo de personas donde si presentabas alguna discapacidad la mejor opción era dejar a un lado los estudios. El sistema de educación era bastante excluyente con esta población ya que, los docentes no estaban capacitados y las instalaciones escolares y materiales estaban mal adaptados a esto le sumamos la escasez de recursos con los que cuentan la mayoría de los padres de familias. Así mismo los fondos destinados por parte del gobierno a "necesidades especiales" eran a menudo insuficientes. Y cuando se daban los fondos, se destinaban principalmente a escuelas y unidades especiales, en lugar de utilizarlos para las necesidades de los estudiantes matriculados en las escuelas ordinarias y eliminar las barreras existentes, esta población se encontraba en un punto crítico donde exigían al gobierno una política de educación inclusiva más justa y humana Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2020).

Partiendo de lo anterior es hay donde surge el Decreto 1221 que incluye a todos los niños, niñas, adolescentes y jóvenes en educación primaria, secundaria y media con cualquier tipo de discapacidad. Se encargará de la regulación sobre el derecho a la educación inclusiva de las personas con discapacidad en Colombia (En agosto de 2021 cumplirán cuatro años). Teniendo como objetivo reglamentar la prestación del servicio educativo para la población con discapacidad en el marco de la educación inclusiva, en los aspectos de acceso, permanencia y calidad, para que los estudiantes puedan transitar por la educación desde preescolar hasta educación superior,

garantizando tres procesos fundamentales de inclusión Presencia, participación y progreso. Este es el compromiso que el sector educativo establece para eliminar gradualmente las barreras existentes para que ingresen a la educación y se promueva su desarrollo, aprendizaje y participación, en condiciones de equidad con los demás estudiantes. Esta nueva reglamentación surgió como un esfuerzo por corregir situaciones y defectos en la prestación del servicio educativo para estudiantes con discapacidad producto de la aplicación de la reglamentación anterior, es decir, el Decreto 366 de 2009 Ministerio de Educación Nacional de Colombia (2020).

De esta manera se da por concluido el capítulo, abordando de manera clara y precisa los diferentes conceptos, análisis y conceptualizaciones acerca de la población con discapacidad sensorial auditiva, en donde se llevó a acotación un acercamiento teórico, observando la definiciones que diversos autores o entidades les daban a esta población, de igual forma se evidenciaron algunas causas de la discapacidad auditiva que se generan en alguna etapa de la vida en la población, descripciones para entender su salud mental y por último el decreto 1421 del 2017 que hace referencia a la educación inclusiva. De esta forma, lo anteriormente mencionado, nos sirve de guía para facilitar el proceso y el desarrollo de la investigación, ayudando a tener un punto de vista más claro acerca de la población con discapacidad sensorial auditiva, entendiendo como esta discapacidad afecta en la salud mental de la población seleccionada, partiendo como un factor de riesgo y la vulnerabilidad de presentar trastornos de la personalidad y depresión. A sí mismo, comprendiendo el decreto de inclusión en la educación, descrito anteriormente, se logró ponerlo en práctica si tomamos en cuenta los objetivos de la investigación, ya que se pretende diseñar un programa para prevenir la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva, a través de herramientas y estrategias psicológicas, y de esta forma no solo combatir la depresión, si no también promocionar factores protectores, tales como, la inclusión, la comunicación, hábitos saludables, entre otro.

Metodología

Con base a la construcción teórica planteado en los anteriores capítulos en los que se abordan temas enmarcados a lo que es la salud mental, la depresión y sus consecuencias, los factores protectores y factores de riesgo de la depresión, y como estos aspectos están expuestos en la vida de los adolescentes con discapacidad auditiva. Se determinó como investigación cualitativa de tipo transversal. Esta investigación tiene como población a los adolescentes con discapacidad auditiva, en la que se pretende diseñar un programa de intervención para la equiparación de estrategias y herramientas psicológicas a instituciones y hogares en la que se logre la prevención de la depresión y sus consecuencias y así generar un impacto y ejecución a futuro

Investigación Cualitativa

La presente monografía es de tipo cualitativo y pretende crear un programa de intervención que permita la construcción de estrategias y herramientas psicológicas para la prevención de la depresión y sus consecuencias en los adolescentes con discapacidad auditiva. Según Sampieri la investigación cualitativa se enfoca en comprender los fenómenos, explorándolos desde la perspectiva de los participantes en un ambiente natural y en relación con su contexto (Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio, 2014). Se recurre al método cualitativo para esta investigación ya que permite abordar información teórica necesaria y precisa de una manera más flexible. Siendo así una oportunidad de estudiar y analizar todas las categorías relacionadas con el tema de estudio (depresión y sus consecuencias), y de esta forma facilitar el desarrollo del programa en cuanto a las necesidades encontradas, las herramientas, estrategias y aspectos generales de la población de estudio.

Población

Para Lepkowski, 2008, (Citado en Sampieri, Fernández y Baptista, 2014.), "Una población es el conjunto de todos los casos que concuerdan con una serie de especificaciones" (Pág. 174).

Según el Dane (departamento administrativo nacional de estadística), en Colombia para la fecha (2018) de luego de conocer al detalle los datos que hallo el Censo de población, según los cuales afirma que son 3'065.361 de personas en condición de discapacidad, de una población total enumerada en Colombia, tasada en 42'786.766, es decir, son el 7,1 por ciento de colombianos en condición de discapacidad.

En ese orden de ideas, la población seleccionada para el desarrollo del diseño de programa, se compone de los adolescentes con discapacidad auditiva en Colombia, que puedan estar en instituciones educativas del país y en hogares.

Categorías de la Investigación

En la presente investigación se abordará como categoría principal de investigación, la depresión; en la que se pretende evidenciar sub categorías derivadas, como lo son las consecuencias de la depresión, los factores protectores y los factores de riesgo, todos estos con un enfoque dirigido a la población adolescente con discapacidad auditiva.

Depresión.

La depresión es una enfermedad que afecta al ser humano de manera holística en su funcionabilidad física, motora, cognitiva y emocionalmente donde el individuo se ve inmerso en una esfera catastrófica que lleva a sentimientos de inutilidad, tristeza, desesperanza y perdida de las actividades cotidianas, este trastorno conlleva al individuo de manera leve, moderada o severa a los indicios de la pérdida del sentido vida dependiendo del grado y manifestación de síntomas y pensamientos irracionales en el que el individuo que la padece sufre un caótico vacío existencial que entre el tiempo y la mantención del trastorno se cae en la inercia estructural de la mente que

dificulta el placer y la proactividad en el área social, familiar, y laboral que coexiste en el individuo (Organización panamericana de la salud, 2012).

Consecuencias de la Depresión

La depresión ha causado un gran impacto en la población, siendo evidente en niños, adolescentes y adultos de cualquier edad, generando un desequilibrio en el área social, familiar y laboral en donde se desenvuelve el individuo. La OMS (2018) refiere:" La depresión es un malestar habitual que se da en todos los rincones del planeta, se calcula que afecta a más de 300 millones de personas". (P.1).

Factores De Riesgo

En la actualidad la depresión es un trastorno mental que aumenta la probabilidad de padecer otras enfermedades en comorbilidad a trastornos como la ansiedad y de la conducta, generando en el individuo limitaciones en su entorno familiar, social e intrapersonal que desde la infancia y adolescencia el individuo se enfrenta a una serie de factores que enmarcan la aparición de dicho trastorno como el predisponente genético, la violencia intrafamiliar, separación de los padres, abuso sexual, problemas económicos y en cierto grado el abuso de sustancias psicoactivas actuando como desencadenantes a la aparición de esta enfermedad tan importante que afecta a un gran número de personas y afecta de manera notable la salud mental (Hoyos, Lemos, Torres, 2012).

Factores Protectores

A nivel psicológico, la promoción de competencias individuales como las estrategias de afrontamiento para enfrentar los sucesos de vida estresantes que viven los adolescentes en la actualidad, tales como divorcio de los padres, abandono, problemas escolares, entre otros, ya que el uso de estrategias de afrontamiento activas favorece la adaptación ante eventos de vida estresantes y se considera un factor protector que favorece la resiliencia (Restrepo, Vinaccia, & Quiceno, 2011. Citado por, Gonzales, S., Pineda, A., Gaxiola, J. 2017).

Según Raffaelli (2013) (citado en, Gonzales, S., Pineda, A., Gaxiola, J. 2017). Resalta El apoyo social percibido como un factor protector ante la depresión en los jóvenes ya que puede ayudar a enfrentar los sucesos de vida estresantes y proteger de la depresión a los adolescentes, ya que se asocia con bajos niveles de estrés y depresión en jóvenes.

Fases de la Investigación

Fase I. Construcción de Proyecto

Para establecer la idea de la investigación, se tuvo en cuenta la realidad por las que pasan algunos de los adolescentes con discapacidad auditiva en cuanto a factor de riesgo de la depresión se habla. A partir de esta idea se logró la fase de construcción de la monografía, el cual lleva por nombre, Programa de Prevención de la Depresión y sus Consecuencias en Adolescentes con Discapacidad Auditiva. La depresión a medida de los años ha causado gran impacto en la población adolescente, siendo un problema altamente preocupante para la salud. El índice de padecer algún tipo de depresión se acrecienta más si se toma como factor de riesgo el hecho de padecer una discapacidad, en este caso auditiva. Por esta razón se pretende diseñar y equiparar de estrategias y herramientas psicológicas a instituciones y hogares que permitan un impacto y ejecución a futuro.

Fase II. Análisis de Categoría

Para el análisis de las categorías, se expondrán las diferentes investigaciones, incluyendo los soportes dados desde el estado del arte. Luego de recopilar las investigaciones se evidencian en una matriz de acuerdo a la categoría y la subcategoría propuestas. De esta forma, se guiará la temática para el desarrollo del programa de prevención de la depresión y sus consecuencias en los adolescentes con discapacidad auditiva.

Fase III. Validación del Programa.

Una vez desarrollado el análisis de las categorías, se continúa a validar el programa, es decir, cada uno de los análisis lleva a un tema específico para ser abordado en el programa, esto se realiza en apoyo de la directora, para confirmar y validar la información rescatada y expuesta dentro de la matriz.

Fase IV. Creación del Programa.

Por último, una vez tenido el aval de los diferentes temas a tratar en el programa, se da empieza la construcción de este. El cual poseerá con un total de 8 instructivos. Para la construcción de estos, se tomará en cuenta el análisis de la categoría depresión, así mismo la de las subcategorías derivada, las cuales son, las consecuencias de la depresión, los factores de riesgo de la depresión y los factores protectores de la depresión.

Análisis de la Información Recolectada

En la realización del programa, se identificarán las temáticas a abordar, por medio de un análisis de categorías y subcategorías en una matriz, lo que quiere decir que se realizara una descripción y análisis e investigaciones previas que cuenten como sustento empírico para reforzar las temáticas a bordar en el programa.

Categoría y subcategorías	Investigación	Conclusión	Nombre del taller
DEPRESIÓN Y SUS CONSECUENCIAS	**Prevalencia de trastornos emocionales en adolescentes con discapacidad auditiva en la escuela nacional para sordos y el instituto de ayuda al sordo santa rosa de 15-18 años. Universidad nacional Pedro Henríquez Ureña, Republica Dominicana, Abreu & Sáenz (2018).**	. La manifestación del problema según el estudio revisado se da por la falta de aceptación que tiene el adolescente que padece esta discapacidad dando a demostrar: el auto rechazo, baja autoestima y problemas para socializar, así como la preocupación de no ser aceptado por sus coetáneos, lo que daría como resultado el padecimiento de problemas a nivel emocional como la ansiedad, temor a estar entre mucha gente como también depresión debido a los problemas internos no resueltos, donde el adolescente refleja conductas de poco interés en las actividades que usualmente realiza, irritabilidad, pérdida o aumento del sueño.	Sensibilización y psicoeducación

	Rasgos depresivos en alumnos con discapacidad auditiva en un programa de inclusión universitaria, Universidad autónoma de Sinaloa, México, Monjardín, Arellano & Bustamante (2017).	La población con deficiencia auditiva presenta mayores síntomas emocionales y comportamentales, y tienen menos calidad de vida, presentando mayor vulnerabilidad al desarrollo de trastornos de ansiedad y del estado de ánimo, en comparación con las personas oyentes. Los resultados que arrojan tanto el BDI como la entrevista refieren que la discapacidad auditiva no tiene relación con altos niveles de depresión, sin embargo, se puede observar que algunos rasgos son significativos para la mayoría de los informantes.	Adaptación
FACTORES PROTECTORES	**Discapacidad Auditiva y Habilidades Sociales en estudiantes de 12 a 16 años, del Instituto Nacional de Audición y Lenguaje de la Ciudad de Quito, universidad central del ecuador, Ecuador, Segovia (2016-2017).**	si se utilizan los instrumentos más adecuados, se puede decir que las personas con falta de audición, pueden desarrollar otras habilidades como recurso para iniciar y mantener relaciones afectivas, enfrentar y resolver conflictos con otros o, también, pueden aprender junto a otras personas que no padezcan de este problema, sin ningún inconveniente	Habilidades sociales

	Hábitos alimenticios, actividad física y estado nutricional en escolares en situación de discapacidad visual y auditiva, Cali- Colombia, Murillo, Gonzales, Castaño & Ramos (2017).	se llegó a la conclusión de que la discapacidad visual y auditiva repercute a lo largo de la vida de los escolares, afectan su articulación en la escuela, en el proceso de integración y en las habilidades necesarias para lograr una adecuada alimentación y por lo tanto un desarrollo óptimo. Así mismo la actividad física se presenta como un factor protector de la salud de estos jóvenes, aportando capacidades desde el punto de vista físico, de diversión y relajación	Hábitos saludables

	Fortalecimiento del desarrollo humano integral rutas para la atención integral de niños y niñas con discapacidad auditiva de 0 a 6 años. Universidad de Antioquia, Colombia. Diana Patricia Ocampo Marín, Nathaly Serna Almendrales, Yeni Evelsi Taborda Rodríguez. (2019)	Como conclusión, esta investigación, evidencio la importancia de un educador especial en el ámbito de la salud, y la influencia que este trae a los padres a la hora de ser asesorados y obtener conocimiento pedagógico y alternativas educativas adecuadas para los niños con discapacidad auditiva. A demás consideraron que es fundamental la adquisición de un diagnóstico en los primeros años de vida, ya que a partir de este se podrán brindar las alternativas y ayudas más pertinentes para el desarrollo humano integral, y por ende podrá adquirir las bases necesarias, las cuales a su vez le facilitarán el acceso y la permanencia en el ámbito educativo.	Psicoeducación y rutas de atención
	Diseño de un ambiente virtual para estudiantes de grado sexto con discapacidad auditiva que refuerzan el aprendizaje en el área de	la implementación de Ambientes Virtuales de Aprendizaje (AVA) facilito el aprendizaje de conceptos, comprensión de fenómenos físicos, fortalecimiento de actividades	

	informática. Universidad pedagógica Nacional de Colombia Bogotá d.c. María Ximena Navarrete Forero, Carolina Castro Andrade. (2017)	experimentales y la interacción comunicativa entre pares y con el profesor. En cuanto a las estrategias pedagógicas de enseñanza en los estudiantes con discapacidad auditiva, la investigación menciona en primera medida el estilo de aprendizaje sensitivo como un método de aprendizaje que se relaciona más con el contexto de los estudiantes sordos y oyentes, siendo complementado por un aprendizaje visual que les permite acceder a contenidos con los que pueden lograr una mayor comprensión de los diferentes temas que estén abordando en clase.	Estrategias pedagógicas

FACOTORES DE RIESGO	**Comunicación familiar en personas con discapacidad auditiva de la asociación de sordos asoraya, Universidad católica los ángeles Chimbote, Ayacucho- Perú, Vásquez, (2019).**	Los modelos de la comunicación dentro de la familia no son en su totalidad sanos; mientras se va haciendo disfuncional la comunicación que existe entre ellos de forma verbal y la no verbal, entre el que trasmite la información y el que lo recibe se genera en dichas ocasiones un problema que, por momentos puede ser la manifestación de una dificultad de interacción antepuesta	Integración y comunicación
	Caracterización de los determinantes sociales en salud relacionados con la educación en personas con discapacidad en el municipio los Patios, Colombia, Articulo Científico, Vanegas, Soto & Sánchez (2018).	Entre los determinantes sociales en salud, la educación juega un rol importante ya que está relacionado a la calidad de vida en individuos con discapacidad, a medida que aumenta el nivel educativo de los individuos, también aumenta la probabilidad de contar con un buen estado de salud y con una mejor calidad de vida	Participación e inclusión

Tabla 1. Matriz de Análisis de Categorías

Diseño del programa

Descripción del programa

El presente programa va dirigido a la población adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, así como también a aquella población que este directamente relacionada con los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, como estudiantes (compañeros), docentes y familiares, en donde la problemática a abordar es la depresión y sus consecuencias. Por lo cual se plantea a trabajar las siguientes categorías, la depresión y sus consecuencias, los factores protectores ante la depresión y los factores de riesgos de la depresión.

Objetivos

General

Prevenir la depresión y sus consecuencias en los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, mediante estrategias psicoeducativas y de sensibilización, creando habilidades psicológicas y fomentando la integración e inclusión en las instituciones y hogares.

Específicos

Enseñar capacitaciones psicoeducativas que permitan el reconocimiento de los factores riesgo de la depresión

Aplicar talleres psicoeducativos orientados a los factores protectores ante la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva

Realizar una campaña psicoeducativa para la sensibilización de las consecuencias de la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva

Metodología

El presente programa se diseña por medio de ocho sesiones, las cuales están encaminadas al desarrollo de encuentros psicoeducativos, videos informativos, posters y talleres reflexivos, en cada una de las sesiones se encuentra el desarrollo para la aplicación del taller y así mismo cuenta con el soporte teórico de cada una de las temáticas a abordar.

Población

Adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, estudiantes, familiares y docentes.

Materiales

Descritos en cada una de las sesiones.

Descripción de las temáticas de abordaje

Categorías	temáticas
Depresión y consecuencias	**Sensibilización y psicoeducación**
	Adaptación
Factor de riesgo	**Integración y comunicación**
	Participación e inclusión
Factores Protectores	**Habilidades sociales**
	Hábitos saludables
	Psicoeducación y rutas de atención
	Estrategias Pedagógicas

Tabla 2. Descripción de las Temáticas de Abordaje

Descripción detallada de las sesiones y actividades del programa

Sesión 1. Sensibilización y psicoeducación

Título: asesino silencioso

Tema: sensibilización y psicoeducación

Objetivo: Psicoeducar a los adolescentes, mediante una campaña, para la sensibilización sobre la depresión y sus consecuencias

Marco teórico

En este apartado se hablará acerca de la salud mental, la depresión, sus consecuencias, así como también una aproximación sobre la salud mental en la población con discapacidad sensorial auditiva.

La salud mental es un tema que a través de los años ha tenido gran repercusión en la población en general, ya que las personas que padecen de trastornos mentales sufren un desequilibrio en la esfera social, familiar y laboral resultado de trastornos como la ansiedad, depresión, y del estado del ánimo que se caracterizan por la baja inestabilidad que genera en el individuo que la padece (posada, 2013). La OMS (2019)" refiere que la salud mental es un estado de bienestar físico, mental y social en el que la persona afronta el estrés usual de la vida en familia y en comunidad o cómo el desarrollo de las potencialidades de la persona". (p.1)

Con respecto a lo anterior se entiende como un estado dinámico que permite expresar las experiencias de la vida diaria equilibradamente, es decir la percepción de las situaciones. Actualmente la salud mental es definida como la forma en que el ser humano actúa, y de los pensamientos, creencias y emociones que llevan a una estabilidad donde se ve íntimamente ligada a la historia familiar, biológica y social de cada persona. Siendo un proceso relevante en la vida del ser humano ya que permite la estabilidad en los contextos en los que se desenvuelve donde juegan parte los recursos emocionales, cognitivos, y mentales que dirigen el accionar de los individuos (Minsalud, 2014).

Así mismo, los problemas de salud mental afectan la manera en que una persona se comporta, siente y piensa siendo menos severo de lo que se denomina trastorno mental generando un malestar en cierta etapa de la vida siendo de manera persistente o temporal que puede o no llegar a causar un deterioro significativo por la experiencia que viva el individuo (minidsalud,2014). De acuerdo a la OMS (como se citó en Minsalud, 2014) "cerca de 450 millones de personas sufren trastornos mentales con una prevalencia similar en hombres y mujeres, con excepción de la depresión, que es más común en mujeres, y el abuso de sustancias, que es más común en hombres" (p.2).

Enmarcándonos en los problemas mentales inmersos en lo niños y adolescentes, se observa que este presenta problemas de salud mental que interfieren en el proceso de crecimiento y desarrollo de su etapa evolutiva, derivado de factores biológicos, económicos y ambientales que se asocian a los estilos de vida. Es así como los adolescentes en su mayoría son vulnerables a las demandas ambientales del sistema macrosocial en el que se encuentran, donde las condiciones de vida predisponen a la inestabilidad emocional y cognitiva afectando su bienestar mental (Unicef, 2011). La depresión es la enfermedad que más contribuye a la carga mundial de morbilidad entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad, y el suicidio es una de las tres causas principales de mortalidad entre las personas de 15 a 35 años (unicef,2011, p.1).

Respecto a La depresión, se afirma que es una enfermedad que afecta al ser humano de manera holística en su funcionabilidad física, motora, cognitiva y emocionalmente donde el individuo se ve inmerso en una esfera catastrófica que lleva a sentimientos de inutilidad, tristeza, desesperanza y perdida de las actividades cotidianas, este trastorno conlleva al individuo de manera leve, moderada o severa a los indicios de la pérdida del sentido vida dependiendo del grado y manifestación de síntomas y pensamientos irracionales en el que el individuo que la padece sufre un caótico vacío existencial que entre el tiempo y la mantención del trastorno se cae en la inercia estructural de la mente que dificulta el placer y la proactividad en el área social, familiar, y laboral que coexiste en el individuo (Organización panamericana de la salud, 2012).

La OMS (2019). Refiere que la depresión es un trastorno mental frecuente, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración que sensiblemente dificultad el desempeño de la vida diaria (pag.1).

La depresión es resultado de interacciones complejas con el medio, en el que dicha enfermedad genera un desequilibrio mental en la forma de percibir el mundo, manifestando una perspectiva negativa de lo que se interpreta y acontece en el entorno; es decir el individuo se percibe así mismo, a los demás y al mundo de forma distorsionada donde los pensamientos y la conducta se ven afectados por el proceso siendo de perduración duradera o temporal.

Por último, se da la aclaración que las personas con discapacidad auditiva presentan mayor dificultad para desenvolverse en el contexto que se encuentran, debido a que su discapacidad es vista como un estereotipo que emerge en una limitación en el mundo laboral y social sin tener en cuenta la capacidad que tiene el individuo para responder a las exigencias del entorno, las personas sordas muestran problemas para las relaciones interpersonales ya que su comunicación oral es nula siendo un obstáculo en diversas esferas de la vida. En consecuencia, surgen pensamientos de minusvalía, baja autoestima que alteran su autoconcepto. Las personas con discapacidad auditiva muestran una alta probabilidad de presentar trastornos de personalidad, adaptativos o depresivos debido a la carencia de relación de padre e hijos, dificultades en la interacción del lenguaje y el óptimo desarrollo educativo que limita el área social, laboral y familiar de la persona que presenta dicha dificultad (Olazábal, Pousa, Sesma, Fernández y Gonzales (2017).

Metodología.

Población: Docente y Adolescentes estudiante y adolescentes con discapacidad sensorial auditiva

Tiempo: 60 minutos

Recursos. Humanos y tecnológicos

Materiales: proyector, sonido, video, posters, infografía.

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo de la campaña, posteriormente se informa que se va a desarrollar un taller psicoeducativa llamada “asesino silencioso”. El tema a tratar es la sensibilización y psicoeducación. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada la actividad. Finalmente, cuando concluya la actividad se realizará una retroalimentación con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar o expresar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción inicial.

Se da inicio empezando por un breve saludo y presentación de los encargados de las actividades, posterior a esto, se le comunica a la población el tema a trabajar, el cual es, la “depresión”, para así conocer las consecuencias y las señales de la misma. luego se realizará una pausa activa de estiramientos con la finalidad de prepararlos para empezar la jornada del día. (Apéndice A) Para esto se proyectará un video y se le comunicaran las indicaciones las cuales son: **1.** Estiramiento de cuello, lleva tu oreja hasta el hombro izquierdo y luego al derecho. Cada estiramiento debe durar un promedio de 15 segundos. Luego, tendrás que llevar la barbilla en diagonal hasta el pecho. **2.**Rotación de cabeza. Coloca tus codos sobre el escritorio y lleva tus manos sobre el cuello haciendo una leve presión. Luego haz una rotación levantando los codos de lado a lado. **3.** Inclinación pélvica. El objetivo de este ejercicio es llevar sangre a la parte baja de la espalda, así que tendrás que hacer elevaciones con la pelvis, arqueando un poco la espalda. **4.** Flexiones inversas. Agarra el asiento de la silla, o del borde de la cama, con las manos a cada lado de la cadera. Tendrás que doblar los codos mientras te deslizas lentamente. Mantén los pies en el piso y el torso erguido. **5.** Elevación rodilla a codo. Acomódate en la silla y coloca tus manos detrás de la cabeza, tratando de colocar los codos alineados con la cabeza. A continuación, tendrás que elevar la rodilla para tocar el codo. Repítelo en ambas piernas. **6.** Estiramiento de pierna. Para terminar, estira totalmente la pierna y haz pequeñas oscilaciones de arriba hacia abajo como se ve en la imagen. Para una mejor comprensión de la actividad inicial se podrá visualizar el material colocándolo de ejemplo.

Escenarios

Escenario 1.

Una vez terminada la actividad de inicio, se da comienzo con la contextualización y psicoeducación acerca de que es la depresión, sus consecuencias y las señales de esta misma. Se agrupan a los adolescentes ubicándolos en un lugar que sea adecuado para las exposiciones, y con la ayuda de un proyector, se expone los diferentes temas sobre la depresión. Cabe resaltar que toda la información se encuentra sobre los soportes teóricos de la sesión, al igual que unos posters sobre las señales de que una persona está pasando por esta enfermedad mental. (apéndice A)

Escenario 2.

ya contextualizado las temáticas anteriores, se realizará una actividad, que consiste en proyectar y observar un video animado que tiene por nombre, "la depresión" (apéndice A) que demostrará como vive una persona con depresión, así como también la causa que lo llevo a esta. Posterior al video, se le entregara a un formato a cada adolescente, y de lo que pudieron observar del video, responder las preguntas que se evidencia en el formato (apéndice A). Cabe resaltar que las preguntas están relacionadas con los aportes dados en el primer escenario, de igual forma se recalca la importancia de tener una buena intención durante el desarrollo de los escenarios.

Cierre y devolución de aportes

Al finalizar se dará una reflexión sobre lo difícil que es pasar la depresión y lo peligroso que esta conlleva en nuestro diario vivir, así como también la importación que tiene ser empático e identificar las señales que arrojan las personas en este estado, por último, aclarar, lo importante que es la escucha y el acompañamiento que se le puede brindar a cualquier persona, para hacerla sentir que no está solo.

Concluyendo todo, se dará una pequeña retroalimentación por parte de las personas encargadas donde se realizará intercambio de ideas expuestas en las dos actividades, y se aclaran las dudas que tengan los adolescentes. De esta manera se retroalimentan los intercambios de saberes y aprendizajes adquiridos.

Sesión 2. Hábitos saludables

Título: Hábitos para una vida saludable y segura

Tema: Hábitos saludables

Objetivo: favorecer el desarrollo de hábitos de vida saludable en los adolescentes, por medio de la implementación de talleres psicoeducativos, que permitan el acrecentamiento de conductas saludables.

Marco teórico

Según La Organización Mundial de la Salud (OMS) define la salud como: "El estado completo de bienestar físico y social de una persona", y no solo la ausencia de enfermedad. Esta definición hace referencia a que el bienestar humano va más a allá de lo puramente físico, por lo tanto, en el concepto de salud general, se encuentra la adaptación al medio biológico y sociocultural, el estado fisiológico de equilibrio, es decir, la alimentación y la perspectiva biológica y social, es decir relaciones familiares y hábitos. De esta forma, el incumplimiento de alguno de estos componentes y su desequilibrio entre ellos nos llevaría a la enfermedad. Siempre con una triple asociación: huésped (sujeto), agente (síndrome) y ambiente (factores).

De acuerdo a lo anterior, los hábitos son un pilar importante para el desarrollo de lo que podría denominarse, la manera de poder interactuar con el ambiente y de esta forma definirnos como humanos. El hábito es un dispositivo operativo, una forma de pensar o de actuar, que nos predispone, o facilita en el pensamiento y la conducta, ir en la dirección que hemos decidido. De esta forma, cuando hablamos de hábitos da a entender que no son lo mismo que las costumbres o la rutina, y no surge de una acción repetida. Si bien los hábitos aportan estabilidad a nuestra forma de pensar y actuar, no evitan que tengamos que planificar ni tomar decisiones. En consecuencia, nos resulta más fácil sentirnos mejor con nosotros mismos, sentirnos más a gusto con nuestra forma de vida habitual, y así nuestro comportamiento se adapta en consecuencia a nuestro ser. Esto quiere decir que un habito es una implantación de un comportamiento, pensamiento u acción en particular

que de cierta forma ejecutamos, debido a que nos adaptamos a este mismo, ya sea por el beneficio que nos trae o la satisfacción que nos produce tenerlo. (Barrio Maestre JM. 2020)

Un componente muy importante integrado en los hábitos saludables, es el sueño, este al igual que una buena alimentación y la actividad física, es muy necesaria, el sueño se podría definir como "una parte integral de la vida cotidiana, una necesidad biológica que permite restablecer las funciones físicas y psicológicas esenciales para un pleno rendimiento" (Instituto de Investigaciones del Sueño [IIS], 2019, párr. 1. Citado por Cerveros, C. & Sanchez, D. 2019). Así, desde un principio es pertinente fundamentar su importancia en relación con la salud, identidad y sentimiento de bienestar. El sueño ayuda a mantener un equilibrio determinante, pues su carencia puede ocasionar cambios en el organismo, problemas en el razonamiento y tendencia a una capacidad de respuesta reducida a los estímulos, así como al desarrollo de problemas de salud mental. (Cerveros, C. & Sanchez, D. 2019). De esta forma, se enfatiza en la higiene del sueño, ya que este es, todas aquellas medidas que encaminan a conseguir un sueño de calidad que permita el adecuado descanso.

Por último, un estilo de vida es el mayor determinante para el desarrollo de una vida saludable y segura, ya que se Integra el conjunto de hábitos y conductas que modulan nuestra vida diaria, para aportar un componente esencial, los cuales son los hábitos saludables. La familia y el entorno, las condiciones laborales, las diferencias sociales, el estrés, la educación recibida, la alimentación, todo esto de cierta forma incide en nuestra vida saludable. Es por esta razón que el entorno que nos rodea tiene una responsabilidad sumamente importante en lo que se refiere a asumir estilos de vida saludable. De esta forma, Para que se den cambios en el comportamiento a nivel individual es necesario un entorno que promueva como opción más fácil el llevar estilos de vida saludables. Esto es la promoción de la salud, que permite a las personas incrementar el control sobre los determinantes de la salud. La Organización Mundial de la Salud (OMS) ha desarrollado diversos proyectos para trasladar las estrategias de promoción de la salud a acciones prácticas: hospitales saludables y lugares de trabajo promotores de la salud. (Cecilia, M., Noemí M. Atucha y García, 2017).

Metodología

Recursos (humanos y tecnológicos)

Materiales: hoja, lápiz, borrador

Técnicos: proyector, computador, audio, videos

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar un taller psicoeducativa llamada "hábitos para una vida saludable y segura". El tema a tratar es hábitos saludables. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada el taller. Finalmente, cuando concluya el taller se realizará una retroalimentación con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar o expresar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción inicial

Se da inicio a la actividad empezando con breve saludo y presentación de las personas a cargo de la actividad. Antes de seguir con la explicación de la temática, se hará una breve activad física, en que se realizará un estiramiento de las partes del cuerpo, esto con el fin de animar a los adolescentes. Seguidamente se les comunicará la temática, hábitos saludables, aquí se explicará que son los hábitos saludables, cuáles son los hábitos negativos y cuáles son los positivos, que es la higiene del sueño y que consecuencias y beneficio conlleva estos hábitos. Ver (Apéndice B).

Escenario 1.

Una vez contextualizada la temática a trabajar, se explicará detalladamente que son los hábitos saludables, cuáles son los hábitos negativos y cuáles son los positivos, que es la higiene del sueño y que consecuencias y beneficio conlleva estos hábitos. Todo esto estará apoyada por recursos infográficos (poster) y un video didáctico con subtítulos que estarán proyectándose para exponerse a los adolescentes. (Apéndice B)

Escenario 2.

Posterior a la explicación de los hábitos saludables, se realizará una actividad que tiene por nombre, "conociéndome mejor", esta actividad tiene como objetivo, permitir que los adolescentes conozcan cuales son loa hábitos buenos e inadecuados que poseen en su vida y que consecuencias y beneficios les traen, para que de esta forma lograr un reconocimiento de sus hábitos y crear conciencia en mejorar.

Para su desarrollo se le entregara a cada uno de los adolescentes una hoja con un formato de preguntas, estas preguntas serán respondidas teniendo en cuenta las explicaciones dadas con anterioridad por los encargados de la actividad, y al finalizar se leerán entre todos y se hará una retroalimentación de los hábitos buenos y malos que cada uno escribió. (apéndice B)

Cierre y devolución de aportes.

Finalizando la actividad, se dará inicio a la retroalimentación por parte de las personas encargadas donde se realizará intercambio de ideas expuestas en las dinámicas y los temas expuestos, y se aclaran las dudas generadas por los adolescentes. De esta manera se retroalimentan los intercambios de saberes y aprendizajes adquiridos. Por último, se hace la respectiva despedida y se les agradece a los adolescentes por el tiempo dado.

Sesión 3. Habilidades Sociales

Título: Mejora tu bienestar y sé más feliz

Tema: Habilidades sociales

Objetivo: Fortalecer las habilidades sociales en los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, por medio de estrategias psicoeducativas, proporcionando un bienestar integral.

Marco teórico

Para el desarrollo del presente encuentro psicoeducativo es fundamental tener en cuenta el siguiente recorrido literario.

Las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación Caballo (2005). De este modo si una persona no desarrolla de manera adecuada esta tendrá diversos problemas sociales.

Según Moreno, (2020). El ser humano nace y se desarrolla en relación con otros, a partir de su inserción en la matriz primaria. Continúa sus procesos de socialización cuando ingresa a la escuela y forma parte de grupos con los que pasa a compartir, primero, sus tareas escolares y, poco a poco, otras actividades. La comunidad sorda está compuesta en un ochenta por ciento, aproximadamente, por personas sordas que pertenecen a familias de oyentes y por lo tanto su desarrollo personal, sus procesos de identificación y su reconocimiento como personas, cabalgan siempre entre dos mundos totalmente diferentes (Díaz Estébanez, 2020). En este proceso de construcción de la identidad, adquiere características muy particulares en las personas sordas de padres oyentes ya que, es casi imposible acordar o discrepar con una red de conversaciones ya existentes, inaccesible para ellas a través de la lengua oral, la lengua mayoritaria de su espacio relacional. De allí la necesidad de favorecer el ingreso de estas personas de manera rápida a ese espacio relacional constituido por otras personas sordas que se comuniquen en lengua de señas, ya que con ellas puede compartir la cuestión lingüística, la necesidad de la comunicación visual, el señar con las manos, etc.

Partiendo de lo anterior, el niño o adolescente sordo hijo de padres oyentes, más allá de sus posibilidades reales de aprendizaje de la lengua oral, siempre está atravesado por ésta, ya que es en la lengua oral que sus padres le transfieren sus significados del mundo. Es a partir de ella que construyen sus sentidos, y, por lo tanto, de las posibilidades reales de apropiación, dependerán las relaciones sociales que establezcan con el medio en el que interactúan.

El desarrollo de habilidades sociales contempla una educación de las capacidades para la relación interpersonal, es decir, una educación orientada a favorecer y afianzar el respeto del otro en sus logros y fracasos, las redes de amistades, la responsabilidad y autocontrol social, la capacidad de negociación, los valores solidarios de ayuda y cooperación, así como también la prevención del racismo y la discriminación. Asimismo, también debe contemplar una educación orientada hacia el logro de un estilo cognitivo para solucionar los problemas interpersonales, es decir poder encontrar una solución hábil a los conflictos de interacción y el desarrollo de la autoestima Castilla, (2020).

Por otra parte, Según Carlos Skliar (2020), la educación de sordos enfrenta en la actualidad cuatro problemas concretos, a saber: Como primero la separación entre educación y educación de sordos, que responde a una ideología de bajas expectativas y que relaciona la educación de sordos con la educación especial. Segundo la cuestión de los poderes y saberes de los oyentes. Como tercera la cuestión de los poderes y saberes de los sordos; los sordos han avanzado de alguna manera en manifestar sus propias opiniones sobre su proyecto de educación, aunque aún no han sido escuchados. Por último, la cuestión de las relaciones entre el poder y el saber de los oyentes, por un lado, y el saber y el poder de los sordos, por el otro, así como los diferentes momentos que estas relaciones generan.

Finalmente, la educación tiene por desafío mejorar su propio nivel de calidad. Si bien es cierto que el logro de metas cognitivas es un indicador de calidad, también lo es el desarrollo de habilidades relacionadas no sólo con la capacidad de aprender contenidos, sino también con el aprender a hacer, el aprender a ser y el aprender a convivir (Delors, 2020). En investigaciones

recientes se consolida a la “educación bilingüe bicultural”. Esta propuesta incluye la utilización de la lengua de señas y la lengua escrita en las escuelas de sordos y el contacto temprano de niños sordos con adultos sordos. Se favorece así el proceso de adquisición de la lengua de señas en interacción comunicativa con otras personas sordas. Para ello se incorpora un adulto sordo en el aula, con el rol de auxiliar docente, para facilitar la adquisición de la lengua de señas. Además, se utilizan estrategias metodológicas para lograr el aprendizaje de la lengua escrita y de la lengua oral. Esta última siempre con un enfoque comunicativo pragmático (Castilla y Sisti, 2020). Para concluir es importante resaltar que, afortunadamente, las habilidades sociales se adquieren, principalmente, a través del aprendizaje (por ejemplo, mediante la observación, la imitación, el ensayo y la información) y por tanto pueden adquirirse y mejorarse a través de un entrenamiento adecuado ya sea en jóvenes con discapacidad sensorial auditiva o no.

Metodología.

Población: Adolescentes con discapacidad sensorial auditiva

Tiempo: 45 minutos

Recursos.

Materiales: lapiceros, hojas de blog y marcadores.

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar una actividad psicoeducativa llamada “Mis habilidades en la sociedad”, el tema a tratar es el fortalecimiento y puesta en práctica de las habilidades sociales. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada la actividad y no habrá incentivo el cual es algún dulce con el fin de fomentar la participación. Finalmente, cuando concluya la actividad se realizará una retroalimentación con unas preguntas

psicopedagógicas que los impulse a evocar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción Inicial.

Se da inicio a la actividad conformado por un breve saludo y presentación de las personas a cargo de la dinámica. Seguidamente se les comunicará la temática a trabajar, que son las habilidades sociales, la cual tiene como título "Mis habilidades en la sociedad". Ver (Apéndice C) luego para generar confianza y un ambiente tranquilizante se realizará una técnica de relajación la cual consiste en saber, ¿qué tipo de respiración utilizamos habitualmente? Esta es la primera y más sencilla de las técnicas que sirve para saber si nuestra respiración es diafragmática: Primer paso: Ponte de pie y coloca una mano sobre el pecho y otra sobre el estómago. Segundo paso: Respira con normalidad. Al inhalar, observa tus manos. ¿Cuál de ellas se mueve? Si es la mano que está sobre el estómago, estás haciendo una respiración diafragmática. Los hombros y el pecho no deberían moverse. Si es la mano que está sobre el pecho, la respiración es pectoral o superficial, que es menos eficaz y no produce los beneficios de una respiración más profunda. Bien ahora que conoces la respiración diafragmática vamos a practicarla. Un consejo, la técnica en general se debe utilizar en cuanto notemos que nos estamos poniendo tensos, si esperamos mucho y la tensión llega a un punto máximo van a resultar menos efectivas, es más fácil bajar el estrés y ansiedad cuando éste es bajo que cuando estamos en un punto máximo.

De este modo, a cada adolescente se le entrega una hoja de blog blanca, con el fin de que en el desarrollo de la actividad distingan las distintas emociones que sentimos en determinados momentos. Una vez esto, se les entrega un marcador o lapicero y se les menciona que deben dibujar una brújula donde al norte deberán escribir Alegría, al sur tristeza, al este enfado, al oeste miedo.

Escenarios

Escenario 1

Así mismo se les indica

- Pintamos la alegría al norte y reflexionamos sobre la pregunta: ¿Qué he logrado?
- Al sur, reflejamos la respuesta y responderemos ¿Qué he perdido?
- Entre ambas emociones, situaremos el logro que hemos conseguido, o bien el fracaso. Es importante hacer una lectura positiva.
- En el este, encontramos y pintamos el enfado. Pensaremos qué me ataca o me hace sentir en una situación de riesgo.
- En el lado oeste, situamos y pintamos el miedo. En este punto, reflexionaremos sobre cuáles son nuestros miedos.
- Unimos al enfado y al miedo a través de la amenazada y reparamos en identificar las amenazas que tenemos presentes.
- En el resto de puntos o espacios, podemos situar otras emociones que estén presentes.

Escenario 2

Después, para enseñar a los alumnos un lenguaje interior, por el que se den instrucciones a sí mismos, se han formulado cuatro preguntas. Esas preguntas son:

¿Qué tengo que hacer?

¿De cuántas formas diferentes puedo hacerlo?

¿Cuál es la mejor?

¿Qué tal lo hice?

Es esencial que los alumnos aprendan a formularse esas cuatro preguntas y a responderlas adecuadamente. Si es el profesor el que hace las preguntas, el alumno no las internalizará. Por ejemplo, si es el profesor el que hace la primera pregunta y la formula como "¿qué problemas tienes?", el niño pensará que es un aviso de que se está portando mal; en cambio, si se la hace él mismo (y se evita la palabra "problema"), se dará cuenta de que se trata de centrarse en su trabajo. La segunda pregunta es fundamental, ya que fomenta los planes alternativos. La tercera pregunta es importante, ya que introduce la idea de elegir entre varias soluciones posibles, según sean las consecuencias de cada una de esas soluciones.

Las respuestas de los jóvenes a la cuarta pregunta, "¿Qué tal lo hice?", consiste muchas veces en una sola palabra o expresión: bien, muy bien, mal. Para conseguir una evaluación que sea verdaderamente crítica, la técnica más eficaz es un buen modelado por parte del profesor o persona encargada. Por ej., después que les has modelado una tarea (puedes ser creativo en que modelado realizar y que te copien), decir: lo hice deprisa y sin hacer ruido; hice todo lo que había pensado desde el principio hasta el final; pensé muy bien las distintas soluciones posibles; lo de quedarme en mi sitio lo hice regular, pero acabé el trabajo; me esforcé todo lo que pude.

Devolución de aportes y Cierre.

Al final de la actividad se realiza una reflexión frente al objetivo de la actividad, a que las personas puedan reconocer la importancia las habilidades sociales y como potencializarlas. Igualmente entender que a pesar de presentar distintos canales de comunicación pueden trabajar de forma conjunta las distintas estrategias, porque si, es importante que estas estrategias puedan en la medida de lo posible implementarse con una población mixta. De este modo, puedan relacionarse de forma más íntima con estas personas que no presentan ninguna discapacidad con la intención de generar conciencia, respeto y trabajo en equipo.

Por último, se dará una pequeña retroalimentación por parte de las personas encargadas donde se realizará intercambio de ideas expuestas en las dos actividades, y se aclaran las dudas que tengan los adolescentes. De esta manera se retroalimentan los intercambios de saberes y aprendizajes adquiridos.

Sesión 4. Integración y comunicación

Título: La comunicación: una ventana de oportunidades

Tema: Integración y comunicación

Objetivo: Ofrecer estrategias para favorecer la comunicación del joven sordo con el maestro y con sus iguales en el aula de clase.

Marco teórico

En la actualidad, gracias a los avances científicos que debemos a la Medicina, los avances tecnológicos que debemos a la Audiología y los metodológicos que debemos al Magisterio, la Pedagogía y la Didáctica, nos encontramos con una nueva generación de niños y jóvenes sordos, que nos lleva a replantearnos la respuesta educativa que requieren y las implicaciones de la sordera en estos alumnos (Jáudenes, 2020).

Los padres son los responsables de velar por el cuidado de la salud y educación de su hijo sordo. Es por ello que los padres han de contar con la información y orientación puntual, objetiva, suficiente y adecuada para ejercer ese papel. Así mismo, otra clave indispensable para el éxito en la educación del niño o joven sordo es la actualización y preparación competencial de los profesores y los especialistas en audición y lenguaje para que puedan adaptarse las perspectivas educativas ya que, desde el momento que se sospecha la pérdida auditiva cada niño, adolescente recorrerá un camino distinto que dependerá de muchos factores, entre ellos, la información que reciba la familia, las decisiones que se tomen tanto afuera o dentro del ámbito educativo.

Por otra parte, la inclusión educativa se ha de regir por los principios de atención a la diversidad y de normalización, garantizando la igualdad de oportunidades y conciliando la calidad con la equidad en el reparto de los recursos y los apoyos que sean necesarios para comprender las desigualdades individuales, en particular las derivadas de la discapacidad. Según el Ministerio de Educación Nacional de Colombia, (2020). Cuando se habla de equidad en la educación hace referencia a, recoger la necesidad de disponer tanto de recursos personales, profesorado cualificado y competencialmente actualizado, como de materiales específicos para atender a este alumnado y lograr el máximo desarrollo de sus capacidades personales y, en todo caso, poder lograr los objetivos y competencias establecidas con carácter general para todo el alumnado. En este orden de ideas, la educación inclusiva es una política que se materializa en estrategias de ampliación del acceso, el fomento a la permanencia y a la educación pertinente y de calidad, y el mejoramiento

de la eficiencia mediante la asignación de personal de apoyo y la identificación de instituciones educativas que puedan dar atención apropiada.

Los apoyos complementarios para un estudiante sordo usuario de señas los constituyen básicamente los intérpretes de lengua de señas, los modelos lingüísticos y culturales y el material didáctico de tipo visual que permita el desarrollo de la competencia para leer y escribir la lengua castellana. Los estudiantes sordos usuarios del castellano requieren apoyos para el desarrollo de sus competencias comunicativas.

Es importante conocer la concepción de la sordera con el pasar del tiempo donde Fabra (2013) realiza un estudio diacrónico desde la edad antigua hasta la edad moderna pasando por la concepción de que en la edad antigua "el Sordo es un ser irracional", seguidamente en la edad media "el sordo es mudo, no piensa y no puede ser educado"; a partir del renacimiento nos encontramos con un cambio radical en la forma de concebir al Sordo ya que a partir de aquí se comienzan a preocupar por la educación del sordo y desde aquí se concibe al Sordo como que "El Sordo puede hablar, lo que le permite razonar y ser educado", y finalmente en la edad moderna se concibe como que "los Sordos se comunican de otra manera".

Partiendo de lo anterior, surge y se consolidad Educación Bilingüe para Sordos podría decirse que es un Modelo de Atención Educativa con una visión socio antropológica del Sordo que tiene como objetivo la formación académica enmarcada en el uso de la lengua natural, la Lengua de Señas como primera lengua para que a partir de allí se propicie el aprendizaje de una segunda lengua como lo es la Lengua Escrita.

Continuando en este orden de ideas la Educación Bilingüe para Sordos viene enmarcada en unos fundamentos que contextualizaremos con la realidad, estos fundamentos son Lingüísticos, Pedagógicos, Psicológicos y legales.

Entre los aspectos lingüísticos nos encontramos con el descubrimiento de Stokoe que en su hallazgo se evidencio que la Lengua de Señas es una lengua que presenta una doble articulación por lo tanto se puede estudiar en Unidades Mínimas sin Significado y Unidades Mínimas con Significado, a partir de estos dos elementos se pueden crear de un numero finito de unidades se pueden crear un número infinito de frases y oraciones, a esto le llamamos Doble Articulación. En cuanto a los fundamentos pedagógicos Vygotsky citado por León (2011). Refiere "Es fundamental la interacción del niño con miembros más capacitados, los cuales concibe como mediadores que permiten dar los saltos cualitativos en el desarrollo". Seguidamente se presentan los fundamentos Psicológicos, León (2011) nos presenta las Secuencias de Desarrollo Infantil Integral, donde parte de la idea en la cual divide al individuo en ocho áreas de estudio, que a su vez divide en dos categorías, una que "contribuye a formar niños y niñas competentes" que engloba el punto de vista físico, motor, cognitivo y de lenguaje y "las que contribuye a formar niños y niñas felices" esto engloba el punto de vista afectivo, social y moral. es la Lengua de Señas lo que permitirá un desarrollo psicológico ya que es a partir de aquí donde se fomentaran los procesos psicológicos que llevaran a formar niños y niñas competentes y felices. Finalmente tenemos los fundamentos legales que de una u otra forma dan sentido a todos los fundamentos ya descritos en base a la Educación Bilingüe para Sordos que debería cumplirse en nuestro País a raíz de nuestra realidad histórica y cultural.

Para concluir, es importante destacar el derecho que tienen los Sordos a crecer bajo un modelo bilingüe para que de esta forma puedan estar en igualdad de condiciones y oportunidades logrando de esta forma su desarrollo integral a la par del oyente. También es de vital importancia la integración del joven en el aula con el profe y sus demás compañeros oyentes o con discapacidad sensorial auditiva con la finalidad de que se propicie una red de apoyo mutuo. De este modo mediante distintas estrategias poder expresarse creativamente a través de diferentes manifestaciones artísticas: pintura modelado, grafica, teatro, danza música, poesía, cuentos e imágenes proyectadas. En resumen, teniendo como función principal posibilitar la educación de niños, jóvenes y adultos con discapacidades auditivas, además de generar conciencia y generar oportunidades en pro de una sociedad más inclusiva e igualitaria.

Metodología.

Población: Docente y Adolescentes con discapacidad sensorial auditiva

Tiempo: 45 minutos

Recursos.

Materiales: Poster virtual y Fichas con números

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar una actividad psicoeducativa llamada "La comunicación una ventana de oportunidades". El tema a tratar es la Integración y comunicación. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada la actividad. Finalmente, cuando concluya la actividad se realizará una retroalimentación con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar o expresar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción Inicial.

Se da inicio a la actividad conformado por un breve saludo y presentación de las personas a cargo de la dinámica. Seguidamente se les comunicará la temática a trabajar, que es la integración y comunicación para desenvolvernos mejor en nuestra vida diaria, la cual tiene como título "El Rummikub". luego se realizará una pausa activa de estiramientos con la finalidad de prepararlos para empezar la jornada del día. (Apéndice D) Para esto se proyectará un video y se le comunicaran las indicaciones las cuales son: **1.** Estiramiento de cuello, lleva tu oreja hasta el hombro izquierdo y luego al derecho. Cada estiramiento debe durar un promedio de 15 segundos. Luego, tendrás que llevar la barbilla en diagonal hasta el pecho. **2.**Rotación de cabeza. Coloca tus codos sobre el escritorio y lleva tus manos sobre el cuello haciendo una leve presión. Luego haz una rotación

levantando los codos de lado a lado. **3.** Inclinación pélvica. El objetivo de este ejercicio es llevar sangre a la parte baja de la espalda, así que tendrás que hacer elevaciones con la pelvis, arqueando un poco la espalda. **4.** Flexiones inversas. Agarra el asiento de la silla, o del borde de la cama, con las manos a cada lado de la cadera. Tendrás que doblar los codos mientras te deslizas lentamente. Mantén los pies en el piso y el torso erguido. **5.** Elevación rodilla a codo. Acomódate en la silla y coloca tus manos detrás de la cabeza, tratando de colocar los codos alineados con la cabeza. A continuación, tendrás que elevar la rodilla para tocar el codo. Repítelo en ambas piernas. **6.** Estiramiento de pierna. Para terminar, estira totalmente la pierna y haz pequeñas oscilaciones de arriba hacia abajo como se ve en la imagen. Para una mejor comprensión de la actividad inicial se podrá visualizar el material colocándolo de ejemplo.

Escenarios

Escenario 1

Concluida la actividad anterior se da inicio a la actividad principal "El Rummikub". La persona encargada de dirigir la actividad informa de que se trata; El rummikub se juega con 106 fichas, 104 numeradas y dos comodines. Las fichas están numeradas del uno al trece y en cuatro diferentes colores (negro, rojo, azul y amarillo). Pueden jugar 2, 3 o 4 jugadores, siendo esto último lo ideal pues hay más posibilidades de hacer combinaciones. Cada jugador tiene un soporte similar al que se usa en el Domino para guardar sus fichas de forma que los oponentes no las vean.

Para empezar, las fichas son puestas en una bolsa o saco pequeño, o simplemente boca abajo sobre la mesa. Cada jugador saca 14 fichas para jugar. Si alguien tiene alguna ficha repetida (mismo valor y mismo color), esta se devuelve a la bolsa y se coge otra en su lugar.

Para bajar fichas a la mesa los jugadores deben tener una o más líneas (combinaciones) que sumen 30 puntos o más. Los puntos son los que indica el número de la ficha, siendo el valor del comodín 0. En caso de no tener combinaciones por un valor mínimo de 30 puntos, el jugador debe robar una ficha y pasar el turno.

Una vez bajada su primera combinación, el jugador puede bajar cualquier otra sin importar su puntuación o aportar fichas a las ya existentes. En el caso de no bajar al menos una ficha en su turno, deberá robar una del montón y pasar el turno.

Lo ideal para realizar la actividad ya mencionada es con personas sordas y oyentes, mezclándose entre sí, previamente se explicarán algunas palabras en lengua de signos. Al principio los nervios estarán a flor de piel, primero por el miedo a no entenderse, pero se dice que la mirada es el espejo del alma y eso es suficiente para el primer día. Después de la actividad los jóvenes aprenderán a comunicarse. Creemos en la integración de todos, por eso esta actividad o taller es gratificante. La puesta en práctica ha sido muy positiva, tanto para el colectivo de jóvenes con deficiencia auditiva, pues ahora conocen las posibilidades que tienen… y ya empiezan a participar en las actividades. Como para jóvenes oyentes, que han podido comprender las dificultes que en este mundo existe para otros colectivos.

NOTA: Recuerda, es solo un juego el objetivo de este es la integración, comunicación y participación. Se pueden usar incentivos para motivarlos aún más.

Devolución de aportes y Cierre.

Finalizando la actividad, se dará inicio a la retroalimentación por parte de las personas encargadas donde se realizará intercambio de ideas, de cómo se sintieron en la dinámica y el objetivo de esta.

Sesión 5. Participación e inclusión

Título: Diversidad en el aula

Tema: Participación e inclusión

Objetivo: Afianzar la pertenencia al grupo mediante estrategias psicoeducativas propiciando un ambiente de participación en el aula

Marco teórico.

La participación y la inclusión de los jóvenes con discapacidad sensorial auditiva es esencial en el proceso de desarrollo de la sociedad y en especial del individuo involucrado, porque permite que las personas discapacitadas se complementen de una manera que va más allá de lo físico, además abre paso hacia un reconocimiento de ellos en la sociedad y genera una valoración en su actuar y decidir, es decir que es como darles la oportunidad de ignorar su discapacidad, lo que posibilita el cumplimiento de diferentes necesidades individuales de la persona .

Así pues, la validación de la participación de estos individuos en los diferentes procesos sociales, genera evidentemente el cumplimiento del poder de expresar lo que quiere la persona, pero también es importante entender que la "participación es una necesidad humana y por ende es un derecho de las personas", Díaz Bordenave (2020). Es de entender que gracias al proceso participativo se pueden sustentar los derechos intangibles de cada ser humano sin generar excepciones entre ellos.

Por otro lado, se pueden exponer diferentes posibilidades a partir de la participación, entres estas el poder controlar las decisiones que influyen en la vida cotidiana, de poder alcanzar el protagonismo en la historia de cada persona, esto debe ser una necesidad valorada como una condición para alcanzar un proceso de cambio, que este dirigido a aumentar la calidad de vida de la persona que efectué su derecho a participar Werthein y Argumedo, (2020).

Ante el panorama planteado, se debe establecer que la inclusión es otro concepto clave de esta investigación debido a que a través de esta se favorecen las relaciones sociales sanas, equivalentes a un desarrollo íntegro y multifacético que permite entender las diferencias y la necesidad de las mismas. "El enfoque social toma como referencia normativa general los derechos humanos y como objetivo político básico la no discriminación", Casado y Egea (2008). Esto simplifica el significado y profundiza en la necesidad de mantener la inclusión ligada a la participación de todas las personas dentro de una población.

Dentro de lo entendido por la inclusión y el papel que esta jugaría dentro del proceso participativo de las personas discapacitadas, se especifica que la razón por la que se impulsan las normas legales es por el reconocimiento de los derechos, a partir de aquí es donde el individuo

deja de ser un objeto que se objeta por la caridad a un sujeto de derechos, entendiéndose esto como un final donde la persona es y se debe reconocer como ciudadano. García (2020).

Según Blanco, citado por Díaz y Fernández (2020), una importante diferencia entre integración e inclusión reside en que se pasa de considerar el individuo como sujeto, como individuo particular quien se integra. Aquí corrobora la sustentación del párrafo anterior, entendiendo el valor de los derechos del sujeto, sin importar la condición en la que este, además sustenta la diferencia con la integración.

La inclusión de la cual trata esta investigación nace de querer transformar las estructuras sociales, para lograr hacer mejor a todos y capaces de entendimiento para incluir a todas las personas en el proceso, es decir crear un mundo mejor, evitando caer en el error de creer que la inclusión hace referencia a tratar de crear formas para acoplar a los sujetos con las estructuras ya existentes o con el sistema, sino que al revés. García AS., Fernández A (2020)

Continuando con lo esencial de la investigación debemos centrar las teorías en la de la discapacidad en general, donde se explica que ante la discapacidad se debe plantear la garantía de la igualdad de los sujetos en la sociedad, sin importar si tienen o no deficiencia física, además la igualdad a la que se refiere no es solamente en el concepto médico o de necesidades médicas, sino en cuestión de los derechos humanos Diniz (2007). “la vivencia y las formas de discriminación facilitan la reproducción y cristalización de la denominada matriz de la sobreprotección, en donde la función es resguardar y proteger a mujeres y hombres con discapacidad, de la agresividad social”. Esto explica las razones por las cuales las personas discapacitada son vistas como sujetos a los cuales se debe cuidar, proteger y por ende también se puede caer en creer que no pueden tomar decisiones propias, esto evidentemente causa un choque social y niega el valor social de la persona y su capacidad de elección, además de influir negativamente en el proceso de inclusión y objetar contrariamente a la participación.

En el avance cognitivo se han planteado diferentes aspectos que abarcan el concepto de discapacidad, entre eso se establece un punto de vista valioso que observa a las personas sin discapacidad y a las que sí tienen, donde las que tiene deficiencias se pueden considerar sujetos con diferentes estilos de vida, porque son quienes experimentan diferentes situaciones, debido a este concepto de discapacidad existen personajes teóricos que aumentan el concepto, sujetándolo a un paradigma, esto según Lane (2020).

Estos puntos son claves dentro del trabajo investigativo basado en la participación y la inclusión de los jóvenes con discapacidad sensorio auditiva, porque se puede detallar la importancia y coacción de los términos plantados, los cuales contribuyen evidentemente en el camino y desarrollo de un sujeto con deficiencias sensorio auditivas, determinando que el desarrollo se genera inicialmente a partir de la participación del mismo como un personaje capaz y eficiente, decidido a validar su toma de decisiones y la razón de las mismas.

Para terminar, la participación también desencadena un cambio en el cual se debe observar a través de la inclusión, punto determinante para la investigación, porque busca modificar las estructuras sociales concebidas de manera evidente como errónea e inaceptable porque generan discriminación, la eliminación de estas es para fortalecer el cambio y contribuir a la participación.

Finalmente es de comprender que las personas con discapacidad de todo tipo y en este caso sensorio auditivas, siguen siendo parte igualitaria de la sociedad y todo lo que a eso involucra, sin excepciones o variaciones, porque está sustentado en los derechos humanos y validado por la sociedad, "La existencia de redes de protección es un primer requisito para evitar los procesos de exclusión social", Jiménez (2020).

Metodología.

Población: Adolescentes con discapacidad sensorial auditiva

Tiempo: 45 minutos

Materiales: Telas semi transparentes

Técnicos: Computador, Canva

Encuadre o Presentación.

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar una actividad psicoeducativa llamada "¿Quién soy?". El tema a tratar es la participación e inclusión. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; no levantarse del puesto a menos que sea necesario, levantar la mano para participar, participación activa, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada la

actividad. Finalmente, cuando concluya la actividad se realizará una retroalimentación con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar y expresar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción Inicial. (Presentación Canva)

Se da inicio a la actividad conformado por un breve saludo y presentación de las personas a cargo de la dinámica. Seguidamente se les comunicará la temática participación e inclusión, la cual tiene como título "¿Quién soy?". luego la persona que dirige la dinámica pedirá a los jóvenes que se sienten en el suelo; tras esto, elegirá a tres de ellos o ellas llamando por el nombre propio a cada uno. El grupo se retirará a un espacio fuera del campo visual del resto; el adulto tapará con una tela semitransparente (desde la cabeza a la cintura) a uno o una de los o las tres elegidas, este saldrá diciendo "hola" de cara al grupo el cual de uno en uno podrá tocar, oler, ver y oír al miembro oculto y así adivinar quién es, para ocultar al joven se pueden utilizar otros recursos como una careta, un disfraz... Se puede variar ocultando más a la persona para edades más avanzadas. (Ver en el apéndice E).

Escenarios.

Una vez proyectada la presentación de la dinámica anterior, se da inicio a la explicación de la última actividad **(El abrazo del caracol)** la cual tiene como objetivo dar la oportunidad de experimentar contacto corporal con "otros significativos" para sentir la seguridad que aporta la pertenencia al grupo a través de un contexto de positividad. De este modo, Este juego (apéndice D) que implica a todos y todas en la fusión breve, intensa y placentera del abrazo. Aprovechando un momento emocional (alegría por un cumpleaños, tristeza por la despedida…) del grupo ya constituido como tal, la persona adulta o encargada a la señal de "abrazo de caracol" organiza a los infantes en una cadena de la mano que con precaución y sin prisas se va enrollando a modo de caracol muy, muy juntos, transmitiendo señales verbales y no verbales de satisfacción. Para formar la cadena se atiende a las diferencias individuales disponiendo el orden en función de las mismas. Tras la euforia del abrazo, se relaja a los participantes modelando varias respiraciones profundas para desenrollar la cadena sin riesgos. Se recomienda que en pequeños grupos y atendiendo a las

destrezas y peculiaridades de los participantes. Sería aconsejable que cada caracol dispusiese de un adulto, un igual de más edad o con un ritmo de desarrollo alto.

Sesión 6. Adaptación

Título: Mis estrategias

Tema: Adaptación

Objetivo: Fortalecer el proceso de adaptación curricular en los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, por medio de estrategias psicoeducativas contribuyendo a la calidad de vida de los adolescentes.

Marco teórico

Las personas con discapacidad sensorial auditiva presentan mayor dificultad para desenvolverse en el contexto que se encuentran, debido a que su discapacidad es vista como un estereotipo que emerge en una limitación en el mundo laboral y social sin tener en cuenta la capacidad que tiene el individuo para responder a las exigencias del entorno, las personas sordas muestran problemas para las relaciones interpersonales ya que su comunicación oral es nula siendo un obstáculo en diversas esferas de la vida. En consecuencia, surgen pensamientos de minusvalía, baja autoestima que alteran su autoconcepto. Las personas con discapacidad auditiva muestran una alta probabilidad de presentar trastornos de personalidad, adaptativos o depresivos debido a la carencia de relación de padre e hijos, dificultades en la interacción del lenguaje y el óptimo desarrollo educativo que limita el área social, laboral y familiar de la persona que presenta dicha dificultad (Olazábal, Pousa, Sesma, Fernández y Gonzales (2017).

La depresión es una enfermedad que afecta al ser humano de manera holística en su funcionabilidad física, motora, cognitiva y emocionalmente donde el individuo se ve inmerso en una esfera catastrófica que lleva a sentimientos de inutilidad, tristeza, desesperanza y perdida de las actividades cotidianas, este trastorno conlleva al individuo de manera leve, moderada o severa a los indicios de la pérdida del sentido vida dependiendo del grado y manifestación de síntomas y pensamientos irracionales en el que el individuo que la padece sufre un caótico vacío existencial

que entre el tiempo y la mantención del trastorno se cae en la inercia estructural de la mente que dificulta el placer y la proactividad en el área social, familiar, y laboral que coexiste en el individuo Organización panamericana de la salud, (2020).

En la actualidad la depresión es un trastorno mental que aumenta la probabilidad de padecer otras enfermedades en comorbilidad a trastornos como la ansiedad y de la conducta, generando en el individuo limitaciones en su entorno familiar, social e intrapersonal que desde la infancia y adolescencia el individuo se enfrenta a una serie de factores que enmarcan la aparición de dicho trastorno como el predisponente genético, la violencia intrafamiliar, separación de los padres, abuso sexual, problemas económicos y en cierto grado el abuso de sustancias psicoactivas actuando como desencadenantes a la aparición de esta enfermedad tan importante que afecta a un gran número de personas y afecta de manera notable la salud mental (Hoyos, Lemos, Torres, 2012).

Siguiendo este orden de idas, la persona que no puede escuchar enfrenta difíciles problemas para desenvolverse en el aspecto social, por las dificultades para detectar los sonidos o palabras que emiten las personas, identificar cualquier sonido que emite el ambiente, establecer una conversación y sobre todo comprender el lenguaje oral. "La alteración implica la afectación para que un individuo adquiera las destrezas del pensamiento, la lengua y de expresión; posteriormente se ve afectad el aspecto conducta, el desarrollo social y emocional, y el desempeño escolar y laboral" (Torres, 2010, p.18).

Partiendo de lo anterior, es importante crear e implementar distintos mecanismos y herramientas que permitan la adaptación de las personas con discapacidad sensorial auditiva al ambiente escolar, familiar y en un futuro en su vida laboral. De este modo mitigando y contrarrestando la depresión y sus posibles consecuencias. Mediante adaptaciones curriculares que se pueden definir como cualquier ajuste o modificación que se realiza de la oferta educativa común para responder a los alumnos, en este caso con deficiencia auditiva, en un continuo de la respuesta a la diversidad (Garrido, C. y otros, 2001). Conviene recordar que el alumno con discapacidad auditiva, antes que sordo es persona, y por eso se debe también dar respuesta a ciertas necesidades compartidas con el resto de los alumnos a esas necesidades que, como persona, tiene de desarrollarse cognitiva, motórica, afectiva y socialmente. Esto significa que la propuesta educativa para los sordos ha de tener como marco de referencia el currículo ordinario, es decir, los mismos

objetivos generales que el resto de los alumnos, y no un currículo paralelo basado sólo en el aprendizaje de la lengua oral.

Por último, el llevar a cabo adaptaciones metodológicas persigue la finalidad de que el alumno realice aprendizajes significativos y motivadores. Existen numerosas estrategias para que el alumno sordo se encuentre cómodo y motivado en el aula. Algunas pueden suponer todo un reto para el profesor, que deberá cambiar muchos de los hábitos adquiridos con alumnos oyentes, como: hablar de espaldas a la clase o descuidar su forma de vocalizar. Así mismo en lo posible deberá implementar otras igual de importantes.

Metodología.

Población: Docente y Adolescentes con discapacidad sensorial auditiva

Tiempo: 2 horas

Recursos.

Materiales: Apps de Google play, papeles, lápices, colores, temperas y posters.

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar una actividad psicoeducativa llamada “Mis estrategias”. El tema a tratar es la adaptación en los distintos ámbitos de nuestra vida. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que habrá incentivos (dulces, juguetes, cupones) durante la actividad. Finalmente, cuando concluya la actividad se realizará una retroalimentación. con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción Inicial.

Se da inicio a la actividad conformado por un breve saludo y presentación de las personas a cargo de la dinámica. Seguidamente se les comunicará la temática a trabajar, que es la Adaptación en nuestros entornos de la vida, la cual tiene como título "Mis estrategias". luego se realizará una pausa activa (Arte- Terapia) ver cada una de las estrategias en el (Apéndice F). Esta dinámica tiene por objetivo representar, plásticamente, las emociones. Es decir, expresar de forma visual qué siente o entiende cada uno con una determinada emoción. El tiempo requerido es de unos 30 minutos. El tamaño del grupo es indiferente porque se realiza de forma individual, aunque la puesta en común sea colectiva. Se necesitarán materiales artísticos, como papeles, pinturas, lápices, témperas generando empatía y preparándolos para empezar la jornada del día. Para esto se le comunicaran las indicaciones con ayuda del interprete que acompaña la clase las cuales son: El dinamizador inicia la actividad explicando que todos tenemos la misma palabra para referirnos a la alegría, la tristeza y el enfado, entre otras emociones.

Sin embargo, lo que nuestra mente siente, cómo lo representamos en nuestro mundo psíquico, es algo que varía de persona en persona. La intención de la actividad es hacer que cada uno represente, de forma visual, artística y libre, lo la ira, la tristeza, la soledad, el miedo, la alegría y cualquier otra emoción que se les ocurra. Es muy importante incidir en que deben usar los colores con los que asocian esas emociones, además de representar las emociones con las figuras que les sugieran.

Esta actividad, de primeras, puede parecer un tanto infantiloide, pero lo cierto es que se utiliza mucho en contextos terapéuticos. Liberar el mundo interno por medio del arte puede ser una de las mejores formas de destensarse, además de ir ganando un mayor conocimiento de nuestro mundo emocional.

Al final de la dinámica, se pondrá en común lo que cada uno ha pintado, destacando por qué ha usado uno o varios colores, por qué ha usado unas formas en concreto y, si ha usado la figura de algún animal, persona u objeto, qué significado tiene para él. Además, se puede tratar de entender si alguna experiencia pasada ha influido en la forma en cómo se ha representado la emoción.

Escenarios

Escenario 1

Una vez realizada la actividad empática, se da inicio a la actividad principal. Teniendo como eje central la autonomía, brindándonos herramientas de adaptación en nuestros entornos donde nos desenvolvemos.

Inicio: La persona encargada de la actividad "Conociendo nuestra familia" muestra una foto de su familia, comentándoles algo referente a ello y les pregunta a los jóvenes si trajeron sus fotos. (Cada joven trae de su casa fotografías y retratos de los miembros de su grupo familiar.) **Desarrollo:** El orientador invita a los jóvenes a sentarse juntos y dirá algo así como: "vamos a ver fotos de la mamá, el papá, los hermanos y hermanas, etc.". Se les dice, por ejemplo, ¨Hoy, vamos a conocer a las personas con las que cada uno vive", invitándolos a sacar sus fotos que están en una canasta (u otro medio). Preguntará ¿quién trajo esta foto, permitiendo que cada uno cuente en la medida de lo posible, y mediado por el educador /a, algunas cosas acerca de ellos/ellas, a través de preguntas tales como: ¿qué estabas haciendo? ¿con quién estabas? Se les solicitará luego, que decoren unas cartulinas para pegar en ellas las fotos, presentándoles alternativas, por ejemplo, un grupo pintará con engrudo y témpera (con los dedos) y otro grupo en otra cartulina arrugará y pegará papelitos, etc. Se les pregunta ¿con qué trabajarás? ¿Con qué materiales?, acompañándolos para que elijan. **Cierre:** Se les mostrará como quedaron las "obras", para posteriormente invitarlos a ponerlas a secar. Felicítelos por su participación, destacando la diversidad de las presentaciones y de tipos de familias existentes: "Que linda la mamá de Pedro con pelo tan largo" "Y el hermanito de Rosita tan crespito", etc.

Recomendaciones para adaptar la experiencia de aprendizaje: Cuando cada uno de los niños, niñas o jóvenes presente las fotografías de su familia, tómese el tiempo para explicar con lenguaje oral, gestual, imágenes, señas y dibujos a él o los niños/as con dificultades auditivas la actividad. En el momento en que él/ella presente a los miembros de su familia, por ejemplo, nos muestre la foto de su mamá. A través de lenguaje verbal y/o gestual, hágale preguntas como las siguientes "esta es tu mamá", ¿de qué color tiene ella el pelo?; ¿cómo es su vestido? Verifique que el niño/a esté mirando sus labios cuando le habla e indique con el dedo determinados elementos de la foto y del propio cuerpo mientras se los nombra. Utilice fotos de la familia del niño o niña, señalando a los miembros que corresponde, acompañe con frases como: "esta es la mamá"," éste eres tú", etc. Utilice gestos naturales o lengua de señas.

Escenario 2

Por último, se llevará a cabo una socialización con los docentes a cargo, donde se le mostraran las distintas herramientas o programas informáticos que se pueden emplear en el aula, tanto con los alumnos con discapacidad sensorial auditiva como con los que no presentan alguna discapacidad.

La persona encargada dará una pequeña introducción, ayudada de herramientas visuales que permitan más dinamismo al momento de socializar la información (imágenes, videos) **Inicio:** Se menciona que, el llevar a cabo adaptaciones metodológicas tiene como finalidad que el alumno realice aprendizajes significativos y motivadores. Existen numerosas estrategias para que el alumno sordo se encuentre cómodo y motivado en el aula. Algunas pueden suponer todo un reto para el profesor, que deberá cambiar muchos de los hábitos adquiridos con alumnos oyentes, como: hablar de espaldas a la clase, descuidar su forma de vocalizar, etc.

Así mismo la persona encargada de la socialización mencionara que no hay nada en la sordera, en sí misma, que impida desarrollar un pensamiento abstracto de máxima complejidad. Los alumnos conservan todos sus potenciales intelectuales, es decir, son capaces e inteligentes, aunque, eso no es suficiente, estos niños necesitan: experiencia, información precisa y razonada, entorno rico y estimulador y un sistema simbólico de calidad.

Desarrollo: La tecnología puede ser una gran herramienta de aprendizaje si se usa adecuadamente, y es importante que nuestros alumnos vean que con este recurso podemos ayudar o solucionar problemas reales. Por lo tanto, las estrategias metodológicas que empleemos para tener un buen desarrollo de la clase deben de:

1. **Tener en cuenta:**
    - La colocación de los alumnos con discapacidad auditiva. Estos deberán estar situados en el aula de tal manera que tengan fácil acceso a la información visual para que, de esta forma, se vean favorecidos para la lectura labio-facial.
    - Dicha lectura requiere de un gran esfuerzo por lo que trataremos de articular nuestras palabras, de forma clara y sencilla, a una velocidad moderada y acordándonos de que sólo es posible leer “en los labios” lo que se conoce.

- También deberemos evitar poner obstáculos en nuestra boca (bolígrafos, papeles, las manos, etc.)

2. **Facilitarles la información:**
    - Mapas, dibujos, planos, fórmulas, tablas de multiplicar
    - Diferentes tipos de letras.
    - Fotografías, recortes de revistas, anuncios…
    - Recursos tipográficos
    - Utilizar diferentes ejemplos para explicar una misma cosa.
    - Favorecer el uso del ordenador.

3. **Asegurarnos de que:**

- Han entendido bien lo explicado. No podemos conformarnos con que nos digan que sí.
- De no haberlo hecho, volveremos a repetir la misma información, pero de otra manera más comprensible para ellos.
- También supervisaremos las tareas y exámenes para evitar olvidos.

"El uso de estrategias metodológicas benefician a todos los alumnos, no solo a los que presentan Discapacidad sensorial auditiva"

Como último, se les dará a conocer la App creada por una joven hipoacúsica argentina para comunicarse por lenguaje de señas llamada; LSApp



Foto: tomado de internet

¿En qué consiste LSApp?

Es un traductor que permite ingresar palabras vía teclado o audio. De allí, el sistema mostrará la seña correspondiente a través de un dibujo animado para que el oyente pueda comunicarse e ir aprendiendo la lengua de señas. (ver apéndice F) Se estructura en tres secciones:

1. Buscador de señas, que pasa de español a LSA.

2. Juego para facilitar la práctica de LSA.

3. Consejos para comunicarse adecuadamente con personas Sordas. que fácilmente puede ser trabajada con los Jóvenes

Esta herramienta puede ser de gran utilidad en cualquier ámbito de la vida ya sea educativo, familiar, social e incluso laboral. Igualmente, al momento de trabajar con una comunidad mixta ya que presenta varias funciones, fortaleciendo la adaptación y mejorando la comunicación entre todos (jóvenes con discapacidad sensorial auditiva y jóvenes sin ninguna Discapacidad).

LSApp es sencillo y no necesita de Internet para ser utilizado. Una vez descargada la aplicación en tu dispositivo, simplemente se usa cuando se necesita. (apéndice F)

Devolución de aportes y Cierre.

Finalizando la actividad, se dará inicio a la retroalimentación por parte de las personas encargadas, donde se aclararán dudas al respecto.

Sesión 7. Psicoeducación y rutas de atención.

Titulo. Protege tu vida

Tema. Rutas de atención

Objetivo. Brindar las rutas de atención ante la prevención del suicidio y la depresión a las instituciones u hogares, por medio de recursos infográficos, para la detección e intervención temprana de la depresión.

Marco teórico.

En este apartado se evidenciará conceptos sobre la depresión y sus posibles consecuencias en los adolescentes, así como también la importancia de las rutas de atención para la detección y prevención de la depresión y sus consecuencias, tales como el suicidio.

Siendo así, se entiende a la depresión como una enfermedad que afecta al ser humano de manera holística en su funcionabilidad física, motora, cognitiva y emocionalmente donde el individuo se ve inmerso en una esfera catastrófica que lleva a sentimientos de inutilidad, tristeza, desesperanza y perdida de las actividades cotidianas, este trastorno conlleva al individuo de manera leve, moderada o severa a los indicios de la pérdida del sentido vida dependiendo del grado y manifestación de síntomas y pensamientos irracionales en el que el individuo que la padece sufre un caótico vacío existencial que entre el tiempo y la mantención del trastorno se cae en la inercia estructural de la mente que dificulta el placer y la proactividad en el área social, familiar, y laboral que coexiste en el individuo (Organización panamericana de la salud, 2012).

Hay que mencionar que la las enfermedades mentales, tales como la depresión ocasionan que niños y adolescentes presenten problemas de salud mental que interfieren en el proceso de crecimiento y desarrollo de su etapa evolutiva, derivado de factores biológicos, económicos y

ambientales que se asocian a los estilos de vida. Es así como los adolescentes en su mayoría son vulnerables a las demandas ambientales del sistema macrosocial en el que se encuentran, donde las condiciones de vida predisponen a la inestabilidad emocional y cognitiva afectando su bienestar mental (Unicef, 2011). La depresión es la enfermedad que más contribuye a la carga mundial de morbilidad entre los jóvenes de 15 a 19 años de edad, y el suicidio es una de las tres causas principales de mortalidad entre las personas de 15 a 35 años (unicef,2011, p.1).

Es importante destacar que las personas con discapacidad auditiva presentan mayor dificultad para desenvolverse en el contexto que se encuentran, debido a que su discapacidad es vista como un estereotipo que emerge en una limitación en el mundo laboral y social sin tener en cuenta la capacidad que tiene el individuo para responder a las exigencias del entorno, las personas sordas muestran problemas para las relaciones interpersonales ya que su comunicación oral es nula siendo un obstáculo en diversas esferas de la vida. En consecuencia, surgen pensamientos de minusvalía, baja autoestima que alteran su autoconcepto. Las personas con discapacidad auditiva muestran una alta probabilidad de presentar trastornos de personalidad, adaptativos o depresivos debido a la carencia de relación de padre e hijos, dificultades en la interacción del lenguaje y el óptimo desarrollo educativo que limita el área social, laboral y familiar de la persona que presenta dicha dificultad (Olazábal, Pousa, Sesma, Fernández y Gonzales (2017).

Las rutas de atención ante la salud definen las condiciones necesarias para asegurar la integralidad en la atención por parte de los agentes del Sistema de Salud (territorio, asegurador, prestador) y de otros sectores. Ordenan la gestión intersectorial y sectorial como plataforma para la respuesta que da lugar a las atenciones/intervenciones en salud dirigidas a todas las personas, familias y comunidades, a partir de: i) Acciones intersectoriales y sectoriales orientadas a promover el bienestar y el desarrollo de las personas, familias y comunidades, ii) Atenciones individuales y colectivas para la promoción de la salud, prevención de la enfermedad, diagnóstico, tratamiento, rehabilitación y paliación y iii) Acciones de cuidado que se esperan del individuo para el mantenimiento o recuperación de su salud. (Ministerio de salud, Colombia)

Por último, las rutas de atención ante la prevención del suicidio y el cuidado de la salud mental en Colombia son las siguientes. La línea amiga es una línea que tiene como objetivo orientar a los usuarios en temas relacionados con problemas como el alcoholismo, las drogas y el suicidio, esta está a disposición de cualquiera que lo requiera. Para usarla es solo marca de forma gratuita en cualquier dispositivo telefónico o celular, el número ***106.*** Por otra parte, está la línea de la policía nacional, una ruta fácil y segura de acceder, aquí se recibirá cualquier tipo de problema que afecte al usuario y se encargaran de buscar una solución, el número de esta línea gratuita en toda Colombia es ***123***. El servicio de bomberos de igual forma, cuenta con la disposición de ayudar en caso de pensar en o cometer algún acto suicida, su nuero de línea es, ***119.*** Cabe resaltar que estas líneas son totalmente gratuitas y están a disposición de cualquier persona que lo necesite, su servicio esta las 24 horas del día.

Metodología

Recursos (humanos y tecnológicos)

Duración: 30 minutos

Materiales: posters, cartelera, dibujos, cinta

Técnicos: proyector, computador, audio, videos

Encuadre o Presentación

Inicialmente se realizará la presentación de las personas a cargo del taller, posteriormente se informa que se va a desarrollar un taller psicoeducativa llamada “Protege tu vida”. El tema a tratar son las rutas de atención ante el suicidio y la depresión. Seguidamente se da a conocer los lineamientos de la dinámica, los cuales son; participar activamente, levantarse del puesto cuando sea necesario, manejar el respeto, antes y durante las dinámicas, se menciona que de no ser tomados los lineamientos se da por terminada el taller. Finalmente, cuando concluya el taller se realizará una retroalimentación con unas preguntas psicopedagógicas que los impulse a evocar o expresar el conocimiento aprendido. Se agradece la atención y participación durante la actividad.

Construcción inicial

Se da inicio al taller empezando por un breve saludo y presentación a cargo de los encargados del taller, posteriormente antes de empezar con las actividades, se realiza una breve actividad física para calentar y despertar a los adolescentes, esta tiene como nombre, "patitos al agua", pero en vez de decir las oraciones respetivas para ejecutar la actividad, se remplazará por gestos, para de esta forma lograr que los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva logren comprenderla. Una vez terminada la actividad, se realizará un pequeño estiramiento de todas las partes del cuerpo para así dar comienzo a los respectivos escenarios.

Escenario 1.

Una vez terminada las actividades, se comenzará primeramente con una explicación y orientación a los adolescentes sobre que son las rutas de atención, aclarando apartados tales como:

1. Que son las rutas de atención para el cuidado de la salud mental.
2. Cuáles son las señales de que alguien requiere de ayuda para proteger su salud mental
3. Cuáles son las líneas te atención encargadas de proteger la salud mental y de prevenir el suicidio
4. Como contactarse de forma segura con las líneas de atención

Estos apartados estarán apoyados con recursos infográficos de tipo expositor, donde se encuentran lo requerido para conocer las rutas de atención y las señales ante la depresión y de esta forma prevenir el suicidio. (apéndice G)

Escenario 2.

Una vez explicadas y orientadas las rutas de atención, se realizará una actividad ilustrativa que tiene como nombre, "ayuda a Juan". esta actividad consiste en que los participantes (adolescentes) logren identificar cuáles son las emociones y pensamientos característicos de la

depresión, pegando los mensajes encontrados en forma de nube de pensamientos al lado del niño “Juan”. Posterior a esto, se les pide a los participantes, ayudar a Juan, dándole un celular y mostrándole las respectivas líneas de atención que logren ayudarlo, estas líneas y celular también estarán en forma de pegatina para de esta forma ubicarlas y así completar la actividad.

A continuación, un paso a paso de cómo realizar la actividad “ayuda a Juan”

1. Visualizar la figura del niño Juan ubicada en la zona donde se desarrollará la actividad (recomendable en una pared o tablero).
2. Identificar cuáles son los pensamientos que más se relacione con el estado de ánimo (triste) del niño Juan, estos pensamientos estarán en forma de nube.
3. Una vez identificada los pensamientos característicos, se ubicarán a un lado del niño Juan.
4. ya ubicada las burbujas, se continuará con la forma de poder a ayudar a Juan, esta es mostrándole un celular, ubicándolo a un lado de él.
5. Por último, se ubicarán las respetivas líneas de atención aun lado del celular para de esta forma dar a entender que Juan debe recurrir a estas ayudas.

(Apéndice G)

Cabe resaltar que la participación de esta actividad por parte de los participantes es sumamente importante, ya que de esta forma se lograra la interacción y familiarización con las rutas y las señales que arroja la depresión.

Escenario 3.

Por último, se entregarán a las todos los adolescentes que participaron en las actividades, un volante que poseen información sobre las distintas rutas de atención para el cuidado de la salud mental en Colombia, este se entregara junto con una recomendación verbal, donde se aclare la importancia de estas rutas y de que no es un juego y por nada del mundo recurrir a estos en forma de broma. (apéndice G)

Devolución de aportes y Cierre.

Finalizando la actividad, se dará inicio a la retroalimentación por parte de las personas encargadas, donde se aclararán dudas al respecto.

Sesión 8. Estrategias pedagógicas

Título: ¡soy capaz!

Tema: estrategias pedagógicas

Objetivo: fomentar la salud mental, en los adolescentes, por medio de la participación en diversas actividades lúdicas y culturales en las instituciones educativas para el fortalecimiento de la inclusión

Marco teórico:

La educación de las personas sordas se ha visto trazada por variedad de transformaciones, algunas de ellas positivas para su formación y otras no tan significativas. El proceso educativo para personas con discapacidad sensorial auditiva, sigue siendo limitado en el acceso, permanencia, calidad y continuidad, lo mismo que en la adquisición y potencialización de capacidades y habilidades. Los modelos inclusivos en los proyectos educativos de las instituciones públicas y algunas privadas se están implementando de forma gradual, sin embargo, falta ampliar con mayor efectividad la apropiación de mecanismos, pedagogías, didácticas y metodologías incluyentes, que partan del reconocimiento de la diferencia y el enfoque de las capacidades. Esto implica reconocer la flexibilidad curricular, la concreción de ajustes razonables en los currículos e infraestructuras físicas y tecnológicas de los planteles educativos, así como la cualificación del talento humano que conforma la comunidad educativa Villanueva Guzmán, (2020).

Siguiendo este orden de ideas, la educación continúa siendo insuficiente en oportunidades para la vida social, académica y productiva, con baja cobertura de acceso desde la educación básica primaria hasta la educación superior y especializada. De este modo, se presenta un acercamiento

a lo que ha sido la problemática de la educación colombiana frente al tema de discapacidad, es decir, que en la línea del tiempo que data desde el año 1996 hasta la Ley 115 de 2004 conocida como Ley General de Educación se ha mantenido una línea de exclusión y discriminación. La Resolución 2565 de 2003 que refiere a la educación formal e informal para Personas con Discapacidad y talentos excepcionales, refirió en uno de sus apartados que la Persona con discapacidad no puede ser integrada a la educación formal, solo en instituciones privadas que den respuesta a sus necesidades; esta resolución que busca dar solución a problemas educativos especiales determina y aporta a la Ley 115, que por cada 10 estudiantes con necesidades educativas especiales se deben contratar docentes de apoyo, y que para el caso de estudiantes con discapacidad auditiva se contratará el intérprete MinEdu, (2020).

Por otro lado, preocupa la falta de accesibilidad de los entornos, los ajustes razonables, y la entrega de materiales y técnicas pedagógicas accesibles a estudiantes con discapacidad, incluyendo el Braille y la lengua de señas colombiana. Es por esto, que las estrategias pedagógicas juegan un papel importante en la educación pues se constituyen en acciones docentes que facilitan el aprendizaje de los estudiantes, el uso de las estrategias pedagógicas permite el logro de objetivos de aprendizaje y hace que los contenidos sean tenidos en cuenta como metas establecidas durante el proceso enseñanza-aprendizaje, la enseñanza de cualquier disciplina requiere de la aplicación de estrategias pedagógicas. de modo tal que permitan comprender por parte de las diferentes instancias educativas, que los niños y jóvenes sordos o con alguna otra discapacidad cuentan con todo el potencial para alcanzar los estándares esperados para la educación formal Ramírez & Portilla, (2020).

Para concluir cabe resaltar que, en la actualidad dentro de la comunidad sorda, se encuentran sordos con compromisos asociados a nivel cognitivo, sensorial y físico con diferencias marcadas en sus procesos de aprendizaje y uso de la lengua de señas colombiana (LSC). Estos sujetos hacen parte de la comunidad sorda y son aceptados por sus pares; esto hace que como comunidad reconozcan la diferencia y diversidad dentro de su mismo contexto. Como comunidad, hoy en día ha aumentado su participación en los diferentes espacios educativos, deportivos, culturales y

sociales ha sido reconocida y aceptada; obteniendo logros y reconocimientos como el nombramiento de virreina como sucedió hace poco con la representante al reinado de belleza por el departamento de Norte de Santander, docente de planta, reconocimientos deportivos a nivel nacional e internacional, por mencionar algunos. De aquí la importancia conocer y valorar la cultura sorda y apreciar el valor incalculable de las personas que pertenecen a esta comunidad. Con el paso de los años están evolucionando y posicionándose dentro de una sociedad que los concebía en el anonimato y en la imposibilidad de desarrollarse como seres humanos con capacidades y talentos inesperados Bernal Velásquez, (2020).

En gran parte se debe a las distintas leyes que se han venido implementando en el ámbito educativo con esta población, ahondando en las distintas estrategias psicoeducativas, donde se reconoce al estudiante sordo como un ser multidimensional que requiere de contextos sociales, educativos, culturales, políticos y económicos para el libre desarrollo de su personalidad y participación en igualdad de condiciones con la población mayoritaria oyente. Así pues, Las instituciones educativas tienen la autonomía para elaborar y ajustar el horizonte institucional; desde el marco de la diversidad y reconocer al sordo como un sujeto con potencial para desarrollarse en un ámbito social, cultural, cognitivo y afectivo.

Metodología.

Población: Docentes y familiares

Tiempo: indefinido

Recursos. Humanos - tecnológicos

Materiales: materiales necesarios para cada actividad.

Construcción de la sesión

Esta sesión tiene como objetivo fomentar la participación de los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva a través de actividades lúdicas y culturales, promocionadas por la institución

educativa donde se esté formando el adolescente. Es bien sabido que, en las distintas instituciones educativas del país, cuentan con diversos grupos de estudiantes que se enmarca en realizar diversas actividades propuestas, tales como grupos musicales, ya sean de bandas y cantos, de igual forma, actividades de deporte, donde se integran varias disciplinas deportivas, actividades culturales y lúdicas, como el teatro, la danza y la pintura. Todas estas actividades, no solo fomentan la inclusión, si no también fortalece habilidades tantos cognitivas como físicas, y de esta forma ayuda a mantener se promueve el cuidado de la salud mental.

Entendiendo lo anterior, se recalca el acompañamiento de los docentes y familiares, de acompañar e incluir a los adolescentes con discapacidad sensorial aditiva en alguna de las actividades, de acuerdo a sus preferencias y aptitudes, para de esta forma generar una participación sana y segura en escenarios que los mantengan distraídos y sintiéndose parte de algo. (apéndice H)

Escenario 1.

En este apartado se encontrará una encuesta donde se evidencie preguntas que refieran a los gustos y aptitudes de los adolescentes, para de esta forma conocer qué actividades les gusta y en que se adaptan mejor. (Apéndice H)

Análisis de viabilidad del programa

Matriz Dofa

DEBILIDADES Una de las debilidades de la investigación es no haber tenido un contacto directo con la población, permitiendo solamente la contextualización a través de la revisión teórica de la población y las variables a investigar. No poder poner en práctica ni aplicar el programa, lo que puede ocasionar una aplicación orientada a otras direcciones, desviado los objetivos planteados.	**OPORTUNIDADES** Se considera como una oportunidad el uso de las herramientas virtuales, ya que por medio de estas se permitió avanzar de forma apropiada el programa. Por otro lado, se considera otra oportunidad estar cursando el diplomado presente, ya que permite el acrecentamiento de las habilidades como futuros psicólogos.
FORTALEZAS Unas de las fortalezas son los conocimientos adquiridos a través del desarrollo del programa, el dominio y el manejo del mismo. De igual forma la potencialización de las habilidades en el desarrollo de programas, proyectos, planes de trabajo, entre otros.	**AMENAZAS** La mayor amenaza presentada en el desarrollo de la investigación, es la crisis sanitaria a nivel global que se vive actualmente, por lo cual, debido a los protocolos de bioseguridad, se impide la aplicación del programa.

Tabla 3. Matriz Dofa

Evaluación del proceso

En este apartado se explica el método de evaluación realizado al final de cada sesión, este, es diligenciado por cada uno de los participantes, consiste en un formato de evaluación el cual contiene cinco preguntas en una escala Likert, en donde se evidencia, las perspectivas de los

participantes ante la estrategia implementada. A demás se expondrán unos apartados al final de las preguntas donde los participantes, por un lado, tendrán un espacio para dar una observación que pueda servir como sugerencias, y, por otro lado, un espacio donde referirán sí, "sí o no", presentan algún problema que estén viviendo; de esta forma, servirá para tener en cuenta a la hora de una intervención individual. Por último, una escala del uno al cinco, donde, uno es la puntuación más baja y cinco la más alta, permitirá conocer la calificación dada por cada participante de la estrategia implementada. Ver (apéndice I)

Evaluación de Resultados

Dentro de la aplicación del programa se procederá a realizar una evaluación de resultado con el fin de corroborar la efectividad del mismo. Esta evaluación será desarrollada al finalizar los ochos sesiones propuestas en el programa, por lo que todos los participantes, incluyendo el personal que dirigieron las sesiones, tendrán que realizarlas, para de esta forma tener una perspectivas más amplia y adecuada sobre la validez de todos los encuentros. Para esto se plantea un formato de preguntas abiertas con el fin de conocer el impacto que genero el programa en cada uno de los adolescentes. Ver (Apéndice J)

Conclusiones

En conclusión, se lograron desarrollar a cabalidad el total de los objetivos específicos planteados, para así dar cumplimiento con el objetivo general del programa.

De esta forma se lograron el desarrollo de los objetivos específicos, tales como, Enseñar capacitaciones psicoeducativas que permitan el reconocimiento de los factores riesgo de la depresión, la Aplicación de talleres psicoeducativos orientados a los factores protectores ante

la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva, la Realización de campañas psicoeducativa para la sensibilización de las consecuencias de la depresión en los adolescentes con discapacidad auditiva.

Por otra parte, se realizó el diseño de la evaluación de impacto de la aplicación total del programa, con fin de evidenciar la efectividad del mismo.

Ciertamente, Se logró construir cada una de las sesiones del programa, la cuales fueron ochos sesiones propuestas, que fueron sostenidas y basadas en investigaciones y soportes teóricos, dándole así la validez a la hora de la aplicación de las estrategias.

Como se ha mostrado, se logró dar cumplimiento al objetivo general, efectuando los objetivos específicos planteados, permitiendo así, la realización del diseño del programa ante la prevención de la depresión y sus consecuencias, de los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, mediante estrategias psicoeducativas y de sensibilización, creando habilidades psicológicas y fomentando la integración e inclusión en las instituciones y hogares.

Recomendaciones

En primer ínstate, se recomienda a la Universidad de Pamplona dar continuidad y seguimiento a esta temática, debido a que la depresión es una problemática que aqueja no solo a los adolescentes, si no a cualquier población existente en el mundo ya sea de forma grupal o individual.

Al programa de psicología junto con sus docentes, se les recomienda tener muy en cuenta la temática del programa y seguir investigando, ya que es importante una observación más amplia y profunda desde las diferentes áreas que la psicología brinda, puesto que la población adolescente es muy vulnerable, por lo tanto, requiere un acompañamiento psicológico para promocionar la salud mental y mejorar su calidad de vida.

Se recomienda a la comunidad y entes educativos, como docentes, psicopedagogos, y demás cuerpo educativo, tomar y aplicar el programa en los colegios con adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, para promocionar la salud mental, prevenir la depresión y de esta forma mejorar su calidad de vida.

A las familia y hogares que cuentes con adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, se recomienda, por un lado, el uso del programa para atender o prevenir la depresión, aplicando las respectivas sesiones. Por otro lado, se recomienda a las familias pedir a las instituciones educativas donde estudien los adolescentes con discapacidad sensorial auditiva, el uso del programa para garantizar la intervención para prevenir la depresión, esto en caso de que no cuenten con algún programa que se encargue de este mismo.

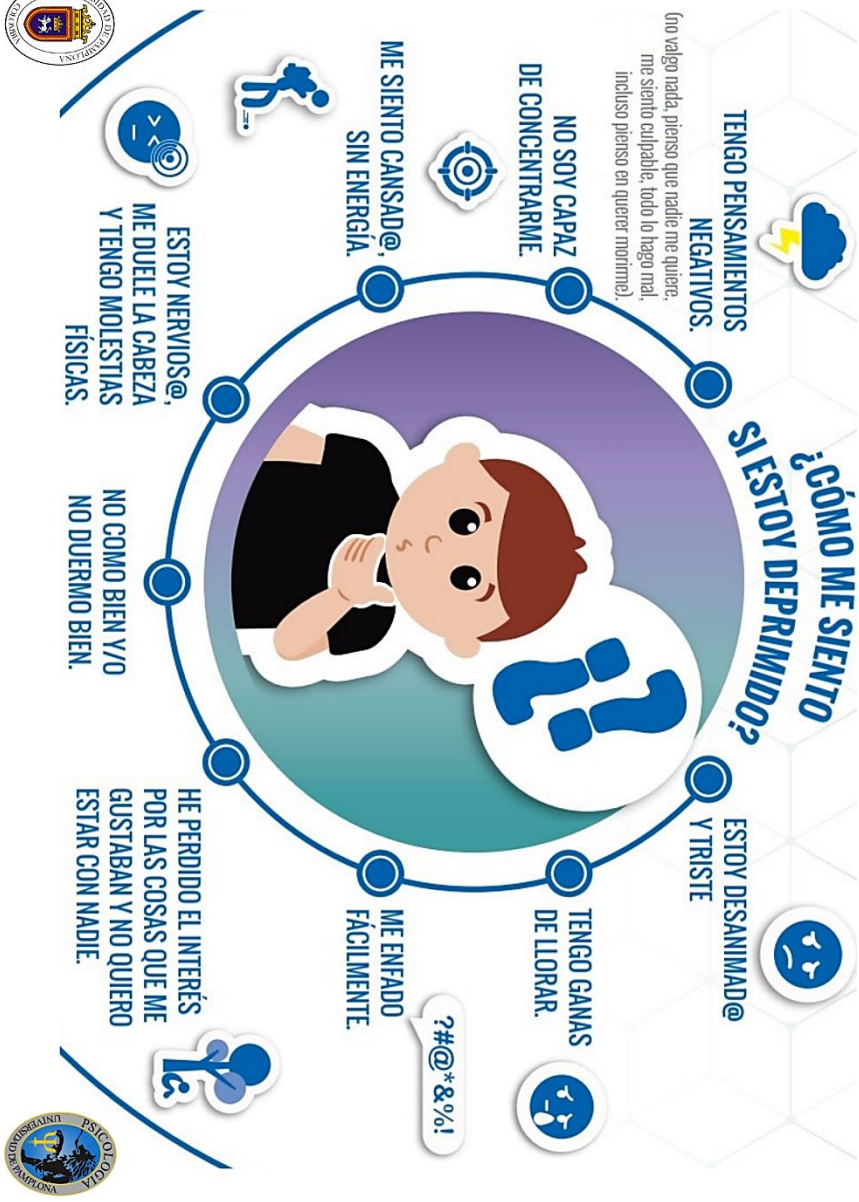
A la población adolescentes con discapacidad sensorial auditiva se recomienda que presenten una buena disposición ante el desarrollo del programa y cada una de las sesiones, para que, de esta forma, se logre la intervención para la prevención de la depresión y sus consecuencias, y así propiciar educación y habilidades para combatir este mismo, a partir de lo expuesto en cada uno los encuentros.

Anexos

Apéndices

Instructivo 1. *(Apéndice A)*

Señales de la depresión

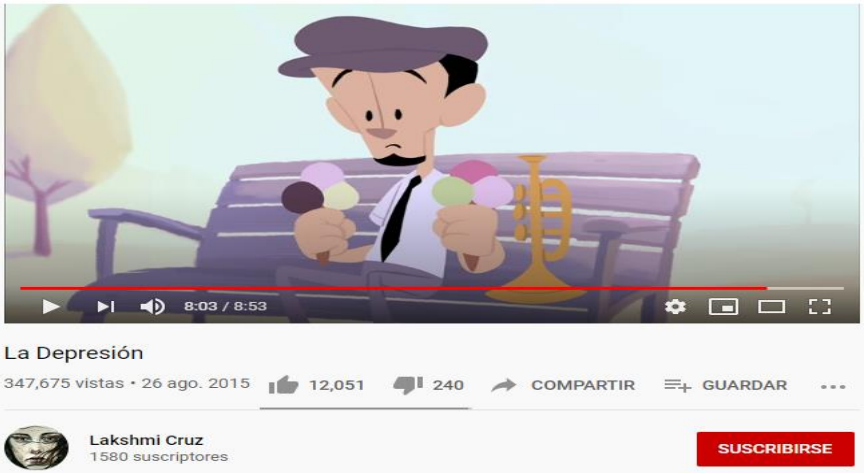




Cuestionario – video animado

LA DEPRESIÓN
¿Cuál fue la causa de que el sujeto sufriera depresión y no pudiera recuperarse?
¿Qué señales que padecen las personas con depresión se pueden observar en el video?
¿Como logro librarse de la depresión?
¿Qué harías y que le dirías para ayudarlo cuando paso por la depresión?

Video animado- depresión



https://www.youtube.com/watch?v=Y120xS0-R-o

Instructivo 2. ***(Apéndice B)***

Posters





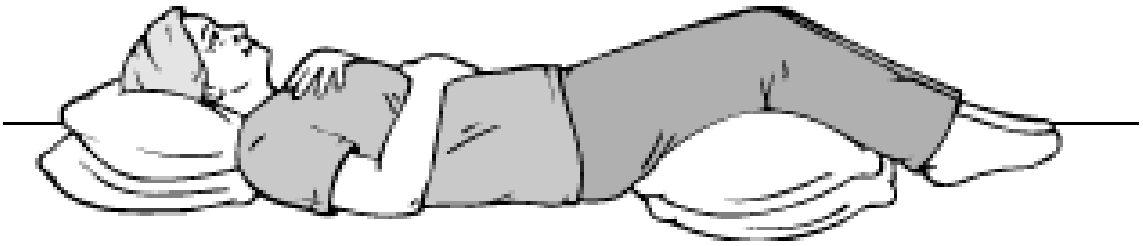
Video ilustrativo



Link: https://www.youtube.com/watch?v=9IlntOcSxs8

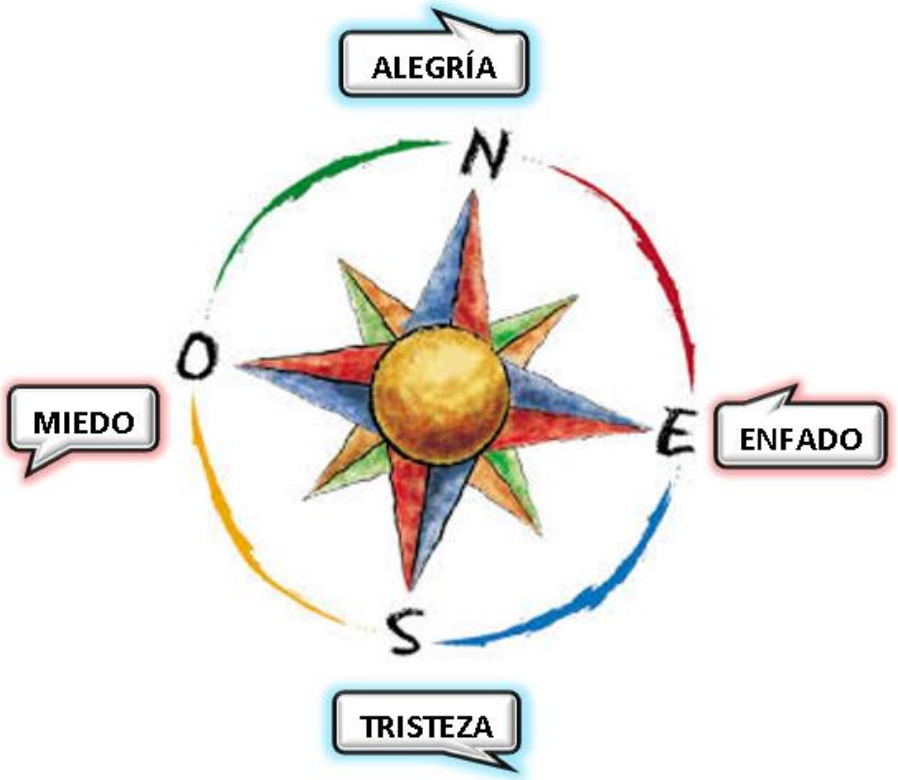
CONOCIENDOME MEJOR
¿Qué hábitos buenos tengo en mi vida? ¿Y en que me beneficia? _____ _____ _____ _____
¿Qué hábitos inadecuados tengo en mi vida? ¿por qué son malos? ¿Y cómo me afectan? _____ _____ _____ _____

Instructivo 3. ***(Apéndice C)***



Una persona emocionalmente inteligente es aquella que reconoce sus emociones.

Mira el video introductorio Inteligencia Emocional Link: https://youtu.be/se62UwCxUrI



Instructivo 4. ***(Apéndice D)***

Tutorial Rummikub: https://www.youtube.com/watch?v=3oRS45aJn9I

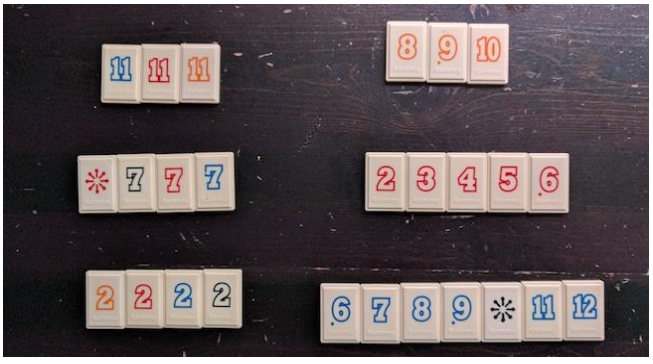












Instructivo 5. (*Apéndice E*)

Para visualizar mejor el material ingresa al siguiente enlace: https://www.canva.com/design/DAENvtoZH60/3UevONzUig9xPlkVd9fP2Q/view?utm_content=DAENvtoZH60&utm_campaign=designshare&utm_medium=link&utm_source=sharebutton

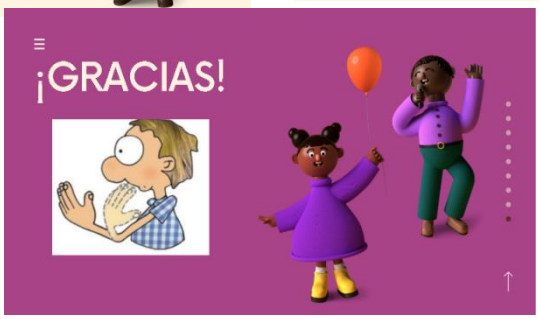












Instructivo 6. ***(Apéndice F)***

Arteterapia o cómo aprender a expresarnos sin palabras



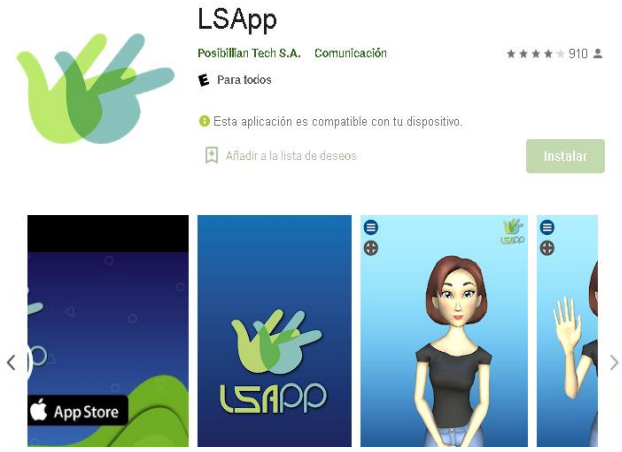


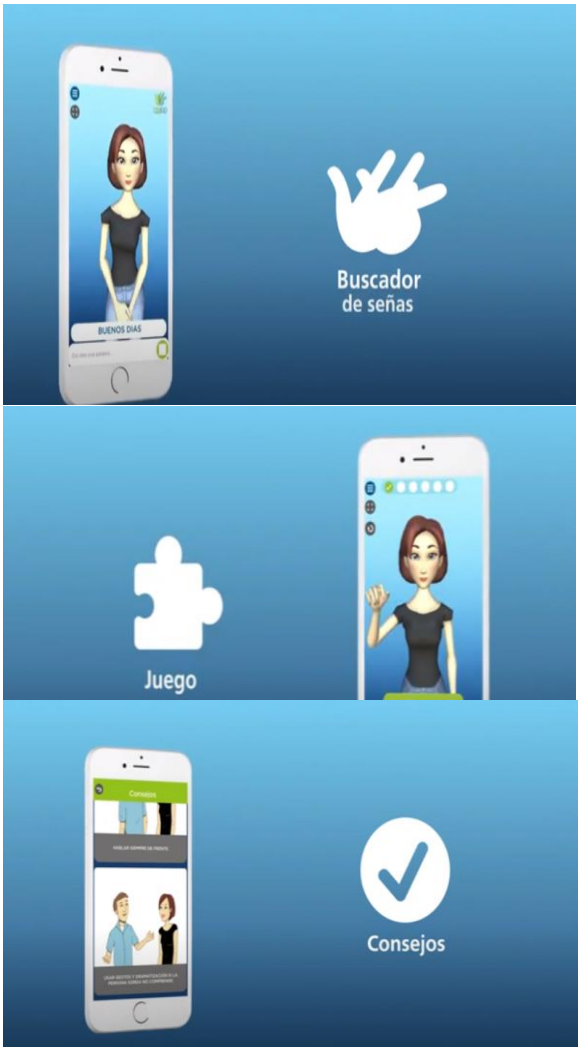


Actividad principal: “Conociendo nuestra familia”



LSApp (Lenguaje de señas)







Instructivo 7. ***(Apéndice G)***











ESTOY DESANIMADO Y TRISTE

TENGO MUCHAS GANAS DE LLORAR

NO SIRVO PARA NADA, OJALA ME COMPRENDIERAN

ME SIENTO TRISTE Y SIN GANAS DE HACER MUCHAS COSAS

Volante - Ruta



Señales de la Depresión



Instructivo 8. ***(Apéndice H)***

NOMBRE: _____

EDAD: ____ CURSO: _____

FECHA: _____

¿Te gusta bailar?	SI ____ ¿Que? _____	NO _____
¿Te gusta realizar deportes?	SI____ ¿Cual? _____	NO _____
¿Te gusta actuar y hacer teatro?	SI _____	NO _____
¿Te gusta el canto?	SI _____	NO _____
¿Tocas algún instrumento?	SI _____ ¿Cual? _____	NO _____
¿Te gustaría tocar algún instrumento?	SI_____ ¿Cual? _____	NO _____
¿Te gusta pintar?	SI _____	NO _____
¿Te gusta leer?	SI _____ ¿Que? _____	NO _____
¿En qué actividades te gustaría participar?		







(Apéndice I)

Formato de evaluación

Fecha: Edad. _____

_____

Género: _____

Las preguntas adjuntas le permiten expresar su opinión con relación a la aplicación de los conocimientos adquiridos.

Lea cada punto cuidadosamente y responda con toda sinceridad ya que esto permite obtener la información adecuada para mejorar en futuros encuentros.

Marque con una X la opción que crea conveniente:

Evaluación Tema: _____				
Marque con una "X" la opción que usted considere correcta.	**Siempre**	**Casi Siempre**	**Algunas Veces**	**Nunca**
1. ¿Tenía usted antes conocimiento del tema abordado?				
2. ¿Cree usted que el tema desarrollado, es significativo para su vida?				
3. ¿La temática abordada, la aplicará usted en su vida diaria?				
4. ¿Considera usted que los materiales de apoyo usados en la estrategia fueron adecuados?				
5. ¿El tema abordado fue comprendido con claridad?				

Sugerencias:

_____

_____

¿Crees que necesitas alguna ayuda debido a algún problema que presentes?	SI	NO

Finalmente, en una escala del 1 al 5, donde 1 corresponde a la calificación más baja y 5 a la más alta.

¿Cómo calificaría este taller en general? 1 2 3 4 5

(Apéndice J)

Por favor, responda cada una de las preguntas encontradas a continuación de acuerdo a sus experiencias y criterios a raíz de su participación en el desarrollo del programa de Prevención de la Depresión y sus Consecuencias en Adolescentes con Discapacidad Auditiva.

Lea cada pregunta cuidadosamente y responda con toda sinceridad ya que esto permite obtener la información adecuada para conocer ampliamente los aprendizajes adquiridos y lo que se podrá necesitar para futuras sesiones.

1. ¿Como fue su experiencia en la participación del programa?
2. De todas las temáticas abordadas en el programa ¿cuál cree que mayor aporte tuvo en su vida?
3. De acuerdo a las temáticas abordadas ¿Considera que hay alguna que requiere de un refuerzo? ¿Por qué?
4. ¿Considera usted que la temática abordada aporta a su crecimiento personal? ¿Por qué?
5. De todo lo visto y experimentado durante el desarrollo del programa ¿Qué aprendizaje obtuvo?

Referencias Bibliográficas

American psyquiatric Association. (2014). *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales DSM-V*. Recuperado de: http://www.eafit.edu.co/ninos/reddelaspreguntas/Documents/dsm-v-guia-consulta-manual-diagnostico-estadistico-trastornos-mentales.pdf

Aproximación al concepto de participación de los actores sociales (2020). Recuperado 16 noviembre 2020, de: http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/alianza-cindeumz/20130405122559/TAngelaMariaM.pdf

Berdejo, I. & Caballero, M. (2018). *Sordera, causas y factores de riesgo.* Recuperado de https://www.clinicbarcelona.org/asistencia/enfermedades/sordera/causas-y-factores-de-riesgo

Bernal Velásquez, A. (2020). Estrategias de enseñanza para maestros con niños sordos. Retrieved 20 November 2020, from https://bdigital.uexternado.edu.co/bitstream/001/852/1/CCA-spa-2018-Estrategias_de_ense%C3%B1anza_para_maestros_con_ni%C3%B1os_sordos_del_Instituto_Nuestra_Se%C3%B1ora_de_la_Sabiduria.pdf

Casas, D., Linares, M., Lemos, M., Y Restrepo, D. (2009). *Depresión y ansiedad en personas con deficiencia auditiva: revisión de literatura*. Revista Virtual Universidad Católica del Norte, 2 (28), 1-15. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/237091814_Depresion_y_ansiedad_en_personas_con_deficiencia_auditiva_revision_de_literatura/link/02e7e51b7d9b111e5e000000/downlo

Castro, C. (2017). *Diseño de un ambiente virtual para estudiantes de grado sexto con discapacidad auditiva que refuerzan el aprendizaje en el área de informática.* Universidad pedagógica nacional de Colombia Bogotá d.c. recuperado de: http://200.119.126.32/bitstream/handle/20.500.12209/9766/TE-21318.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Castillo, D., López, J., zapata, A. canto, G. (2012) *Caracterización de las limitaciones funcionales auditivas en una muestra de la población de Yucatán*. México, Revista Mexicana de Medicina Física y Rehabilitación, 24(1), 10-15. Recuperado de: https://www.medigraphic.com/pdfs/fisica/mf-2012/mf121c.pdf

Cobos, R. (2015). *Hacia la integración social de las personas con deficiencia auditiva: La labor del ciudadano como agente rehabilitador e inclusivo* (trabajo de grado). Universidad de navarra, España. Recuperado de: https://dadun.unav.edu/bitstream/10171/39667/1/Raquel%20Cobos.pdf

Carrasco, L., Martin Sanz, N., Izquierdo García, C., & Duran, R. (2020). El papel de la identidad grupal y la conciencia de estigma en la calidad de vida de personas con discapacidad sensorial y física: Un estudio en población española. Retrieved 15 October 2020, From http://redcdpd.net/revista/index.php/revista/article/viewFile/183/100

Catilla, M. (2020). Habilidades sociales y educación: estudios sobre una comunidad sorda. Recuperado 9 noviembre 2020, de: https://core.ac.uk/reader/61884260

Caballo, (2005). Habilidades Sociales definición cap4 pág. 97-122 Recuperado 9 noviembre 2020 de: https://www.navarra.es/NR/rdonlyres/BBF448C9-11C6-48B3-A574-558618E4E4F2/138615/Cap_04_97122.pdf

Decreto 1421 de agosto 29 de 2017 - Ministerio de Educación Nacional de Colombia. (2020). Recuperado 9 octubre 2020, de: https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-381928.html?_noredirect=1

Discapacidad, derechos humanos y justicia, (2020). Retrieved 16 November 2020, from http://www.scielo.br/pdf/sur/v6n11/es_04.pdf

Delors, J. (2020). La educación encierra un tesoro. México, UNESCO Recuperado 9 noviembre 2020 de: http://uom.uib.cat/digitalAssets/221/221918_9.pdf

Diaz Estebañez, E. (2020) Las personas sordas y su realidad social. Un estudio descriptivo. Madrid, MEC Recuperado 9 noviembre 2020 de: https://hera.ugr.es/tesisugr/17603110.pdf

Educación para todos: Ministerio de Educación Nacional de Colombia: (2020). Retrieved 10 November 2020, from https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-141881.html

Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2011). La salud mental del adolescente: Un desafío urgente para la investigación y la inversión. Recuperado de: https://www.unicef.org/spanish/sowc2011/pdfs/La-salud-mental-del-adolescente.pdf

Fabra, M. (2020). Concepción de la Sordera: Un estudio diacrónico desde la edad antigua hasta la edad moderna. Trabajo de ascenso no publicado. Universidad Pedagógica Experimental Libertador. Instituto Pedagógico Rafael Alberto Escobar Lara. Recuperado 10 noviembre 2020 de: http://arje.bc.uc.edu.ve/arj08/art08.pdf

García, L. (2017). *Estrategias tecno pedagógicas utilizadas en educación media para estudiantes con discapacidad auditiva en Colombia en la última década*. Universidad Nacional abierta y a distancia Unad. Bogotá D.C. recuperado de: https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/13556/33379513.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Gonzales, S., Pineda, A., Gaxiola, J. (2017). *Depresión adolescente: factores de riesgo y apoyo social como factor protector*. Universidad de Sonora, *México*. Recuperado de: file:///C:/Users/Usuario/Downloads/12993-Texto%20del%20art%C3%ADculo-86808-1-10-20180705.pdf

Gobierno de Chile, (2007). Discapacidad auditiva. Chile. Primera Edición, Santiago de Chile, diciembre, 2007. Recuperado de: http://especial.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/31/2016/08/GuiaAuditiva.pdf

La Psicología Organizacional del Trabajo y su importancia. Blog, artículos y noticias de Instituto Salamanca. (2020). Recuperado 14 septiembre del 2020 de: https://institutosalamanca.com/blog/psicologia-organizacional-trabajo-importancia/#:~:text=Su%20definici%C3%B3n%2C%20seg%C3%BAn%20Frank%20Landy,%2C%20organismos%20p%C3%BAblicos%2C%20organizaciones%20gremiales%2C.

La sordera puede conducir a la depresión - *Blog Beltone España. Blog Beltone España. (2020).* Recuperado 20 septiembre 2020, de: http://blog.beltone.es/la-sordera-puede-conducir-a-la-depresion-en-personas-mayores/

LSApp, app argentina para aprender a comunicarse con lenguaje de señas. (2020). Retrieved 16 November 2020, from http://www.ovrik.com/2018/05/21/app-comunicarse-lenguaje-senas/

LSApp. (2020). Retrieved 16 November 2020, from https://play.google.com/store/apps/details?id=com.lsapp&hl=es&gl=US

Lisseth Krisvelly & Vera Laguado. (2016). Representaciones sociales de la autoridad pedagógica en los estudiantes en situación de discapacidad auditiva y la expresión verbal en un colegio público de Cúcuta. Cúcuta, Norte de Santander Universidad Simón Bolívar. Recuperado de: http://catalogo.unisimon.edu.co/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=66188&query_desc=kw%2Cwrdl%3A%20discapacidad%20auditiva

La inclusión para las personas con discapacidad: entre la igualdad y la diferencia, (2020). Retrieved 16 November 2020, from https://www.redalyc.org/pdf/562/56230213.pdf

La participación. (2020). Retrieved 16 November 2020, from http://agro.unc.edu.ar/~extrural/LaPARTICIPACION.pdf

León, C. (2011). Secuencias de Desarrollo Infantil Integral. Universidad Católica Andrés Bello. Recuperado 10 noviembre 2020 de: http://biblioteca2.ucab.edu.ve/biblioteca/marc/php/buscar.php?base=marc&cipar=marc.par&epilogo=&Formato=w&Opcion=detalle&Expresion=N:85086

Mingote, J., y Núñez, C. (2011). *Importancia de la consideración de la salud mental en la gestión de la salud laboral: una responsabilidad compartida*. Revista Med Segur Trab, 51(1), 239-262. Recuperado de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0465-546X2011000500015

Ministerio de educación (2020). Retrieved 20 November 2020, from https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf

Ministerio de educación (2020). Retrieved 20 November 2020, from https://www.mineducacion.gov.co/1621/article-85960.html

Ministerio de salud y protección social. (2017). *Salud auditiva y comunicativa "somos todo oído*. Recuperado de: https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/abece-salud-auditiva-2017.pdf

Morales, C. (2017). *La depresión: Un reto para toda la sociedad del que debemos hablar*. Revista Cubana de Salud Pública, 43(2), 136-138. Recuperado de: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662017000200001

Muñoz, J. (2006). *Sordera y salud mental: la psicología frente a la deficiencia auditiva*. Recuperado de http://www.infocop.es/view_article.asp?id=879

Monjardín, N., Arellano, D., & Bustamante, L. (2020). *Rasgos depresivos en alumnos con discapacidad auditiva en un programa de inclusión universitaria*, Universidad autónoma de Sinaloa, México. Recuperado 1 octubre 2020, de: http://posgradoeducacionuatx.org/pdf2017/E146.pdf

Melinda, V. (2019). *Orientación vocacional y ocupacional en adolescentes con discapacidad auditiva.* Universidad siglo 21. Argentina. Recuperado de: https://repositorio.uesiglo21.edu.ar/bitstream/handle/ues21/17723/PIANTANIDA%20MELINDA%20VANESA.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Muñoz, Rubio, Rodríguez, Calderón, Gómez, Hernández & Espinosa (2018). Prevalencia de la población con hipoacusia neurosensorial bilateral. Universidad de Pamplona-Norte de Santander, Revista científica, Recuperado octubre 2020 de: http://revistas.unipamplona.edu.co/ojs_viceinves/index.php/CDH/article/view/2914

Necesidades educativas asociadas MinEdu, (2020). Retrieved 16 November 2020, from https://especial.mineduc.cl/wp-content/uploads/sites/31/2016/08/GuiaAuditiva.pdf

Osorio Murillo, O., Parra González, L., Henao Castaño, Á., & Fajardo Ramos, E. (2020). *Hábitos alimenticios, actividad física y estado nutricional en escolares en situación de discapacidad visual y auditiva*. Recuperado de: https://www.scielosp.org/article/rcsp/2017.v43n2/214-229/es/

Ocampo, D., Almendrales, N., Taborda, Y. (2019). Fortalecimiento del desarrollo humano integral rutas para la atención integral de niños y niñas con discapacidad auditiva de 0 a 6 años. Universidad de Antioquia, Colombia. Recuperado de: http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/13671/6/OcampoMarinDiana_2019_FortalecimientoDesarrolloHumano.pdf

Oviedo, A. (2001). Apuntes para una gramática de la Lengua de Señas Colombiana. INSOR, Colombia. Recuperado 10 noviembre 2020 de: https://cultura-sorda.org/resena-de-oviedo-2001-apuntes-para-una-gramatica-de-la-lsc/

Organización Mundial de la Salud (2019, marzo). Salud mental. Recuperado de: https://www.who.int/topics/mental_health/es/

Organización Mundial de la Salud (2018, marzo). Depresión. Recuperado de: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression

Organización Mundial de la Salud (2019, marzo). Sordera y pérdida de la audición. Recuperado de: https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/deafness-and-hearing-loss

Organización panamericana de la salud. (2002). Depresión guía y manejo. Recuperado de: http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/gericuba/guia08.pdf

Posada, j. (2013). La salud mental en Colombia. Revista biomédica, 33(4), 1-3. Recuperado de: http://www.scielo.org.co/pdf/bio/v33n4/v33n4a01.pdf

Prevalencia de trastornos emocionales en adolescentes con discapacidad auditiva en la escuela nacional para sordos y el instituto de ayuda al sordo santa rosa (2020). Recuperado 1 octubre

2020, From: https://repositorio.unphu.edu.do/bitstream/handle/123456789/1354/Prevalencia%20de%20trastornos%20emocionales%20en%20adolescentes%20con%20discapacidad%20auditiva%20de%201518%20a%C3%B1os%20en%20la%20Escuela%20Nacional%20Para%20Sordos%20y%20el%20Instituto%20de%20Ayuda%20Al%20Sordo%20Santa%20Rosa,%20INC.,%20en%20el%20periodo.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Psicología y depresión: tratamiento cognitivo-conductual. (2020). Retrieved 28 October 2020, from https://psicologiaymente.com/clinica/psicologo-depresion-tratamiento-cognitivo-conductual

Restrepo M. & Clavijo L. (2004). La construcción de la identidad del adolescente sordo. Tesis de Pregrado. Universidad de Manizales. Manizales, Caldas, Colombia Recuperado de:

https://www.redalyc.org/pdf/1942/194214468012.pdf

Ramírez, A., & Portilla, L. (2020). Estrategias pedagógicas y didácticas para la promoción y desarrollo de competencias. Retrieved 20 November 2020, from http://www.insor.gov.co/home/wp-content/uploads/filebase/Documento_06_Proceso_de_Investigacion.pdf

Segovia nieto, M. (2020). Discapacidad Auditiva y Habilidades Sociales en estudiantes de 12 a 16 años, del Instituto Nacional de Audición y Lenguaje de la Ciudad de Quito, en el periodo *2016-2017*. Recuperado 1 de octubre 2020, de: http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/11119/1/T-UCE-0010-1660.pdf

Sáenz, H., Soto, J., & Sánchez, J. (2020). Caracterización de los determinantes sociales en salud relacionados con la educación en personas con discapacidad en el municipio los Patios, Colombia. Recuperado 2 octubre 2020, De: https://core.ac.uk/download/pdf/328146805.pdf

Salud mental (2020). *Articulo* Retrieved 27 October 2020, from http://www.sld.cu/galerias/pdf/sitios/urgencia/6salud_mental.pdf

Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. (2020). Retrieved 28 October 2020, from https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response

Vásquez, A. (2020). Comunicación familiar en personas con discapacidad auditiva de la asociación de sordos asoraya, Universidad católica los ángeles Chimbote, Ayacucho- Perú. Recuperado 1 octubre 2020, de: http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/15913/COMUNICACION_FAMILIAR_VILLANUEVA_VASQUEZ_ANDREA_TERESA.pdf?sequence=1&isAllo

Villanueva Guzmán, G. (2020). Estrategias Pedagógicas de Ética para Estudiantes con Discapacidad. Retrieved 20 November 2020, from http://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/4369/VillanuevaGuillermo2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y