

PROPUESTA ACADÉMICA DE LA ONG CEDRO

SALUD MENTAL Y CONDUCTAS ADICTIVAS

1. Información general

1.1 Datos generales

Denominación del curso: Salud mental y conductas adictivas
Duración del curso: 5 semanas
Modalidad: Clases remoto en su mayoría y 1 día híbrido
No. de unidades de aprendizaje: 8
Fecha de inicio y de término: Lunes 16 de setiembre / Miércoles 16 de octubre

1.2 Justificación

- a. La salud mental es un componente esencial del bienestar humano, ejerciendo un impacto significativo en la calidad de vida de las personas.
- b. Hay una creciente demanda de profesionales de la salud emocional capacitados para intervenir en los diversos desafíos y trastornos que afectan a la población peruana en esta fase post pandemia.
- c. La falta de comprensión y sensibilización sobre los problemas de salud mental puede estar incidiendo en la estigmatización, discriminación y tratamiento sub profesional de los trastornos mentales.
- d. La formación en fundamentos de salud mental y conductas adictivas es básica no solo para los y las psicólogas y profesionales de la salud, sino también para estudiantes de disciplinas relacionadas, ya que les permitirá adquirir conocimientos actualizados con evidencia y habilidades para su práctica profesional.

1.3 Propósito:

- 1) Ofrecer una base sólida de los conceptos relacionados con la salud mental, abarcando su definición, historia, modelos teóricos, así como los factores de riesgo y protección asociados.
- 2) Familiarizar a los y las participantes con los trastornos mentales y conductas adictivas más frecuentes en el país, sus síntomas, causas, diagnóstico y tratamiento, con el objetivo de mejorar la identificación y la intervención temprana.
- 3) Capacitar a los y las psicólogas, profesionales de la salud y estudiantes para aplicar evaluaciones psicológicas y utilizar diferentes enfoques terapéuticos en el manejo de los trastornos mentales y comportamientos adictivos.
- 4) Promover la conciencia y la sensibilización sobre la importancia del autocuidado y el bienestar del profesional de la salud mental, así como la reducción del estigma y la discriminación asociados con los problemas de salud mental.

1.4 Público objetivo

Incluye a:

- Profesionales de la salud mental, como psicólogos clínicos, psiquiatras, terapeutas familiares y consejeros.
- Profesionales de la salud en general, como médicos generales, enfermeras, trabajadores sociales y consejeros de salud comunitaria.

- Técnicos y asistentes en el ámbito de la salud mental, que pueden desempeñar roles de apoyo en clínicas, centros de rehabilitación o instituciones psiquiátricas.
- Estudiantes de carreras relacionadas con la salud mental, como psicología, medicina, enfermería, trabajo social y otras disciplinas afines.
- Otros profesionales o personas interesadas en adquirir conocimientos básicos sobre salud mental y desarrollar habilidades para la identificación, evaluación y manejo de problemas psicológicos en diversos contextos.

1.5 Modalidad formativa

- El curso se llevará a cabo en modalidad virtual para las sesiones formativas, brindando así flexibilidad y accesibilidad a los y las participantes. Sin embargo, se contempla la realización de exámenes presenciales para garantizar la integridad y la rigurosidad de la evaluación.
- Entendiendo las posibles dificultades que algunos participantes puedan enfrentar, como residir en otras ciudades, se ofrecerá la opción de realizar los exámenes de forma virtual para asegurar que las y los estudiantes tengan la oportunidad de demostrar su aprendizaje de manera equitativa.

2. PLAN DE ESTUDIOS

- 2.1 **Enfoques formativos.** El plan de estudios se fundamentará en enfoques participativos y centrados en el y la estudiante, fomentando la interacción, el debate y la reflexión crítica. Se priorizará el aprendizaje activo y significativo, donde los y las participantes puedan aplicar los conceptos teóricos a situaciones prácticas del ámbito de la salud mental y las conductas adictivas.
- 2.2 **Competencias y desempeño a desarrollar.** El curso tiene como objetivo desarrollar competencias básicas en el campo de la salud mental y las conductas adictivas, incluyendo la capacidad para evaluar y comprender los trastornos mentales, aplicar estrategias de intervención y promover el bienestar psicológico. Se espera que los y las participantes puedan demostrar habilidades de análisis crítico, comunicación y trabajo en equipo en la práctica clínica y comunitaria.
- 2.3 **Plan de estudios.** El plan está estructurado para **ocho semanas**, abordando temas que van desde la introducción a la salud mental y las conductas adictivas hasta la intervención y prevención de trastornos mentales y las adicciones. Cada semana se centrará en dos clases con un conjunto específico de temas y actividades, permitiendo una progresión lógica y coherente del aprendizaje.
- 2.4 **Estructura curricular.** Incluye módulos temáticos, lecturas asignadas, actividades prácticas, estudios de casos y discusiones en grupo. Se establecerán sesiones de clase regulares y se proporcionará material complementario para el autoaprendizaje.
- 2.5 **Actividades formativas.** Comprende clases magistrales, sesiones de discusión en grupo, análisis de casos clínicos, simulaciones de situaciones de intervención, trabajos individuales y grupales.
- 2.6 **Metodología.**
A continuación, se detallan los aspectos metodológicos del curso:
- Se fomentará la participación activa de los y las participantes a través de actividades prácticas, discusiones en grupo, análisis de casos y ejercicios de aplicación de los conceptos teóricos a situaciones reales. Se buscará que los y

las participantes sean protagonistas de su propio aprendizaje, explorando y reflexionando sobre los temas tratados.

- Se privilegiará el aprendizaje práctico, donde los y las participantes puedan adquirir habilidades aplicables a su práctica profesional. Se realizarán ejercicios de role-playing, simulaciones de casos clínicos y prácticas de intervención para que puedan experimentar y desarrollar sus competencias en un entorno controlado y de apoyo.
- Se promoverá la interacción entre los y las estudiantes con el facilitador a través de debates, foros de discusión, trabajo en equipo y retroalimentación. Se crearán espacios para el intercambio de ideas, y la resolución de problemas en grupo.
- Se utilizarán herramientas tecnológicas y una plataforma de aprendizaje virtual para facilitar la comunicación, el acceso a recursos educativos y la realización de actividades formativas. Se proporcionará material multimedia y lecturas en línea que complementen las sesiones virtuales y promuevan el aprendizaje autónomo.
- Se brindará retroalimentación continua a los y las participantes sobre su desempeño y progreso durante el curso. Se establecerán mecanismos para evaluar el aprendizaje, identificar áreas de mejora y ofrecer orientación personalizada.
- Se adaptará la metodología según las necesidades y características del grupo de estudiantes. Se buscará mantener un equilibrio entre la estructura planificada del curso y la capacidad de responder de manera ágil a los intereses y requerimientos de los y las participantes.

2.7 Materiales y recursos: Se emplearán materiales y recursos para facilitar el proceso de aprendizaje, incluyendo presentaciones multimedia, lecturas seleccionadas, libros de texto, videos educativos, herramientas de evaluación en línea y plataformas de aprendizaje virtual.

2.8 La evaluación de los aprendizajes: Se llevará a cabo de manera continua, utilizando instrumentos como exámenes escritos, estudios de casos, trabajos individuales y grupales y participación en actividades prácticas. Se valorará tanto el conocimiento teórico como la capacidad para aplicar los conceptos aprendidos en situaciones prácticas

2.9 Certificación:

La certificación otorgada a los y las estudiantes que completen satisfactoriamente el curso será respaldada por **la Universidad Norbert Wiener y el Centro de Información y Educación para la Prevención del Abuso de Drogas (CEDRO).**

Este reconocimiento oficial valida el logro de los y las participantes en adquirir conocimientos y habilidades en el campo de la salud mental y conductas adictivas.

3. DOCENTES

- Rossana Ñaupari (Hospital Víctor Larco Herrera)
- Milton Rojas
- Jair Luján
- Gianfranco Chiappe
- Macarena de la Riva Agüero
- Zaida Avendaño
- Roxana Ascecios

SYLLABUS

SALUD MENTAL Y CONDUCTAS ADICTIVAS

UNIDAD 1:

Clase 1

Bases teóricas y conceptuales

- Modelos de comprensión de la salud mental: biopsicosocial, ecológico, cultural, etc.
- Factores de riesgo y protección en la salud mental.
- Estigmas en la salud mental

Evaluación y diagnóstico en salud mental

- Diagnóstico y clasificación de trastornos mentales: el DSM-5 y la CIE-10.
- Evaluación psicológica en salud mental: instrumentos y técnicas.

UNIDAD 2:

Clase 2

Trastornos mentales comunes

- Depresión: síntomas, causas, tratamiento y prevención.
- Comportamiento suicida asociado a la depresión
- Ansiedad: trastornos de ansiedad, fobias, trastorno de estrés postraumático, etc.
- Trastornos del estado de ánimo: trastorno bipolar, ciclotimia, etc.
- Trastornos de la personalidad: *borderline*, antisocial, narcisista, etc.

UNIDAD 3:

Clase 3

Intervención y prevención en salud mental

- Terapias psicológicas: cognitivo-conductual, psicodinámica, humanista, terapia familiar, etc.
- Psicofarmacología: principios básicos, tipos de medicamentos y consideraciones éticas.
- Prevención de trastornos mentales: promoción de la salud mental, factores de protección, intervenciones tempranas.
- Autocuidado y bienestar del profesional de la salud mental.
- Burnout en profesionales de la salud mental

UNIDAD 4:

Clase 4

Introducción a las Adicciones

- ¿Qué son las drogas? Clasificación
- ¿Qué son las conductas adictivas?
- Conceptos básicos
- Clasificación de las adicciones. Dependencia a sustancias y dependencias psicológicas.
- Modelos explicativos de la dependencia a sustancias
- Estadios o fases de consumo e indicadores.
- Criterios de diagnóstico (DSM V; ICD 10)

Clase 5

Prevención y factores de Riesgo y Protección del consumo de drogas en Adicciones

- Ámbitos de la prevención: Familiar, escolar, comunitaria, laboral
- Tipos de prevención:
 1. Principios de la prevención según el National Institute on Drug Abuse (NIDA)
 2. Enfoque médico
 - Prevención primaria
 - Prevención secundaria
 - Prevención terciaria
 3. Principios según G. Gordon
 - Prevención Universal
 - Prevención Selectiva
 - Prevención indicada
- Factores biológicos, psicológicos, socio familiares de la dependencia a sustancias

UNIDAD 5:

Clase 6

Aspectos epidemiológicos del consumo de alcohol y otras drogas en el Perú

- Estudios en población general
- Estudios en población escolar

- Estudios en población universitaria

Consumo de alcohol y tabaco

- Efectos a corto, mediano y largo plazo
- Abuso de alcohol en adolescentes y jóvenes. Los “atracones” de alcohol
- Aspectos clínicos del abuso y la dependencia del alcohol.
- Dependencia a tabaco. Tabaco y productos derivados: Vaporizadores, etc.

Clase 7

Marihuana y derivados de cannabis

- Uso, abuso y dependencia. Mitos y realidades.
- Uso terapéutico
- Impacto del consumo de marihuana en ámbito cognitivo del adolescente consumidor.

UNIDAD 6:

Clase 8

Coca y cocaína

- Hoja de coca
- Derivados cocaínicos:
 - Clorhidrato de cocaína
 - Pasta de cocaína
 - Crack
- Impacto físico, psicológico y neurobiológico.
- Aspectos farmacológicos

Drogas de Diseño y Nuevas Sustancias Psicoactivas

- **Conceptos básicos:**
 - Drogas sintéticas
 - Nuevas Sustancias Psicoactivas
 - Opioides sintéticos
- **Características, efectos de mediano y largo plazo.**
- **Factores de riesgo**
- **Aspectos farmacológicos**

UNIDAD 7:

Clase 9

Adicciones sin Sustancias:

Juego patológico (Ludopatía)

- Evaluación y diagnóstico
- Modelos de Intervención.
- Prevención.

Adicción a las Nuevas Tecnologías y Videojuegos

- Criterios diagnósticos, impacto y estrategias de manejo.
- Ciberadicciones en niños y adolescentes

Otras Adicciones Conductuales

- Compras compulsivas, ciberadicciones, etc.

Modelos de tratamiento

UNIDAD 8:

Clase 10

Género y Adicciones

- Estadísticas de consumo y abuso entre hombres y mujeres
- Diferencias entre perfiles de adicción masculina y femenina
- Tratamiento desde la perspectiva de género
- Riesgos específicos en mujeres y población LGTBIQ

Cierre del Curso y Evaluación

- Presentación de proyectos de prevención por los participantes.
- Reflexiones finales y evaluación del curso.