

ENFOQUE DE LA SALUD MENTAL DEL ADOLESCENTE A TRAVÉS DEL
LENGUAJE RADIAL

ARIAS NEIRA CINTHYA JULIETH

GONZALEZ GOMEZ LEONELA ALEJANDRA

UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
VILLAVICENCIO
2018

ENFOQUE DE LA SALUD MENTAL DEL ADOLESCENTE TRAVÉS DEL
LENGUAJE RADIAL

ARIAS NEIRA CINTHYA JULIETH

GONZALEZ GOMEZ LEONELA ALEJANDRA

Trabajo EPPS para optar por el título de profesional en enfermería

Director
MG Mery Luz Valderrama Sanabria
Enfermera

UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
VILLAVICENCIO
2018

Nota de aceptación

Firma del presidente del jurado

Firma del jurado

Firma del jurado

Villavicencio, 23 de Noviembre de 2018

DEDICATORIA

Este trabajo es dedicado a nuestras familias, por todo el apoyo durante nuestra formación académica, esencial para sacar adelante nuestros sueños para un futuro mejor. A Dios por permitirnos lograr esta meta.

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a los profesores de la Universidad de los Llanos, quienes nos guiaron en la formación académica y profesional durante estos años.

A nuestras familias por enseñarnos el valor de la perseverancia para obtener nuestros objetivos.

A nuestra directora del proyecto Mery Luz Valderrama, quien con toda su experiencia y apoyo nos direccionó para culminar este trabajo.

En general a todas las personas que se vieron involucradas con este trabajo, agradecemos por su compromiso y colaboración.

CONTENIDO.

	Pág.
INTRODUCCIÓN	9
1. JUSTIFICACIÓN	10
2. OBJETIVOS	12
2.1 Objetivo General.....	12
2.2 Objetivos Específicos.....	12
3. DIAGNOSTICO SITUACIONAL	13
4. REVISIÓN DE LITERATURA.....	16
5. PLAN DE ACCIÓN	26
6. LIMITACIONES.....	28
7. IMPACTO LOGRADO	29
8. CONCLUSIONES	35
9. RECOMENDACIONES	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	37
ANEXOS.....	43

TABLAS

Pág.

Tabla 1 Número de visitas de los oyentes a la Emisora "Ondas del Meta"2**Error!
Bookmark not defined.**

LISTA DE ANEXOS

Pág.

ANEXO A Carta de compromiso y permiso por parte de la institución externa en donde se proyecta desarrollar parte del proyecto.....	43
ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales: Prevención de la Depresión en Adolescentes.	44
ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes: Prevención Del Consumo De Sustancias Psicoactivas En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial	51
ANEXO D. Consentimiento informado para participantes del Vox Populi.....	1143
ANEXO F. Carta de aceptación para participar como ponente en el XVI COLOQUIO IBEROAMERICANO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA CUBA-2018	1144
ANEXO G. Evidencia fotográfica tomada durante la grabación de los programas en la Emisora Ondas del Meta.	1165
ANEXO H. CD con grabaciones de los seis programas radiales enfocados al Adolescente.....	116

INTRODUCCIÓN

De acuerdo al artículo 6 del Acuerdo 021 del 2002 en el cumplimiento de la política de proyección social, el presente trabajo cumplió con las acciones estipuladas en el ítem Prácticas y Proyectos Comunitarios que permitió materializar el compromiso de la Universidad con la sociedad por medio del desarrollo de las competencias como profesionales a través de las necesidades del medio con el proyecto “Educación en salud a través del lenguaje radial” mediante el cual fueron abordadas las situaciones que han afectado la salud mental en el adolescente como lo han sido el consumo de sustancias psicoactivas, el embarazo en adolescentes, el suicidio, la violencia sexual y el proyecto de vida. Con base en estas problemáticas se buscó generar conciencia en el oyente aún sin pertenecer a este ciclo de vida pues por medio de esta implementación se pudo sensibilizar a la población a seguir buenos pasos y ser más responsable.

El presente proyecto surgió ante todo por la alianza dada entre la educación y las nuevas tecnologías las cuales ayudaron a perfeccionar el aprendizaje a través de la radio y brindando una educación global; la temática específica se dio a raíz de la problemática vista en el país por múltiples casos de violencia sexual, embarazos y en general otro tipo de decisiones poco asertivas tomadas por la juventud frente a ciertas circunstancias presentadas, además del interés como futuras profesionales al dar un aporte positivo a la sociedad, generando más conciencia acerca de estas situaciones, pues es un tema que nos ha afectado a todos.

Con el desarrollo de este proyecto, se buscó dar a conocer masivamente el programa la Corocora Saludable, un proyecto que lideró la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de los Llanos en donde se trataron temas relacionados en la salud, para ello fueron utilizados diversos medios de información que permitieron el fácil acceso a estos programas radiales en especial los que trataron la Salud Mental en el Adolescente.

1. JUSTIFICACIÓN

Este proyecto buscó diseñar un programa de radio dirigido a la población adolescente, debido a que no se habían desarrollado este tipo de intervenciones acorde a este ciclo de vida, aumentando las barreras de acceso a las asesorías educativas; además en el estudio realizado por Motrico et.al (1) y citado por Orcasita (2) se encontró que en esta etapa es donde se empiezan a generar cambios físicos, cognitivos y emocionales afectando las relaciones de los adolescentes con sus padres y con los iguales, propiciando a la incorrecta toma de decisiones.

Los programas elaborados propiciaron un espacio para fortalecer la confianza, evitar los miedos y aprender algunos temas sin sentir vergüenza o incomodidad cuando son preguntados en persona, pues las temáticas abordadas permitieron satisfacer la curiosidad y responder a las posibles dudas que les han surgido durante esta etapa. Los adolescentes tendieron a escuchar masivamente la radio, resultando un método idóneo para abordarlos, además que, es un medio de bajo costo y de fácil manejo.

“También es cierto que los adolescentes tienen derechos —tal como estableció en 1989 la Convención sobre los Derechos del Niño— y entre ellos se encuentra el derecho a la información y a adquirir conocimientos; a acceder a servicios, como la educación, la salud, los entretenimientos y la justicia” y a pesar de ello, cada año alrededor de cuatro millones de niños intentaron suicidarse en el mundo; una décima parte de los nacimientos fueron de madres adolescentes; y el 20% de los niños en edad escolar fueron fumadores. (3) Los adolescentes han tomado decisiones que tienen consecuencias permanentes, sin orientación o apoyo de los adultos, y sin disponer de los conocimientos y las informaciones que les permitan protegerse a sí mismos.

“Una sociedad que se aísla de sus jóvenes, corta sus amarras: está condenada a desangrarse”, dijo Kofi Annan, Secretario General de las Naciones Unidas, en una alocución dirigida a la Conferencia Mundial de Ministros responsables de la Juventud. Cuando son protegidos los derechos de los adolescentes, su fuerza, su creatividad y su pasión puede transformarse en esperanza, incluso en las situaciones más desesperadas. (4)

Y tal como lo afirmó Araujo P. "los enfermeros debemos aprovechar nuestra cercanía a la población que atendemos, para llevar a cabo actividades de promoción y educación para la salud, fomentando hábitos de vida saludable en relación a temas de educación". (5) Los adolescentes percibieron el sistema de salud como poco accesible para aclarar sus dudas, y del mismo modo creyeron que es una fuente fiable de información; entonces, ¿qué mejor opción que haber sido nosotros los que hayamos hecho el acercamiento hacia ellos para cambiar esta visión?

Como profesionales de la salud, se ha creído que la función como educadores no solo se debe limitar a la consulta, a la seguridad y superioridad que nos da estar entre cuatro paredes, sino que debemos ir mucho más allá, tenemos que salir a la calle y enfrentarnos a la realidad del adolescente, a su contexto sociocultural, acercarnos a ellos para tratarlos como iguales y comprenderlos, empatizando, para poder así ofrecerles unos conocimientos personalizados, realistas y que aborden realmente los aspectos que les preocupan y motivan.

2. OBJETIVOS

2.1 Objetivo General

Educar a la comunidad sobre la importancia de la salud mental en los adolescentes a través del lenguaje radial, en busca de cambios significativos en la vida.

2.2 Objetivos Específicos

Realizar revisión sistemática de la literatura en temas actualizados relacionados con la salud mental del adolescente para elaboración de los libretos.

Promover la difusión de los programas radiales a través de voz a voz y diferentes medios de divulgación.

Determinar la importancia de fomentar el bienestar de la salud mental en los adolescentes, desde las actividades de Enfermería.

3. DIAGNOSTICO SITUACIONAL

Es adolescente quien aún está creciendo y ha sido una labor indispensable de los padres y de las autoridades lograr que los 80.000 colombianos menores de edad que hoy se encuentran al borde del abismo y de la desesperación logren sobreponerse de la violencia que les ha tocado encarar desde el comienzo de sus vidas. (6)

En Colombia para el periodo comprendido entre 2010-2014 se presentó una cifra de 7116 casos de violencia sexual en niñas entre 10 a 14 años y de 2151 casos en niñas de 15 a 17. Otro dato revelador fue el embarazo adolescente en menores de 14 años con un promedio de 6550 nacimientos anuales de madres con esta edad. (7)

Expertos de la Secretaría de Salud afirmaron que algunos factores como proyectos de vida a corto plazo, consumo de alcohol y alucinógenos, exceso de tiempo libre, entre otros, fueron una peligrosa combinación en el momento en el que los jóvenes decidieron explorar su sexualidad.

En el primer semestre del 2015, según cifras oficiales, hubo 815 partos de madres menores de 19 años en la capital del Meta; Angélica Rondón, epidemióloga y experta de la Secretaría de Salud en el Programa de Salud Sexual y Reproductiva, explicó que combatir esta problemática es complicado en razón a que aunque puede traer graves complicaciones de salud para la joven, parte de la sociedad tolera el embarazo a temprana edad y la vez afirmó que “Si una mujer se embarazó o inició su vida sexual a temprana edad esta podía tener riesgos como contraer cáncer cervicouterino o someterse a una histerectomía, sin embargo para muchos este no es un problema porque varias de nuestras madres o abuelas tuvieron su primer hijo a temprana edad”. (8)

Basados en un estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en el 2013, en Colombia se comprobó que el mayor consumo de sustancias ilícitas en ese año se presentó en el grupo de 18 a 24 años, con una tasa del 8.7%, seguido por los adolescentes con una tasa del 4.8% y las personas de 25 a 34 años, con una prevalencia del 4.3% para dicho periodo. (9)

Cálculos efectuados por el Ministerio de Justicia y del Derecho y la Fundación Ideas para la Paz en 2015, indicaron que el 40% de las personas vinculadas al mercado urbano de drogas eran niños y adolescentes. (9)

Según datos del Instituto Nacional de Medicina Legal y Ciencias Forenses (INMLCF) la tasa general de suicidios en Colombia en los últimos 5 años se mantuvo entre 4 y 4.1, mientras que aquella de menores entre 5 y 18 años pasó

de 1,57 en el 2008 a 1,75 en el 2012, lo que representó 18 casos más, una cifra lo suficientemente alta para indagar qué sucedió. (9)

Según cifras de la Secretaría de Salud al cierre de la semana epidemiológica 16 (hasta el 23 de abril) del 2017, la capital del Meta registró 73 casos de intento de suicidio, de los cuales 23 correspondieron a menores entre 15 y 18 años, y 7 casos entre 14 y 10 años; frente a estas cifras, las autoridades de salud, educación y Policía de Infancia y Adolescencia del municipio trabajaron en estrategias de prevención para que los casos no aumentaran. “Por medio de llamadas a la línea 123 de la Policía se podía solicitar apoyo en caso de sospecha de que algún menor de edad presentara algún tipo de síntoma, como depresión o aislamiento que pusiera en riesgo su integridad física” (10)

El abuso de drogas en los jóvenes alteró la dinámica de sus relaciones sociales y lo llevó a una toma de decisiones inadecuada y en ocasiones violenta. El consumo de drogas estuvo altamente relacionado con violencia juvenil. Por ejemplo, las determinadas formas de beber provocaron una pérdida de control; algunas sustancias, especialmente sintéticas, hicieron sentir al adolescente más potente, con ansias de acción, sin límites, ni inhibición. (11)

Los principales factores relacionados con el abuso y dependencia a las drogas fueron: la edad, trastornos parentales (padres poco involucrados y/o con problemas de alcohol u otras drogas), influencia de los pares (amigos cercanos que consumieron sustancias), reincidencia delictiva (es decir, número de veces que fue arrestado), gravedad del delito cometido y régimen de detención. La dependencia además estuvo altamente asociada con trastornos psicológicos tales como ansiedad, daño cognitivo, depresión y psicosis; y trastornos de personalidad como temeridad e irritabilidad. Así mismo, hubo un mayor índice de deserción escolar, o problemas de violencia previos en el contexto educativo. (12)

Los metenses y especialmente sus jóvenes estuvieron entre los que más consumieron licor en el país, según el estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas; María Teresa Parrado, coordinadora de salud mental de la Secretaría de Salud del Meta, señaló que según el estudio la primera sustancia consumida en el departamento fue el licor (cerveza y aguardiente) con inicio a los 14 años de edad, seguida de marihuana y luego el bazuco. (13)

El consumo alto de alcohol se observó a diario en el Meta en establecimientos ubicados cerca de universidades y en las tiendas de barrio, donde se identificó a los jóvenes menores de 18 años y la mayor parte entre 18 y 25 años; María Teresa Parrado sostuvo que hubo factores determinantes en el consumo de alcohol o sustancias psicoactivas. Uno de ellos fue el seguimiento de la conducta de compañeros y otro fue el creer que estuvo enfrentando el mundo solo y por lo

tanto estar siguiendo conductas de adultos los pudo llegar a ser sentir grandes y poderosos, además, hubo una gran falla en la estructura familiar, en la formación de hijos capaces de cuidar su propio cuerpo y de lo que les pueda llegar a causar daño; lo que más hace daño al cerebro son esas sustancias porque está en proceso de maduración hasta los 21 años (13)

Cassano y Fava (2002), resaltaron la relación entre depresión y salud pública pues los hallazgos de diversos autores en cuanto a las consecuencias del trastorno depresivo mayor, encontró el incremento de la mortalidad, el aumento de la tasa de suicidio y de homicidios, el incremento de los comportamientos agresivos y del consumo de drogas, la disminución de la actividad productiva y el aumento de los costos al utilizar los servicios de salud. (14)

De los datos del Segundo Estudio Nacional de Salud y Consumo de Sustancias Psicoactivas (Santacruz, Gómez, Posada & Viracachá, 2015), sobre depresión leve, moderada y severa, surgió que los jóvenes colombianos entre los 16 y 21 años mostraron los más altos índices de depresión en comparación con otros rangos de edad. Además, según los datos de la Secretaría de Salud de Bogotá, en el año 2013 la tercera causa de muerte de los jóvenes de 14 a 26 años se debió a las lesiones autoinfligidas intencionalmente (suicidios) con un 7.0% del total de muertes, después de las agresiones violentas y los accidentes de tránsito. (15)

Una compleja situación en materia de salud mental se vivió en el departamento del Meta, según lo expresó el médico psiquiatra de Unidad Mental del Hospital Departamental de Villavicencio, Alexander Galeano, el cual aseguró que el departamento, en los últimos 20 años, siempre ha estado entre los cinco del país con más trastornos de afectividad y ansiedad, con base en los informes que hizo el Ministerio de Salud desde el año 1993, cuando se elaboró el primer estudio en donde se señaló que la depresión en el Meta alcanzó el 57,4%, siendo el más alto del país.

La región del Ariari, fue donde hubo más inconvenientes afectivos en el Meta debido a que trajo la enfermedad en sus genes, sumado al desarraigo que sufrieron los antecesores. Galeano explicó que la enfermedad afectiva es de origen filogenético, porque la especie humana tuvo que adaptarse al medio, a esto se suma que si los padres tuvieron problemas afectivos, los hijos pueden llegar a tener diez veces más posibilidades de que se les presente la enfermedad y, cada vez, a más temprana edad, pues es hereditaria y una de las maneras de observar la enfermedad afectiva es a través del suicidio, porque la gente se deprime y se suicida. (16)

4. REVISIÓN DE LITERATURA

N°	Título	Autor/Año	Objetivo	Fuente	Diseño	Pertinencia para el proyecto
1	Abuso sexual y situaciones de negligencia como factores de riesgo de embarazo adolescente	Miguel Restrepo Martínez, Laura Trujillo Numa, Diana Restrepo Bernal, Yolanda Torres de Galvis y Gloria Sierrab. 2016	Explorar los factores sociodemográficos, psicosociales y clínicos asociados con el embarazo adolescente	Revista Colombiana de Psiquiatría	Estudio de prevalencia analítica, de fuente secundaria	Introduce al concepto de adolescencia y a la importancia de hablar de embarazo adolescente
2	Calidad de vida, resiliencia e ideación suicida en adolescentes víctimas de abuso sexual	Japcy M. Quiceno, Jineth Mateus, Marisol Cardenas, Diana Villareal Y Stefano Vinaccia. 2013	Examinar las relaciones de la resiliencia y la ideación suicida con la calidad de vida en 50 adolescentes víctimas de abuso sexual de la ciudad de Bogotá, Colombia.	Revista de psicopatología y psicología clínica vol. 18, n.º 2, pp. 107-117.	Ex-post-facto correlacional de corte transversal	Da a conocer como el abuso sexual vulnera la percepción de calidad de vida del niño llevándolo a tener en la vida adulta eventos traumáticos
3	Ideación suicida, depresión y autoestima en adolescentes escolares de Santa	Guillermo Augusto Ceballos-Ospino, Yuli Suarez-Colorado, Jesús Suescún-	Buscar establecer la relación existente entre depresión, autoestima e ideación	Revista internacional de ciencias de la salud DUAZAR Y. <u>Vol.</u>	Estudio de tipo no experimental descriptivo, transversal de tipo	Da conceptos científicos y relaciona que la depresión y la baja autoestima favorecen la presencia de ideación suicida.

	Marta	Arregocés, Lizeth Milena Gamarra-Vega, Karen Estefany González Y Andrea Paola Sotelo-Manjarres. 2015	suicida en estudiantes adolescentes de media vocacional en Santa Marta	<u>12, núm. 1.</u>	correlacional	
4	Factores personales y sociales asociados al trastorno de depresión mayor, Medellín (Colombia), 2012	Agudelo Martínez, Alejandra; Ante Chaves, Catherine; Torres de Galvis, Yolanda. 2014	Determinar los factores personales y sociales asociados al trastorno de depresión mayor en la población de 13 a 65 años de edad de la ciudad de Medellín en el periodo 2011-2012.	REVISTA CES Psicología, vol. 10, núm. 1, 2017, pp. 21-34	Estudio analítico cross-sectional	Muestra como la salud mental y física tienen una percepción entre regular y mala. Identifica que las mujeres tienen mayor prevalencia para el trastorno de depresión mayor en la ciudad de Medellín
5	Orientación al suicidio en adolescentes en una zona de Medellín, Colombia	Ramón E. Paniagua S.; Carlos M. González P.; Sandra M. Rueda R. 2014	Determinar la asociación del riesgo de orientación suicida con variables sociodemográficas y los indicadores de salud mental en adolescentes escolarizados de la zona noroccident	Rev. Fac. Nac. Salud Pública Vol. 32 N.º 3	Estudio de corte transversal	Muestra la asociación del riesgo de orientación suicida en un adolescente escolarizado con los indicadores: acumulación de tensiones en la familia, escasa búsqueda de apoyo, mal funcionamiento familiar, vulnerabilidad en valores morales y la

			al de Medellín, 2010			presencia de sintomatología depresiva
6	Inteligencia emocional: factor positivo ante la depresión en adolescentes de bachillerato	Marcela Veytia López, Rocio Janeth Fajardo Gómez, Rosalinda Guadarrama Guadarrama, Nathali Escutia González. 2016	Identificar la relación entre síntomas de depresión y los factores de Inteligencia Emocional.	Informes Psicológicos, 16(1), pp. 35-50	Estudio no experimental correlacional transversal	Identifica la relación entre Inteligencia Emocional y la depresión en donde se perciben las emociones y la capacidad de reparar estados de ánimo negativos
7	Insatisfacción corporal y conductas de control del peso en chicas adolescentes con sobrepeso: papel mediador de la ansiedad y la depresión	María Soledad Cruz-Sáez, Aitziber Pascual Jimeno, Anna Wlodarczy, Rocío Polo-López y Enrique Echeburúa Odriozola. 2016	Analizar si la depresión y la ansiedad tienen un papel mediador en la relación entre la insatisfacción corporal y las conductas de control del peso en chicas adolescentes con sobrepeso	Revista Nutrición Hospitalaria	Estudio de tipo transversal con una muestra no probabilística.	Da a conocer la asociación entre la insatisfacción corporal y la cantidad de conductas de control del peso se puede explicar parcialmente por la depresión, la cual genera ansiedad y aumenta las conductas de control
8	Análisis de la producción científica publicada entre 2008 y 2013 sobre suicidio en niños, niñas	Luz Helena Buitrago León, Ángelo Andrés Laverde Barrera, Amalia M. Álvarez Rodríguez, Lina	Analizar la producción científica publicada entre 2008 y 2013 sobre suicidio en niños, niñas y	Revista MEDIGR APHIC (Literatura Biomedica)	estudio es de carácter retrospectivo con análisis bibliométrico tipo macro	Identifica que los factores de riesgo más relevantes según los artículos revisados, eran que los occisos tenían un proceso

	y adolescentes mediante un estudio bibliométrico	Constanza Estupiñán Vega, Lina Constanza Estupiñán Vega. 2015	adolescentes.			psiquiátrico o psicológico previo, consumo de sustancias, pertenencia a una familia disfuncional y conducta antisocial
9	Auto-aceptación como factor de riesgo para el intento de suicidio en adolescentes	Marcela Beatriz Gonzalez-Fuentes ¹ ; Patricia Andrade Palos. 2013	Evaluar si la auto-aceptación es un factor de riesgo del intento de suicidio en adolescentes	Revista salud & sociedad . V. 4. No. 1. Pp. 026 – 035	Estudio de tipo descriptivo	Identifico entre las razones que dieron para intentar suicidarse, para ambos grupos fueron la depresión, que comprendía la soledad, la tristeza, el sentir que no servían para nada y que no se querían, los problemas familiares
10	Consumo de sustancias psicoactivas en niños y niñas escolarizados entre 8 y 12 años.	Marcelo Grigoravicius, Ph.D. Laura Bradichansky, Vanina Nigro. 2012	Indagar el consumo de sustancias psicoactivas legales e ilegales en niños y niñas escolarizados entre 8 y 12 años de edad	Revista psicología desde el caribe, Vol. 29, n.º 3.	estudio exploratorio-descriptivo	Relaciona el consumo de sustancias psicoactivas con el contexto familiar, más del 75% de los niños refirió que convivía con ambos padres afirmaron haber vivido situaciones de violencia física o verbal dentro del ámbito familiar.
11	Juventud y universidad: sujetos y escenarios	Calderón-Romero EA, Cáliz-Romero NE. 2015	Comprender los motivos que llevaron a	Revista Gerencia Política en Salud,	Investigación cualitativa de estudio	Define los tipos de consumo, en donde los estudiantes

	para el debate crítico y autorreflexivo sobre el consumo de sustancias psicoactivas de uso legal e ilegal		un grupo de jóvenes universitarios a optar por el consumo de sustancias psicoactivas de uso legal e ilegal	Bogotá .(p): 123-141	de caso, con diseño fenomenológico	hablaron de consumo inicial-experimental, ocasional, frecuente, dependiente y policonsumo
12	Revisión de las tendencias de investigación sobre consumo de sustancias ilegales por los jóvenes	Castellanos Obregón, Juan Manuel Y Espinosa Herrera, Gretel.	Mostrar una revisión bibliográfica sobre el tema de los jóvenes y el consumo de sustancias psicoactivas	Revista VIRAJES antropología sociológica. Vol. 15 No. 2	Estudio descriptivo	Describe el fenómeno del uso de drogas en jóvenes, estableciendo relaciones causales entre los factores de protección y de riesgo; y las que establecen modelos para aplicar a los programas y políticas de prevención frente al tema
13	Efecto de la comunicación parentofamiliar sobre los estilos personales de manejo de conflictos en adolescentes bachilleres	Alejandro Cesar. Antonio Luna Bernal. 2014	Examinar el posible efecto de los patrones de comunicación parentofamiliar sobre los estilos personales con que los adolescentes reportan manejar sus conflictos interpersonales.	Revista Uaricha	Análisis correlacional	Cómo actúan frente a los conflictos los adolescentes a partir de la comunicación que mantienen con sus padres
14	Conducta	Maite	Explorar las	Elsevier	Diseño	Se resalta que

	antisocial: conexión con <i>bullying/cyberbullying</i> y estrategias de resolución de conflictos	Garaigordobil . 2015	relaciones que existen entre la conducta antisocial, la implicación en situaciones de <i>bullying/cyberbullying</i> y las estrategias de resolución de conflictos.		descriptivo , correlacional de corte transversal	los adolescentes socialmente aislados se involucran más en el bullying y es importante prevenirlo junto con la familia
15	Creación de un programa radial de orientación para padres adolescentes en la ciudad de Guayaquil	Manuel Ceballos. 2014	Diseñar y crear un programa radial de orientación familiar, para evitar embarazos precoces en adolescentes.	Universidad de Guayaquil	cuantitativo con enfoque humanista , realista	Importancia de brindar información a través del radio para orientar a los adolescentes.
16	Pautas para la construcción del proyecto de vida en jóvenes de 10° grado liceo Nueva Britlia	Elga Marinella Ibarra Ordóñez Tatiana Elena Ibarra Ordóñez Edison Enrique Martín Peña María Pilar Rincón Perilla 2017	Proponer pautas para la construcción del proyecto de vida a los estudiantes desde una perspectiva integral del ser humano.	Universidad Distrital	Investigación cuantitativa	Ayuda a orientar a los adolescentes en la estructuración de su proyecto de vida
17	Proyecto de vida e inclusión social en	Lellis, Martín; Gómez, Támara; Da Silva, M.	Contextualizar el problema de la	Revista scielo	Investigación descriptiva	Al asistir a la escuela, los jóvenes experimentan la

	adolescentes	Natalia; Calzetta, Cecilia. 2013	exclusión social en jóvenes, con enfoque en la calidad de vida y bienestar emocional caracterizando específicamente el concepto proyecto de vida			poca pertinencia de los contenidos curriculares en relación a la realidad socio-económica (en la cual deberán insertarse en un futuro cercano) y la ausencia de garantías para la elaboración de un proyecto de vida o bien la consecución de la transición exitosa a la vida adulta (que implica independencia y autonomía moral y material).
18	Resolución de conflictos para el fomento de la cultura de paz: importancia de los medios de comunicación alternos en Colombia	María Castellano Caridad, John Virviescas Peña, Elías Castro Blanco, César Alvarino Cruz, Boris Pinzón Franco, Rocío Gutiérrez Echeverría. 2017	Analizar la resolución de conflictos para el fomento de una cultura de paz, mediante la intervención de los medios de comunicación alternativos. Su base teórica se sustenta en Fisas (2011), Berganza y Ruiz (2005), y Bello	Revista LaSallista de Investigación.	Estudio de tipo explicativo, analítico, con diseño experimental, transversal de campo	Evidencio que es más fuerte el vínculo entre las dificultades de algunos individuos para contar con un estilo de comunicación efectivo y demostrar una conducta adecuada.

			(2008), entre otros.			
19	Estrategia educativa sobre promoción en salud sexual y reproductiva para adolescentes y jóvenes universitarios	Aida Rodríguez Cabrera, Dra. Giselda Sanabria Ramos, MSc. Maria Elena Contreras Palú, MSc. Belkis Perdomo Cáceres. 2013	Mostrar el diseño y resultados de la implantación de una estrategia educativa extracurricular, de tipo participativa, dirigida a mejorar la salud sexual y reproductiva de adolescentes y jóvenes en instituciones universitarias cubanas.	Revista Scielo	Estudio cuantitativo y cualitativo.	Utilizaron actividades educativas extensionistas recreativas con la radio base para la promoción de mensajes que inviten al cambio de comportamiento.
20	Representaciones sociales de la Educación para la Salud: docentes Facultad de Medicina, Universidad de Antioquia	Margarita M. Gómez, Hermes Osorio. 2015	Reconocer las representaciones sociales (rs) sobre Educación para la Salud (EpS) presentes en los docentes de la Facultad de Medicina de la Universidad de Antioquia de la ciudad de Medellín	Estudio cualitativo	5. Revista Facultad Nacional de Salud Pública	Al educar individuos y comunidades se reconoce cómo opera aún el modelo informacional de la comunicación, según el cual se puede cambiar la realidad con el solo recurso de poner en circulación una serie de mensajes cara a cara o en los distintos soportes tecnológicos como lo son la

						radio.
21	El Periodismo de Salud en España. La información de salud en la prensa española (2000-2010): aproximación a los estudios documentales existentes	Milagros Ronco López, Carmen Peñafiel, Lázaro Echeagaray. 2014	Describir el impacto que acarrea el mundo de las TIC en los campos de la salud y la educación médica.	Revista Edumece nro.	Estudio descriptivo .	El campo de la salud define las TIC'S como las herramientas que facilitan la comunicación y el proceso de transmisión de información por medios electrónicos, con el propósito de mejorar el bienestar de los individuos, dichas tecnologías que parten desde la radio
22	Del valor educativo de los medios de comunicación: una aproximación al caso audiovisual	Gloria Jiménez Marín, Concha Pérez Curiel, Rodrigo Elías Zambrano. 2014	Observar y analizar los cambios percibidos por la sociedad y su relación con la influencia de los medios de comunicación	Revista UAEM Redalyc.	Investigación cualitativa	Cita que la alfabetización por radio es una enseñanza de todo el mundo, ya que la radio, es un medio de comunicación, que permite transmitir conocimiento, enseñanza, cultura y alfabetización.
23	Alfabetizar en los medios de comunicación: más allá del desarrollo de	Sandra Liliana Cuervo Sánchez, Concepción Medrano Samaniego. 2014	Plantear una reflexión teórica acerca de la necesidad de abordar la	Repositorio documental CREDOS	Investigación cualitativa.	Los medios de comunicación consolidan principios fundamentales para la democracia como son: la

	competencias		alfabetización mediática en el contexto escolar.			libertad de expresión, la formación de opinión, la pluralidad de espacios públicos, la información y la participación ciudadana, permitiendo a las comunidades virtuales, redes sociales y blogs, los ciudadanos poder denunciar, opinar y discutir sobre diferentes temas
--	--------------	--	--------------------------------------------------	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

5. PLAN DE ACCIÓN

El enfoque de la salud mental en adolescentes, se llevó a cabo mediante la elaboración de seis libretos en lenguaje comprensible para toda la comunidad, cuyas temáticas se enuncian a continuación: depresión, intento de suicidio, consumo de sustancias psicoactivas, resolución de conflictos, embarazo en adolescentes y proyecto de vida. Cada programa radial tuvo diferentes secciones para así entretener al oyente, dentro de las cuales se destacaron: testimonio de vida de acuerdo al tema, invitado especial o experto, aporte de la comunidad a través del Vox Populi, canciones de acuerdo al tema, avances científicos o noticias y finalmente se incluyeron una serie de tips educativos.

Objetivos	Indicador	Porcentaje	Medio de Verificación
Realizar revisión sistemática de la literatura en temas actualizados relacionados con la salud mental del adolescente para elaborar los libretos.	6 programas propuestos/6 programas grabados.	100%	Libretos elaborados Audios de los programas Evidencia fotográfica durante la grabación
Promover la difusión de los programas de radio de las diferentes temáticas	Para la difusión se crearon afiches que fueron publicados en los siguientes medios: la Fanpage de “La Corocora Saludable” y “CODAJIC”, la cuenta de Instagram, el canal de YouTube y el correo	100%	Evidencia fotográfica de la difusión de los programas radiales. Medición de las visitas a los programas de radio

	institucional de "La Corocora Saludable",		
Determinar la importancia de fomentar el bienestar de la salud mental en los adolescentes, desde las actividades de Enfermería.	Artículo con la propuesta de Enfermería elaborado.	100%	Someter el artículo a una revista científica.

6. LIMITACIONES

El trabajo se prolongó medio año porque no había disponibilidad de espacio para que salieran al aire los programas radiales.

A la hora de realizar los Vox Populi en la comunidad, se presentaron ocasiones en las que rechazaban la idea de participar en los programas debido a que les causaba pena que su respuesta fuese transmitida en una emisora; sin embargo fue una limitación mínima puesto que a la hora de invitar a la comunidad se le informaba el uso que se le pretendía dar a la respuesta que ellos otorgaran para posteriormente firmar el respectivo consentimiento informado, dándoles seguridad a la hora de participar.

En algunos programas los expertos fueron muy técnicos, a pesar de informarles que los programas serían escuchados por personas del común.

7. IMPACTO LOGRADO

Tabla N° 1 Número de visitas de los oyentes a la Emisora “Ondas del Meta” de acuerdo al Programa Radial en Adolescente durante mayo y junio de 2018.

PROGRAMA RADIAL	FECHA DE EMISIÓN	NÚMERO DE AUDIENCIA
Proyecto de Vida	19 de Mayo de 2018	154
Prevención del embarazo en adolescentes	26 de Mayo de 2018	160
Resolución de conflictos	2 de Junio de 2018	110
Prevención de la depresión en adolescentes	09 de Junio de 2018	121
Prevención del suicidio en adolescentes	16 de Junio de 2018	113
Prevención del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes	23 de Junio de 2018	139

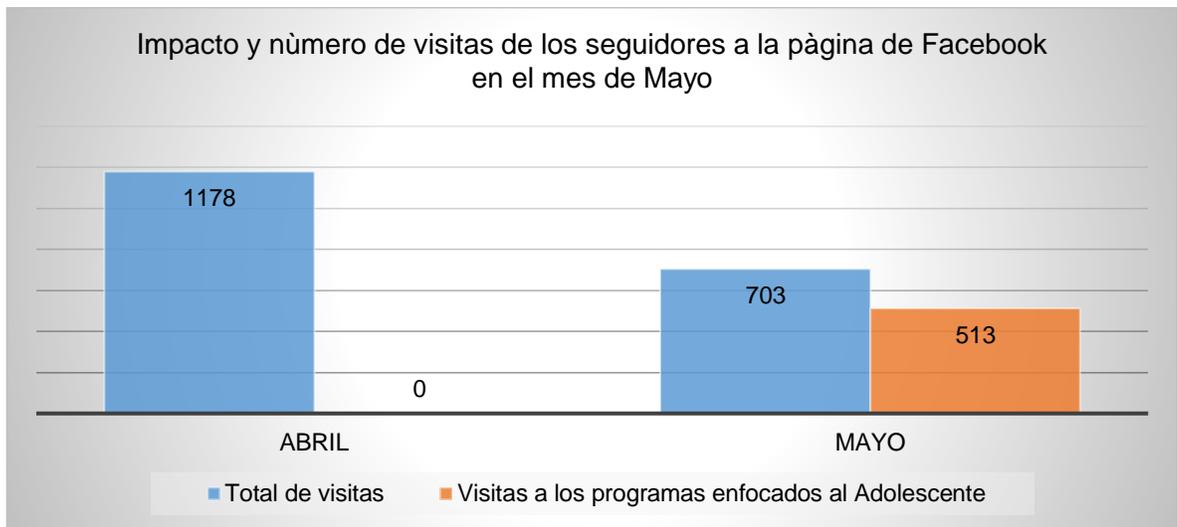
Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos emitidos por la Emisora “Ondas de Meta” de Marzo a Julio de 2018.

Es importante destacar que “La Corocora Saludable” ha logrado un impacto positivo en la comunidad en cuanto a la educación en salud; el interés de participación en estos programas innovadores se evidenció gracias a las estadísticas que aportó la Emisora “Ondas del Meta”, las cuales reflejaron que durante el mes de Mayo los programas de Proyecto de Vida y Prevención del Embarazo en Adolescentes tuvieron las mayores visitas a diferencia de otros programas radiales y otras sesiones propias de la emisora al obtener 154 y 160 visitas respectivamente, situación similar a la de los demás programas Enfocados al Adolescente y emitidos durante el mes de Junio, como se evidencia en la Tabla N° 1; por otra parte, del total de oyentes que sintonizaron los programas Enfocados al Adolescente, el 56% tuvo un mayor interés por temas como el Proyecto de vida, la Prevención del Embarazo en Adolescentes y la Prevención del Consumo de Sustancias Psicoactivas.

La Página Oficial de Facebook de “La Corocora Saludable” actualmente cuenta con 118 seguidores quienes visualizan la publicidad que se realiza para dar a conocer los programas que serán emitidos; estos seguidores comparten las imágenes, han reaccionado con emociones y han hecho comentarios invitando a que otros amigos sigan la página y a que sean escuchados los programas radiales

como es el caso de Persona 1 quien manifestó: “Excelente trabajo para la educación en salud de la población llanera. Felicidades al equipo de trabajo”

Fig. 1 Impacto de los primeros programas y visitas de de los seguidores a la Fanpage “La Corocora Saludable” durante mayo y junio de 2018.



Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos tomados de la Fanpage “La Corocora Saludable”

La publicidad y transmisión de los programas radiales enfocados al Adolescente inició en el mes de mayo con gran éxito puesto que tuvo una gran acogida por parte de los seguidores y de los oyentes de los programas, esto se evidencia mediante la Fig. 1 en donde el 73% de las visitas (513) correspondió a la publicidad difundida de los programas enfocados al adolescente (Proyecto de vida y Prevención del Embarazo) a comparación del programa Estilos de Vida Saludable. Este interés en programas de Adolescentes puede relacionarse a que un porcentaje considerable del público es joven, estudia en el área de la Salud y le interesa este tipo de temáticas.

Fig. 2 Número de visitas de los seguidores a la Fanpage “La Corocora Saludable” de acuerdo al Programa Radial en Adolescente durante mayo y junio de 2018.

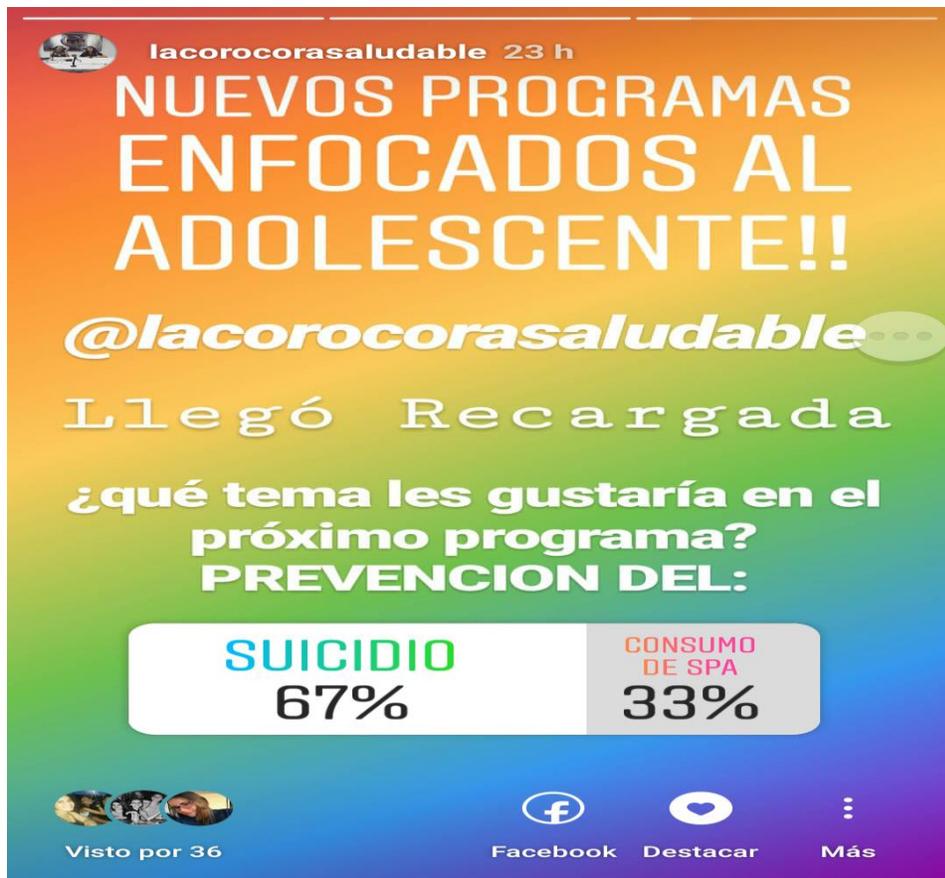


Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos tomados de la Fanpage “La Corocora Saludable”

Durante el mes de mayo y junio fueron emitidos los seis programas radiales enfocados al adolescente y según lo muestra la Fig. 2 se logró un impacto positivo con tendencia al aumento en el número de visitas en un 18% entre programa y programa, esto en gran medida se dio debido a que el interés por los temas fue creciendo en los seguidores.

Otra de las opciones frecuentes para lograr la difusión masiva de los programas radiales fue el correo institucional de La Universidad de los Llanos, de este modo a todos los estudiantes de la Facultad Ciencias de la Salud se informó brevemente lo relacionado con cada programa enfocado al adolescente.

Fig. 3 Interacción con los seguidores de la cuenta en Instagram y oyentes de “La Corocora Saludable”.



Fuente: Elaboración propia con datos estadísticos tomados de la cuenta en Instagram de “La Corocora Saludable”

Es de suma importancia destacar la publicidad en otras redes sociales como Instagram, la cual es una herramienta que permitió tener un acercamiento más dinámico con los seguidores y oyentes. La Fig. 3 mostró un ejemplo de ello, debido a que a través de ella se realizaron preguntas frecuentes que ayudan a identificar los gustos en cuanto a la elección del tema en los seguidores, en este caso el 67% votó a favor del Programa Prevención del Suicidio y este fue emitido el sábado siguiente; es interesante seguir dando este tipo de espacios que permitan la mayor participación y evaluación por parte del público y del mismo modo seguir trabajando en programas de interés para los seguidores y oyentes.

Del mismo modo se inició una nueva propuesta en la plataforma de YouTube con el fin de promocionar el objetivo del Proyecto “La Corocora Saludable” teniendo como resultado 73 visualizaciones en el canal y de estas un número considerable fue por parte de los seguidores de las redes sociales.

Fig. 4 Publicidad emitida del Programa Proyecto de Vida en Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial.



Fuente: Elaboración propia en el programa CANVA.

Como muestra la Fig. 4, la publicidad que se realizó para los programas radiales fue visual, creativa, con la información pertinente (tema, invitado, fecha, hora, frecuencia y pagina web de la emisora para sintonizar) a parte de ello se incluyeron los logos de la Universidad de los Llanos, Programa de Enfermería y las cuentas de “La Corocora Saludable” en las diferentes redes sociales, siempre tratando de enunciar los mensajes en lenguaje sencillo para que fuera fácil de entender por los seguidores.

Es indispensable destacar que se logró obtener contacto con la Dra Monica Borile, Vicepresidenta de la Confederación de Adolescencia y Juventud de Iberoamericana y el Caribe - CODAJIC quien amablemente nos permitió realizar la publicidad de los programas en las Fanpages Oficiales de CODAJIC las cuales sirvieron como medio para dar a conocer la labor de la Facultad Ciencias de la Salud con el Proyecto de La Corocora Saludable a nivel de Colombia y Latinoamérica dando como resultado un avance positivo puesto que con el paso del tiempo cada programa enfocado en el adolescente despertó el interés de los seguidores como es el caso de la Persona 2 quien manifestó: “Buenas tardes, soy de México y me interesa su información ya que trabajo en la Secretaria de Salud en un programa del adolescente desde hace 14 años”, a ella se le dio respuesta indicando que se realizaría la consulta para aprobar la transmisión de los programas respetando los derechos de autor y por último la Persona 3 manifestó “Felicitaciones!!! Muchas gracias por mandarme el link!! Un abrazo grande desde Argentina”.

Otro punto importante es que fue tan exitosa esta labor que la comunidad solicitó que los programas radiales fueran transmitidos nuevamente en Instituciones Educativas Públicas con el fin de fortalecer y empoderar a los adolescentes que asisten a ellas, permitiendo la ejecución de la segunda etapa del proyecto para así evaluar el impacto de la intervención en los oyentes lo que lo puede llevar a una segunda fase.

Finalmente, se envió resumen del trabajo titulado “Los Adolescentes en sintonía con la Salud Mental” el cual fue aceptado para participar como ponente en el XVI COLOQUIO IBEROAMERICANO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA CUBA-2018 que se efectuará del 5 al 9 de noviembre de 2018, en el Palacio de Convenciones de La Habana con el tema central “Contribución de Enfermería en Atención Primaria de Salud para la salud universal”.

8. CONCLUSIONES

La educación en salud a través de la radio permite orientar a la sociedad de una forma dinámica, promoviendo cambios de comportamiento y logrando constituirse como una herramienta muy útil para la difusión del enfoque de la salud mental del adolescente.

El profesional de enfermería tiene la responsabilidad de promover la salud y prevenir la enfermedad, a través de estrategias de fácil acceso a la población, transmitidas en lenguaje claro, sencillo y agradable para la comunidad. Hoy en día las TIC se han convertido en elementos importantes de la sociedad, influyendo en las ideas, hábitos y costumbres, es por ello que con este proyecto se buscó hacer buen uso de estas redes y que la información fuera verídica y eficaz direccionándola adecuadamente para evitar conductas autodestructivas u opuestas a lo esperado.

Como estudiantes de enfermería, se fortalecieron las competencias cognitivas al reforzar los temas y las comunicativas al enfrentarse a otra manera de brindar cuidado.

Se espera que el estudio apunte a mejorar el futuro de los adolescentes, reflexionando sobre el proyecto de vida y la preparación para el mundo laboral tomando decisiones asertivas y a su vez, apuntar a la promoción de comportamientos saludables. Finalmente, se espera seguir creciendo en audiencia y que se unan otros entes en pro de la educación integral por todos y para todos, porque lo importante es continuar con el trabajo que se vino realizando y buscar nuevos horizontes para el mismo.

9. RECOMENDACIONES

Seguir abordando temáticas enfocadas al adolescente puesto que el público mostró un gran interés y disposición para escuchar los programas.

Continuar con el uso masivo de herramientas tecnológicas que permitan una mayor difusión de los programas radiales.

Lograr una infraestructura radial propia en la universidad, dedicada exclusivamente a educar y orientar a la comunidad.

Seguir elaborando libretos dinámicos que cuenten con mensajes de reflexión o testimonios reales que logren un impacto mayor en los oyentes.

Mantener contacto con redes u organizaciones internacionales que permitan la difusión de los programas y el conocimiento de estos en otros países.

Continuar con una segunda fase que permita medir el impacto de los programas en Instituciones de Educación Pública de Villavicencio.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- (1) Motrico E, Fuentes M J, Bersabé R, Discrepancias en la percepción de los conflictos entre padres e hijos/as a lo largo de la adolescencia. *Anales de Psicología* 2001171-13. [Internet]. 2001. [Citado 2017-08-29]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=16717101>
- (2) Orcasita Pineda, Linda Teresa y Uribe Rodríguez, Ana Fernanda. La importancia del apoyo social en el bienestar de los adolescentes. *Psychol. av. discipl.*[online]. 2010, vol.4, n.2. [Citado 2017-08-29]. pp.69-82. Available from: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862010000200007&lng=en&nrm=iso
- (3) UNICEF. En: Adolescencia una etapa fundamental. [Internet] 2002 [Citado 2017-08-24] Disponible en: https://www.unicef.org/ecuador/pub_adolescence_sp.pdf
- (4) Jorge Araujo P. Educación sexual en los alumnos de 4º de la ESO de la ciudad de Gáldar (Las Palmas). Biblioteca Lascasas [Internet]. 2009 [Citado 2017 Agosto 24]; 5 (4). Disponible en: <http://www.index-f.com/lascasas/documentos/lc0456.php>.
- (5) El Tiempo. Ser adolescente en Colombia. Editorial [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 24]; Disponible en: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-12791962>
- (6) UNICEF. Análisis de la situación de la infancia y la adolescencia en Colombia 2010-2014. [Internet] 2014 [Citado 2017-08-24]. Disponible en: <http://unicef.org.co/sitan/assets/pdf/sitan.pdf>
- (7) ODC (2013). Estudio Nacional de Consumo de Sustancias Psicoactivas en Colombia 2013. Recuperado en 24 de agosto de 2017. Obtenido de: https://www.unodc.org/documents/colombia/2014/Julio/Estudio_de_Consumo_UNODC.pdf
- (8) El Tiempo. Villavicencio tiene en este año 815 nuevas madres adolescentes. Llano Siete Días [Internet]. 2015 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-16293817>
- (9) Sáenz, M.A., Bejarano J. y Fonseca, S. (2006). En condiciones de vulnerabilidad: Consumo de drogas en adolescentes privados de la libertad y

- transgresión de la ley penal. Revista de la Asociación de Ciencias Penales de Costa Rica. Año 18, Número 24: 79-88
- (10) Periódico del Meta. Autoridades, en alerta por casos de suicidio en Villavicencio. Redacción PDM [Internet]. 2017 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.periodicodelmeta.com/index.php/actualidad/item/1032-autoridades-en-alerta-por-casos-de-suicidio-en-villavicencio>
- (11) Sáenz, M.A., Bejarano J. y Fonseca, S. (2006). En condiciones de vulnerabilidad: Consumo de drogas en adolescentes privados de la libertad y transgresión de la ley penal. Revista de la Asociación de Ciencias Penales de Costa Rica. Año 18, Número 24: 79-88
- (12) Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Dirección Nacional de Estupefacientes, Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito UNODC. Estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes en conflicto con la ley en Colombia. UNODC [Internet]. 2010 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: https://www.unodc.org/documents/colombia/2013/septiembre/Estudio_Consumo_Adolescentes_en_Conflicto_2009.pdf
- (13) El Tiempo. Metenses, entre los colombianos que más consumen licor en el país. El Tiempo [Internet]. 2015 [Citado 2016 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.eltiempo.com/colombia/otras-ciudades/consumo-de-sustancias-psicoactivas-en-el-meta-43304>
- (14) Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Dirección Nacional de Estupefacientes, Oficina de las Naciones Unidas contra la Droga y el Delito UNODC. Estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes en conflicto con la ley en Colombia. UNODC [Internet]. 2010 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: https://www.unodc.org/documents/colombia/2013/septiembre/Estudio_Consumo_Adolescentes_en_Conflicto_2009.pdf
- (15) Pardo A., Graciela; Sandoval D., Adriana; Umbarila Z., Diana. Adolescencia y depresión. Revista Colombiana de Psicología [Internet]. 2004 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/804/80401303.pdf>
- (16) El Tiempo. La preocupante salud mental de los metenses. Llano Siete Días [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en:

<http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-13137626>

- (17) Restrepo Martínez, Miguel; Trujillo Numa, Laura; Restrepo Bernal, Diana; Torres de Galvis, Yolanda; Sierra, Gloria. Abuso sexual y situaciones de negligencia como factores de riesgo de embarazo adolescente Revista Colombiana de Psiquiatría, vol. 46, núm. 2, [Internet] 2016 [Citado 2017-08-29]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80650840004>
- (18) JAPCY M. QUICENO, JINETH MATEUS, MARISOL CARDENAS, DIANA VILLAREAL Y STEFANO VINACCIA. Calidad de vida, resiliencia e ideación suicida en adolescentes víctimas del abuso sexual. revista de Psicopatología y Psicología Clínica Vol. 18, N.º 2, pp. 107-117, [Internet] 2013. [Citado 2017-08-29]. Disponible en: <http://espacio.uned.es/fez/eserv.php?pid=bibliuned:Psicopat-2013-18-2-7010&dslD=Documento.pdf>
- (19) Ceballos O, Guillermo; Colorado S, Yuli; Suescun A, Jesús; Gamarra V, Lizeth; González, Karen; Sotelo M, Paola. Ideación suicida, depresión y autoestima en adolescentes escolares de Santa Marta. Revista Duazary. Vol. 12 No 1 [Internet]. 2015 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/1394>
- (20) Agudelo M, Alejandra; Ante C, Catherine; Torres G, Yolanda. Factores personales y sociales asociados al trastorno de depresión mayor, Medellín (Colombia), 2012. Rev. CES Psicol. 10(1), 21-34. [Internet]. 2017 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://revistas.ces.edu.co/index.php/psicologia/article/view/3727>
- (21) Paniagua RE, González CM, Rueda SM. Orientación al suicidio en adolescentes en una zona de Medellín, Colombia. Rev. Fac. Nac. Salud Pública; 32(3): 314-321. [Internet]. 2014 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <https://aprendeenlinea.udea.edu.co/revistas/index.php/fnsp/article/view/18138/17347>
- (22) Veytia, M., Fajardo, R., Guadarrama, R., & Escutia, N. Inteligencia Emocional: factor positivo ante la depresión en adolescentes de bachillerato. Rev. Informes Psicológicos, 16(1), pp. 35- 50 [Internet]. 2016 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <https://revistas.upb.edu.co/index.php/informespsicologicos/article/view/6471/5968>

- (23) Cruz-Sáez MS, Pascual Jimeno A, Wlodarczyk A, Polo-López R, Echeburúa Odriozola E. Insatisfacción corporal y conductas de control del peso en chicas adolescentes con sobrepeso: papel mediador de la ansiedad y la depresión. *Rev. Nutr Hosp*;33:935-940 [Internet]. 2016 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/pdf/nh/v33n4/26_original25.pdf
- (24) Buitrago L, Luz; Laverde B, Angelo;. Álvarez R, Amalia; Constanza E, Lina; Estupiñan V, Constanza. Análisis de la producción científica publicada entre 2008 y 2013 sobre suicidio en niños, niñas y adolescentes mediante un estudio bibliométrico. *Rev. MEDIGRAPHIC (Literatura Biomedica)*. [Internet]. 2016 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.medigraphic.com/pdfs/revhospsihab/hph-2015/hph152i.pdf>
- (25) Gonzalez F, Marcela; Andrade P, Patricia. Auto-aceptación como factor de riesgo para el intento de suicidio en adolescentes. *Rev. Salud & Sociedad*, 4 (1), pp. 026–035 [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <file:///C:/Users/pc/Downloads/Dialnet-AutoaceptacionComoFactorDeRiesgoParaElIntentoDeSui-4322990.pdf>
- (26) Grigoravicius, M; Bradichansky, L; Nigro, V; García P, Julieta; Iglesias, A; Ponce, P. Consumo de alcohol en niños y niñas escolarizados entre 8 y 12 años. Comparación de resultados entre una población clínica y una población no- clínica. *Rev. Scielo. Anuario de investigaciones* 10 [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://www.scielo.org.ar/pdf/anuin/v20n1/v20n1a32.pdf>
- (27) Calderón-Romero EA, Cáliz-Romero NE. Juventud y universidad: sujetos y escenarios para el debate crítico y autorreflexivo sobre el consumo de sustancias psicoactivas de uso legal e ilegal. *Rev. Gerenc. Polít. Salud*. 14(28): 123-141. [Internet]. 2015 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.rgyps18-28.juse>
- (28) Castellanos O, Juan; Espinosa H, Gretel. Revisión de las tendencias de investigación sobre consumo de sustancias ilegales por los jóvenes. *Rev. Virajes*, 15 (2). [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: [file:///C:/Users/pc/Downloads/Virajes15\(2\)_3.pdf](file:///C:/Users/pc/Downloads/Virajes15(2)_3.pdf)
- (29) Calderón-Romero EA, Cáliz-Romero NE. Juventud y universidad: sujetos y escenarios para el debate crítico y autorreflexivo sobre el consumo de sustancias psicoactivas de uso legal e ilegal. *Rev. Gerenc. Polít. Salud*. 14(28): 123-141.). [Internet]. 2015 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en:

<http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.rgyeps18-28.juse>

- (30) CASTELLANOS O, Juan; ESPINOSA H, Gretel.. “Revisión de las tendencias de investigación sobre consumo de sustancias ilegales por los jóvenes”. Rev. Virajes, 15(2) [Internet]. 2013 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/266797739_Revision_de_las_tendencias_de_investigacion_sobre_consumo_de_sustancias_ilegales_por_los_jovenes
- (31) Maite Garaigordobil. Conducta antisocial: conexión con bullying/cyberbullying y estrategias de resolución de conflictos. Rev. Elsevier. [Internet]. 2015 [Citado 2017 Agosto 26]. Disponible en: http://ac.els-cdn.com/S1132055915000605/1-s2.0-S1132055915000605-main.pdf?_tid=8ad290c2-8f13-11e7-8ba0-00000aab0f01&acdnat=1504270155_47fda502527dd7e45072d69882833f71
- (32) Restrepo Martínez, Miguel; Trujillo Numa, Laura; Restrepo Bernal, Diana; Torres de Galvis, Yolanda; Sierra, Gloria. Abuso sexual y situaciones de negligencia como factores de riesgo de embarazo adolescente Revista Colombiana de Psiquiatría, vol. 46, núm. 2, [Internet] 2016 [Citado 2017-08-29]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80650840004>
- (33) Ibarra Ordóñez, EM; Ibarra Ordóñez, TE; Martin Peña, EE; Rincón Perilla, MP. Pautas para la construcción del proyecto de vida en jóvenes de 10° grado liceo Nueva Britalia. Universidad Industrial [Internet] 2017 [Citado 2017-08-29]. Disponible en: <http://repository.udistrital.edu.co/bitstream/11349/5245/1/IbarraOrd%C3%B3%C3%B1ezElgaMarinella2017.pdf>
- (34) Gómez, LM; Da Silva, T; & Calzetta, C. Proyecto de vida e inclusión social en adolescentes. *Anuario de investigaciones*, 20(1), 287-294. [Internet] 2013 [Citado 2017-08-29]. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-16862013000100029&lng=es&tlng=es.
- (35) Castellano Caridad M, Virviescas Peña J, Castro Blanco E, Alvarino Cruz C, Pinzón Franco B, Gutiérrez Echeverría R. Resolución de conflictos para el fomento de la cultura de paz: importancia de los medios de comunicación alternos en Colombia. Revista Lasallista De Investigación [serial on the Internet]. (2017, Jan), [cited September 1, 2017]; 14(1): 56-65. Available from:

- (36) Rodríguez Cabrera, A; Sanabria Ramos, G; Contreras Palú, ME; Perdomo Cáceres, B. Estrategia educativa sobre promoción en salud sexual y reproductiva para adolescentes y jóvenes universitarios. Rev Cubana Salud Pública [Internet]. 2013 [citado 2017 Ago 26] ; 39(1): 161-174. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662013000100015&lng=es.
- (37) Gómez GM; Osorio CH, Representaciones sociales de la Educación para la Salud: docentes Facultad de Medicina, Universidad de Antioquia. Rev. Fac. Nac. Salud Pública [Internet]. 2015 Apr [cited 2017 Ago 26] ; 33(1): 75-84. Disponible en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-386X2015000100011&lng=en.
- (38) García Garcés H; Navarro Aguirre L; López Pérez, M; Rodríguez Orizondo, MF. The Information and Communication Technology in health and medical education. Rev EDUMECENTRO [Internet]. 2014 [citado 2017 Ago 26] ; 6(1): 253-265. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2077-28742014000100018&lng=es.
- (39) Jiménez Marín G, Pérez Curiel C, Elías Zambrano R. Del valor educativo de los medios de comunicación: una aproximación al caso audiovisual. Rev. Ámbitos. [Internet]. 2014 [citado 2017 Ago 26] Disponible en: <http://sociales.redalyc.org/articulo.oa?id=16832256003>. Fecha de consulta: 1 de septiembre de 2017.

ANEXOS

ANEXO A Carta de compromiso y permiso por parte de la institución externa en donde se proyecta desarrollar parte del proyecto.



1.170 AM
1.170 AM

Villavicencio, 31 de enero de 2018

Señores:
UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS
Ciudad

REF: Autorización.

En mi calidad de gerente de la emisora Ondas del Meta S.A.S. me permito autorizar el ingreso de los estudiantes de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de los Llanos, para realizar la grabación de los programas de radio que se emiten en el espacio "LA COROCORA SALUDABLE".

Cordialmente,


MARY ELLEN RODRIGUEZ
Gerente
Celular 3134413669

ONDAS DEL META S.A.
NIT. 860.514.548-0

Calle 41B # 30-11 Barrio La Gran
PBX: 684 8373; 683 6655 MASTER: 672 4800; 673 4
E-MAIL: gerencia@ondasdelmeta.com; produccion@ondasdelmeta.com
VILLAVICENCIO - COLOMBIA

 ondasdelmeta  @ondasdelmeta  @ondasdelmeta

Fuente: Emisora Ondas del Meta.

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales: Prevención de la Depresión en Adolescentes.



UNILLANOS
UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS

PROGRAMA DE ENFERMERIA
UNILLANOS

La Corocora Saludable

Ψ INVITADO: PSICÓLOGO RICARDO ROZO

09/06/2018

11: 00 AM

SINTONICENOS EN: 1.170AM

M ONDAS DEL META
1090 AM

SIGANNOS EN:

- www.ondasdelmeta.com/
- [La Corocora Saludable](#)
- [@LaCorocoraSaludable](#)
- [Corocora Saludable](#)

Prevencción de la Depresión en Adolescentes

A través del Lenguaje Radial

REALIZADO POR ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA

FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD UNILLANOS

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales:
Prevención del Suicidio en Adolescentes.

La Corocora Saludable

PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN Adolescentes A TRAVÉS DEL LENGUAJE RADIAL

 REALIZADO POR ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA
  INVITADO: DR. ANGEL ALMANZAR

 16 DE JUNIO DE 2018
  11:00 AM

Sintonícenos en:  **1.170AM**  **ONDAS DEL META**
1170 AM

 www.ondasdelmeta.com/
 La Corocora Saludable

 @LaCorocoraSaludable
  Corocora Saludable

Invita: Facultad Ciencias de la Salud (Unillanos) y La Corocora Saludable

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales:
Resolución de Conflictos en Adolescentes

Resolución de Conflictos

SINTONICE LA
COROCORA
SALUDABLE

Ondas del Meta
1170 am

o
www.ondasdelmeta.com

 ONDAS DEL META
1170 AM

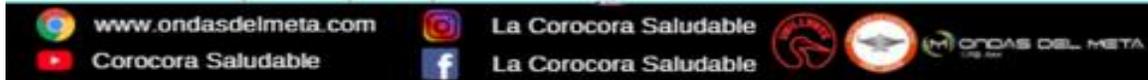
TODOS LOS SÁBADOS DESDE LAS 11:00am
NUEVOS PROGRAMAS RADIALES

“
NO PODEMOS RESOLVER
PROBLEMAS USANDO EL MISMO
TIPO DE PENSAMIENTO QUE
USAMOS CUANDO LOS CREAMOS

ALBERT EINSTEIN



Con la participación
del Dr. Ronald Perez



Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales:
Proyecto de Vida en Adolescentes.

Pregúntate
si lo que estás
haciendo hoy
te acerca al lugar
en el que quieres
estar mañana

Walt Disney

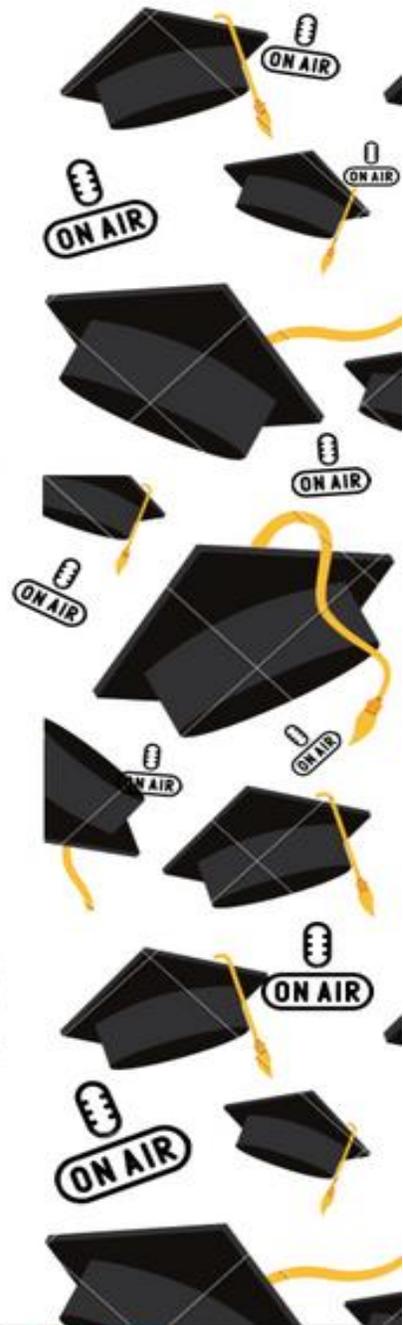
Proyecto de Vida

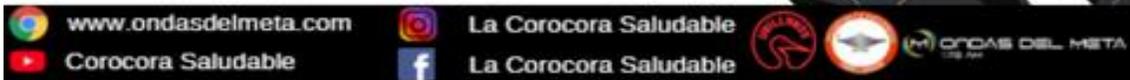
A través del Lenguaje Radial
Sintonícenos por

 ONDAS DEL META
1170 AM



Invitado especial
Dr. Ronald Perez



 www.ondasdelmeta.com La Corocora Saludable   ONDAS DEL META

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales:
Prevención del Embarazo en Adolescentes

NO TE DEJES LLENAR DE CUENTO

Estrategia implementada en el 42º Festival de la Leyenda Vallesana, la Alcaldía Municipal de Valledupar.

Invitada especial
Dra. Mónica Borile

Prevencción del embarazo en adolescentes
A TRAVÉS DEL LENGUAJE RADIAL

LA COROCORA SALUDABLE
Al aire!

11:00AM POR ONDAS DEL META

Sintonícenos mañana
26 DE MAYO
1.170AM

www.ondasdelmeta.com
Corocora Saludable

La Corocora Saludable
La Corocora Saludable

ONDAS DEL META

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO B. Imágenes de difusión de los programas radiales en redes sociales: Prevención del Consumo de Sustancias Psicoactivas en Adolescentes.



PREVENCIÓN DEL CONSUMO DE
SUSTANCIAS SPICOACTIVAS EN



Adolescentes

A TRAVÉS DEL

LENGUAJE RADIAL



23 de Junio de
2018



Realizado por estudiantes
de Enfermería



11:00 am



Invitada: Enfermera
Monica Rosaura Baquero

Sintonícenos en: 1.170AM ONDAS DEL META
1170 AM

Sigannos en:



www.ondasdelmeta.com/



La Corocora Saludable



@LaCorocoraSaludable



Corocora Saludable

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:
Prevenición Del Consumo De Sustancias Psicoactivas En Adolescentes A
Través Del Lenguaje Radial

Estudiante Cinthya Arias	Buenos días queridos oyentes gracias por estar en sintonía, les damos a todos una cordial bienvenida al programa “la corocora saludable”. Hoy presentando el tema de la prevención del consumo de sustancias psicoactivas en los adolescentes, esperamos que sea de su agrado.
Estudiante Alejandra González	Y es de nuestro agrado acompañarlos nuevamente en este espacio, están con ustedes Cinthya Arias y Alejandra González y somos Estudiantes de Enfermería de la Universidad de los Llanos.
INTRODUCCION AL TEMA	
Estudiante Alejandra González	Así es queridos oyentes y para dar apertura al tema de hoy escucharemos una campaña anti droga de televisiva de Drug Free World realizada por adolescentes (AUDIO Dijeron...Mintieron)
Estudiante Cinthya Arias	Oyentes la campaña nos deja un mensaje de reflexión debido a que la adolescencia es un momento crucial en la cual se desarrollan los sentimientos de amistad y generosidad, junto con la comprensión de la naturaleza humana y el carácter; de ahí parte la importancia de acompañar y brindar apoyo a los adolescentes, y es por ello que en este programa le queremos dar el espacio a los adolescentes sobre algunas experiencias frente al consumo de Sustancias Psicoactivas, mi compañera Alejandra profundiza en el tema:
Estudiante Alejandra González	Como lo mencionaba Cinthya, a continuación escucharemos los siguientes testimonios presentados en una nota del Canal Caracol en Junio de 2016 en donde los adolescentes le cuentan a la Dra Fernanda Hernandez la experiencia al consumir sustancias psicoactivas cuando eran menores de edad (AUDIO NOTICIA1) pero ¿qué interrogantes pueden surgir a partir de esas experiencias?
Estudiante Cinthya	Pues sin lugar a duda queremos que nuestros oyentes

Arias	participen desde sus casas dando respuesta a preguntas como: ¿Será la Curiosidad? ¿La influencia de los Amigos? O ¿será la Presión social la que induce a que los adolescentes consuman sustancias psicoactivas? Alejandra nos cuenta algunas intervenciones y aportes que dieron nuestros oyentes:
VOX POPULI	
PREGUNTA1 Estudiante Alejandra González	En primer lugar se preguntó: ¿por qué un adolescente consume spa? (AUDIO SPA1) A lo que respondieron
PREGUNTA2 Estudiante Cinthya Arias	En segundo lugar se preguntó: ¿tiene que ver la curiosidad con el consumo de spa? (AUDIO SPA 2) A lo que respondieron
PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González	En tercer lugar se preguntó: ¿qué factor de riesgo conoce para que un adolescente consuma spa? (AUDIO SPA3) A lo que respondieron
PREGUNTA4 Estudiante Cinthya Arias	En cuarto lugar se preguntó: ¿tiene que ver el consumo de spa con la toma de decisiones de un adolescente? (AUDIO SPA4) A lo que respondieron
PREGUNTA 5 Estudiante Alejandra González	En quinto lugar se preguntó: ¿qué pasa en el cuerpo de un adolescente cuando consume spa? (AUDIO SPA5) A lo que respondieron, pero Cinthya nos cuenta sobre los resultados encontrados en la literatura:
Estudiante Cinthya Arias	Así es, gran medida se resalta que los Adolescentes comienzan a consumir sustancias psicoactivas por varias razones que nos comenta Alejandra a continuación:
Estudiante Alejandra González	La 1er razón: Para sentirse bien. La mayoría de las sustancias psicoactivas de las que se abusa producen sensaciones de placer. Esta sensación inicial de euforia es seguida por otros efectos, que varían según el tipo sustancias que se consume. Por ejemplo, con estimulantes como la cocaína, la sensación de euforia es seguida por sentimientos de poder, confianza en uno mismo y mayor energía.
Estudiante Cinthya	La 2da razón: Para sentirse mejor.

Arias	Algunas personas que sufren de ansiedad social, trastornos relacionados con el estrés y depresión, comienzan a abusar de las sustancias psicoactivas en un intento por disminuir los sentimientos de angustia pero el estrés puede jugar un papel importante en el inicio, la continuidad en el abuso de drogas o la recaída en pacientes que se recuperan de la adicción.
Estudiante Alejandra González	<p>Y finalmente la 3er razón: Para desempeñarse mejor.</p> <p>Algunas personas sienten presión por aumentar o mejorar químicamente sus capacidades cognitivas o su rendimiento deportivo, lo que puede desempeñar un papel en la experimentación inicial y el abuso continuo de drogas.</p> <p>Pero a todos nos interesa saber más sobre este tema, así que a continuación nos acompañara una invitada quien nos actualizara sobre esta problemática.</p>
PREGUNTA AL EXPERTO	
<p>PREGUNTA1</p> <p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Así es, le damos la bienvenida a la Enfermera Mónica Rosaura García Baquero, Especialista en Salud Mental, Especialista en el Fenómeno de las Drogas, con Maestría en Educación y actualmente es estudiante de tercer año de Doctorado en Investigación y Docencia, es de nuestro agrado que en el día de hoy nos esté acompañando.</p> <p>Enfermera Mónica en primer lugar nos gustaría saber ¿cómo los niños y adolescentes acceden a las spa? (AUDIO EXPERTOSPA)</p>
Estudiante Alejandra González	<p>De acuerdo con lo que menciona la invitada, es de resaltar que Muchos adolescentes entran al mundo del consumo por curiosidad y el “porque otros lo hacen.”</p> <p>En este aspecto, los adolescentes son particularmente vulnerables, debido a la fuerte influencia de la presión de sus pares. Los adolescentes son más propensos que los adultos a participar en comportamientos riesgosos o temerarios para impresionar a sus amigos y expresar su independencia de las normas parentales y sociales. Pero ¿a quienes se les atribuye la distribución de sustancias psicoactivas?</p>

<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Pues les contamos que los criminales se aprovechan de la curiosidad e inocencia de los más pequeños para atraparlos con llamativas dosis gratuitas y poco a poco van aumentando el precio de las drogas hasta que los niños ya no tienen como pagarlas pero su cuerpo ya lo pide, lo necesita y ¿Qué sucede? Buscan nuevos clientes y los vuelven expendedores.</p>
<p>PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González</p>	<p>Muy interesante lo anteriormente mencionado pues nos da un indicio de que los Adolescentes desde edades muy tempranas se encuentran en riesgo es por ello que Nuestra invitada nos responde la siguiente pregunta: ¿Cuál es el rango de edad en el que se presenta mayor consumo de spa? (AUDIO EXPERTOSPA)</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Oyentes de acuerdo a lo que menciona la invitada, encontramos algunos de los factores que aumentan el riesgo de consumo de SPA y de adicción entre ellos se destacan:</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>El Consumo a temprana edad. Aunque consumir drogas a cualquier edad puede desencadenar una adicción, las investigaciones muestran que cuanto más temprana es la edad de iniciación a las drogas, más probable es que la persona desarrolle problemas graves. Reflejando el efecto nocivo que tienen las drogas sobre el cerebro en desarrollo.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Y es súper importante tener en cuenta que también el consumo a temprana edad puede ser el resultado de una combinación de factores de vulnerabilidad social y biológica, que incluye las relaciones familiares inestables, la exposición al abuso físico o sexual, la susceptibilidad genética o las enfermedades mentales, pero ¿hay más factores que pongan en riesgo al adolescente?</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Claro que sí, y este no es menos importante se trata del Método de administración. Debido a que fumar una droga o inyectarla en una vena aumenta su potencial adictivo porque estas penetran al cerebro en segundos, produciendo una intensa ráfaga de placer.</p>

Estudiante Cinthya Arias	Sin embargo, esta intensa euforia puede desaparecer en unos pocos minutos y por ello los científicos creen que esta situación de sube y baja impulsa a algunas personas al consumo reiterado de drogas, en un intento por recuperar el fugaz estado placentero.
Estudiante Cinthya Arias	Así que queremos que les quede claro que el riesgo de probar es inminente y la importancia radica en que el cerebro de una persona continúa desarrollándose hasta la edad adulta y sufre cambios drásticos durante la adolescencia.
Estudiante Alejandra González	Si, algunos de esos cambios tienen que ver con una de las áreas del cerebro que continúa madurando durante la adolescencia, tiene que ver con la corteza prefrontal, la cual es la parte del cerebro que nos permite evaluar situaciones, tomar decisiones acertadas y mantener nuestras emociones y deseos bajo control, pero ¿Qué ocurre con esto Cinthya?
Estudiante Cinthya Arias	Alejandra, tiene que ver mucho porque el hecho de que en la adolescencia aun haya procesos de desarrollo cerebral expone a los chicos a un mayor riesgo de tomar malas decisiones (como probar drogas o seguir consumiéndolas). Además, el consumo de spa durante este período de desarrollo puede causar cambios en el cerebro que tienen consecuencias profundas y duraderas.
PREGUNTA4 Estudiante Alejandra González	De acuerdo a lo anterior, debemos conocer la situación actual y la normatividad frente al consumo de sustancias psicoactivas que rige a nuestro país para ello nuestra invitada nos contextualiza sobre ¿ Qué sustancias lícitas e ilícitas se pueden encontrar los adolescentes? (AUDIO EXPERTOSPA)
Estudiante Cinthya Arias	Oyentes es de resaltar que las SPA son sustancias químicas que afectan el cerebro al interferir en el sistema de comunicación en el que las neuronas normalmente envían, reciben y procesan la información. Algunas sustancias, como la marihuana y la heroína, pueden activar las neuronas ya que las “engañan” y se adhieren a ellas pero ¿Qué más ocurre en nuestro cerebro?

Estudiante Alejandra González	Es muy sencillo, nuestro cerebro está conectados para garantizar que repitamos las actividades vitales al relacionarlas con el placer o la recompensa.
Estudiante Cinthya Arias	Por esta razón cada vez que se activa este circuito de recompensa, el cerebro nota que está sucediendo algo importante que necesita recordar, y nos enseña a hacerlo una y otra vez sin pensar en ello. Debido a que las drogas adictivas nos estimulan, y poco a poco aprendemos a abusar de las drogas.
Estudiante Alejandra González	Pero si se sigue consumiendo spa y el adolescente abusa de estas, es probable que eventualmente se sienta aplacada, sin vida y deprimida, y es incapaz de disfrutar de las cosas que antes le resultaban placenteras como cantar, bailar, jugar, o comer.
Estudiante Cinthya Arias	Es por ello que la persona necesita seguir consumiendo drogas una y otra vez, lo cual solo empeora el problema, volviéndose un círculo vicioso. Además, tendrá que consumir cantidades mayores de la sustancia psicoactiva para conseguir el efecto deseado llevando a la adicción, lo que puede conducir a un consumidor a buscar y consumir de forma compulsiva.
Estudiante Alejandra González	Pero dicha adicción a las sustancia psicoactiva merma el autocontrol y la capacidad de una persona de tomar decisiones y es un arma de doble filo porque se convierte en una enfermedad crónica y recurrente del cerebro que se caracteriza por la búsqueda y el consumo compulsivo de drogas, a pesar de sus consecuencias nocivas o dañinas.
Estudiante Cinthya Arias	de allí parte la importancia de crear intervenciones que se ajusten a las necesidades de los adolescentes, así que nuestra invitada nos habla sobre ¿qué apoyo puede brindarle la familia y la sociedad al adolescente que consume y al que no lo hace? (AUDIO EXPERTOSPA)

Estudiante Alejandra González	En cuanto a los adolescentes que abusan de las sustancias psicoactivas a menudo se comportan mal, tienen un desempeño académico deficiente y abandonan la escuela. Además, están expuestos al riesgo de embarazos no planificados, violencia y enfermedades infecciosas. Pero ¿y los adultos que consumen sustancias psicoactivas dónde quedan?
Estudiante Cinthya Arias	Resulta que los adultos que abusan de las drogas a menudo tienen problemas para pensar con claridad, recordar y prestar atención. A menudo desarrollan comportamientos sociales deficientes como resultado del abuso de las drogas, y se ve afectado su rendimiento en el trabajo y las relaciones personales.
Estudiante Alejandra González	Pero sobre todo el abuso por parte de los padres a menudo implica hogares caóticos colmados de estrés, así como abuso infantil y negligencia. Estas condiciones dañan el bienestar y el desarrollo de los niños en el hogar y pueden sentar las bases para el abuso de drogas en la próxima generación. Evidenciamos que todo parte desde casa y del ejemplo que se le a cada uno de estos adolescentes pero sabemos que existe también una responsabilidad social, esto ¿de qué se trata?
PREGUNTA5 Estudiante Cinthya Arias	Pues tenemos otra invitada que nos puede dar más información, ella es la Mayor Liz Wendy Cuadros, quien hace parte del equipo de Antinarcóticos y tiene una amplia experiencia en este tema, le damos la bienvenida con la siguiente pregunta: ¿qué control hacen las autoridades para mitigar el consumo de spa en adolescentes? (AUDIO NOTICIA2)
Estudiante Alejandra González	Damos las gracias a los expertos por aceptar nuestra invitación en este programa radial y por los aportes valiosos que fueron de gran ayuda para conocer aún más sobre este tema.
TIPS EDUCATIVOS	
Estudiante Cinthya Arias	Finalmente daremos unos TIPS educativos, fomentando la prevención del consumo de alcohol la cual es de las primeras sustancias psicoactivas que consumen actualmente los adolescentes así que esperamos que

	todos nuestros oyentes estén atentos sobre las razones para que un adolescente no beba alcohol
Estudiante Alejandra González	En este momento vamos a discutirles algunas de las que más son escuchadas: 1ro: “Si no bebe se queda marginado” “todo el mundo lo hace” : Si un amigo te propone planes, se preocupa por usted cuando estás enfermo, le llama para comentarte una discusión con su pareja o atiende tus problemas. Es alguien que lo escucha y se preocupa por lo que siente.
Estudiante Cinthya Arias	2do: “Toma dos copas y va bien” . Se puede tener esa sensación antes de empezar a beber pero en el momento que lo hace sus reflejos disminuyen, tu percepción y visión de las cosas cambia. Luego, no “irá bien” .
Estudiante Alejandra González	3ro: “¿Y qué hace si no bebes, se queda en casa?” noooo... puede salir, puede quedar con tus amigos, charlar, divertirse... ¿Puede proponer un plan diferente al botellón? ¿Qué le gustaría hacer?.
Estudiante Cinthya Arias	4to: “Así olvida los problemas un rato” Pero volverán acrecentados al día siguiente. La única manera de solucionar los problemas es enfrentándose a ellos. Todos necesitamos evadirnos durante algún rato de las actividades diarias, ir al cine, charlar con los amigos, ir a un concierto de música, ir de compras pueden ser algunas actividades que pueden ayudarte... ¿qué otras cosas se le ocurren que puede hacer?.
Estudiante Alejandra González	5to: “Ya somos mayores, podemos hacerlo” legalmente hasta los 18 años no puedes beber alcohol.
Estudiante Cinthya Arias	6to: “Ya verá que bien lo pasamos” beber no es sinónimo de pasarlo bien, es más parecido a hacer cosas que usted sin alcohol no haría y eso, no es ser usted. Hay muchas otras maneras de pasarlo bien con sus amigos, unas partidas al videojuego, ayudarlos a resolver algunos problemas.
Estudiante Alejandra González	7mo: “Pruébalo y veras...” Verás... ¿qué verás doble?. Quizá sus amigos le animen y te inciten a hacerlo: que si sus padres no se van a dar cuenta, que si le da subidón,

	que si por una vez no pasa nada...Vas a escuchar muchas cosas, pero plantéate: ¿Por qué tiene mi amigo tanto interés en que beba?, decida por usted mismo...eso sí, cuando tenga más de 18 años y seas un adolescente responsable.
SECCION NOVEDADES	
Estudiante Cinthya Arias	Y queremos darles a conocer la estrategia “Valorate2015” desarrollada en Bucaramanga por la fundación SYC en donde a través del “Concurso De Talentos Para Prevenir El Consumo De Narcóticos” y el arte, buscan interferir en el proyecto de vida de los adolescentes de la ciudad desarrollando un trabajo de prevención de consumo de SPA.
Estudiante Alejandra González	La estrategia, que hace parte del “modelo de atención primaria en salud mental” se desarrolló mediante encuentros lúdico recreativos que integraron a los jóvenes de diferentes edades para que conocieran las vivencias y los pensamientos acerca de esta problemática, generando en ellos fuentes de reflexión y motivándolos a marcar la diferencia en la sociedad mostrando sus talentos, habilidades y capacidades por salir adelante.
Despedida Estudiante Cinthya Arias	Finalmente, agradecemos la atención brindada los esperamos e invitamos para que escuchen el próximo programa enfocado en el Adolescente. Estuvo con ustedes Alejandra González y Cinthya Arias, estudiantes de Enfermería de la Universidad de los Llanos y los despedimos con la experiencia en el consumo de SPA de un adolescente de 13 años (AUDIO UN NIÑO QUE CONSUME), hasta pronto.

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria.

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:
Prevenición Del Suicidio En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial.

Estudiante Cinthya Arias	Buenos días queridos oyentes gracias por estar en sintonía, les damos a todos una cordial bienvenida al programa “la corocora saludable”. Hoy presentando el tema de la prevención del suicidio en los adolescentes, esperamos que sea de su agrado.
Estudiante Alejandra González	Nuevamente los acompañan, Cinthya Arias, y quien les habla Alejandra González y somos Estudiantes de Enfermería de la Universidad de los Llanos
INTRODUCCION AL TEMA	
Estudiante Cinthya Arias	Para dar apertura al programa los invitamos a que Escuchen el mensaje que nos dejan los adolescentes frente a esta problemática (AUDIO PREVENCION DEL SUICIDIO)
Estudiante Alejandra González	Oyentes, ahora es el turno de la familia, así es para ello queremos que escuchen atentamente la siguiente lectura, pues es el testimonio de una madre luego de que se suicidara el hijo adolescente.
Estudiante Cinthya Arias y Estudiante Alejandra González en dialogo	<p>Tengo 46 años. Soy doctora en Psicología. Estoy casada y tengo un hijo en el cielo, Miquel. Creo en la energía de las personas y <u>No hay dolor mayor que vivir el suicidio de un hijo.</u></p> <p>Cómo era Miquel, su hijo? Sociable, con buenos amigos, no se drogaba...</p> <p>¿Qué edad tenía? Tenía 19 años. Estudiaba diseño, tenía novia estable...</p> <p>¿Cómo fue su último día? Él y su novia dormían en casa, en la habitación de al lado. A las ocho de la mañana me asomé, les dije que me iba a trabajar...</p> <p>¿Estaba todo bien? ¡Sí! Pero a media mañana mi hijo me envió un SMS: "T</p>

	<p>estimo ma, a ti y a papa, lo siento por lo que haré".</p> <p>¿Qué hizo?</p> <p>Corrí hacia la estación de metro, justo al lado de casa, porque desde allí estaba llamándome mi marido...</p> <p>¿Y quién avisó a su marido?</p> <p>La novia de Miquel, preocupada: habían discutido, se habían separado en el metro, y ella le llamaba al móvil y él no descolgaba...</p> <p>Su hijo se había arrojado a las vías.</p> <p>...</p> <p>¿La discusión provocó el suicidio?</p> <p>He aprendido algo importante: el que se suicida, lo hace porque no puede elegir.</p> <p>¿Ah, no?</p> <p>¡No hay libertad en el suicidio! Es una situación de sufrimiento extremo: esa persona no ve otra salida, no puede hacer otra cosa.</p> <p>¿Cuánto tiempo ha pasado ya?</p> <p>Tres años y nueve meses.</p> <p>¿Cuándo han dejado de preguntarse?</p> <p>Cuando aprendimos a amar a Miquel entero, todo él desde que nació hasta que murió.</p> <p>¿Final incluido?</p> <p>Sí. Y puedo añadir otra conclusión: ¡no existe un dolor superior al suicidio de un hijo!</p> <p>¿Cómo fue el funeral de Miquel?</p> <p>Hermoso: sus amigos grafiteros pintaron la caja de pino. Sonó su música, vimos sus fotos... La familia colaboró, fue una buena despedida: eso sí te ayuda.</p> <p>¿Y cómo reaccionar ante esa actitud desanimada?</p> <p>Invitándole a hablar y ganar tiempo. ¡Siempre ganar tiempo! Los bomberos saben qué hacer cuando asisten a una tentativa...</p> <p>¿Haría algo diferente, si pudiese?</p> <p>Escuchar a Miquel ¡con todo mi ser! cada vez que me hablaba de sus cosas.</p> <p>¿Ha culpado a la novia?</p> <p>No. Ella es víctima. Quiero verla muy feliz</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Estudiante Cinthya Arias	Para comprender a fondo el tema, encontramos que en el mundo el suicidio se encuentra entre las tres principales causas de muerte y de los 804.000 suicidios que se producen al año, y una cuarta parte corresponde a adolescentes y jóvenes de menos de 25 años. Pero un hecho relevante es que en muchas ocasiones, puede ser prevenido ya que por lo general es anunciado en "claves", en forma de un comentario, una actitud, un gesto, un plan, etc.
Estudiante Alejandra González	Así es Oyentes, pero queremos que les quede algo muy claro y es que conversar sobre el tema no incrementa el riesgo para cometer suicidio, al contrario, es una estrategia para la detección de adolescentes vulnerables, que al mismo tiempo nos otorga información sobre cómo concibe la muerte y si alguna vez lo pensó pero en si ¿Cuál es la definición de El suicidio?, Mi compañera Cinthya nos complementa.
Estudiante Cinthya Arias	Pues en realidad el Suicidio puede tener muchas definiciones, sin embargo nos gustaría que lo entendieran como: Una solución radical al sufrimiento psicológico intolerable en donde la persona tras verse superada en sus recursos y capacidad de afrontamiento, no ve ninguna otra salida y, por ello, decide acabar con su vida, pero a nosotras nos gustaría saber la opinión del público frente a este tema, Alejandra ¿que respondieron los oyentes?
VOX POPULI	
PREGUNTA1 Estudiante Alejandra González	La primer pregunta fue: ¿qué piensa un adolescente cuando tiene la idea de suicidarse? (AUDIO SUICIDIO 1) A lo que respondieron:
PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González	La segunda pregunta fue: ¿preguntar a un adolescente si está pensando en suicidarse, puede incitarle a hacerlo? (AUDIO SUICIDIO2) A lo que respondieron:
PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González	La tercer pregunta fue: ¿la persona que se quiere suicidar no lo dice? (AUDIO SUICIDIO3)

	A lo que respondieron:
PREGUNTA4 Estudiante Alejandra González	La cuarta pregunta fue: ¿el adolescente que expresa su deseo de acabar con su vida nunca lo hará? (AUDIO SUICIDIO4 de 2) A lo que respondieron:
PREGUNTA 5 Estudiante Alejandra González	La quinta pregunta fue: ¿sólo las personas con problemas graves se suicidan, por tanto los niños/adolescentes no se suicidan? (AUDIO SUICIDIO 5) A lo que respondieron:
Estudiante Cinthya Arias	Muchas gracias Alejandra por hacer el acompañamiento al público, continuando con el tema es de suma importancia destacar que hay dos pensamientos distorsionados que las personas con ideación suicida, creen como reales: <ul style="list-style-type: none"> • El primero consiste en que piensas que siempre van a seguir sufriendo igual. • El segundo es que creen que su pérdida será fácil de superar para sus familiares y seres queridos y en muchos casos piensan que es un favor que les hacen debido a que sin ellos, sus allegados vivirán mejor.
Estudiante Alejandra González	Sin embargo el dialogo juega un papel crucial en este espacio, pues está científicamente demostrado que preguntar y hablar con la persona sobre la presencia de pensamientos suicidas, disminuye el riesgo de cometer el acto ya que permite aliviar tensión y le indica que nos preocupa y principalmente se recomienda preguntar y escuchar sin juzgar, de forma calmada.
Estudiante Cinthya Arias	Otro punto importante de abordar es que un número significativo de personas con ideación suicida expresan sus propósitos de acabar con su vida a través de palabras, amenazas, gestos o cambios de conducta, pero ¿Qué se recomienda?
Estudiante Alejandra González	En estos casos particulares se recomienda detectar estas señales de riesgo y tomarse muy en serio cualquier amenaza de autolesión, allí es de resaltar que las verbalizaciones NUNCA deben ser consideradas

	como un alarde, chantaje o manipulación. NUNCA se debe retar a la persona a hacerlo.
Estudiante Cinthya Arias	Sin embargo, la literatura afirma que el suicidio es multicausal, debido a que muchos problemas pequeños que para los adultos pueden parecer algo insignificante, para un niño pueden ser algo catastrófico y un adolescente puede vivirlo como algo altamente dañino, esto unido a cierto rasgo de impulsividad, puede llevar al suicidio, y ¿Qué se recomienda? Primero que todo, valorar lo que para otros puede ser grave o menos grave, debido a que puede llevar a que infravaloremos el dolor que les puede causar.
PREGUNTA AL EXPERTO	
PREGUNTA1 Estudiante Alejandra González	En el día de hoy le damos la bienvenida a nuestra invitada Gladys López, ella es Enfermera, especialista en Salud Mental, quien adquirió una amplia experiencia en el Área de Salud mental del HDV y durante sus años de trabajo abordó diversas situaciones relacionadas con Adolescentes, la depresión y el suicidio. Le damos la bienvenida a nuestra invitada con la siguiente pregunta ¿qué factores de riesgo inducen al suicidio?
Estudiante Cinthya Arias	En la literatura encontramos que cuántos más factores de riesgo concurren en una misma persona, mayor será la probabilidad de que la persona presente una conducta suicida. Sin embargo el hecho de que no se den estos factores de riesgo, no significa que la persona no pueda llevar a cabo un intento de suicidio. Mi compañera Alejandra nos cuenta sobre algunos los factores de riesgo los cuales se encuentran clasificados en 4 categorías:
Estudiante Alejandra González	1) Factores de riesgo personales, como por ejemplo: 1. La existencia de antecedentes personales de intentos de suicidio en el pasado. <ul style="list-style-type: none"> • A más número de intentos, mayor riesgo. • A más gravedad de los intentos previos, mayor riesgo. • A mayor grado de ocultación de los mismos, mayor

	<p>riesgo.</p> <p>2. Pensamientos suicidas, como única salida a su sufrimiento.</p> <p>3. Abuso de sustancias psicoactivas (alcohol y otras drogas).</p>
Estudiante Cinthya Arias	<p>2) Factores de riesgo familiares, como por ejemplo:</p> <p>1. Antecedentes familiares de suicidio.</p> <p>2. Peleas frecuentes o violencia dentro del entorno familiar.</p> <p>3. Carencia de cuidados y atención al niño o adolescente.</p> <p>4. Ningún miembro puede apartarse de lo estrictamente admitido como normal dentro del grupo familiar. (p.ej. heterosexualidad).</p>
Estudiante Alejandra González	<p>3) Factores de riesgo sociales, como por ejemplo:</p> <p>1. Ausencia/ Pérdida de una red social de apoyo.</p> <p>2. Aislamiento social, rechazo o marginación por parte de iguales.</p> <p>3. Ante acontecimientos altamente estresantes, se puede reactivar el sentimiento de desamparo, desesperanza y abandono como:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Muerte o pérdida de una persona querida. • Ruptura de pareja. • Problemas familiares, con los iguales y/o con la pareja.
Estudiante Cinthya Arias	<p>Y finalmente 4) Factores de riesgo específicos del entorno escolar, como:</p> <p>1. Sufrir acoso escolar, Bullying y/o Cyberbullying.</p> <p>2. Sentirse rechazado por ser diferente</p> <p>3. Altos niveles de exigencia académica.</p> <p>4. La estigmatización del alumno después de un intento de suicidio, por desconocimiento de cómo actuar.</p>

<p>PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González</p>	<p>Pero para seguir abordando este tema tan importante nos gustaría saber ¿qué factores protectores mitigan el suicidio en los adolescentes?</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Para complementar la respuesta de nuestra invitada agregamos que cuántos más factores de protección concurren en un adolescente, menor será la probabilidad de que la persona realice una conducta suicida. Pero, que estos factores de protección estén presentes no significa que la persona no pueda llevar a cabo un intento de suicidio.</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>¿Pero qué factores protectores podemos destacar? En primer medida, los Factores de protección personales, como por ejemplo: 1. La Escucha activa Saber escuchar es una habilidad de comunicación básica, pero, aunque parezca simple, no todo el mundo tiene esta habilidad. La <i>escucha activa</i>, tal y como su nombre indica, significa escuchar</p> <p>activamente, es decir, con atención plena y hace referencia a atender no solamente a lo que la persona dice, sino también a los sentimientos, ideas o pensamientos que el individuo expresa.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>2. Empatía En la comunicación eficaz, la empatía es importante para situarse en el lugar del otro. De hecho, la empatía es una de las habilidades sociales más importantes, porque es necesaria para convivir con los demás. Aunque no estés totalmente de acuerdo con un Adolescente, es necesario entender su punto de vista, porque también tiene sus necesidades.</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>3. Validación emocional Mejora la comunicación puesto que el otro interlocutor se siente reconocido y comprendido, y así incrementa la verbalización de lo que piensa, este tiene un efecto positivo pues crea un ambiente de confianza.</p>

<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>4. Resolución de conflictos y negociación El conflicto es inevitable en cualquier relación, y aprender a manejarlo y a negociar es una manera sana y esencial para hacer que las relaciones funcionen. Algunos individuos prefieren no afrontar los conflictos para evitar el malestar que pueden generar. Esto solo provoca resentimientos y malos entendidos.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>En segunda medida, los Factores de protección familiar, como: *Apoyo familiar, caracterizado por una cohesión alta (definido como el vínculo emocional que los miembros de la familia tienen entre sí, y se evalúa con el grado en que los miembros de la familia están separados o conectados)</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>En tercer medida, los Factores de Protección Social, como: *Apoyo social de calidad y consistencia (cuando el apoyo social cuenta con estas dos características, raramente se tiene como resultado el suicidio aun así si se presentan más factores de riesgo) *Buena comunicación con familiares o con alguna persona específica de su confianza que le permita poder hablar de temas difíciles. *Los amigos, constituyen uno de los factores de protección más efectivos en la prevención de la conducta suicida.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>En cuarta medida y no menos importantes los Factores específicos de protección escolar en la institución educativa, como: *Campañas de sensibilización y orientación en los centros escolares, que fomenten la tolerancia cero al acoso. *Cursos de capacitación de mejora en la comunicación entre docentes y adolescentes en situaciones de posible riesgo suicida. *Promocionar conductas de apoyo entre los estudiantes y transmitir información sobre cómo buscar ayuda adulta, cómo y a quién dirigirse, si es necesario.</p>

<p>PREGUNTA3 Estudiante Alejandra González</p>	<p>Teniendo en cuenta lo anterior, nos gustaría que nos mencionara ¿qué señales de alerta podemos identificar en un adolescente que idea suicidarse?</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>La persona, antes de intentar suicidarse, evidencia una serie de signos y síntomas que hacen posible la detección del riesgo suicida, por ello es de suma importancia conocer cuáles son estas señales de alerta para minimizar el riesgo de aparición de un intento suicida del alumno. Mi compañera Alejandra nos cuenta sobre dos tipos de señales:</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Las primeras son Señales de alerta verbales, como: Comentarios o verbalizaciones negativas sobre sí mismo o sobre su vida. Con expresiones de “No valgo para nada”, “Esta vida es un asco”, “Mi vida no tiene sentido”, “Estarían mejor sin mí”.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Comentarios o verbalizaciones negativas sobre su futuro. Con expresiones de “Lo mío no tiene solución”, “Las cosas no van a mejorar nunca”</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Despedidas verbales o escritas inesperadas Con expresiones de “Quiero que sepas que en todo este tiempo me has ayudado mucho”.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Comentarios o verbalizaciones relacionadas con el acto suicida o la muerte Con expresiones de “Me gustaría desaparecer” “Quiero descansar”, “No deseo seguir viviendo”.</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Y las segundas ya son las Señales de alerta no verbales: En las cuales el cambio repentino en su conducta puede ir en dos sentidos: *Aumento significativo de la irritabilidad; aumento de agresividad; no respetar límites; insomnio o problemas para dormir. *Periodo de calma y tranquilidad repentino cuando previamente ha presentado gran agitación pero esa aparente tranquilidad puede ser debida a que ya ha tomado una decisión para acabar con su sufrimiento.</p>

<p>PREGUNTA4 Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Pero quiero que cada uno de nuestros oyentes se haga la siguiente pregunta ¿estamos preparados para actuar ante una situación de riesgo de suicidio? Pues nuestra invitada nos responde la siguiente pregunta para ampliar sobre el tema ¿Cómo actuar ante una situación de riesgo?</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Es importante no olvidar el papel de los padres o representantes legales los cuales siempre deberán dar su consentimiento a cualquier actuación que afecte al adolescente. Este hecho es válido para cualquiera de las siguientes estrategias planteadas que nos menciona mi compañera Cinthya:</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>La ESTRATEGIA 1 habla acerca de tener disponibles unos teléfonos de emergencia o ayuda para contactarse rápidamente con la familia. Es muy importante que contemos con el apoyo de la familia y de los distintos agentes preventivos del suicidio como: los psicólogos, médicos, psiquiatras, enfermeros, trabajadores sociales y amigos.</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>La ESTRATEGIA 2 habla acerca de limitar el acceso a posibles medios lesivos. Tener siempre presente que las personas suelen utilizar aquellos medios letales que son accesibles y más conocidos.</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Y Finalmente la ESTRATEGIA 3 habla sobre mejorar las habilidades de comunicación: preguntar y escuchar. Escuchar al adolescente sobre sus pensamientos y emociones relacionadas con la conducta suicida aliviará su tensión, le haremos ver que nos preocupa y que deseamos ayudarle.</p>
<p>Estudiante Alejandra Gonzalez</p>	<p>Con lo anterior, tenemos diferentes punto que podemos poner en práctica para abordar el suicidio en el adolescente pero ¿cómo podemos mejorar la comunicación con los adolescentes que tienen idea suicida?, nuestra invitada nos amplia.</p>

<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Encontramos pautas sencillas las cuales permiten mejorar la comunicación con el adolescente frente a esta problemática, entre ellas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hablar con serenidad sobre la idea de cometer suicidio abiertamente y sin temor 2. Escuchar desde el respeto, la sensibilidad y la comprensión. 3. Adoptar una disposición de escucha auténtica y reflexiva. 4. Lograr la confianza en la comunicación es de vital importancia. 5. Emplear términos y frases amables (p. ej. Me gustaría que me dieras una oportunidad para ayudarte).
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Por otro lado, se deben tener en cuenta las siguientes recomendaciones:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Nunca juzgarle, ni verbalmente, ni de manera no verbal o gestual. 2. No reprocharle su manera de pensar o actuar. (p. ej. ¿cómo puedes decir eso?). 3. No criticar, no discutir, no utilizar sarcasmos, ni desafíos. 4. No minimizar la situación que está viviendo. (p. ej. No será para tanto. Es normal, ya se te pasará). 5. Procurar NO utilizar argumentos como p. ej. “Vas a hacer mucho daño a tu hermano, tus padres o tu novia” 6. Explicarle de forma positiva acerca de lo importante que él o ella es para nosotros y para otras personas.
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Y es importante recordar que el preguntar sobre la existencia de las ideas suicidas no incrementa el riesgo de desencadenar este tipo de acto y puede ser la única oportunidad, tal vez la última, de iniciar las acciones preventivas.</p>
<p>PREGUNTA5 Estudiante Alejandra González</p>	<p>Así que el momento es Aquí y ahora, y para todos nuestros oyentes quienes vivieron o no esta dolorosa situación es importante la siguiente recomendación que nos da invitada frente a la siguiente pregunta: ante un suicidio llevado a cabo por parte de un hijo, amigo o compañero adolescente ¿cómo se puede ayudar a elaborar el duelo?</p>
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>Una de las situaciones más difíciles a las que se</p>

	enfrenta la familia es el de afrontar junto con sus miembros el suicidio de un hijo o hermano y silenciar el hecho, es un grave error debido a que la consternación de lo sucedido conlleva a la necesidad de hablar del hecho y de alguna manera, el ayudar a los miembros a expresar los sentimientos es el primer paso para elaborar el duelo de manera sana. ¿Pero qué ocurre cuando se guarda silencio?
Estudiante Alejandra González	Por un lado, el Guardar silencio puede dar lugar a: que los hijos hablen entre ellos, a espaldas de los adultos. En ocasiones, esto provoca un aumento de ansiedad entre ellos, al no poder preguntar abiertamente al padre acerca de ese hecho, ni poder expresar sus sentimientos, miedos, dudas, etc.
Estudiante Cinthya Arias	Finalmente le damos las gracias a nuestra invitada por aceptar la invitación en este programa radial y por los aportes valiosos que fueron de gran ayuda para conocer aún más sobre este tema.
TIPS EDUCATIVOS	
Estudiante Cinthya Arias	A continuación les hablaremos sobre los factores protectores que promueven la resiliencia (conocida como la capacidad que tiene una persona para superar circunstancias traumáticas) ante el suicidio en adolescentes y jóvenes, les recomendamos que refuercen estos en cada adolescente, mi compañera nos complementa:
Estudiante Alejandra González	El primer factor es El autoconcepto positivo, que es entendido como la valoración (positiva) que hace el adolescente de sus propias habilidades, capacidades y actitudes, se contempla como un aspecto clave.
Estudiante Cinthya Arias	El segundo factor es la autorregulación y la flexibilidad cognitiva entendidas como la capacidad de un adolescente para responder adecuadamente a las exigencias del entorno, regulando los pensamientos y emociones para la consecución de sus objetivos también parecen modular la resiliencia ante las tentativas suicidas.

	El tercer factor es Aprender a identificar, gestionar y manejar el enfado, la frustración y la tristeza como emociones necesarias y adaptativas en determinada intensidad.
Estudiante Alejandra González	El cuarto factor es el control de impulsos, definido como impulsividad o control sobre el comportamiento en situaciones de presión.
Estudiante Cinthya Arias	Finalmente es imprescindible fortalecer el sentido del humor, el optimismo disposicional (definido como la creencia de que el futuro depara más éxitos que fracasos) y la empatía (entendida como la capacidad de ponerse fácilmente, en el lugar de las personas que están a su alrededor), puesto que son considerados como un factor protector ante el suicidio.
Estudiante Alejandra González	Los anteriores parecen ser factores de personalidad claves para la resiliencia en adolescentes y adultos jóvenes que previenen la ideación y tentativa suicida.
NOVEDADES	
Estudiante Alejandra González	Como innovación, queremos darles a conocer el CAS (centro de atención al suicida) la cual es una institución sin fines de lucro que desde 1967 brinda asistencia telefónica gratuita, personal, confidencial y anónima a personas en crisis o riesgo de suicidio en una línea de <u>prevención del suicidio (ayuda al suicida online)</u> , María Fernanda Ascoitia nos cuenta más sobre esta estrategia: (AUDIO CAS1)
Despedida Estudiante Cinthya Arias	Agradecemos la atención brindada los esperamos e invitamos para que escuchen el próximo programa enfocado en el Adolescente, los acompaño Alejandra González y Cinthya Arias, estudiantes de Enfermería de la Universidad de los Llanos y nos despedimos cargadas de motivación con la canción CELEBRA LA VIDA de Axel (AUDIO VIVE LA VIDA)

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria.

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:

Prevención De La Depresión En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial

Estudiante Cinthya Arias	Buenos días queridos oyentes gracias por estar en sintonía, les damos a todos una cordial bienvenida al programa “la Corocora saludable”. Hoy presentando el tema de prevención de la depresión en los adolescentes, esperamos que sea de su agrado.
Estudiante Alejandra González	Mi nombre es Alejandra González, está conmigo mi compañera Cinthya Arias y somos Estudiantes de Enfermería de la Universidad de los Llanos.
INTRODUCCION AL TEMA	
Estudiante Cinthya Arias	Queremos darles la bienvenida con el siguiente cortometraje llamado un mal día por Mayra. Este espacio nos permite reflexionar sobre el sentir los adolescentes (AUDIO UN MAL DIA)
Estudiante Alejandra González	Son los adolescentes quienes se enfrentan a una serie de presiones, que van desde los cambios de la pubertad hasta preguntas sobre ¿quiénes son? y ¿dónde encajan?
Estudiante Cinthya Arias	Y con toda esta confusión e incertidumbre, no siempre es fácil diferenciar entre la depresión y los dolores de crecimiento normales de la adolescencia. Sin embargo es de destacar que la depresión del adolescente va más allá del mal humor, debido a que es un serio problema de salud que afecta todos los aspectos de la vida de un adolescente.
Estudiante Alejandra González	Así es según investigaciones en Colombia, autores como Carvajal y Virginia, señalan que el 20% de prevalencia de pensamientos suicidas en adolescentes entre 14 y 17 años, tiene asociación con intentos previos, baja autoestima, depresión y pertenecer a una familia disfuncional; de ahí la importancia de abordar esta problemática.
Estudiante Cinthya Arias	Por tal motivo, aquí le brindamos un espacio al público para que opine frente al tema, a continuación escucharemos lo que respondieron a nuestras preguntas:

VOX POPULI	
PREGUNTA1 Estudiante Alejandra González	¿Cuál es el riesgo de que un adolescente presente depresión? (AUDIO DEPRESION1)
PREGUNTA2 Estudiante Cinthya Arias	¿tiene que ver la autoestima con la depresión en el adolescente?(AUDIO DEPRESION2)
PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González	¿la depresión se presenta únicamente en adultos? (AUDIO DEPRESION3)
PREGUNTA4 Estudiante Cinthya Arias	¿considera que la depresión es más común en hombres o en mujeres adolescentes? (AUDIO SPA1 Y DEPRESION4)
Estudiante Cinthya Arias	En la literatura encontramos que la depresión se relaciona con diferentes factores:
Estudiante Alejandra González	Por ejemplo, autores como Lester y Gatto afirman que estadísticamente existe entre depresión e ideación suicida una relación bastante significativa, lo cual señala que a mayor nivel de depresión presente en los adolescentes, mayor riesgo de ideas suicidas o tienen alta probabilidad que las presenten en algún momento de su vida.
Estudiante Cinthya Arias	A la vez es importante tener en cuenta las investigaciones realizadas por Siemen, Warrington y Mangano en donde se considera que el nivel de autoestima puede ser un factor protector ante la depresión debido a que en los adolescentes con altos niveles de autoestima es poco probable que aparezca la depresión o las ideas suicidas.
Estudiante Alejandra González	Sin embargo, frente al rango de edad no se ha encontrado una asociación a los niveles de depresión, ideación suicida o autoestima. Pero lo que si es cierto es que la adolescencia acompañada de factores de riesgo psicosociales, representa una etapa de vulnerabilidad afectando la salud mental.
Estudiante Cinthya Arias	Ya al establecer diferencias por género respecto a los niveles de depresión se observa que la mayoría de adolescentes son mujeres y de ellas el 82,8% tienen indicador de depresión ligera, porcentaje que supera a los varones; asimismo, la depresión moderada en

	mujeres es del 60%, valor que supera al 40% de los hombres.
Estudiante Alejandra González	Y continuando con las investigaciones, los autores Álvarez y cols (2009) manifestaron que se observa que las mujeres tiene mayor tendencia a la depresión a diferencia de los varones debido a los indicadores evidentes de tristeza, llanto fácil, desánimo y todo signo emocional, a diferencia de los varones quienes en el aspecto emocional son más controlados o menos evidente, y esta información nos permite abordar a los adolescentes conociendo sus indicadores cognitivos y el encubrimiento de sus sentimientos.
PREGUNTA AL EXPERTO	
PREGUNTA1 Estudiante Cinthya Arias	Oyentes, en este momento le queremos dar la bienvenida al Dr. Ricardo Rozo, él es Psicólogo clínico, especialista en adicciones y ha trabajado con la Central de Urgencias Departamental en el proyecto de la Línea de Prevención al Suicidio, actualmente trabaja en el Hospital de Acacias en el Servicio Amigable en Salud y en la Secretaria de Salud en el PIC, le damos un cordial saludo (AUDIO EXPERTO DEPRESION1) Dr le damos bienvenida con la siguiente pregunta ¿qué podemos identificar cuando un adolescente tiene depresión? (AUDIO EXPERTO DEPRESION1)
Estudiante Alejandra González	Es importante destacar que a diferencia de los adultos, quienes tienen la capacidad de buscar ayuda por su cuenta, los adolescentes confían en los padres, maestros u otros tutores para reconocer su sufrimiento y obtener la ayuda que necesitan.
Estudiante Cinthya Arias	Así que, si usted tiene un adolescente en su vida, es importante aprender acerca de la depresión del adolescente y qué hacer si detecta las señales de advertencia y quizás le puede parecer que reconocer la depresión en el adolescente es fácil, pero las señales no siempre son muy obvias.

Estudiante Alejandra González	Pero esto es debido a que los adolescentes con depresión no necesariamente aparentan estar tristes, Irritables, enojados y agitados, pues a continuación les hablaremos sobre los que pueden ser los síntomas más notables.
Estudiante Cinthya Arias	Entre ellos: <ol style="list-style-type: none"> 1. Tristeza o desesperanza 2. Irritabilidad, enojo u hostilidad 3. Lágrimas y llanto frecuente 4. Apartarse de los amigos y familiares 5. Pérdida de interés en actividades 6. Bajas calificaciones 7. Cambios en los hábitos alimenticios y de sueño
PREGUNTA2 Estudiante Alejandra González	¿Cómo mejorar la comunicación con un adolescente deprimido? (AUDIO EXPERTO DEPRESION3)
Estudiante Cinthya Arias	Oyentes de acuerdo a lo que menciona el experto, encontramos algunas pautas para mejorar la comunicación con un adolescente deprimido, como por ejemplo:
Estudiante Alejandra González	1. Concéntrese en escuchar, no en sermonear. Resista cualquier impulso para criticar o juzgar cuando su hijo o hija comience a hablar, lo importante es que se está comunicando y le hará un bien a su adolescente si usted le deja saber que está ahí para ayudarlo incondicionalmente y sin juicio.
Estudiante Cinthya Arias	2. Sea suave pero persistente. No se rinda si se cierra y le deja fuera al principio, pues resulta que hablar de depresión puede ser muy difícil para los adolescentes, incluso aunque quieran hablar, pueden tener dificultades para expresar lo que están

	sintiendo.
Estudiante Alejandra González	<p>3. Confié en sus instintos.</p> <p>Si su adolescente afirma que nada está mal, pero no tiene ninguna explicación para lo que está causando el comportamiento deprimido, usted debe confiar en sus instintos, es decir, si su hijo o hija adolescente no se abre a usted, considere la posibilidad de recurrir a una tercera persona de confianza: un consejero escolar, un maestro favorito o un profesional de la salud mental. Lo importante es conseguir que hable con alguien.</p>
PREGUNTA3 Estudiante Cinthya Arias	¿Cómo animar a que el adolescente con depresión se conecte con la sociedad? (AUDIO EXPERTO DEPRESION4) + (AUDIO EXPERTO DEPRESION7)
Estudiante Alejandra González	Por lo general, los adolescentes deprimidos tienden a aislarse de sus amigos y de las actividades que solían disfrutar, pero resulta que el aislamiento sólo empeora la depresión, así que haga lo que pueda para ayudar a su hijo a volver a conectarse con la sociedad. Aquí traemos las siguientes opciones que podrán ayudarlo:
Estudiante Cinthya Arias	<p>1. Que el tiempo de conversar cara a cara sea una prioridad.</p> <p>Es importante separar el tiempo cada día para hablar, tiempo en donde esté totalmente enfocado en su hijo (sin distracciones o haciendo multitareas). El simple hecho de conectarse cara a cara puede jugar un papel muy importante en la reducción de la depresión de su adolescente.</p>
Estudiante Alejandra González	<p>2. Luche contra el aislamiento social.</p> <p>Haga lo que tenga que hacer para mantener a su hijo conectado a otros, por ejemplo anímele a salir con sus amigos o invite a los amigos a venir a casa a visitarle. Participe en actividades que involucren a otras familias y dele a su hijo la oportunidad de conocer y conectarse</p>

	con otros adolescentes.
Estudiante Cinthya Arias	<p>3. Involucre a su adolescente.</p> <p>Sugiera actividades como deportes después de la escuela o clases de arte, danza o música con el fin de aprobar los intereses y talentos de su hijo o hija. Pero si su adolescente puede carecer de motivación e interés al principio, a medida que se reconecte con el mundo, comenzará a sentirse mejor y mantendrá su entusiasmo.</p>
PREGUNTA4 Estudiante Alejandra González	¿cómo debe ser el tratamiento de un adolescente con depresión? (AUDIO EXÉRTO DEPRESION5)
Estudiante Cinthya Arias	El apoyo y los cambios de estilo de vida saludable pueden hacer una gran diferencia para los adolescentes deprimidos, pero no siempre es suficiente debido a que cuando la depresión es grave, no dude en buscar ayuda profesional de un psicólogo o psiquiatra, pues un profesional de la salud mental con entrenamiento avanzado es la mejor opción para el cuidado de su hijo.
Estudiante Alejandra González	Y al elegir a un especialista o buscar opciones de tratamiento, siempre obtenga la opinión de su adolescente, es decir si desea que su adolescente esté motivado y comprometido en su tratamiento, no ignore sus preferencias ni tome decisiones sin hacérselo saber.
Estudiante Cinthya Arias	Finalmente, tenga en cuenta que ningún psicoterapeuta hará milagros, y ningún tratamiento funciona igual para todos así que si su hijo se siente incómodo o simplemente no está conectándose con el psicólogo o el psiquiatra, busque uno que encaje mejor con su hijo o su hija.
PREGUNTA5 Estudiante Alejandra González	Y para los que nos están sintonizando ¿cómo creen debe cuidarse un padre o una madre y como cuidar a la familia en esta situación?
Estudiante Cinthya	Pues al investigar, se evidencio que el funcionamiento

Arias	familiar, la depresión en los adolescentes y los problemas que pueden atravesar a nivel personal o social, se deben tomar muy en cuenta, sobre todo la influencia de la familia debido a que la funcionalidad familiar en esta etapa no solo depende de cómo reaccionan los hijos sino también de la forma en cómo los padres o apoderados del menor lo perciben, comprenden y asumen esta etapa de la vida.
Estudiante Alejandra González	Y a quienes como padres que están lidiando con la depresión del adolescente, ustedes pueden enfocar toda su energía y atención en su hijo o hija. Mientras tanto, usted puede estar descuidando sus propias necesidades y las necesidades de otros miembros de la familia. Sin embargo, es extremadamente importante que usted continúe cuidándose durante este tiempo difícil.
Estudiante Cinthya Arias	<p>Y puede hacerlo siguiendo unas sencillas pautas:</p> <p>1. No reprima sus emociones.</p> <p>Es normal sentirse abrumado, frustrado, impotente, o enojado, así que contacte a sus amigos, únase a un grupo de apoyo, o vea a un psicoterapeuta para usted. Hablar de cómo usted se siente ayudará a calmar la intensidad de sus emociones.</p>
Estudiante Alejandra González	<p>2. Cuide de su salud.</p> <p>El estrés que le causa la depresión de su hijo puede afectar su estado de ánimo y emociones, así que cuide su salud y bienestar comiendo bien, durmiendo suficiente, y haga tiempo para las cosas que disfruta hacer.</p>
Estudiante Cinthya Arias	<p>3. Sea abierto con la familia.</p> <p>No evada el tema de la depresión de su adolescente intentando “proteger” a los demás hijos pues los niños saben cuándo algo está mal y cuando no se les toma en cuenta, dan vuelo a su imaginación y saltan a peores conclusiones.</p>
Estudiante Alejandra González	En este momento damos las gracias al Dr Ricardo Rozo por aceptar nuestra invitación en este programa

	radial, gracias por los aportes valiosos que fueron de gran ayuda para conocer aún más sobre este tema.
TIPS EDUCATIVOS	
Estudiante Alejandra González	Para continuar, encontramos que la salud física y mental están íntimamente conectadas, es decir, que la inactividad, el sueño inadecuado y la mala nutrición, hacen que la depresión empeore y desafortunadamente los adolescentes son conocidos por sus hábitos poco saludables.
Estudiante Cinthya Arias	Pero como padre, usted puede combatir estos comportamientos estableciendo un ambiente familiar sano y de apoyo, tenga en cuenta los siguientes tips educativos:
Estudiante Alejandra González	<p style="text-align: center;">1. TIP: Haga que su adolescente se mantenga en movimiento!</p> <p>Si, el ejercicio es absolutamente esencial para la salud mental, haga lo que sea necesario y consiga que su adolescente este activo. Idealmente, los adolescentes deben de hacer por lo menos una hora de actividad física al día, pero no tiene por qué ser aburrido o miserable.</p>
Estudiante Cinthya Arias	<p style="text-align: center;">2. TIP: Establezca límites en el tiempo de la computadora.</p> <p>Pues los adolescentes a menudo entran a las redes sociales para escapar de sus problemas, pero el uso excesivo de la computadora sólo aumenta su aislamiento y su depresión.</p>
Estudiante Alejandra González	<p style="text-align: center;">3. TIP: Proporcione comidas nutritivas y balanceadas.</p> <p>Usted debe asegurarse de que su hijo está recibiendo la nutrición que necesita para una salud óptima del cerebro y apoyo para el estado de ánimo: se recomiendan las grasas saludables, proteínas de</p>

	<p>calidad y productos frescos.</p> <p>Y por último y no menos importante:</p>
Estudiante Cinthya Arias	<p>4. TIP: Motívele a dormir lo suficiente.</p> <p>Los adolescentes necesitan dormir más que los adultos para funcionar de manera óptima, de 9 a 10 horas por noche.</p>
Novedad	
Estudiante Cinthya Arias	<p>I. Como novedad traemos un estudio interesante denominado, Ejercicio: arma contra la depresión adolescente</p> <p>II. En donde hablan que una rutina de actividad física no solo ayuda a mejorar la salud del corazón y evitar enfermedades crónicas, también mejora el ánimo en los jóvenes quienes pasan de la escuela a la universidad y enfrentan la adolescencia, esos son momentos en que las emociones están a flor de piel en el ser humano, por lo que la depresión es un trastorno común durante estas etapas.</p>
Estudiante Alejandra González	<p>Por otro lado, la condición física que se adquiere cuando se lleva bastante tiempo de desarrollar estos ejercicios, estabiliza las emociones, aunque en una semana aislada una persona lleve a cabo menos actividad física o no la desarrolla del todo y para los autores del estudio, la depresión debe atenderse desde sus inicios, por más joven que sea la persona, así como comentó Ruggero “La depresión que comienza en esta etapa de la vida puede llevar a depresión crónica o recurrente en la vida adulta”.</p>
Estudiante Cinthya Arias	<p>“Es ahí donde los programas de actividad física son una forma de prevenir la depresión en los colegios, pero dichos colegios también deben utilizar otras medidas, como terapia psicológica que ayude a referir a un médico cuando sea necesario”, además, los especialistas concluyen que hay otros factores</p>

	determinantes para tratar episodios de depresión o tristeza extrema en estas personas, como lo son el apoyo de familiares y amigos, la realización de actividades extracurriculares y el que el joven tenga su propio espacio para desarrollar sus talentos y personalidad.
Estudiante Alejandra González	Finalmente, agradecemos la atención brindada los esperamos e invitamos para que escuchen el próximo programa enfocado en el Adolescente, nos despedimos con esta hermosa canción de motivación llamada COLOR ESPERANZA de Diego Torres (AUDIO)

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:
Prevencción Del Embarazo En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial

BIENVENIDA	
Estudiante Alejandra González	Buen día, sean todos bienvenidos a este su programa. Mi nombre es Alejandra González y es un placer acompañarlos durante esta mañana, me acompaña Cinthya Arias (...saludo...) y somos estudiantes de enfermería de la Unillanos. Hoy vamos a hablar del embarazo adolescente y el abuso sexual.
INTRODUCCION	
Estudiante Cinthya Arias	<p>La adolescencia se define como el periodo comprendido entre los 10 y los 19 años, etapa en que aún no se tiene un proyecto de vida claro y se depende de una persona responsable.</p> <p>Es por ello que es importante hablar del embarazo adolescente porque diariamente se presentan muchos casos aun con todas las medidas preventivas que se han tomado.</p> <p>a continuación un poema titulado LOS SUEÑOS FRUSTRADOS DE UNA NIÑA EMBARAZADA DE MERY BRACHO</p> <p>III. POEMA (canción de fondo...Endlesslove Cello - Romantic Music)</p> <p style="text-align: center;">Cuando nació en sus brazos la tomó ¡Qué frágil y delicada ella era! Era una niña, sería una mujer se esperaba que todas las etapas ella viera.</p> <p style="text-align: center;">Pasaron los años entre muñecas y libros la niña era saludable y preciosa, su cabellera larga y su piel bronceada la hacían ser aún más hermosa.</p> <p style="text-align: center;">Cuando salió de su primera escolaridad con ánimo comenzó la secundaria, Tenía sueños matizados con felicidad y con esfuerzo lograba estas etapas.</p> <p style="text-align: center;">Ella quería ser ingeniera</p>

	<p>pero en cuarto año se enamoró, Solo una muestra de amor que se pidió bastó para romper el sueño primero.</p> <p>Era solo una niña de quince cuando esperaba un nuevo ser y sin nada que se pudiera hacer la niña se había convertido en mujer.</p> <p>Dolor, desesperación e impotencia llenaron a aquellos padres ansiosos ¿A dónde estaban los sueños maravillosos? ¿Dónde estaba de la niña la inocencia? Condescendencia y resignación ¿Qué más se podía ya hacer sino de darle a ese bebé el querer y a la niña, ahora madre, consolación?</p> <p>Niña, niña, no te dejes engañar en las redes de una falsa muestra de amor, quien te quiere y te ha de querer sabrás esperar y te dará valor ¡Sí, te dará valor!</p>
<p>Estudiante Alejandra González</p>	<p>Como ya se mencionó, la adolescencia según la OMS es el período de la vida comprendido entre los 10 y 19 años, además que esta se divide en tres etapas, con características diferentes, con formas distintas de enfrentar la sexualidad y un embarazo:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adolescencia temprana (10-14 años), 2. Adolescencia media (15-16 años) y 3. Adolescencia tardía (17-19 años)
<p>Estudiante Cinthya Arias</p>	<p>La sexualidad, es un aspecto central del ser humano, presente a lo largo de toda su vida, desde que nacemos hasta que morimos y esta incluye el sexo, erotismo, placer, intimidad, reproducción y orientación sexual.</p>

Estudiante Alejandra González	Bien es cierto que la sexualidad se presenta a lo largo de toda la vida y lógicamente los adolescentes no están exentos de vivirla. ¿Pero cómo vivirla de manera segura?
Estudiante Cinthya Arias	Diversos autores ubican el principal determinante del embarazo adolescente en la desigualdad socioeconómica que conlleva pobreza, exclusión y vulnerabilidad. ¹⁻⁴ Éste se presenta diferencialmente según la clase social, configuraciones de género o identidad étnica, y categorías de carácter dinámico a menudo dispuestas.
Estudiante Alejandra González	Además que los adolescentes actuales son sexualmente activos antes del matrimonio, debido a factores de riesgo asociados a maduración sexual temprana, urbanismo, influencia de medios de comunicación, desempleo y baja escolaridad. Pero para conocer más a fondo la situación invitamos a nuestra experta Mónica Borile, médica pediatra y de adolescentes de la Patagonia Argentina, Vicepresidenta de la Confederación de Adolescencia y Juventud quien trabaja con la Universidad de los Llanos en pro de la salud de los adolescentes
PREGUNTA AL EXPERTO	
Estudiante Cinthya Arias	Dra. ¿Cuáles son las causas más comunes del embarazo adolescente?
Estudiante Alejandra González	La sexualidad además no es igual para todas las mujeres, ni siquiera para las adolescentes que solo tienen en común formar parte de un grupo de la misma edad.
Estudiante Cinthya Arias	Por ejemplo, para las adolescentes de escasos recursos, con bajo nivel educativo y desempleadas, la adolescencia son solo cambios físicos y fisiológicos que más temprano que tarde las conduce a la maternidad, deseada o impuesta
Estudiante Alejandra González	Para las adolescentes de sectores socioeconómicos medios y altos, la adolescencia también es una etapa

	de transición a la adultez, pero con proyectos de vida que a pesar de no estar bien definidos incluyen vivencias y aprendizajes
Estudiante Cinthya Arias	Incluso, es frecuente encontrar que en los sectores menos favorecidos además de ser golpeados por la violencia política y del barrio, los embarazos adolescentes ocurren por causas como: violación o incesto, maltrato de familiares, temor a que su compañero sea asesinado sin que le deje “un recuerdo”, presión por parte de la pareja, obtener estatus o reconocimiento o sentirse realizada como mujer.
Estudiante Alejandra González	Quizá se pueda afirmar que para los adolescentes el embarazo no es una opción sino una falta de opciones. Una falta de opciones de desarrollo personal en todos los sentidos, aunque muchas de ellas consideren que su embarazo es deseado. Sumado a esto, algunas de las causas de un embarazo es el abuso o violencia sexual
Estudiante Cinthya Arias	La Organización Mundial de la Salud (OMS) define violencia sexual como “todo acto sexual, la tentativa de consumar un acto sexual, las insinuaciones sexuales o las acciones para comercializar la sexualidad de una persona, independientemente de la relación de ésta con la víctima, incluidos el hogar y el lugar de trabajo”.
Estudiante Alejandra González	Según el código penal colombiano, todo acto sexual con menor de 14 años es considerado un abuso, puesto que a esta edad el menor no se encuentra en condiciones de asumir las consecuencias que el acto puede generar en el desarrollo de su personalidad
Estudiante Cinthya Arias	Es verdad, esto es debido al estadio de madurez que presentan su esfera intelectual, la intencionalidad y la afectiva; es por ello que se ha determinado que hasta esa edad el menor debe estar libre de interferencias en materia sexual, por eso se prohíbe las relaciones de esa índole con ellos dentro de una política de Estado encaminada a preservarle el desarrollo de su

	sexualidad.
Estudiante Alejandra González	Entonces dra Borile ¿Qué estrategias considera importantes para detectar a tiempo los signos de abuso? (AUDIO SIGNOS DE ABUSO Cortar desde 0:09)
Estudiante Cinthya Arias	Bien, es importante escuchar qué se puede hacer en caso de un abuso sexual pues si bien es cierto que esta no es la única causa de un embarazo adolescente es imprescindible tenerlo en cuenta.
Estudiante Alejandra González	Claro que sí, el abuso sexual puede trascender y vulnerar la percepción de calidad de vida del niño o adolescente incluso hasta la vida adulta, denuncia y haz parte del cambio pues es bueno buscar ayuda frente a eventos traumáticos.
Estudiante Cinthya Arias	Experto ¿Cuál es el papel de la familia en la prevención del embarazo adolescente? (AUDIO FAMILIA Cortar desde 0:06)
Estudiante Alejandra González	Según la ley de protección de los derechos de los niños: “La familia es responsable en forma prioritaria de asegurar a las niñas, niños y adolescentes el disfrute pleno y el efectivo ejercicio de sus derechos y garantías. El padre y la madre tienen responsabilidades y obligaciones comunes e iguales en lo que respecta al cuidado, desarrollo y educación integral de sus hijos”.
Estudiante Cinthya Arias	Y que por otro lado no sólo la familia sino también el Estado “Los organismos del Estado deben asegurar políticas, programas y asistencia apropiados para que la familia pueda asumir adecuadamente esta responsabilidad.” Como por ejemplo los Servicios Amigables para Adolescentes.
Estudiante Alejandra González	Sin embargo, la familia es la que permite que las adolescentes estén vinculadas o no a estos programas que se ofrecen pues son muchas las razones, por las que hay mitos o temores a participar de ellos ya sea por creencias u otros factores.

Estudiante Cinthya Arias	Lo más importante es tener una relación buena con los hijos, hablar con ellos y hacerlos sentir seguros y apoyados. Por ello se cuestiona
VOX POPULI	
Estudiante Alejandra González	Se preguntó a varias personas en las calles de Villavicencio ¿Cómo creen que se deben educar a los hijos para evitar un embarazo adolescente? Y esto fue lo que respondieron
Estudiante Cinthya Arias	Para algunos adolescentes según un estudio realizado en 2016 en la ciudad de Mar del Plata a la pregunta ¿Qué son los derechos sexuales y reproductivos? La respuesta fue: “Derecho a métodos anticonceptivos, poder elegir libremente mi sexualidad y estar con quien quiera siempre y cuando respetando la decisión de la otra persona, libre a la hora de expresar mi orientación sexual sin ser discriminado, poder elegir tener o no un hijo en caso de embarazo no deseado.” HOMBRE, 17 AÑOS. “Derecho de estar bien informado y tener la elección de elegir la orientación sexual. También poder conseguir métodos anticonceptivos gratis.” MUJER, 17 AÑOS
Estudiante Alejandra González	Vox populi. Es importante hablar con los hijos de la sexualidad? ¿Por qué?
Estudiante Cinthya Arias	Pues bien oyentes, este programa va dirigido a ustedes para que transformen su vida, tomen las mejores decisiones y hagan lo que creen que es correcto. Evitemos dar malos pasos, si es necesario busca ayuda en alguien a quien le tengas confianza, busca actividades divertidas, un deporte, bailar y estar con amigos que apoyen.
Estudiante Alejandra González	Un hijo es una bendición pero en el momento adecuado, piensa en tu futuro. ¿Quieres darle una buena vida? Espera un poco más.

Estudiante Cinthya Arias	Vox populi. Que recomendación le da a un adolescente que lo esté escuchando en este momento
Estudiante Alejandra González	<p>Padres de familia procuren hablar cada día con sus hijos y tómese el tiempo necesario para escucharlos y observarlos. Entérense de los pormenores de sus actividades y sentimientos. Anímenlos a que compartan con usted las preocupaciones, dudas y problemas que tengan.</p> <p>Joven conversa con quien más confianza tengas acerca de estos temas, elige a alguien que esté informado y libre de prejuicios en contra de la sexualidad.</p> <p>Agenda tu cita en el centro de salud más cercano y lleva una vida sexual saludable</p> <p>La maternidad no deseada comienza con bebés que tienen sus propios bebés</p> <p>Disfruta tu etapa de ser adolescente siendo responsable</p> <p>Cuando te proteges tienes el 99% de probabilidad de seguir desvelándote por una fiesta y no por calentar el biberón del bebé. Un condón es más confiable que el destino.</p> <p>Todo tiene su tiempo. Vive tu vida antes de crear una vida.</p> <p>Y recuerda todo abuso es un abuso de poder. Tenemos que manejar el poder en estas relaciones. Tenemos que manejar el hecho de que a un niño se le ha retirado su poder y debemos encontrar el modo de devolvérselo” Merry Cross</p>
NOVEDADES	
Estudiante Alejandra González	<p>A continuación algunas novedades que nos ayudan en la adolescencia</p> <p>SexAppRetos, es el nombre de la aplicación gratuita</p>

que lanzó Bayer en alianza con el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) en Agosto del año pasado (2016)

Una novedosa herramienta tecnológica dirigida especialmente a la población joven y que busca abordar de manera lúdica los temas de derechos sexuales y reproductivos, así como las opciones de métodos de planificación, para así evitar los embarazos adolescentes.

En la página de la emisora podrán encontrar el nombre de la aplicación para descargarla por PlayStore o App Store en Apple.

(Preguntar si se puede publicar el nombre en la pagina de la emisora)

A su vez, en los últimos años, se ha visto un creciente desarrollo de conductas homosexuales entre los adolescentes lo que ha incrementado la violencia de género y discriminación.

Igualmente se ha implementado una aplicación conocida como “pillada por ti” con formato de historieta o comic que busca evitar la violencia de genero.

Aparte de esta aplicación, el Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad de España ofrece una aplicación gratuita para jóvenes que sufren o han sufrido violencia de género. Esta aplicación, tras su descarga, permanece oculta en el teléfono, de manera que la víctima puede sentirse segura. La herramienta lleva por nombre “LIBRES”. Los objetivos que persigue la aplicación es la de concienciar a la víctima acerca de su situación como tal, dar a conocer a la joven los pasos que debe seguir ante una situación de violencia, informar acerca de los recursos disponibles para informarse o denunciar, dar a conocer a la víctima las medidas de protección disponibles y alentar y acompañar a esta, ofreciéndole testimonios de chicas que sufrieron violencia de género (Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad, 2014).

DESPEDIDA	
Estudiante Cinthya Arias	Agradecemos a todos nuestros oyentes por haber participado de este su programa. Los esperamos de nuevo el próximo sábado a la misma hora y por la misma emisora para escuchar un nuevo tema.

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:
Resolución de Conflictos En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial

BIENVENIDA	
Estudiante Alejandra González	Buen día para todos nuestros oyentes, sean bienvenidos. Mi nombre es Alejandra González y es un placer acompañarlos durante esta mañana. Me acompaña Cinthya Arias (...saludo...) y somos estudiantes de enfermería de la Unillanos. Hoy vamos a hablar de la resolución de conflictos
INTRODUCCION	
Estudiante Cinthya Arias	Durante mucho tiempo el conflicto ha existido y se puede decir que ha ido en incremento por factores sociales que motivan su estancia.
Estudiante Alejandra González	También se tiene en cuenta que hoy día el bullying es considerado un conflicto y por ello se abordará en esta temática. Escuchemos ahora un testimonio. Al medio día- TESTIMONIO acoso escolar (Duracion 3:14)
Estudiante Cinthya Arias	El termino conflicto proviene de la palabra latina <i>conflictus</i> que quiere decir chocar, infligir, que conlleva confrontación o problema y que implica una lucha o pelea.
Estudiante Alejandra González	Como concepción tradicional, al conflicto se le asemeja a la desgracia o a la mala suerte, algo anormal o como una situación anímica desafortunada.
Estudiante Cinthya Arias	Estas apreciaciones permiten ver al conflicto como algo negativo, sin embargo, esta situación genera una oportunidad para plantear alternativas frente a la diferencia siempre y cuando se maneje de manera adecuada.
Estudiante Alejandra González	En la adolescencia generalmente es donde más marcada se ve esta situación pues se tiende a ir en contra de los demás poniendo en primer lugar los intereses propios.

Estudiante Cinthya Arias	Es verdad, además que en esta etapa los adolescentes están siempre fuera del hogar por sus amistades y el colegio.
Estudiante Alejandra González	El colegio es el entorno social donde el adolescente permanece más tiempo y comparte con sus iguales y también donde más presentan conductas antisociales.
Estudiante Cinthya Arias	Se considera que uno de cada cuatro estudiantes muestra algún tipo de conducta antisocial durante sus años en la escuela.
Estudiante Alejandra González	Estos problemas en muchos casos, no son serios ni crónicos, pero afectan a los resultados académicos y al desarrollo social y personal del estudiante, además de constituir un factor de riesgo a medio y largo plazo.
Estudiante Cinthya Arias	Los seres humanos deben adquirir ciertas habilidades para poder iniciar y mantener relaciones con los demás miembros de la sociedad y un tipo de habilidad para mantener dichas relaciones es la habilidad de resolver conflictos interpersonales.
Estudiante Alejandra González	Así es, pero los conflictos tampoco es que sean tarea fácil aunque los niños y adolescentes que no aprendan a resolver los conflictos correctamente, tendrán ese déficit en su vida adulta.
Estudiante Cinthya Arias	Algunos estudios indican que la actitud influye en la conducta aunque está también afectada por aspectos situacionales y personales.
EXPERTO INVITADO	
Estudiante Alejandra González	Es por ello que invitamos a nuestro experto el doctor Roland Alfonso Pérez Escobar médico pediatra adolescente que trabaja en el ejercicio clínico, coordinador de pregrado de la Universidad Evangélica del Salvador quien nos acompaña el día de hoy como experto en el tema.
Estudiante Cinthya Arias	Experto Doctor buenos días para iniciar cuéntenos ¿Que estrategias se pueden emplear para manejar una resolución pacífica de los conflictos? (cortar desde 0,41 hasta 2,24)

Estudiante Alejandra González	Los estudios han explorado diferencias entre los hombres y las mujeres para responder a situaciones de conflicto durante la adolescencia
Estudiante Cinthya Arias	Las chicas tienen puntuaciones mayores en habilidades de comunicación, tienden a ser más estratégicas, son más empáticas y su estilo va orientado a la cooperación.
Estudiante Alejandra González	Los chicos resuelven los conflictos con beneficios hacia sí mismos y de manera agresiva. Se dice que la habilidad de resolución de conflictos mejora con la edad.
Estudiante Cinthya Arias	En los colegios los conflictos frecuentemente surgen por la atmosfera competitiva en las aulas como por ejemplo las actitudes egoístas, falta de trabajo en equipo, la formación de pandillas, resentimiento ante los logros de los demás.
Estudiante Alejandra González	Además que la comunicación precaria crea un terreno fértil para el conflicto. Muchos conflictos inician por malos entendidos o percepciones erróneas.
Estudiante Cinthya Arias	Experto. ¿Qué tipo de personalidad es más susceptible de involucrarse en conflictos? (Cortar en 2:31 hasta 3:39)
Estudiante Alejandra González	Como se comentó en un inicio, muchas veces no se conoce cuando estamos en un conflicto, para ello es importante conocer comportamientos que nos indican.
Estudiante Cinthya Arias	Claro que si, a veces se cree que es por juego pero no sabemos qué está sintiendo la otra persona. Un claro ejemplo es cuando se hacen bromas, se ridiculiza o avergüenza a una persona, se juzga, critica o amenaza e incluso cuando se ordena o se manda a alguien.
Estudiante Alejandra González	Es aquí cuando esta situación va más allá y se convierte en bullying. Pero ¿Qué es el bullying?
Estudiante Cinthya Arias	El bullying es un fenómeno de agresión intencional de una persona o personas a alguien de forma reiterada y mantenida.

Estudiante Alejandra González	Esta agresión le da poder a quien agrede y debilidad a la víctima. Allí se destacan tres criterios. Intencionalidad. Reiteración y desequilibrio de poder.
Estudiante Cinthya Arias	Claro que si, por ejemplo una persona que hace bullying lo hace porque quiere hacerlo, de manera repetida y siendo una persona dominante o creyéndose superior respecto a la persona que maltrata.
Estudiante Alejandra González	Todas las personas son diferentes por la educación que les brindan en casa y los valores adquiridos desde su infancia, ellas se agrupan en varios grupos. Dependiendo como sean se conoce que tan bien o mal resuelven los conflictos.
Estudiante Cinthya Arias	Están los jóvenes pasivos obedientes quienes se muestran disciplinados, seguros de sí mismos y son un poco sobreprotegidos. Son cautelosos y no les agrada dañar a los demás.
Estudiante Alejandra González	Los jóvenes rebeldes afirmativos frecuentemente discuten con la figura de autoridad caracterizándose por su agresividad y dominio. Pretenden que controlan el ambiente y son autoritarios. Cuando crecen tienden a sufrir de conflictos emocionales.
Estudiante Cinthya Arias	Los adolescentes conocidos como tipo control interno activo saben diferenciar aspectos culturales y los usan de manera correcta. Son afectuosos, respetuosos y complacientes. Resuelve sus problemas de manera calmada y racionalmente.
Estudiante Alejandra González	Por último, los jóvenes tipo control externo pasivo tienden a ser agresivos, impulsivos, pesimistas y rebeldes, provocando que sean impacientes en la respuesta de sus compañeros. No quedan satisfechos con una resolución pacífica de los conflictos.
Estudiante Cinthya Arias	Hoy día, el bullying no solo se está dando cara a cara sino que también ha ido por medio de dispositivos digitales denominado cyberbullying

Estudiante Alejandra González	Los prototipos más conocidos del bullying son el físico, verbal, psicológico y el relacional. El ciber acoso cumple con estas características aunque presenta otras además de las mencionadas.
Estudiante Cinthya Arias	Así es, como la posibilidad de realizar un ataque en cualquier momento y lugar, la posibilidad de anonimato, una mayor audiencia y suplantación de identidad.
Estudiante Alejandra González	Dichas características permiten unas acciones diferentes a las del bullying tradicional.
Estudiante Cinthya Arias	Como el envío de mensajes ofensivos, amenazas, difusión de rumores, revelación de información privada, entre otros.
Estudiante Alejandra González	De hecho investigaciones recientes han demostrado que los jóvenes que sufren bullying tienden a ser intimidados también a través de dispositivos digitales.
Estudiante Cinthya Arias	De allí surge la importancia de saber cómo se educa apropiadamente a los jóvenes.
Estudiante Alejandra González	Experto. Doctor Rollan ¿Que características debe poseer una educación apropiada para la resolución de conflictos? (Cortar desde 3:47 hasta 4:55)
Estudiante Cinthya Arias	Además de ello, es de resaltar que en el ambiente escolar el código de convivencia escolar se considera efectivo en la resolución pacífica de los conflictos pues es creado con el fin de llevar armonía a los integrantes de las instituciones.
Estudiante Alejandra González	Así mismo, es importante conocer lo que las personas consideran frente a la educación en resolución en conflictos desde casa
Estudiante Cinthya Arias	Por supuesto, si a los niños se les enseña desde casa a tratar bien a sus compañeros sería totalmente diferente. Vamos a ver qué opinan las personas
VOX POPULI	
Estudiante Alejandra González	Vox populi. Qué opina usted de la importancia de la educación en resolución de conflictos en casa

Estudiante Cinthya Arias	Los problemas de la adolescencia son un motivo para que los profesionales de la salud consulten frecuentemente.
Estudiante Alejandra González	Aparte de la violencia escolar o bullying, las conductas que mayor generan violencia o conflicto en los jóvenes son el tráfico de drogas, las riñas o peleas callejeras, la prostitución, entre otros.
Estudiante Cinthya Arias	La violencia en la etapa adolescente recopila tres factores de riesgo importantes como los individuales, familiares y sociales que influyen y repercuten en la actitud y vida de estos.
Estudiante Alejandra González	Se resume que la familia y la sociedad son los más predisponentes puesto que no hay reglas, oportunidades y no hay buen manejo del tiempo libre.
Estudiante Cinthya Arias	Según Sussman Unger, "Por sus características evolutivas, como la búsqueda de identidad personal e independencia, alejamiento de los valores familiares y énfasis en la necesidad de aceptación por el grupo de iguales, la adolescencia se convierte en la etapa evolutiva con mayor riesgo de inicio del consumo de drogas, choque de opiniones y demás"
Estudiante Alejandra González	Así es, pero considerar a la adolescencia como un riesgo no es estigmatizar a los jóvenes sino por el contrario reconocer que es importante prevenir estas conductas.
Estudiante Cinthya Arias	Como todos sabemos, la familia es la base fundamental de la sociedad y debe estar constituida con amor, tolerancia y respeto.
Estudiante Alejandra González	Es de recalcar que la familia es el apoyo que tiene el adolescente, si ellos ven que no hay apoyo o atención van a desviarse de su camino.
Estudiante Cinthya Arias	Es desde casa donde nosotros como profesionales de la salud debemos empezar nuestro proceso de promoción y prevención, pues de esta manera el trabajo y los resultados serán más impactantes en la sociedad y población adolescente.

Estudiante Alejandra González	No hay que desconocer tampoco que los factores individuales también juegan un papel muy importante frente al adolescente y las conductas de riesgo.
Estudiante Cinthya Arias	Por su puesto, todos los elementos propios de cada individuo son los que lo hacen susceptible a presentar cambios de conducta o el comportamiento frente a diversas situaciones.
Estudiante Alejandra González	También se encuentra la toma de decisiones, la edad, la personalidad, la baja autoestima y el sistema de creencias y valores que van a determinar de alguna forma el proceder y la resolución de problemas de cada adolescente.
Estudiante Cinthya Arias	Los factores de riesgo también tienen un carácter psicológico y social, estableciendo una relación con el adolescente ya sea de forma directa o indirecta.
Estudiante Alejandra González	Algunos adolescentes se relacionan con personas negativas, dando paso a disponibilidad de drogas, peleas callejeras, entre otros brindando así una solución fácil para sus problemas iniciando conductas indeseables.
Estudiante Cinthya Arias	Según los resultados de una investigación sobre violencia en niños y niñas de Brasil, indicaron que las muertes por causas externas como accidentes u homicidios han aumentado en comparación con las muertes por causas naturales.
Estudiante Alejandra González	En el 2011 más de un millón de jóvenes fueron víctimas de homicidio. Cifra que se mantiene constante a lo largo de los años.
Estudiante Cinthya Arias	Como se ha explicado son muchos los factores que parecen influir en una mayor o menor exposición a la violencia. En un estudio realizado a adolescentes se encontró que aquellos que no vivían con los dos padres presentaban mayor exposición a la violencia.
Estudiante Alejandra González	Mientras que, en otra investigación se encontró que vivir con ambos padres o con uno solo era un factor de protección de la violencia física únicamente para las niñas.

Estudiante Cinthya Arias	Esto nos permite ver que los adolescentes no solo infringen violencia sino que también son ellos los violentados. Un claro ejemplo es la violencia sexual.
Estudiante Alejandra González	La violencia contra las mujeres es muy común, se estima que seis de cada diez mujeres en el mundo sufren de violencia física o sexual a lo largo de su vida.
Estudiante Cinthya Arias	En conclusión, la violencia no es un buen camino para llevarse con las demás personas.
NOVEDAD	
Estudiante Alejandra González	Así es. En cuanto a noticias de actualidad vimos el pasado 2 de febrero un caso de violencia entre un grupo de estudiantes en Medellín, dejando a una menor de 12 años con una herida por arma blanca.
Estudiante Cinthya Arias	Esto nos permite analizar la situación que se está presentando en el país y nos deja la enseñanza de que cada uno de nosotros debe contribuir a crear un ambiente de paz y reconciliación desde casa.
Estudiante Alejandra González	Es cierto que “Es muy difícil enseñar lo que la gente no es. En el país hemos vivido en medio de una situación de violencia y agresiones, donde los niños también son víctimas de maltrato infantil; por esto es muy difícil que los niños salgan de sus casas a generar mejores ambientes.
Estudiante Cinthya Arias	Para lograr un cambio, primero debe haber un compromiso de los adultos a dar ejemplo y enseñarle a la nueva generación que las cosas se deben llevarse en paz”, según lo dice Carolina Piñeros la directora de Red Papaz
Estudiante Alejandra González	A su vez, Monica Sandoval, directora de la Fundación Bien Humano resalta que la familia es el primer espacio donde se forman los ciudadanos, textualmente “donde se cimientan los valores de la solidaridad, la cooperación, la ayuda mutua y el afecto”.
Estudiante Cinthya Arias	Después de ello, viene la escuela quien fortalece estos valores. Sin embargo, para la solución de estas situaciones en los colegios se están implementando protocolos de prevención de agresiones dentro de las

	aulas.
Estudiante Alejandra González	<p>El año pasado la Universidad de Granada en España creó un proyecto de formación a las familias para la prevención de convivencia en los alumnos de educación infantil conocido como “Crecer en familia con Gorgoritos” un programa con el fin de crear un espacio de reflexión y formación para los padres de familia.</p> <p>También hay un proyecto educativo estadounidense conocido como teaching tolerance “enseñar tolerancia” dedicado a los profesores para que fomenten el respeto y entendimiento en clase y fuera de ella. Cuenta con kits y recursos gratuitos disponibles en www.teaching-tolerance.com</p>
TIPS EDUCATIVOS	
Estudiante Cinthya Arias	A continuación escucharemos algunos tips y recomendaciones para la solución pacífica de los conflictos:
Estudiante Alejandra González	Tienes que saber que lo que hagas depende de ti. Tú puedes decidir. Tu controlas tus propios actos
Estudiante Cinthya Arias	Recuérdate estas palabras: “Es lógico que me sienta enfadado, lo que ya no esta tan bien es hacerle daño a otra persona, aunque ella me lo haya hecho a mi antes”
Estudiante Alejandra González	Haz saber a las otras personas que te interesan. No hables solo de ti mismo.
Estudiante Cinthya Arias	Recuerda que volverse contra alguien nunca hace que mejore el conflicto. Solo lo empeora.
Estudiante Alejandra González	No todas las personas tienen los mismos intereses que tu. Debemos respetar las diferencias.
Estudiante Cinthya Arias	Si sabes que están acosando a alguien acude a quien pueda ayudar en dicha situación
Estudiante Alejandra González	Cuando se hagan cosas en grupo, asegúrate de que todos estén incluidos y nadie quede fuera.

Estudiante Cinthya Arias	Es importante saber comunicarse con los demás sin que parezcan acusaciones. En vez de decir “tu dijiste” decir “yo entendí”
Estudiante Alejandra González	Llegar a un consenso sobre la solución más equitativa para ambas partes.
Estudiante Cinthya Arias	No podemos resolver problemas usando el tipo de pensamiento que usamos cuando lo creamos
Estudiante Alejandra González	La vida está llena de conflictos, pero recuerda que lo que realmente nos afecta no es lo que sucede, sino cómo reaccionamos a ello.
DESPEDIDA	
Estudiante Cinthya Arias	Bien. Hemos llegado al fin de esta emisión, gracias por sintonizar. Esperamos que haya sido de su agrado. Los esperamos aquí todos los sábados desde las 11:00am para escuchar nuevos temas de interés en la corocora saludable. Hasta pronto.

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria

ANEXO C. Libretos de los programas de radio elaborados por las estudiantes:
Proyecto de Vida En Adolescentes A Través Del Lenguaje Radial

Estudiante Alejandra González	Buen día para todos nuestros oyentes, sean bienvenidos. Mi nombre es Alejandra González y es un placer acompañarlos durante esta mañana. Me acompaña Cinthya Arias (...saludo...) y somos estudiantes de enfermería de la Unillanos. Hoy vamos a hablar del proyecto de vida.
TESTIMONIO KARINA	
Estudiante Cinthya Arias	En Colombia, cuando se han vulnerado los derechos de los niños y adolescentes, estos son atendidos desde el Programa Administrativo de Restablecimiento de Derechos (PARD) del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF).
Estudiante Alejandra González	En estos procesos se hace evaluación desde todos los programas relacionados al adolescente sobre la situación presentada y dependiendo de ello se toman diferentes medidas.
Estudiante Cinthya Arias	La escolarización hace parte de uno de los derechos fundamentales de todos los niños y niñas, pues de allí parte el desarrollo de potenciales con sus cuatro componentes que son:
Estudiante Alejandra González	El desarrollo de competencias básicas de aprendizaje, de competencias específicas, habilidades para la vida y competencias asociadas al proyecto de vida.
Estudiante Cinthya Arias	La distribución de población escolarizada en Colombia para el año 2016 es de 79,55% de niños que van a colegios oficiales y no oficiales en zonas rurales como urbanas.
Estudiante Alejandra González	Así mismo, la tasa de abandono del colegio u obligaciones por parte de los adolescentes en el país se encuentra en un 3,26%. En total 10 millones 203 mil estudiantes están matriculados en las diferentes instituciones educativas del país según cifras del DANE

Estudiante Cinthya Arias	El proyecto de vida hace referencia a un término complejo y de difícil definición pues articula los aspectos individuales, sociales, culturales e históricos de cada joven y su entorno, construyendo a partir de estos, sus propósitos, aspiraciones e ideales de lo que quiere ser y hacer
Estudiante Alejandra González	Actualmente el mundo atraviesa distintas crisis económicas, sociales, culturales, etc. Y el panorama que se percibe como futuros adultos es un poco complejo, ya que genera una gran cantidad de situaciones que limitan las oportunidades de desarrollo, provocando mayor vulnerabilidad.
Estudiante Cinthya Arias	Sin embargo, no hay que dejar de lado, que de igual manera, existen otros problemas importantes dentro del desarrollo de los adolescentes que tienen que ver con las etapas propias a su formación como personas.
Estudiante Alejandra González	Siempre se ha escuchado la frase “los jóvenes son el futuro” pero ¿Cuál es la visión que tienen los jóvenes del futuro? Es cierto que el hombre por naturaleza busca satisfacer sus necesidades básicas y después satisfacer otras necesidades que van surgiendo con el paso del tiempo.
Estudiante Cinthya Arias	En la teoría psicológica de Maslow de motivación humana que muestra una forma de pirámide, se aprecia en su último nivel la “necesidad de ser” y “autorrealización” en donde se localizan las necesidades más elevadas y a través de su satisfacción se encuentra el sentido de la vida.
Estudiante Alejandra González	Así es, y para los adolescentes esa no es una excepción, aunque en esta etapa el joven se debe enfrentar a un conjunto de desafíos en un proceso de convertirse en adulto.
Estudiante Cinthya Arias	En esta etapa, tiende a hacerse complicada la toma de decisiones, teniendo en cuenta que se encuentran bajo la autoridad y el control absoluto de un adulto y que en poco tiempo deberán

	desarrollar las competencias necesarias que les permitan determinarse.
Estudiante Alejandra González	Esto permite que tomen correctamente sus decisiones, a fin de desempeñarse de manera independiente y responsable en sus distintos ámbitos de la vida, ya que esto repercutirá en su porvenir.
Estudiante Cinthya Arias	Elementos como la toma de decisiones, los valores y la autoestima, si son integrados en la estructura psico-social contribuirán para definir su nivel de aspiraciones.
VOX POPULI	
Estudiante Alejandra González	Pero aparte de estos ¿Cuáles son los elementos esenciales que consideran los adolescentes para la construcción de un proyecto de vida? Vamos a preguntar.
Estudiante Cinthya Arias	La educación es un factor determinante en la consolidación de aprendizajes que favorezcan la formación integral de los jóvenes, tanto en el aprender a hacer como en el aprender a ser.
Estudiante Alejandra González	El proyecto de vida es un quehacer que se realiza de manera constante, día con día, por lo que se requieren habilidades y conductas positivas pues en la adolescencia el proyecto de vida tiene especial importancia.
Estudiante Cinthya Arias	Claro que sí. Por otro lado, trazar un plan de vida ayuda a los jóvenes a visualizar su futuro de manera objetiva y hacer un compromiso con ellos mismos. También este puede irse modificando con el tiempo de acuerdo con las necesidades de cada uno.
Estudiante Alejandra González	Es muy cierto, con el paso del tiempo las personas van adquiriendo mayor conocimiento y experiencias que permiten valorar sus metas y hacer cambios con el fin de una mejor realización personal.

Estudiante Cinthya Arias	Algunos aspectos importantes para la realización de un proyecto de vida serian: el potencial que tienen las personas en su interior para llegar a ser algo en el futuro, la autoestima, el conocimiento de si, los valores y aspectos como la parte espiritual, emocional/afectivo, familiar, entre otras.
INVITADO EXPERTO	
Estudiante Alejandra González	Le damos la bienvenida a nuestro experto el doctor Rollan Alfonso Pérez Escobar médico pediatra adolescente que trabaja en el ejercicio clínico, coordinador de pregrado de la Universidad Evangélica del Salvador.
Estudiante Cinthya Arias	Experto Dr. Rolan ¿De qué manera el adolescente puede forjar su proyecto de vida? (Cortar desde 0:06 hasta 1:32)
Estudiante Alejandra González	Otro punto importante en el proyecto de vida son las situaciones de contexto como lo mencionaba el doctor, pero de un contexto de diversidad y la cultura.
Estudiante Cinthya Arias	Así es, el mundo está formado y enriquecido por la diversidad, pues la mayoría de los países y pueblos contienen muchos grupos étnicos y lenguas.
Estudiante Alejandra González	Esta diversidad sociocultural obliga a plantearnos varios asuntos ya que por sus características diferenciales es importante tenerlos en cuenta.
Estudiante Cinthya Arias	Claro que sí, estos asuntos apuntan a los derechos que tienen los pueblos diversos pues se ven enfrentados por su autonomía, territorio, lengua y política, pero lo que más nos interesa en esta ocasión es la educación que se implementa en esta población diversa.
Estudiante Alejandra González	Durante varios siglos y en la mayoría de los casos, las poblaciones indígenas se han visto reducidas a condiciones de invisibilidad, es decir que no son tomadas en cuenta e incluso se hace como si no existieran; en algunas naciones esto ha sido

	superado de manera parcial
Estudiante Cinthya Arias	En Colombia, durante 25 años se ha venido implementando una educación intercultural-bilingüe y acorde a las realidades socioculturales.
Estudiante Alejandra González	De igual manera, el estado colombiano ha venido realizando reformas constitucionales y legislativas que van permitiendo la construcción de una Nación más democrática y desarrollo social participativo.
Estudiante Cinthya Arias	Esto ha hecho que de alguna manera se tome conciencia de la necesidad de atender el talento humano que impulsen los procesos de etnoeducación, una oportunidad dirigida a las poblaciones minoritarias como grupos indígenas, afrocolombianos, raizales y rom.
Estudiante Alejandra González	Ante esta realidad no queda otra alternativa que hacer un esfuerzo para profundizar en aspectos educativos interculturales y brindar una mejor oportunidad para que las aspiraciones de los pueblos indígenas sean mayores.
Estudiante Cinthya Arias	Bien, por otro lado. De acuerdo a una investigación que realizó la Pontificia Universidad Javeriana se identifican tres ejes para trabajar en la construcción de un proyecto de vida.
Estudiante Alejandra González	Así es, estos son autonomía, alteridad y empoderamiento político, tres ejes importantes que se detallaran a continuación.
Estudiante Cinthya Arias	La autonomía es el primer objetivo que plantea el proyecto de vida, pues es el reconocimiento de los propios sentimientos, fomenta la toma de conciencia y lleva a la realización de los propósitos.
Estudiante Alejandra González	De esta forma la vida deja de ser una suerte del destino, para convertirse en un espacio donde el joven es un sujeto activo que puede decidir sobre su futuro.

Estudiante Cinthya Arias	La autonomía es como una meta a la cual debemos llegar, la visualización del futuro brinda a la persona la posibilidad de pensar sobre sí mismo sin excluirse de la sociedad.
Estudiante Alejandra González	Así es, y para conocer cómo podemos aumentar nuestra autonomía se tienen dos puntos importantes que son la autoestima y la identidad.
Estudiante Cinthya Arias	Cuando nos sentimos bien con nosotros mismos vamos a buscar lo mejor para nosotros y eso se da a través del cuidado personal, nuestra salud sexual y reproductiva, previniendo el consumo de sustancias psicoactivas y teniendo bien establecidos la autoimagen, es decir, como nos vemos a nosotros mismos y un autoconcepto o la opinión que tengo sobre mí.
Estudiante Alejandra González	Junto a ello, la identidad también juega un papel imprescindible para fortalecer la autonomía pues se resuelve que hoy día no existen labores femeninas ni masculinas.
Estudiante Cinthya Arias	El segundo eje es la alteridad, pero ¿qué es la alteridad? Es el valor de ver a la otra persona como un igual, partiendo del hecho de que a través de los demás se forja la identidad propia.
Estudiante Alejandra González	El reconocimiento del “otro” como un igual permite al joven la descarga de emociones conflictivas que causan angustia y temores. Por tanto, reconocer al otro posibilita la identificación emocional que ayuda a comprender las reacciones de sus semejantes.
Estudiante Cinthya Arias	Para fortalecer la alteridad es necesario tener en cuenta la tolerancia pues por medio de ella hay una mejor comunicación, mejores relaciones personales e interpersonales, y hay mejor tolerancia a la frustración.
Estudiante Alejandra González	Así mismo, la resolución pacífica de los conflictos nos ayuda a regularnos socialmente y mantenernos en paz y alegría con los demás.

Estudiante Cinthya Arias	Y por último, pero no menos importante el tercer eje nos habla del empoderamiento político.
Estudiante Alejandra González	La construcción de un proyecto de vida involucra el reconocimiento de un Estado Social de Derecho, pues el joven participante debe hacer conciencia que por el hecho de ser ciudadano tiene derechos al igual que deberes.
Estudiante Cinthya Arias	El proyecto de vida es un espacio en donde se pasa de una posición individualista egocéntrica a la toma de conciencia de otro que junto a él, se insertan en la colectividad desde las normas y derechos.
Estudiante Alejandra González	Sí. El reconocimiento de los derechos también involucra el reconocimiento de unos deberes que proponen el acercamiento a la sociedad desde la posición como ciudadano.
Estudiante Cinthya Arias	Este empoderamiento político busca promover una reflexión ética sobre las normas y los compromisos comunitarios, dotando al joven de parámetros para que haga críticas de la cotidianidad, proponiendo alternativas.
Estudiante Alejandra González	Como se menciona anteriormente, este eje de empoderamiento político también se hace importante para tener en cuenta el contexto de poblaciones indígenas y pueblos diversos.
Estudiante Cinthya Arias	Por supuesto, pues las características principales de este eje son la identidad cultural que abarca las raíces culturales, la familia y las costumbres y una educación ciudadana que conlleva una educación en democracia y valores.
Estudiante Alejandra González	El proyecto de vida, es una apuesta a la promoción de los valores en pro de una restauración que compromete al sujeto y posteriormente a la esfera social donde vive, crece y se desarrolla.
Estudiante Cinthya Arias	De igual modo se resalta que se pueden encontrar factores que no permitan forjar nuestro proyecto tal

	como lo queremos.
Estudiante Alejandra González	Para continuar contextualizando nuestro tema volvemos a hablar con nuestro experto del día, Dr Rolan ¿Qué factores influyen para que el proyecto de vida se pueda obstaculizar? (2:26 hasta 3:22)
Estudiante Cinthya Arias	Cada uno de nosotros tiene derechos, por lo tanto, debemos aprender a beneficiarnos de ellos y cómo podemos defenderlos y hacerlos realidad.
Estudiante Alejandra González	Tenemos derecho a una vida digna y de calidad, derecho a la protección social y de salud, derecho a pensar y expresar libremente sin ser discriminado.
Estudiante Cinthya Arias	Esto promueve entonces tu derecho a elegir qué quieres para tu vida. El derecho a la autonomía permite que los jóvenes decidan libremente sin ser discriminados o prohibidos.
Estudiante Alejandra González	Sin embargo, se debe tener en cuenta que el plan debe ser consciente, realista y adecuado. Es importante tener afán de superación, de buscar mejorar.
Estudiante Cinthya Arias	Pero entonces, ¿Cómo puede intervenir la familia en el proyecto de vida del adolescente? Preguntemos a nuestro experto. (1:38 a 2:19)
Estudiante Alejandra González	La familia no debe olvidar que es la guía y este es su rol fundamental. Deben demostrar sus preocupaciones así como el afecto que sienten por ellos.
Estudiante Cinthya Arias	Deben comprender la necesidad y la importancia de que sus hijos adquieran experiencias nuevas, pero también saber cuándo y cómo poner límites para contribuir a su normal desarrollo.
Estudiante Alejandra González	Permitir que los adolescentes se conozcan es parte del diseño de su proyecto de vida pues las

	respuestas hacia lo que les agrada o no se encuentran dentro de cada uno de ellos.
Estudiante Cinthya Arias	Las aspiraciones son de manera personal y nadie puede imponer pues los demás son personas que apoyan y ayudan a identificar las realidades y las fantasías de las aspiraciones juveniles.
Estudiante Alejandra González	Una forma fácil y sencilla para que los jóvenes forjen su proyecto de vida es mediante los test vocacionales o la orientación vocacional.
Estudiante Cinthya Arias	Esta orientación consta de cinco fases que son: la introspección donde el joven se hace consciente de que quiere.
Estudiante Alejandra González	La segunda fase es la preocupación que le genera al adolescente los temas sociales pues ellos pueden intervenir en su proyecto de vida.
Estudiante Cinthya Arias	La tercera fase es la identificación de áreas que llaman la atención para así elegir su carrera.
Estudiante Alejandra González	La cuarta fase se encarga de que el adolescente conozca más sobre el mismo.
Estudiante Cinthya Arias	La quinta fase, permite al adolescente responder para sí mismo si realmente lo que ha decidido es bueno para él.
Estudiante Alejandra González	Experto. Dr. Rolan ¿En qué modelo se pueden basar los adolescentes para forjar su proyecto de vida? (3:29 hasta 5:29)
Estudiante Cinthya Arias	Muy cierto lo que dice el doctor Rolan y sumado a esto hay un modelo también que ha existido desde hace un tiempo conocido como la Pirámide de Niveles Neurológicos diseñada por Robert Dilts y fundamentada en estudios del antropólogo Gregory Bateson.
Estudiante Alejandra González	Así es, esta es una herramienta muy potente en el área de Programación Neurolingüística (PNL), conocido como el modelo de modelos porque se comprueba que integra la totalidad de los paradigmas.

Estudiante Cinthya Arias	Estos niveles se representan en forma piramidal y guardan una relación jerarquizada entre sí, de manera que cada nivel influye a los inferiores.
Estudiante Alejandra González	Son 6 escalones que operan conjuntamente iniciando desde la base con el entorno que indica las reacciones o comportamientos que actúan sobre cada persona, es decir, las influencias y limitaciones que actúan sobre mí.
Estudiante Cinthya Arias	El segundo escalón es el comportamiento que hace referencia a las acciones y conductas que realizo frecuentemente
Estudiante Alejandra González	El tercer escalón son las capacidades y estrategias, es decir, como hace cada persona las cosas, cuáles son sus habilidades, estrategias o planes de acción.
Estudiante Cinthya Arias	El cuarto escalón son las creencias y valores, que nos pregunta por qué hacemos las cosas que hacemos y en que creemos a la hora de hacerlas.
Estudiante Alejandra González	El quinto escalón es la identidad, nos cuestiona que papel representamos, quienes somos y cuáles son nuestros propósitos.
Estudiante Cinthya Arias	El sexto y último escalón es la espiritualidad y el propósito, es decir, cuestiona que impacto tienen nuestras acciones en la comunidad, que servicios puedes brindar como individuo.
Estudiante Alejandra González	Por medio de esta pirámide podemos guiarnos para montar el proyecto de vida, haciéndonos estas preguntas y buscando que es mejor para nosotros y que nos hace felices.
Estudiante Cinthya Arias	Por último, es importante tener en cuenta que los factores motivacionales están muy vinculados con el alcance de las metas de logros personales y académicos para fortalecer el proyecto de vida.
Estudiante Alejandra	Estos factores por supuesto van también

González	influenciados por otros como lo son el entorno, la economía, la sociedad y la academia.
Estudiante Cinthya Arias	Así es, pero lo importante después de todo es efectuar un excelente proyecto de vida para nosotros y hacer lo que más nos gusta sin necesidad de vivir de lo que piensan los demás.
TIPS EDUCATIVOS	
Estudiante Cinthya Arias	El proyecto de vida debe incluir los elementos más importantes en tu vida. Es un bosquejo de cómo quieres que sea, de qué quieres que haya en ella: como relaciones, actividades, personas, lugares, cosas.
Estudiante Alejandra González	Si quieres triunfar, no te quedes mirando las escaleras. Empieza a subir escalón por escalón hasta llegar arriba.
Estudiante Cinthya Arias	Escribe cada uno de tus objetivos y dos alternativas para lograrlo. Busca que las metas se puedan alcanzar.
Estudiante Alejandra González	Si el plan no funciona, cámbialo pero no cambies la meta
Estudiante Cinthya Arias	Convierte tu pasión en proyecto de vida
Estudiante Alejandra González	Un proyecto de vida es un mecanismo que te permite llegar a tus metas, no obstaculizarlas. Es importante realizarlo con calma y reflexionando cada aspecto.
Estudiante Cinthya Arias	La actitud es una pequeña cosa que hace una gran diferencia
Estudiante Alejandra González	Para crecer hay que arriesgarse
Estudiante Cinthya Arias	Arriégate. No te quedes con las ganas de saber que pasaría, lánzate, vive, atrévete, que si de los éxitos se disfruta de los errores se aprende.
Estudiante Alejandra González	Un pájaro posado en un árbol nunca tiene miedo de que la rama se rompa, porque su confianza no está en la rama sino en sus propias alas. Cree siempre en ti.
NOVEDADES	

Estudiante Cinthya Arias	Algunas novedades que han surgido actualmente son las becas que ofrece el Estado para promover la educación en Colombia.
Estudiante Alejandra González	Muchas de ellas son oportunidades para estudiar en el extranjero completamente gratis y otras son para continuar con la educación superior en el país a través de diversos programas. El más conocido en este momento es el programa Ser Pilo Paga.
Estudiante Cinthya Arias	Algunas instituciones que permiten la inscripción a estos programas son Colciencias, el programa Icetex, colfuturo y Colombia Aprende, entre otros.
Estudiante Alejandra González	Gracias a estos programas muchos jóvenes con escasos recursos han logrado su sueño de convertirse en grandes profesionales ya sea aquí o en cualquier parte del mundo.
Estudiante Cinthya Arias	Te invitamos a que consultes por becas que brinda el Gobierno de Colombia para todos los jóvenes del país.
Estudiante Alejandra González	Agradecemos a todos nuestros oyentes por estar aquí con nosotros una vez más. Esperamos que el programa haya sido de su agrado. Nos vemos en una próxima emisión.

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería en colaboración con la Docente Mery Luz Valderrama Sanabria

ANEXO D. Consentimiento informado para participantes del Vox Populi.



UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
PROGRAMA DE ENFERMERÍA
TRABAJO DE GRADO



Fecha: _____

Yo _____, por medio del presente consentimiento informado hago constar de qué he sido previamente informado por la estudiante en trabajo de grado _____, sobre el uso adecuado de la información que yo pueda aportar al proyecto "ENFOQUE DE LA SALUD MENTAL DEL ADOLESCENTE A TRAVES DEL LENGUAJE RADIAL", teniendo en cuenta que durante la publicación bajo ninguna circunstancia será mencionado mi nombre, de igual forma soy consciente de que mi participación será voluntaria y no recibiré ningún tipo de remuneración.

FIRMA ESTUDIANTE A CARGO

FIRMA PARTICIPANTE

Elaboración: Cinthya Julieth Arias Neira y Leonela Alejandra Gonzales Gómez, Estudiantes de Enfermería.

ANEXO F. Carta de aceptación para participar como ponente en el XVI COLOQUIO IBEROAMERICANO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA CUBA-

2018



La Habana, 28 de julio de 2018

Estimado (a) colega: **Leonela Alejandra González Gómez, Cintya Julieth Arias Neira, Mery Luz Valderrama Sanabria.**

Es un placer aceptar su participación como ponente en el **XVI COLOQUIO IBEROAMERICANO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA CUBA-2018** que se efectuará del **5 al 9 de noviembre de 2018**, en el Palacio de Convenciones de La Habana con el tema central **"Contribución de Enfermería en Atención Primaria de Salud para la salud universal"**.

Le anticipamos que tendrá una beneficiosa estancia, donde podrá intercambiar con otros investigadores acerca de las temáticas del evento y conocer con mayor profundidad en un ambiente amistoso y solidario, el Sistema Nacional de Salud cubano, su cultura y nuestro pueblo.

Le comunicamos que su trabajo titulado **Los Adolescentes en sintonía con la Salud Mental**, es de interés para los objetivos del evento y **ha sido aceptado** como parte del programa científico para presentar en la modalidad de **Tema Libre**.

Esperamos contar con su presencia en los espacios de presentación y discusión.

Con los mejores deseos de que pueda cumplir sus expectativas.

Atentamente.

MSc. Idalmis Georgina Infante Ochoa
Presidenta de la Sociedad Cubana de Enfermería
Presidenta del Comité Organizador-Coloquioenfermería 2018



Sociedad Cubana de Enfermería

Dirección: Calle 15 # 9 apto. 5-8 # 14 y D. Vedado,
Municipio Plaza de la Revolución, La Habana, Cuba.

☎(537) 8423614 ✉socubenginfomecubca ✉ www.enfermeriacubana.cifc.cu

1

Elaboración: Organizadores del XVI COLOQUIO IBEROAMERICANO DE INVESTIGACIÓN EN ENFERMERÍA CUBA-2018

ANEXO G. Evidencia fotográfica tomada durante la grabación de los programas en la Emisora Ondas del Meta.



Elaboración: Antonio Aguirre.

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD AUTORIZACIÓN

Nosotras Cinthya Julieth Arias Neira, Leonela Alejandra González Gómez y Mery Luz Valderrama Sanabria mayores de edad, vecinas de Villavicencio, identificadas con Cédula de Ciudadanía como aparece al pie de nuestra firma, actuando en nombre propio en calidad de autoras del trabajo de tesis, monografía o trabajo de grado denominado “Enfoque de la Salud Mental del Adolescente a través del lenguaje radial”, hacemos entrega del ejemplar y de sus anexos de ser el caso, en formato digital o electrónico (CD-ROM) y autorizamos a la **UNIVERSIDAD DE LOS LLANOS**, para que en los términos establecidos en la Ley 23 de 1982, Ley 44 de 1993, Decisión Andina 351 de 1993, Decreto 460 de 1995 y demás normas generales sobre la materia, con la finalidad de que se utilice y use en todas sus formas, realice la reproducción, comunicación pública, edición y distribución, en formato impreso y digital, o formato conocido o por conocer de manera total y parcial de nuestro trabajo de grado o tesis.

EL AUTOR – ESTUDIANTE, Como autoras, manifestamos que el trabajo de grado o tesis objeto de la presente autorización, es original y se realizó sin violar o usurpar derechos de autor de terceros; por tanto, la obra es de nuestra exclusiva autoría y poseemos la titularidad sobre la misma; en caso de presentarse cualquier reclamación o acción por parte de un tercero en cuanto a los derechos de autor sobre la obra en cuestión, como autoras, asumiremos toda la responsabilidad, y saldremos en defensa de los derechos aquí autorizados, para todos los efectos la Universidad actúa como un tercero de buena fe.

Para constancia, se firma el presente documento en dos (2) ejemplares del mismo valor y tenor en Villavicencio - Meta, a los 23 días del mes de Noviembre de dos mil dieciocho (2018).

EL AUTOR – ESTUDIANTE

Firma

Nombre: Cinthya Julieth Arias Neira

C.C. No. 1.121.958.414 de Villavicencio

Firma

Nombre: Leonela Alejandra González Gómez

C.C. No. 1.121.955.501 de Villavicencio

Firma

Nombre: Mery Luz Valderrama Sanabria

C.C. No. 46.673.774 de Duitama