

**Salud mental y habilidades para la vida en jóvenes estudiantes desplazados del
departamento de Córdoba, Colombia**

**Mental health and life skills in young displaced students in the department of Córdoba,
Colombia**

María Mercedes Meléndez Gómez

Universidad de Panamá

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-1363-6774>

Correo electrónico: mariaememelendez@hotmail.com

URL: https://revistas.up.ac.pa/index.php/punto_educativo/article/view/8241

DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.17449927>

Resumen

El presente artículo realiza un análisis y revisión documental sobre salud mental, desafíos emocionales y psicológicos enfrentados por jóvenes que han sufrido el desplazamiento forzado, un fenómeno presente en el departamento de Córdoba. De la misma manera se analiza cómo la violencia y sus consecuencias han impactado la salud mental, evidenciándose un incremento en diferentes problemáticas, evidenciándose en trastornos mentales como la ansiedad, depresión y estrés postraumático. Existe una preocupación en el aumento de los intentos de suicidios y suicidios consumados en este grupo poblacional. Proponiendo la importancia de desarrollar estrategias que apunten a trabajar las diferentes habilidades para la vida que propone a la OMS en jóvenes, con el propósito de mejorar el bienestar emocional y social teniendo en cuenta que se deben interiorizar y poner en práctica para dar respuesta a las diferentes problemáticas a las cuales se ve enfrentado en su diario vivir. Diferentes habilidades como la resiliencia, la comunicación efectiva, la resolución de problemas y la gestión de emociones se presentan como herramientas esenciales para enfrentar las adversidades y reconstruir sus proyectos de vida, estas no solo promueven una mejor adaptación al nuevo entorno escolar, sino que también fortalecen su capacidad para construir relaciones saludables y tomar decisiones que delimitan su proyecto de vida. Por lo cual se necesitan intervenciones psicoeducativas con la población adolescente, ejecutando programas que integren

el desarrollo de habilidades para la vida como estrategia transversal que apunte a la prevención de las diferentes problemáticas en salud mental.

Palabras clave: Salud mental, desplazamiento, habilidades para la vida, jóvenes.

Abstract

This article carries out an analysis and documentary review on mental health, emotional and psychological challenges faced by young people who have suffered forced displacement, a phenomenon present in the department of Córdoba. In the same way, it is analyzed how violence and its consequences have impacted mental health, showing an increase in different problems, evident in mental disorders such as anxiety, depression and post-traumatic stress. There is concern about the increase in suicide attempts and completed suicides in this population group. Proposing the importance of developing strategies that aim to work on the different life skills proposed by the WHO in young people, with the purpose of improving emotional and social well-being, taking into account that they must be internalized and put into practice to respond to the different problems that you face in your daily life. Different skills such as resilience, effective communication, problem solving and emotion management are presented as essential tools to face adversity and rebuild their life projects. These not only promote better adaptation to the new school environment, but also They strengthen your ability to build healthy relationships and make decisions that define your life project. Therefore, psychoeducational interventions are needed with the adolescent population, executing programs that integrate the development of life skills as a transversal strategy that aims to prevent different mental health problems.

Keywords: Mental health, displacement, life skills, youth

Introducción

La salud mental en la adolescencia es un tema de creciente preocupación a nivel global. Según el informe de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de 2017, uno de cada siete jóvenes de entre 10 y 19 años padece algún trastorno mental, lo que representa el 13% de la carga mundial de morbilidad en este grupo etario. Entre las principales causas de enfermedad y discapacidad en los adolescentes se encuentran la depresión, la ansiedad y los trastornos del comportamiento. De manera alarmante, el suicidio se ha posicionado como la cuarta causa de muerte entre los jóvenes de 15 a 29 años.

En el contexto colombiano, los jóvenes desplazados en el departamento de Córdoba enfrentan desafíos adicionales que incrementan su vulnerabilidad a los trastornos y diferentes problemáticas de salud mental. El desplazamiento forzado, producto del conflicto armado, no solo interrumpe su desarrollo educativo y social, sino que también los expone a experiencias traumáticas que incrementan el riesgo de sufrir dichas problemáticas. Las instituciones educativas para los estudiantes representan mucho más que las clases, es un espacio de juego, interacción, socialización y aprendizajes de otras habilidades igual de importantes para la vida. El fortalecimiento en el acompañamiento y el trabajo entre familias, docentes debe permitir encontrar los caminos para un trabajo colectivo, colaborativo, sinérgico de todos los agentes involucrados para formar niños, niñas y jóvenes empáticos, resilientes, solidarios y con herramientas para enfrentarse a los diferentes retos de la vida, capaces de trabajar en equipo.

Donde académicos y expertos de distintas disciplinas han señalado la importancia de desarrollar las habilidades socio emocionales y las competencias ciudadanas en los estudiantes. La sociedad de hoy hace visible la importancia que tiene abordar otros ambientes donde se desenvuelven los estudiantes como lo es la familia y los factores sociales que contribuyen al desarrollo de la dimensión socio-afectiva. Es así que surge la necesidad de intervenir con estrategias psicoeducativas que apunten a las habilidades para la vida para dar respuesta a las diversas necesidades que hoy tenemos donde se logra evidenciar situaciones como agresión física y verbal en los diferentes espacios donde comparten con sus compañeros, ya sean en sitios escolares o extraescolares, dificultad para solucionar problemas a partir del dialogo, dificultad para el seguimiento de instrucciones, falta de compromiso y acompañamiento por parte de la familia, afectando las habilidades y por ende el desarrollo social, afectivo y cognitivo de los estudiantes que no les permite actuar de manera acertada sobre su entorno.

De la misma manera dificultades en la toma de decisiones y en el control emocional enfrentan a los jóvenes a problemáticas diversas en su vida diaria como lo son el consumo de sustancias psicoactivas, embarazos no deseados, estallidos emocionales que en ocasiones las consecuencias apuntan a incrementar el número de intentos de suicidios y suicidios consumados. Frente a este panorama, la promoción de habilidades para la vida emerge como una estrategia esencial y transversal en la prevención y manejo de los problemas de salud mental en esta población. Las habilidades para la vida, como el manejo del estrés, la toma de decisiones y la comunicación efectiva, no solo fortalecen la resiliencia de los jóvenes, sino que también les proporcionan herramientas para enfrentar los desafíos del día a día, contribuyendo así a su bienestar integral y a la construcción de un futuro más saludable. Este artículo explora la intersección entre

salud mental, desplazamiento forzado y habilidades para la vida en jóvenes estudiantes desplazados en Córdoba, Colombia, destacando la importancia de abordar integralmente estos factores para mejorar su calidad de vida y bienestar psicológico.

Salud Mental y sus implicaciones

Hablar de salud mental en la actualidad es todo un reto, pues es entender que todos tenemos la responsabilidad de aportar y no solo es el sector salud o educación quien realiza acciones, pues esta es transversal en la vida del ser humano y hoy en día representa para la institucionalidad y para la población en general una gran responsabilidad pues las problemáticas en nuestro país aumentan cada día. La OMS en una nota descriptiva realizada a través del centro de prensa y publicada en su página oficial, define la salud Mental como:

Un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades y puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad (OMS,2022 página 1).

Dentro de los determinantes de la salud mental además de las características individuales como la capacidad para gestionar nuestros pensamientos, emociones e interacciones con los demás, están los factores: sociales, cultura-les, económicos, políticos y ambientales en las cuales se incluyen el contexto político como las políticas nacionales, la protección social, el nivel de vida, las condiciones laborales y las redes de apoyo comunitarias.

Dentro de los factores asociados con problemas en salud mental están: la pobreza, enfermedades crónicas, maltrato o abandono en especial en población infantil, abuso de sustancias en especial en la adolescencia, población adulta mayor, grupos minoritarios como: indígenas, sometidos a discriminaciones y violaciones de derechos, población LGTBI, prisioneros o expuestos a conflictos armados o desastres naturales u otras emergencias humanitarias (Cuellar 2019. p. 5).

Todos estos determinantes sociales afectan al ser humano y logra presentar problemáticas directamente en su salud y específicamente la salud mental, en la actualidad son muchísimos los retos que tiene Colombia para enfrentar las consecuencias de las diferentes problemáticas asociadas a la violencia y el conflicto armado en nuestro país, específicamente revisar la atención psicosocial a víctimas del conflicto y de esta manera, garantizar un estado de bienestar que implica atender las esferas que lo enmarcan, tanto en forma física, como psicológica y social.

La literatura revisada al respecto, Estrada, Ripoll & Rodríguez (2010); Lira (2010); Mendoza (2010); Moreno y Díaz (2016), Estrada, Ibarra & Sarmiento (2003) coincide en que un objetivo a cumplir,

a través de modelos biopsicosociales de intervención, es potenciar estas dimensiones en desequilibrio, reconociendo las necesidades de la población, al igual que los recursos y formas de afrontamiento que adopta la comunidad. De aquí la importancia del acompañamiento interdisciplinar (Estrada, Ripoll & Rodríguez, 2010) y, en lo que compete a la psicología como disciplina de la salud, de generar herramientas que permitan la atención integral a toda víctima del conflicto interno. En esta medida, la implementación de estrategias en la intervención psicológica para la reconciliación y la paz debe comprender la búsqueda del bienestar individual y colectivo, la reconstrucción de tejido social y la atención en salud mental

Según datos de la OMS en sus informes de trastornos mentales a través de las notas de prensa publicadas en su página oficial, muestran que; En 2019, una de cada ocho personas en el mundo (lo que equivale a 970 millones de personas) padecían un trastorno mental. Los más comunes son la ansiedad y los trastornos depresivos, que en 2020 aumentaron considerablemente debido a la pandemia de COVID-19; las estimaciones iniciales muestran un aumento del 26% y el 28% de la ansiedad y los trastornos depresivos graves en solo un año. Aunque existen opciones eficaces de prevención y tratamiento, la mayoría de las personas que padecen trastornos mentales no tienen acceso a una atención efectiva. Además, muchos sufren estigma, discriminación y violaciones de los derechos humanos.

El Ministerio de Salud y Protección Social (2020) contempla que, la situación de la población colombiana que ha sufrido del conflicto armado es preocupante debido a las afectaciones en salud mental, y las complicaciones que se producen al no ser tratadas a tiempo; para poder conocer sobre esto debemos tener en cuenta los instructivos para valorar el estrés postraumático, depresión y ansiedad, en relación con las leyes que puedan beneficiar a dicha población, como la ley 1448 del 2011 que ordena la asistencia en salud, así como rehabilitación, atención física, mental y psicosocial de las víctimas del conflicto armado.

De acuerdo con las cifras del último informe del Consejo Noruego para los Refugiados (NRC), presentado por el Centro de Monitoreo de Desplazamientos Internos (2014) y el Centro de Monitoreo de Desplazamientos Internos (IMDC) citado por Castaño Pérez (2018), “Colombia es el segundo país del mundo con el mayor desplazamiento asociado al conflicto y la violencia, con 5,7 millones de víctimas, solo superado por Siria con 6,5 millones”. (p.19) Por otro lado, apenas existen datos sobre la salud mental de la población víctima de desplazamiento forzado en Colombia, estando dispersos y realizados con pequeñas muestras.

Rojas Bernal et al. (2018) indica que “la Organización Mundial de la Salud (OMS) estimula a los países miembros a desarrollar programas de salud mental y a modernizar la legislación y protección de los derechos humanos de las personas con trastornos mentales y a sus familias”. (p.2) El Centro Nacional de Memoria Histórica (2013); Taylor (2011) citado por Hewitt Ramírez et al. (2016) muestra que los efectos

de los conflictos armados internos son complejos, con diferentes secuencias, grados y naturalezas. Estos efectos dependen de las características de la violencia sufrida, como el tipo de agresor, la forma de violencia, la particularidad y características de la víctima, como su edad, género, raza, antecedentes y creencias políticas, y el tipo de víctima también el apoyo recibido, la respuesta social al incidente y las víctimas, y las acciones u omisiones del estado.

Desplazados y refugiados en Colombia

En Colombia, el desplazamiento forzado a causa de la violencia es un fenómeno de gran magnitud, no sólo ha implicado el despojo abrupto de hogares, negocios, propiedades, activos y posesiones personales, también la pérdida de identidad como terratenientes productivos o ciudadanos con empleo remunerado, estatus social, y redes de apoyo se han visto afectados. En el país, a menudo el proceso de desplazamiento se ha caracterizado por actos de violencia extrema, como amenazas, asaltos violentos, asesinatos, masacres, actos violentos contra líderes cívicos, tortura, secuestro, desaparición forzada, asalto sexual y reclutamiento forzado de jóvenes para servir en grupos al margen de la ley (Albuja et al., 2014; Campo-Arias, Oviedo & Herazo, 2014; Habozit & Moro, 2013).

Colombia es el país con el mayor número de desplazados internos del mundo, con ocho millones de personas, según un informe de 2020 del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR). Se trata de una cifra que ha venido en desaceleración en los últimos años, pero que proviene de un acumulado de décadas de conflicto armado y que aún la posiciona por encima de naciones como Siria.

Además, es el segundo Estado de mayor recepción de personas desplazadas a través de fronteras, después de Turquía. Colombia ha recibido a más de 1,7 millones de venezolanos en los últimos años. Según la ACNUR, niñas, niños y adolescentes representan alrededor del 30% de la población mundial, pero son el 42% del total de las personas desplazadas por la fuerza. En el caso de Colombia, el 28% de la población tiene 15 años o menos y, sin embargo, representa el 39% de los desplazados.

Cabe notar que Colombia por ser uno de los países con mayor número de refugiados a nivel mundial cuenta con el apoyo de organizaciones como la ACNUR, la Cruz Roja Colombiana (CRC), entre otras que brindan garantías para minimizar la problemática causada por este fenómeno, como son, asistencia humanitaria y políticas y leyes nacionales para la protección de los derechos de las Personas Desplazadas Internas, asesoramiento jurídico en el caso de la ACNUR quien publicó una guía para la garantía laboral de los refugiados en Colombia (Guía que se encuentra en el sitio web oficial de la ACNUR <https://www.acnur.org/media/las-personas-refugiadas-y-migrantes-trabajadoras-tienen-derechos-en-colombia>), también se puede mencionar ayudas financiación de equipos e insumos, así como formación a

través de capacitaciones desde las iniciativas de la CRC, así lo indica la Dra. Judith Carvajal de Álvarez a través de su artículo Colombia, el país refugio, (publicado en <https://www.ifrc.org/es/article/colombia-el-pais-refugio>).

El contexto de los desplazamientos en Córdoba

Córdoba es un departamento del Caribe Colombiano que ha sufrido la violencia por los grupos al margen de la ley, este territorio cobra relevancia en la comprensión de la violencia política en Colombia ya que ha padecido el conflicto armado con diversos grupos presentes en la zona. Se plantea que desde 1985 empezó a llegar un número importante de personas desplazadas a la región y ya hacia el año 2003 habían existido unas 30 invasiones donde vivían desplazados (Negrete, 2008). De acuerdo con cifras reveladas por el Registro Único de Víctimas (RUV, 2023), el número de personas registradas en el país como víctimas de desplazamiento forzado es de 9.472.019. En la categoría de hechos victimizantes, Córdoba reporta un acumulado de 452.469 víctimas de desplazamiento forzado y 4.539 por desaparición forzada. Los jóvenes en edades de 14 y 28 años víctimas del conflicto armado en el departamento de Córdoba reporta en el registro único de víctimas en 5.407.

Los jóvenes desplazados del departamento de Córdoba en Colombia, debido a su situación de vulnerabilidad, están expuestos a diversos riesgos que pueden afectar su salud mental. A pesar de que existen intervenciones psicoeducativas para prevenir y reducir estos riesgos, éstas no siempre están disponibles o son accesibles para esta población. Por lo tanto, se requiere evaluar habilidades para la vida que pueda ser implementada de manera accesible y efectiva para los jóvenes desplazados de Córdoba, a fin de incidir en los factores de riesgo y protección para su salud mental.

Desplazamiento y juventud.

El desplazamiento forzado se conoce como una condición que ha caracterizado al ser humano a lo largo de la historia, desde la necesidad de locomoción y traslado para subsistir hasta la emigración de pueblos o muchedumbres causada por diversos motivos, como la persecución, la desigualdad y la opresión es un fenómeno de un impacto social muy fuerte y cuyas causas se deben principalmente al conflicto armado interno que ha perdurado durante mucho tiempo “Desde los años 1990, se ha incrementado el número de personas desplazadas en su propio país por conflictos armados” (citado por Juárez y Guerra, 2011, pág.511), sufriendo diferentes mutaciones y permeando todos los estratos sociales, que surge como consecuencia del abandono estatal y la falta de fortalecimiento de las instituciones “existen municipios antioqueños que “perdieron” más del 50% de su población, debido, principalmente, a la emigración involuntaria y violenta de sus habitantes por causa del conflicto interno” (Caicedo Restrepo, 2010), esta falta de operación efectiva

de las instituciones en procura de solucionar las necesidades de la población, entraña una injusticia social que se ve mayormente reflejado en la población más vulnerable y cuya expresión más notoria es la iniquidad social “Muchos desplazados residen en condiciones de hacinamiento, en viviendas expuestas a problemas medioambientales y en situaciones de importantes déficit en los servicios públicos” (Mogollón y Vázquez, 2006).

En este sentido, lo anterior caracteriza un estrato social de la población que se empieza a catalogar y a representar como víctima, la caracterización de ese estrato social se convierte en un rotulo que se asigna y que deriva en una estigmatización de la población víctima “el desplazado se ve enfrentado a la exclusión, señalamiento y estigmatización social en las ciudades receptoras frente a su situación.” (Citado por Londoño Calle, Sicachá Espinosa y Gonzales Sánchez, 2011, pág. 173), producto de desconfianzas surgidas por su origen y sus nexos sociales; cabe resaltar que esta población en su mayoría es población campesina con predominancia del género femenino e infantil. El fenómeno del desplazamiento es devastador, asociado a la violencia a través de la historia, con iniquidad de género y violación de los derechos humanos en Colombia, “estimativos indican que más de la mitad de los 5 millones de desplazados en el país son mujeres y de ellas, 4 de cada 10, han sido desplazadas por el conflicto armado” (Citado por Andrade y Sicachá, 2012, p. 62), este agravante (el hecho de que sean mujeres y niños) contribuye al surgimiento de factores interpersonales de explotación y manipulación “cada vez es más frecuente que individuos con patrones interpersonales de explotación y manipulación esgriman la condición de ser desplazados para beneficiarse de ciertas dadivas” (Sánchez y Jaramillo, 2014).

Además, la población víctima es poseedora de un saber adquirido a partir del sufrimiento de los eventos traumáticos, los cuales generan en los individuos, mecanismos individuales de afrontamiento: La gravedad de sus manifestaciones está relacionada con la magnitud del evento y capacidad de afrontamiento de las personas. En algunos casos, puede prolongarse por horas, días y meses, donde la víctima continúa experimentando oleadas de temor y ansiedad al recordar el trauma o al comenzar a elaborar las consecuencias del mismo, provocando alteración emocional que incide en el resto del funcionamiento psicosocial, conflictos en las relaciones interpersonales, dificultades en el cumplimiento de tareas habituales (Londoño y otros, 2011).

Estos mecanismos de afrontamiento pueden ser beneficiosos -si a partir de ellos se construye capacidad de resiliencia- o perjudiciales, y con esto se desconfigura su construcción de ciudadanía, lo que conduce a la pérdida de autonomía, identidad política y capacidad de exigibilidad de los derechos, constituyéndose de esta manera en un círculo vicioso de factores que rompen el tejido social. La ruptura de ese tejido social, impacta de manera negativa los repertorios culturales y simbólicos, ocasionando que la población, con su identidad ciudadana afectada, adopte una postura de mendicidad y aceptación de dadivas,

más que de exigibilidad de sus derechos. Esta postura de mendicidad está asociada directamente con el evento de desterritorialización (desplazamiento forzado) que ha sufrido de su territorio social, geográfico y cultural (Ocampo y Forero, 2013), además al alterarse ese tejido social que es el responsable de la configuración del sujeto, sufre alteraciones externas a partir del daño en el proyecto de vida, y a nivel psicológico en los planos cognitivo, emocional y conductual, los cuales dan razón del plano mental (Hernández y Isajar, 2008).

El desplazamiento ha tenido un impacto devastador en la salud mental de las personas afectadas, especialmente en adolescentes y jóvenes, quienes son más susceptibles a desarrollar trastornos psicológicos debido a la exposición a eventos traumáticos y las condiciones de vulnerabilidad. Organismos como ACNUR han trabajado en la documentación y abordaje del desplazamiento interno en Colombia, resaltando la importancia de incorporar tratados internacionales en los ordenamientos jurídicos nacionales para proteger los derechos de las personas desplazadas. Se han realizado estudios que exploran el impacto del conflicto armado en diferentes aspectos, como la economía, la educación y la salud mental de las poblaciones afectadas, con el objetivo de informar políticas públicas y programas de intervención más efectivos.

Existe un interés creciente en comprender las experiencias y narrativas de las poblaciones desplazadas, se requiere una atención integral que aborde no solo las necesidades inmediatas de las personas desplazadas, sino también sus derechos, dignidad y bienestar a largo plazo, promoviendo su inclusión social y reconstrucción del tejido comunitario.

Contextos Legales

En Colombia, la Ley 1616/2013 propone garantizar el ejercicio pleno del derecho a la salud mental a la población colombiana, priorizando a los niños, niñas y adolescentes. Sin embargo, las características multiculturales del país demandan una adaptación de este concepto, porque implican un conjunto de procesos, signos y síntomas de carácter afectivo, cognitivo y comportamental. Esta particularidad sumada a la persistencia de diferentes representaciones sociales de la enfermedad mental complejiza la existencia de un modelo integrativo o de un criterio de definición único de salud mental para el país, sobre todo en el escenario del posconflicto. Por esto es útil la incorporación de un modelo que enfoque determinantes sociales, con las cuales pueda extender la salud mental y lo que esta abarca cuando se refiere a las capacidades del ser humano para generar y compartir estados de felicidad y agradabilidad en espacios saludables.

A nivel nacional, como lo habíamos mencionado anteriormente Colombia cuenta con una Ley de Salud Mental (1616 de 2013), una Política Pública Nacional de Salud Mental de 2018 y un documento CONPES – 3992 de 2020 sobre salud mental, que se orientan a desarrollar estrategias sectoriales, intersectoriales, sociales y comunitarias que garanticen el ejercicio pleno de la salud mental como parte integral del derecho a la salud de la población colombiana con enfoque de atención primaria en salud, su implementación ha sido lenta e insuficiente, por lo que todavía es un desafío garantizar el cumplimiento de los derechos en salud mental de las personas, las familias y las comunidades, su atención integral, la realización de procesos de promoción y prevención de la salud mental, así como los sistemas de información e investigación.

A nivel regional, se presentaron aumentos significativos con las problemáticas de salud mental que se agudizaron, aún más, con la pandemia por Covid-19, por medio de la información reportada al sistema de vigilancia en salud Pública durante la vigencia 2023 se reportaron 1.144 casos de intento de suicidio. Es importante mencionar que el departamento de Córdoba desde el año 2020 inició el proceso de adopción y adaptación de la Política Pública de Salud Mental del departamento, vigente desde el mes de diciembre del año 2023, una deuda pendiente para enfrentar los desafíos del contexto actual y las necesidades en salud mental de nuestro departamento. La nueva política se enfoca en cinco ejes, el primero hace referencia en abordar experiencias asociadas con la salud mental, el segundo en prevención de los problemas y trastornos de salud mental individuales y colectivos, el tercero en abordar desigualdades y acceso desigual a servicios de salud mental, el cuarto en promover la investigación y desarrollo en salud mental y el cinco apunta a la gestión, articulación, coordinación sectorial e intersectorial.

Lo expuesto en el ámbito internacional, nacional y regional, evidencia que el tema de salud mental cada vez se ha posicionado más en las agendas públicas, reflejado en la creación, fomento y actualización de políticas y estrategias que favorezcan la salud mental, por lo tanto, es necesario seguir avanzando en la implementación de cada una de ellas como en definir estrategias que apunten a trabajar los desafíos que actualmente enfrentamos en el departamento de Córdoba en salud mental.

Habilidades para la vida

En 1993 la División de Salud Mental de la Organización Mundial de la Salud (OMS) lanzó formalmente la Iniciativa Internacional para la Educación en las Escuelas de Habilidades para la Vida (Life Skills Education in Schools), con el propósito de difundir la enseñanza de un grupo genérico de diez destrezas psicosociales consideradas importantes en la promoción de la competencia psicosocial de la gente joven, y a las que llamó “habilidades para la vida”. Las diez

habilidades que propuso fueron: toma de decisiones, solución de problemas, pensamiento creativo, pensamiento crítico, comunicación efectiva, relaciones interpersonales, autoconocimiento, empatía, manejo de emociones y manejo del estrés.

La iniciativa de la OMS se fundamentó en dos premisas principales. En primer lugar, en la importancia que tiene la competencia psicosocial en la promoción de la salud, en términos del bienestar físico, mental y social de las personas. En segundo lugar, en que, como consecuencia de los cambios sociales, culturales y familiares de los últimos años, no puede asumirse que el aprendizaje espontáneo de las destrezas psicosociales que realizan los niños y las niñas de hoy sea suficiente, por lo que propuso que la enseñanza de las diez habilidades tuviera un lugar específico en el contexto de la educación formal (Mantilla L. & Chahín I. 2012).

Por otro lado, el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) define las habilidades para la vida en su blog de la División de Educación como, “Las habilidades para la vida son transversales y les permiten a los jóvenes reinventarse a lo largo de todas las etapas de la vida, adaptarse a circunstancias cambiantes y muy diversas, así como identificar las oportunidades de crecimiento” (BID 2023).

Trabajar en el estudio de las habilidades para la vida como una estrategia transversal a las diferentes problemáticas en salud mental es poder mirarla como un conjunto de competencias psicosociales que pueden incidir en los riesgos y protectores de los jóvenes desplazados del departamento de Córdoba, Colombia. Teniendo en cuenta que se define la salud mental como un estado de bienestar emocional, psicológico y social, en el cual los individuos son capaces de afrontar el estrés, desarrollar relaciones positivas y contribuir al bienestar de su comunidad.

La fundamentación conceptual se basa en modelos teóricos que identifican las habilidades para la vida como factores de protección en la salud mental de los jóvenes, incluyendo la resiliencia, el autoconcepto positivo, la resolución de problemas, la toma de decisiones, la comunicación efectiva y el manejo del estrés. Se argumenta que el fortalecimiento de estas habilidades puede contribuir a mitigar los efectos negativos del desplazamiento y promover el bienestar psicosocial de los jóvenes afectados.

De esta manera se comprende la importancia de proponer una estrategia basada en habilidades para la vida y factores protectores enfocada a mejorar la salud mental de los jóvenes estudiantes desplazados del Departamento de Córdoba, abriendo una puerta hacia la resiliencia, con el fin de que esta población afronte de forma positiva sus adversidades y aunque no eliminen las causas a consecuencia de esta condición por lo menos mitiguen el impacto ocasionado en cada individuo que le permita enfrentarse al mundo y afrontar cada una de las situaciones que se le presentan en la vida cotidiana.

Conclusiones

El desplazamiento forzado ha dejado una huella profunda en la salud mental de los jóvenes estudiantes en el departamento de Córdoba. La exposición a situaciones traumáticas, como la violencia y el desplazamiento, ha incrementado significativamente las diferentes problemáticas de salud mental, que, si no son abordados de manera adecuada, pueden afectar negativamente las diferentes áreas de su vida, generando un ciclo de vulnerabilidad que los mantiene expuestos a toma de decisiones inadecuadas y problemáticas emocionales que puede llevar a problemáticas como el suicidio y autolesiones.

Además, se ha identificado un déficit notable en las habilidades para la vida de estos jóvenes, como la resiliencia, la resolución de conflictos y la toma de decisiones. Estas carencias no solo limitan su capacidad para enfrentar los desafíos cotidianos, sino que también los hacen más vulnerables a caer en conductas de riesgo, como el consumo de sustancias y la participación en actividades delictivas. El desarrollo de estas habilidades es esencial para que puedan construir un futuro más seguro y esperanzador.

Podríamos decir que las habilidades para la vida son destrezas que le sirven a las personas para relacionarse mejor consigo mismas, con los demás y con el entorno. La educación en estas habilidades es un estilo de aprendizaje que se centra en aspectos más personales, humanos y subjetivos del individuo. Es una forma de hacer la educación más humana y menos académica con el objetivo de enseñarle a los jóvenes una mejor manera de cómo pueden vivir y responder a las exigencias de la vida de una manera más integral y asertiva. Hasta el día de hoy, la enseñanza de estas habilidades no se aborda comúnmente de forma específica en las familias y tampoco en las instituciones educativas, por lo que a la mayor parte de las personas les toca ir aprendiendo sobre ellas en el camino. Por último, este enfoque tiene un potencial enorme en el logro y los objetivos de la educación de aprender a ser y a convivir con los demás de una manera respetuosa y responsable que traiga bienestar y genere respuestas a las diferentes problemáticas en salud mental que enfrentamos. Es importante mencionar que en la actualidad la educación en las instituciones educativas sobre habilidades para la vida consiste en el diseño de currículos integrales que buscan que las enseñanzas de cada una de ellas, hagan parte de los programas escolares de educación para una vida saludable y un desarrollo más positivo desde las diferentes etapas de la vida.

El análisis sugiere una urgente necesidad de implementar programas de intervención psicoeducativos que aborden tanto la salud mental como el desarrollo de habilidades para la vida en esta población. Estos programas deben ser culturalmente sensibles y adaptados a las realidades específicas de los jóvenes desplazados en Córdoba, con un enfoque integral que incluya apoyo psicológico, educativo y

social. Solo a través de intervenciones bien diseñadas y ejecutadas se podrá mitigar el impacto negativo del desplazamiento en esta población.

Las instituciones educativas, por su parte, juegan un papel crucial en la promoción de la salud mental y el desarrollo de habilidades para la vida en los jóvenes desplazados. El fortalecimiento de programas escolares que integren la educación emocional y social, junto con un ambiente de apoyo y comprensión, podría contribuir significativamente a mejorar la calidad de vida de estos estudiantes. Las escuelas deben ser espacios seguros donde los jóvenes puedan desarrollar su potencial y aprender a manejar los desafíos de su entorno.

Finalmente, es imprescindible que las políticas públicas en el departamento de Córdoba prioricen la atención psicosocial a los jóvenes desplazados, incorporando un enfoque de derechos humanos que garantice el acceso a servicios de salud mental y educación de calidad. Además, la formación de docentes y profesionales en temas de salud mental y habilidades para la vida es esencial para brindar el apoyo adecuado a esta población vulnerable. Solo a través de un enfoque coordinado y comprometido se podrá ofrecer a estos jóvenes las herramientas necesarias para superar los retos que enfrentan y construir un futuro mejor.

Referencias bibliográficas

- Albuja, S., Arnaud, E., Caterina, M., Charron, G., Foster, F., Glatz, A. K.,... Wissing, M. (2014). Global Overview 2014, people internally displaced by conflict and violence. <https://www.internal-displacement.org/sites/default/files/inline-files/201405-global-overview-2014-en.pdf>
- Campo-Arias, A., Oviedo, H. C., & Herazo, E. (2014). Prevalencia de síntomas, posibles casos y trastornos mentales en víctimas de conflicto armado interno en situación de desplazamiento en Colombia: una revisión sistemática. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 43(4), 177-185. doi: 10.1016/j.rcp.2014.07.003
- Cataño-Pérez, G.A., Sierra-Hincapié, G.M., Semenova-Moratto, M., Salas-Zapata, C., Buitrago-Salazar, C., Agudelo-Martínez, M.A. (2018). Salud mental en víctimas de desplazamiento forzado por la violencia en Colombia El caso de Bogotá, Medellín y Buenaventura, (1º. Ed). Editorial CES. <https://repository.ces.edu.co/bitstream/10946/3846/1/Salud-mental-env%C3%ADctimas-de-desplazamiento-forzado-por-la-violencia-en-C....pdf>

- Cuellar Rivas, L. X. (2019). La Salud Mental, un verdadero problema de salud pública. *Revista Colombiana Salud Libre*, 13(1). <https://doi.org/10.18041/1900-7841/rcslibre.2018v13n1.4985>
- Estrada, A., Ripoll, K., & Rodríguez, D. (2010). Intervención psicosocial con fines de reparación con víctimas y sus familias afectadas por el conflicto interno en Colombia: Equipos psicosociales en contextos jurídicos. *Revista de Estudios Sociales* (36), 239-247
- Habozit, A., & Moro, M. R. (2013). Breaking the silence in Colombia to resist violence ½. *Soins Psychiatrie*, 284(1), 34-42. doi: 10.1016/j.spsy.2012.11.006
- Juárez, F. y Guerra, Á. (2011). Características Socioeconómicas y Salud en Personas Pobres y Desplazadas. *Psicología: Teoría E Pesquisa*, 27(4), 511–519.
- Londoño Calle, N., Sicachá Espinosa, M. A., & Gonzales Sánchez, J. C. (2011). Posibles manifestaciones del trastorno por estrés post-traumático (TEPT) en adultos desplazados por el conflicto armado del asentamiento “Acacias bajo” en Armenia- Quindío. *Sinapsis*, 172- 185
- Hewitt-Ramírez, N., Juárez, F., Parada-Baños, A.J., Guerrero-Luzardo, J., Romero-Chávez, Y.M., Salgado-Catilla, A.M., Vargas-Amaya, M.V. (2016). Afectaciones Psicológicas, Estrategias de Afrontamiento y Niveles de Resiliencia de Adultos Expuestos al Conflicto Armado en Colombia. *Revista Colombiana de Psicología*, 25(1), 125-140 <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5403371>
- Londoño Calle, N., Sicachá Espinosa, M. A., & Gonzales Sánchez, J. C. (2011). Posibles manifestaciones del trastorno por estrés post-traumático (TEPT) en adultos desplazados por el conflicto armado del asentamiento “Acacias bajo” en Armenia- Quindío. *Sinapsis*, 172- 185
- Ministerio de salud y protección social. (2020). Retos del sector salud y de protección social en la atención integral de las víctimas del conflicto armado. <https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/promocion-social/Victimas/Paginas/victimas.aspx?fbclid=IwAR1LN9YLBbluERvy0KfO4AOPeBUTYaR4yhPFrSPaOEq3lsqjh-C7A9Efq6k>
- Negrete Barrera, V. (2008). Problemática psicosocial y socioeconómica como consecuencia del conflicto armado en el departamento de córdoba en Colombia. *Revista Internacional de Investigación Psicológica*, 1 (1), 74–80. <https://doi.org/10.21500/20112084.969>

Ocampo Prado, M., & Forero Ospina, P. A. (2013). Desplazamiento forzado e itinerancias: mujeres reasentadas en la ciudad de Montería. La búsqueda incansable de un territorio de vida. Tesis Psicológica, 32-55.

Organización Mundial de la Salud; 2022. Salud mental y COVID-19: datos iniciales sobre las repercusiones de la pandemia. Ginebra: (https://www.who.int/es/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-Sci_Brief-Mental_health-2022.1)

Rojas-Bernal, L.A., Castaño-Pérez, G.A., Restrepo-Bernal, D.P. (2018). Salud mental en Colombia. Un análisis crítico. CES Medicina, 32(2), 129-142.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6627691>

Sánchez, R., & Jaramillo, L. E. (2014). Impacto del Desplazamiento Sobre la Salud Mental. Universitas Humanistica, 87-101.