

**TECNICATURA SUPERIOR  
ACOMPañAMIENTO TERAPEUTICO**

# **INTRODUCCION A LA SALUD MENTAL**

**Cursillo de Ingreso**



**INSTITUTO SUPERIOR  
Huellas Misioneras**

**ELDORADO - MISIONES**

**[www.ishm.edu.ar](http://www.ishm.edu.ar)**

**2023**

---

**TECNICATURA SUPERIOR EN ACOMPAÑAMIENTO TERAPEUTICO**  
**CURSILLO DE INGRESO**  
**“INTRODUCCION A LA SALUD MENTAL”**

### **I.1. Fundamentación**

El curso "Introducción a la Salud Mental" es una pieza clave en la formación de aspirantes a la Tecnicatura Superior en Acompañamiento Terapéutico. A través de este curso, se busca proporcionar a los futuros estudiantes los conocimientos fundamentales necesarios para comprender y abordar de manera efectiva los aspectos relacionados con la salud mental en el contexto de su futura práctica profesional.

Este curso ofrece un acercamiento inicial a la comprensión de la salud mental y su relevancia en el bienestar de las personas. A través de la exploración de conceptos esenciales y la identificación de síntomas comunes de trastornos mentales, los estudiantes adquirirán una base sólida para reconocer las necesidades de acompañamiento y apoyo emocional de individuos que enfrentan desafíos en su salud mental.

Además, se promoverá la sensibilidad cultural y la empatía como elementos cruciales en la interacción con personas provenientes de diversas realidades y contextos culturales. Los estudiantes también explorarán modalidades de intervención en salud mental, permitiéndoles adentrarse en enfoques terapéuticos y estrategias de prevención que contribuyen a la promoción de la salud mental.

El curso "Introducción a la Salud Mental" proporciona un cimiento valioso para los futuros acompañantes terapéuticos, permitiéndoles abordar de manera responsable y efectiva las complejidades de la salud mental en su futura labor profesional. Al explorar estos conceptos y adquirir herramientas prácticas, los estudiantes estarán mejor preparados para brindar el apoyo necesario a las personas que requerirán sus servicios de acompañamiento terapéutico.

### **I.2. Objetivos y Expectativa de Logro**

#### **General**

*Desde el curso:*

- Dotar a los estudiantes de los conocimientos esenciales para comprender los conceptos fundamentales de la salud mental, identificar síntomas comunes de trastornos mentales y desarrollar habilidades de comunicación y sensibilidad cultural que les permitan brindar un

acompañamiento terapéutico efectivo y empático a personas que enfrentan desafíos en su salud mental.

### **Específicos**

*Lograr que los participantes puedan:*

- *Identificar Síntomas de Trastornos Mentales:* Reconocer y comprender los síntomas y signos tempranos de trastornos mentales comunes, como la ansiedad y la depresión, con el fin de facilitar una detección temprana y proporcionar un apoyo adecuado a las personas que los experimentan.
- *Desarrollar Habilidades de Comunicación Empática:* Adquirir habilidades sólidas de comunicación, incluyendo la empatía y la escucha activa, para establecer relaciones de confianza y comprensión con las personas que serán acompañadas terapéuticamente.
- *Comprender Factores de Influencia en la Salud Mental:* Analizar los factores biológicos, psicológicos, sociales y culturales que afectan la salud mental, lo que permitirá tener una visión holística y comprensiva de las experiencias y desafíos de las personas.
- *Explorar Modalidades de Intervención en Salud Mental:* Explorar las diferentes modalidades de intervención en salud mental, desde enfoques terapéuticos hasta estrategias de promoción de la salud, brindando a los estudiantes un panorama diverso de posibles abordajes.
- *Fomentar la Sensibilidad Cultural:* Reconocer la importancia de la diversidad cultural en la salud mental y desarrollar la capacidad de adaptar enfoques terapéuticos a contextos culturales diversos, asegurando un acompañamiento respetuoso y efectivo.

### **Expectativa de Logro:**

Al finalizar el curso "Introducción a la Salud Mental", se espera que los estudiantes hayan adquirido un conocimiento sólido de los conceptos fundamentales de la salud mental y sus factores de influencia, así como la capacidad de identificar síntomas de trastornos mentales comunes. Asimismo, se espera que los estudiantes hayan desarrollado habilidades efectivas de comunicación empática y escucha activa, lo que les permitirá establecer relaciones de confianza y comprensión con las personas a las que acompañarán terapéuticamente. Los estudiantes también habrán explorado diferentes modalidades de intervención en salud mental y comprenderán la importancia de la sensibilidad cultural en su futura labor como acompañantes terapéuticos. En conjunto, los estudiantes estarán preparados para abordar los desafíos de la salud mental de manera integral, ética y empática en su futura formación como profesionales de Acompañamiento Terapéutico.

### **I.3 Dirigido a**

Estudiantes en la etapa de ingreso al Nivel Superior de la carrera de Acompañante Terapéutico.

### **I.4 Contenido Programático**

#### **Unidad 1: Fundamentos de la Salud Mental**

Introducción a la Salud Mental. Modelos de Salud Mental. Trastornos Mentales Comunes. Factores de Riesgo y Protección

#### **Unidad 2: Bienestar Mental y Autocuidado**

Promoción del Bienestar Mental. Autocuidado y Manejo del Estrés. Habilidades de Comunicación. Apoyo Social y Redes de Apoyo

#### **Unidad 3: Terapia y Acompañamiento en Salud Mental**

Terapia Psicológica. Trabajo en Equipo. Atención a Poblaciones Específicas. Recursos y Herramientas en Salud Mental

### **I.5 Metodología**

El curso se desarrolla enteramente a través de la plataforma digital del Instituto, con una metodología dinámica y participativa de cada uno de los temas.

Cada módulo se desarrolla en forma teórico práctica, combinando actividades con distintas metodologías en función del tema a exponer.

Los participantes tendrán disponible como guía la planificación de contenidos, hojas de ruta, material de estudio, foros de consultas, guías de trabajos prácticos, vídeos tutoriales y videoconferencias; lo cual permitirá al estudiante contar con la información adecuada para la presentación de los trabajos a propuesta del Docente.

La comunicación con el docente se establecerá vía plataforma virtual, ya sea a través de mensajes privados o a través de los foros que serán habilitados para tal fin.

### **I.6 Modalidad, carga horaria y duración**

### **Duración: 12 semanas – 96 hs / avance de contenidos semanalmente**

Las **actividades asincrónicas** (material de estudio, videos tutoriales y actividades prácticas), se desarrolla en el aula virtual, para ello subirán una vez a la semana y deberán ser resueltas en el transcurso del tiempo que el Docente determine..

Habrà foros de presentación, anuncios y consultas en cada módulo a fin de poder responder todas las inquietudes del participante. Esto significa que el docente a cargo del curso publicará en días determinados y contestará también en días determinados a fin de poder mantener una comunicación eficaz durante todo el desarrollo del curso.

### **I.9 Características de las Evaluaciones**

El sistema de evaluación que realizara el Docente será Continuo y en Proceso. Habrá participación activa en los foros de discusión, entrega de trabajos individuales o en grupo, y exámenes escritos para evaluar el conocimiento teórico.

La Desaprobación de las Evaluaciones no elimina del participante del ingreso a la carrera, sirve a los efectos medir el desempeño y el aprendizaje de los estudiantes de manera continua a lo largo del cursillo, sin generar una presión extrema ni poner en riesgo la aprobación del estudiante en caso de un bajo rendimiento en una evaluación específica.

En este enfoque, todas las evaluaciones son importantes y contribuyen a la calificación final, pero ninguna de ellas es suficiente por sí sola para excluir al estudiante de la oportunidad de aprender y mejorar.

### **I.12 Curriculum Vitae del Docente.**

Apellido y Nombre: BOTHNER Ruth Analía

**Título Profesional:** Lic. en Psicología

## CALENDARIO CLASES 2023

Curso: INTRODUCCION A LA SALUD MENTAL

Docente: BOTHNER Ruth Analía

Ord N°	Unidad	Lección	Tema	Modalidad
1	1	1.1	<b>Introducción a la Salud Mental:</b> Definición de salud mental. Importancia de la salud mental en el ámbito terapéutico. Historia de la atención a la salud mental.	Virtual
2	1	1.2	<b>Modelos de Salud Mental:</b> Modelos médicos, psicológicos y sociales. Enfoque biopsicosocial. Perspectivas culturales y de género en la salud mental.	Virtual
3	1	1.3	<b>Trastornos Mentales Comunes:</b> Presentación de trastornos mentales comunes. Síntomas y diagnóstico. Estigma asociado a los trastornos mentales.	Virtual
4	1	1.4	<b>Factores de Riesgo y Protección:</b> Identificación de factores de riesgo y protección. Influencia del entorno familiar y social. Estrategias de prevención.	Virtual
5	2	2.1	<b>Promoción del Bienestar Mental:</b> Concepto de bienestar mental. Estrategias para promover el bienestar. Importancia de la resiliencia.	Virtual
6	2	2.2	<b>Autocuidado y Manejo del Estrés:</b> Técnicas de autocuidado. Estrategias para gestionar el estrés. Mindfulness y relajación.	Virtual
7	2	2.3	<b>Habilidades de Comunicación:</b> Importancia de la comunicación efectiva. Escucha activa. Comunicación no violenta.	Virtual
8	2	2.4	<b>Apoyo Social y Redes de Apoyo:</b> Rol del apoyo social en la salud mental. Construcción de redes de apoyo. Recursos disponibles.	Virtual
9	3	3.1	<b>Terapia Psicológica:</b> Principales enfoques terapéuticos. Terapia cognitivo-conductual, psicoanalítica, humanista, etc. Rol del acompañante terapéutico en la terapia.	Virtual
10	3	3.2	<b>Trabajo en Equipo:</b> Colaboración con otros profesionales de la salud mental. Ética y confidencialidad. Casos de estudio y ejemplos prácticos.	Virtual
11	3	3.3	<b>Atención a Poblaciones Específicas:</b> Abordaje de la salud mental en niños, adolescentes, adultos y personas mayores. Enfoque de género y diversidad cultural.	Virtual
12	3	3.4	<b>Recursos y Herramientas en Salud Mental:</b> Presentación de recursos y servicios disponibles. Desarrollo de un plan de apoyo personalizado. Evaluación final y conclusiones del curso.	Virtual