

**Aspectos psicosociales que limitan el acceso a terapia psicológica en los estudiantes de
la Facultad de Ingeniería del Tecnológico de Antioquia**

Ana María Cardona Palacio

Mariana Gómez Echavarría

Leandro A. Ramírez Franco

Edwin Yesid Rivera

Facultad de Educación y Ciencias Sociales, Tecnológico de Antioquia

Psicología

Dr. Oscar Alonso Hincapié Acevedo

2023

Resumen

La psicoterapia es un proceso de apoyo emocional validado científicamente que busca ayudar a las personas a adquirir habilidades para enfrentar desafíos en la vida. El acceso a la terapia debe ser equitativo y parte del derecho a la salud mental. A pesar de la eficacia de la psicoterapia, muchas personas, especialmente en Colombia, no reciben el tratamiento adecuado debido a estigmas y barreras socioeconómicas. La investigación se centra en comprender los factores psicosociales que influyen en el acceso a la salud mental, por medio de la aplicación de 7 entrevistas semiestructuradas a hombres y mujeres estudiantes de octavo semestre de Ingeniería en el Tecnológico de Antioquia. Entre los resultados más destacados se encontró que las personas con acceso limitado a psicoterapia se ubican en los estratos socioeconómicos más bajos y que el estigma social se encuentra presente en el pensamiento actual, lo que hace que las personas por desinformación se cohiban de asistir a psicoterapia.

Palabras clave: PSICOTERAPIA, PSICOSOCIAL, ABANDONO, RESISTENCIA.

Abstract

Psychotherapy is a scientifically validated emotional support process that seeks to help people acquire skills to cope with life challenges. Access to therapy should be equitable and part of the right to mental health. Despite the effectiveness of psychotherapy, many people, especially in Colombia, do not receive adequate treatment due to stigma and socioeconomic barriers. The research focuses on understanding the psychosocial factors that influence access to mental health, through the application of 7 semi-structured interviews to male and female eighth semester engineering students at the Tecnológico de Antioquia. Among the most outstanding results, it was found that people with limited access to psychotherapy are located in the lower socioeconomic strata and that social stigma is present

in current thinking, which causes people to shy away from attending psychotherapy due to misinformation.

Keys words: PSYCHOTHERAPY, PSYCHOSOCIAL, ABANDONMENT, RESISTANCE

Introducción

La psicoterapia es un proceso de apoyo emocional validado científicamente, toda vez que se puede adquirir habilidades para llevar el control de la vida y responder de manera asertiva a situaciones exigentes o problemáticas que se presenten en el diario vivir (Ching, 2012). El acceso a la terapia debe ser equitativo y oportuno para cualquier tipo de población, siendo pertinente aclarar que, de la misma forma, es el derecho a la salud mental y debe estar incluida dentro de los servicios del Sistema Nacional de Salud. (Federación Uruguaya de Psicoterapias)

Cabe resaltar, que en el mundo moderno se encuentra la presencia de un alto número de enfermedades o malestares mentales, creando escenarios desfavorables para la gestión de la comunicación interpersonal, el desarrollo y la madurez psíquica individual. Alrededor de un 80% de los pacientes bajo algún tipo de tratamiento manifiestan cambios psicológicos significativos. No sólo acelera el proceso de mejora, sino que provoca cambios en las estrategias de afrontamiento frente a los problemas (Lambert, y Bergin, 1994). A pesar de los beneficios de la psicoterapia y que en Colombia se ha calculado que 8 de cada 20 colombianos pueden presentar trastornos psiquiátricos relacionados principalmente con ansiedad, seguidos por los relacionados con el estado de ánimo y el uso de sustancias psicoactivas, estas enfermedades no reciben el reconocimiento y tratamiento adecuado en su totalidad. Lo anterior debido a que las personas con trastornos mentales en mayor medida los

adolescentes, son particularmente vulnerables a sufrir exclusión social, discriminación, problemas de estigmatización, dificultades educativas, comportamientos de riesgo, mala salud física y situaciones que afectan a la disposición para buscar ayuda. (Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia [MSPS] 2014; Organización Mundial de la Salud [OMS], 2021). Al no recibir la atención adecuada, estas personas pueden presentar recaídas y deterioros que llevan a urgencias y re-hospitalizaciones representando altos costos para el sistema de salud. [MSPS] 2014.

Porcel y Medina (2005) en su estudio sobre el abandono en las terapias psicológicas establece diferentes motivos por los cuales se presenta este fenómeno, son: el motivo de consulta ya no preocupa, consejo de otro profesional de corriente teórica distinta, cambio de ciudad del cliente, desmotivación por la terapia, incumplimiento de instrucciones, relativizar el problema, tardanza en conseguir objetivos, negación a tocar algunos temas, falta de rapport con el terapeuta, cambio de ciudad del terapeuta. Otros factores frecuentes de abandono de la psicoterapia son: estatus socioeconómico, escasa motivación, gravedad y cronicidad del trastorno psicopatológico, débil alianza terapéutica, exceso de actividad verbal del terapeuta, etcétera. En un análisis realizado por Leong y Zachar (1999), utilizando una muestra compuesta por 290 estudiantes que estudiaban psicología en una universidad de los Estados Unidos, se encontró que el 53% eran hombres y el 47% mujeres. Este estudio evaluó las actitudes de los participantes en tres aspectos: cognitivo, afectivo y conductual. Los resultados obtenidos indicaron que las mujeres exhiben actitudes más positivas hacia la búsqueda de ayuda psicológica en comparación con los hombres.

Esto se debe a que los hombres tendieron a tener perspectivas socialmente más restrictivas en relación a la enfermedad mental y la asistencia de profesionales en este ámbito.

La salud mental es importante para el equilibrio emocional y psicológico de las personas. En Colombia, al igual que en otros lugares, se enfrentan desafíos en este aspecto debido a elementos como el estrés, la ansiedad, la depresión y las experiencias traumáticas. La terapia psicológica brinda un espacio seguro para abordar estas problemáticas y construir estrategias de afrontamiento saludables. A lo largo de la historia, se ha conocido que el conflicto armado y la violencia en Colombia han dejado secuelas emocionales en gran parte de la población, por esto, la terapia se convierte en un pilar esencial para encarar el trauma y asistir a las personas en su proceso de recuperación y reconstrucción personal. Asimismo, existe un estigma entorno a las cuestiones de salud mental en la sociedad colombiana, por lo que el acceso a terapia psicológica puede disminuir los prejuicios que existen alrededor de esta y normalizar la búsqueda de apoyo profesional para enfrentar los desafíos emocionales.

El motivo de esta investigación está ligado a conocer cuáles son y qué tanto es el impacto de los factores psicosociales para determinar un acceso a la salud mental. Teniendo en cuenta algunas predisposiciones que se pueden presentar para el inicio de la psicoterapia o en el transcurso de esta. Lo anterior es una situación que lleva a cuestionar y a hacer hincapié en la influencia de problemáticas psicosociales presentes en el no acceso a terapia psicológica. Esta es una investigación de corte cualitativo, por medio de la cual, a partir de entrevistas semiestructuradas se podrá

conocer la percepción sobre la terapia psicológica que tienen 7 estudiantes (2 mujeres y 5 hombres) entre 18 y 25 años cursando el octavo semestre de la facultad de ingeniería del Tecnológico De Antioquia y qué factores inciden en la asistencia a la misma; se contó con esta muestra utilizando el método hermenéutico que permite realizar una interpretación objetiva del discurso de los participantes. Así mismo, con los resultados arrojados, se espera contar con información concisa acerca de la asistencia a psicoterapia, para que al momento de intervenir públicamente en lo que confiere a la salud mental, se planteen estrategias que permitan un acceso equitativo y pertinente a la terapia psicológica.

Metodología

La metodología utilizada para la recolección de la información para conocer ¿Cuáles son los aspectos psicosociales que limitan el acceso a terapia psicológica en los estudiantes de la facultad de ingeniería? desde la percepción que tienen los estudiantes sobre la misma, fue de carácter cualitativo en donde se plantearon preguntas estructuradas que dan respuesta a cada objetivo planteado, igualmente se utilizó el método hermenéutico. “La hermenéutica ofrece una alternativa para investigaciones centradas en la interpretación de textos. La misma implica un proceso dialéctico en el cual el investigador navega entre las partes y el todo del texto para lograr una comprensión adecuada del mismo (círculo hermenéutico). Este método implica también un proceso de traducción, pues se produce un texto nuevo que respeta la esencia del original al mismo tiempo que proporciona un valor agregado a la traducción al poner énfasis en lo histórico-contextual.” (Hermida y Quintana, 2019), las respuestas fueron indagadas y filtradas por un proceso de codificación de la

información en donde se dio a conocer el análisis de expresión basado en las experiencias y evidencias que los participantes tenían con respecto a la psicoterapia, y la eficacia o abandono de la misma desde la perspectiva individual y basada también a nivel social, familiar, y cultural.

Para la participación se realizó una convocatoria con el respectivo permiso de la facultad de ingeniería del Tecnológico de Antioquía Institución Universitaria, de la misma manera, se generó una convocatoria interna con los docentes para brindar la información a los estudiantes y su posterior inscripción, se les facilitó un código qr para la inscripción voluntaria de los participantes, los cuales debían cumplir con mínimos requisitos para filtrar su participación: Capacidad para leer y escribir, hombres y mujeres, cursar el 8° semestre de ingeniería, no es obligatorio que previamente haya asistido a una terapia psicológica, estrato socioeconómico del nivel uno al nivel seis, no se tendrán en cuenta las creencias que practique. Una vez verificada la caracterización de los participantes se procedió con realizar el primer contacto para la programación de la entrevista individual semiestructurada, mediante el instrumento de cuestionario con preguntas abiertas y cerradas. Posteriormente se transcribieron las entrevistas para mayor capacidad de comprensión e identificación de las respuestas durante la codificación.

Resultados

En total se obtuvo la respuesta de siete estudiantes del octavo semestre de la facultad de ingeniería del Tecnológico de Antioquia, dos mujeres y cinco hombres con edades entre los 18 y 25 años. Los resultados de las entrevistas se dividieron en tres principales categorías para las cuales se identificaron subcategorías como se

describe en la tabla 1.

Tabla 1

Categorías y subcategorías identificadas en las respuestas de las encuestas.

Categorías	Subcategorías
Concepción de psicoterapia	Trauma o situación
	Psicoterapia
	Problemas
	Ayuda
Condicionantes psicosociales	Negación
	Procesos
	Influencia social
Factores psicosociales	Economía
	Espiritualidad
	Atención
	Entorno

Se tomaron algunas respuestas aleatorias que se mencionan a continuación relacionadas con cada una de las subcategorías.

Un trauma o situación es aquella problemática que está relacionada con un malestar y una deficiencia mental de acuerdo con uno de los participantes, "La psicoterapia puede ser, por ejemplo, cuando, por ejemplo, uno tiene algún tipo de trauma, pues uno necesita conversar con alguien algo así como de traumas o de

situaciones que a uno le hayan pasado, con este tipo de cosas es necesario recibir ayuda psicológica."

La psicoterapia se basa en métodos de atención a la población que lo requiera por medio de técnicas y evaluaciones psicológicas para llevar a cabo una terapia, esto es lo encontrado en una de las respuestas, "Supongo yo que se evalúa el estado de la persona, el estado emocional, el estado en físico no puedo decir, pero supongo yo que algunos rasgos deberán ser como estudiados, estudia la forma en que la persona se expresa con las palabras, que más, no mentiras hasta ahora sería eso lo general."

Los problemas consisten en experiencias o situaciones aversivas que afectan la integridad del ser humano Igualmente, así lo expresa una de las respuestas, "Por ejemplo, yo conozco amigos y mucha gente allegada a mí. Y conozco muchos que han tenido problemas, por ejemplo, ansiedad o problemas de cómo le digo, de autoestima. Este tipo de problemas que muchas veces la gente no se le da cierta importancia."

La ayuda es la manera que tienen los profesionales en acercarse a la población para acceder a psicoterapia y disminuir o tratar sus síntomas. Esta es la manera como se concibió en una de las entrevistas, "Creería que es algo que te ayuda a ti a quitar ese dolor o ese trauma o darte una solución, no tanto una solución si no a que tomes una decisión con respecto a lo que estás viviendo por ejemplo algo puede ser un ejemplo que se te muere un familiar entonces tú no sabes cómo asumir eso, creería que la terapia o el psicólogo te ayudaría a dar una solución o a seguir adelante para que no te afecte tanto ese caso, esa situación que tuviste."

Se evidenció que la negación es un mecanismo de defensa que permite evadir

problemas o realidades que afecta el estado emocional de las personas, "Yo digo que un factor puede ser la negación, las personas saben que tienen problemas, pero, aunque la gente se lo diga, muchas veces uno se auto encierra y dicen, no, yo estoy bien, pero en verdad no estoy bien. Puede ser malo, pues, que uno no se no se comprenda bien y no sea capaz de solicitar ayuda para sus sentimientos".

El proceso es la forma en la que se lleva a cabo una intervención para mostrar evolución o involución de un paciente, esto es lo que describe unos de los entrevistados, "Así como cuando se va a consulta médica y el doctor te observa, analiza, hace estudios para ver qué es lo que tienes en el cuerpo, creo que así mismo se debe afrontar la psicoterapia porque es todo un proceso que se debe desencadenar cuando se accede a la terapia"

La influencia social es el efecto que tienen los grupos, masas o personas sobre los pensamientos o conductas de los demás. Varios de los participantes han referido sobre la influencia social y se sintetizan en la siguiente respuesta, "Son personas que mentalmente no se sienten bien, no se sienten bien con ellas, que de pronto no son capaz de abordar situaciones porque no tienen cercanía, creo que la familia influye mucho en este tipo de situaciones porque cuando uno crece en un hogar con un papá y una mamá que lo escuchan y lo acompañan, es muy importante para uno crecer y de pronto tener esa capacidad de afrontar los problemas de una mejor manera."

Se identificó que la economía es un factor o rasgo que determina las condiciones de los individuos e influyen sobre la asistencia o no asistencia a psicoterapia, "El estrato socioeconómico influye en la asistencia, y aunque hay

canales que son gratuitos. Entonces creo que en ese sentido no, pero la gran mayoría son de pago. Entonces yo creo que muchas veces hay gente que no va a dejar de comer un día para ir a psicoterapia. Muchas veces la situación económica de una persona es muy difícil y ni siquiera piensa gastar un centavo en tratarse psicológicamente. Entonces sí, sí, afecta."

Con relación a la espiritualidad la cual se refiere a las creencias o sentimientos profundos, casi siempre religiosos, que establece una persona para dar un sentido a su vida, se encontró en una de las respuestas, "La espiritualidad tiene que ver mucho con el tema de bienestar y de cómo me siento bien yo con los míos, primero conmigo y luego con los que me rodean , entonces creo que cuando uno tiene una espiritualidad sana sin importar la creencia, porque creo que las religiones tienen cierto tipo de dogma o paradigma frente al comportamiento humano, y esos paradigmas permiten generar bienestar o son las normas de comportamiento social, entonces este tipo de cosas pueden ayudar a la persona a abordar las situaciones de una buena manera, cuando tú crees que de pronto un Dios te va a ayudar con cierto tipo de situaciones, tienes la fe de que va a ayudar, cuando le cuentas al padre y te desahogas eso te ayuda a superar muchas situaciones, y a mejorar la salud mental".

La Atención hace parte de los procesos que se llevan a cabo en una psicoterapia, con el fin de tener una escucha activa y hacer sentir al consultante que se le está prestando la suficiente atención, esto es lo que se encontró referente a esta concepción, "La verdad no sé no sé cómo lo verán los demás, pero con la salud yo obviamente hay retrasos tal vez en el tiempo de atención, pero yo creo que en general en Salud Mental se encuentra muy bien porque por ejemplo hay programas en los

Colegios que brindan ese servicio y es por parte de la alcaldía o cosa de salud con la EPS. También se encuentra porque usted va a un médico general y da una orden para ir directamente al psicólogo Y eso, pero la verdad pues no lo veo complicado aquí en Colombia”.

Finalmente se encontró que el entorno guarda relación directa con la resistencia a la psicoterapia, entendiendo el entorno como el espacio en el que una persona o grupo de personas conviven o desempeñan determinadas actividades permeados por diferentes variables como la cultura, sus creencias, economía y normas. En este sentido uno de los participantes afirmó lo siguiente, “El factor social que me limita asistir a psicoterapia es que la gente me empecé a preguntar, ¿Qué tengo?, ¿qué me pasó? Pues y hay veces que uno, la verdad no quiere empezar a contar los problemas a todo el mundo porque puede que se pongan sensibles o se sienta mal por uno y la verdad pues sería algo primordial, porque si voy a psicoterapia me preguntaría mi mamá, pues mi familia, mis amigos”.

En concordancia con la metodología empleada para el desarrollo de la investigación, así como los resultados obtenidos mediante las respuestas de los entrevistados, las categorías y sus respectivas subcategorías identificadas, permitió conocer aspectos psicosociales y su impacto en el acceso o no acceso a terapia psicológica en los estudiantes de la Facultad de Ingeniería del Tecnológico de Antioquia.

Discusión

Los resultados de la investigación determinaron aspectos relevantes que dan respuesta a cada uno de los objetivos, categorías, y subcategorías establecidas desde el

planteamiento inicial de la investigación sobre los aspectos psicosociales que limitan el acceso a psicoterapia desde cuatro dimensiones relacionadas con el análisis de los resultados. Dentro de los resultados recogidos en las entrevistas semiestructuradas se evidenció el reconocimiento de la psicoterapia como la ayuda para resolver situaciones, traumas, y problemáticas que generan malestar en las diversas dimensiones en la vida de un individuo, asimismo, Wolberg, (2004) menciona que: Psicoterapia es el tratamiento, por medios psicológicos, de problemas de naturaleza emocional, en el cual una persona entrenada establece deliberadamente una relación profesional con el paciente con el objeto de: eliminar, modificar o retardar síntomas existentes, mediatizar patrones de conducta perturbados y promover el crecimiento positivo de la personalidad y el desarrollo. (Bernardi et al., 2004 p.100). Lo anterior da cuenta al grado de correlación sobre la perspectiva de psicoterapia con respecto al autor y los participantes. De la misma manera, los participantes manifestaron la importancia de generar un buen vínculo entre terapeuta, y paciente para llevar a cabo de manera satisfactoria y con mejores resultados el proceso psicoterapéutico, es necesario resaltar el aspecto sobre la preferencia profesional para con el género femenino, ya que refieren mayor capacidad de comprensión, empatía, y conexión por las características femeninas, que los hacen sentir seguridad y calidez durante el proceso terapéutico. Paralelamente, Gómez y Peláez (2015), dan a conocer la existencia del interés por ampliar la perspectiva de comprender los problemas psicológicos en los territorios, desde las realidades individuales permeadas por los aspectos psicosociales, de igual manera, las diversas demandas poblacionales de solicitud profesional con el objetivo de brindar un tratamiento adecuado y dirigido a la promoción de la salud, la prevención, y el tratamiento de patologías. (p.9). Sin embargo, dentro del proceso de establecimiento de rapport se pueden generar variables adaptativas, en donde Según Alles, (2002) es una

habilidad que consiste en la capacidad de comprender, apreciar diferentes perspectivas, ser capaz de cambiar el comportamiento de adaptarse rápidamente y de manera efectiva a diversas situaciones, contextos y personas. Los participantes refieren esta situación como una constante dependiente a los resultados del proceso y el nivel de compromiso por parte del paciente.

Por otro lado, es necesario resaltar los indicadores que apuntan a dar respuesta a la segunda subcategoría sobre los condicionantes psicosociales, en donde se demostró el reconocimiento de factores o limitantes que influyen en el acceso a psicoterapia, en donde se justificó como factor relevante la economía debido al difícil acceso a sesiones terapéuticas por elevados costos en cada sesión. Además, del factor atención, incluyendo limitantes de espacio, tiempo, y lugar que generan condiciones precarias para acceder cómodamente a servicios de salud mental. Lo anterior da cuenta a la concepción integral del ser humano en el que se tiene en cuenta el entorno del individuo y cómo esto interfiere en el desarrollo de este, mediante sus valores, creencias y principios (Abello et al. 2018, p. 93).

Posteriormente, la negación al proceso psicoterapéutico, la diversidad de creencias desde la espiritualidad, la estigmatización social, la afección emocional por prejuicios, y la desinformación son indicadores percibidos y recolectados en las entrevistas semiestructuradas proporcionadas por los participantes y como consecuencia se presenta la inasistencia a procesos psicoterapéuticos. Debido a la influencia del entorno biológico, personal, y familiar que genera problemáticas e inseguridades individuales ocasionando resistencia o en su defecto abandono. Como se indica “el abandono terapéutico hace referencia a aquella situación en la que algunos consultantes que iniciaron un proceso terapéutico, no lo finalizaron a pesar de todavía requerir la ayuda profesional” (Jo y Almao, 2007, como se citó en, Moreno et al. 2012, p. 24). De esta forma, Cuando una persona

comienza un proceso psicoterapéutico es habitual que se manifiesten ciertas resistencias mentales y emocionales al mismo. Freud (1985) es el primero en introducir el término de “resistencia” al ámbito psicológico y lo define como una conducta paradójica y autodestructiva, que evita la mejoría emocional del paciente. Del mismo modo, Freud establece que la base de la resistencia es la represión de factores que la persona identifica como amenazantes.

En síntesis, se identifican los factores individuales y sociales que influyen cognitiva y comportamental, a nivel personal para la asistencia o no asistencia a psicoterapia, de los cuales se destaca la influencia social como un factor directo debido a que se menciona que las personas evitan, desisten o asisten a procesos psicoterapéuticos de acuerdo a los pensamientos y creencias sociales desde la estigmatización o apertura cultural, asimismo, los mitos generan resistencia sobre esta decisión, cómo se indica en las entrevistas semi estructuradas “Yo no asisto a terapia porque mi familia empezaría a preguntarme que tengo o mis amigos empezarían a decirme que si estoy loco o tengo algún problema, entonces eso me estresaría más porque no quiero estar comentando mi situación con otras personas”. Adicionalmente, el factor económico también es otro factor directamente proporcional con respecto a los indicadores de asistencia a psicoterapia, en donde se evidencia, “Acceder a servicios de salud mental tiene alto costo, y las personas no van a dejar de comer por pagar sesiones de psicoterapia, ya que la salud mental en Colombia no es una prioridad.”

Con base en lo revisado anteriormente, los aspectos más preponderantes son los económicos, sociales, culturales, de creencias, informativos y vínculo con el psicoterapeuta, lo cual puede influir en el individuo negativamente generando resistencia al acceso a procesos psicoterapéuticos a nivel individual, social, y cultural según los relatos de los participantes.

Sin embargo, esto da a entender que un significativo número de personas y en este caso estudiantes de ingeniería del TdeA se ven sesgados principalmente por el desconocimiento y la poca información a nivel educativo o de promoción, impidiendo que los participantes sientan un verdadero interés por conocer la realidad sobre llevar un sano proceso psicoterapéutico en el que se dejen a un lado aquellos estigmas sociales que perjudican la atención y el cuidado a nivel psicológico y mental. No obstante, las evidencias encontradas en la recolección de respuestas, también se encontró que, aunque existan impedimentos a nivel social y económico no cierra la posibilidad de acceder a terapia, reconociendo la importancia de la misma y la efectividad que está puede significar en sus vidas.

Conclusiones.

La psicología, como rama de las ciencias de la salud, prima la garantía del bienestar y estado de salud (físico/mental) del paciente, remarcando la importancia que tiene la vitalidad y evolución de cada consulta, sin embargo, para lograr dicho objetivo, se es necesario el principio de la voluntariedad, donde las personas ejercen rutas de búsquedas con los profesionales de esta área, en este punto, se puede iniciar con la debida intervención tanto para detectar el problema, como para ejecutar la eliminación o la disminución del mismo.

Existe un gran número de personas que se niegan o entran en conflicto a la hora de buscar ayuda, ya sea por influencias socioculturales, desconocimiento, prejuicios, entre otros. En consecuencia y después de un riguroso proceso de lectura y análisis investigativo, se logró conocer la concepción sobre la asistencia a psicoterapia, además de catalogar

aquellos factores psicosociales, sesgos y condicionantes que evidenciaron 7 estudiantes del octavo semestre del programa Ingeniería, de la Institución Universitaria Tecnológico de Antioquia (TdeA).

Respecto al concepto que tienen los estudiantes del 8° semestre de ingeniería del TdeA, se evidenció que todos los participantes cuentan con una idea general sobre el “¿Qué es?” y el “¿Para qué?” de la asistencia a psicoterapia; se enfatiza que algunos de ellos coinciden con la representación del concepto brindado por (Wolberg 2004, p. 2) sin embargo, una vez analizadas las categorías de condicionantes y factores psicosociales se muestra que, aunque los estudiantes reconocen la psicoterapia como una ayuda a la hora de resolver diferentes situaciones relacionadas con el estado de ánimo, los traumas entre otros..., sin embargo para los estudiantes no es un factor preponderante para tomar la decisión de reiniciar un proceso inconcluso de psicoterapia o en otro orden, tomar la iniciativa de buscar un profesional de la salud mental.

Entre los sesgos encontrados, no solo está remarcada la existencia de limitantes a nivel social, sino también se patentiza la existencia de una resistencia a nivel individual. La negación en este contexto refleja la idea de no aceptar que se necesita ayuda, sea por un bajo nivel de introspección o, por otra parte, una manera de autoprotección ante la adversidad.

Tal como se premeditaba en los antecedentes y referentes teóricos estudiados anteriormente se halló que los factores económicos (como el alto costo de las sesiones y el transporte), el factor social y cultural relacionado con los diferentes mitos y prejuicios de la psicoterapia, las creencias, la desinformación y el vínculo terapéutico dictaminan fuertemente el hecho de buscar ayuda profesional.

En este sentido, se puede afirmar que cada uno de estos factores puede intervenir sin depender de otro directamente, sin embargo, se interpone en las personas tanto de forma individual como en conjunto, perjudicando la búsqueda de soluciones con profesionales debidamente capacitados. Es relevante reconocer que para futuras investigaciones los frutos de este primer contacto podrían ser respaldados haciendo uso de una mayor muestra, y utilizando para ello herramientas de análisis cuantitativo.

Tomando en cuenta todos aquellos datos reunidos con el desarrollo de esta investigación quedan evidentes algunas incógnitas relacionadas con el área de la psicología haciendo énfasis en el profesional de Psicología y su rol, quien tiene por obligación no solo atender y prevenir problemáticas relacionadas con la salud mental, así también, es de su índole llevar a cabo procesos de promoción que lleguen a todos aquellos lugares y personas que desconocen la importancia de esta rama de la salud, generando conciencia propia sobre la necesidad de atender no solo cuerpo sino también la mente.

El grupo de trabajo encontró que existe una problemática a nivel de desinformación no solo entre los estudiantes entrevistados, sino también entre los grupos sociales que rodean a cada uno de ellos, esto refuerza que, entre los factores encontrados como la estigmatización, los mitos y los miedos alrededor de la psicoterapia dan cuenta del bajo nivel educativo sobre la salud mental incluso entre los futuros profesionales de psicología. Es muy importante como individuos aprender a recibir ayuda cuando sea necesario y como profesionales seguir trabajando por el bienestar y salud mental de todas las personas, rompiendo mitos de la psicología con la realidad que se vive en el día a día. Por último se concluye que desde el área personal los participantes identifican la necesidad de recibir atención en salud mental para resolución de problemáticas individuales, sociales, familiares e incluso laborales y de pareja. Por lo anterior, se reconoció la necesidad de psicoeducación

en temas de salud mental y los procesos psicoterapéuticos para el mejoramiento de la calidad de vida.

Referencias.

- Aguilar Bustamante, M. C., & Aguado López, E. (2018). Scielo. Recuperado el 2022
- Alles, M. (2002). dirección estratégica de recursos humanos gestión por competencias: el diccionario. buenos aires, argentina: editorial granica.
- Aránguez, T. (s.f). *Que es el método hermenéutico*. Arjai. <https://arjai.es/2016/08/24/que-es-el-metodo-hermeneutico/>
- Bergin, A., Garfield, S. (1994). *Handbook of Psychotherapy and Behavior Change*. New York: Wiley and Sons.
- Bernardi, Defey, Garbarino, Tutté, & Villalba, (2004) *Guía para la Psicoterapia*. Revista psiquiátrica Uruguay.
- Castro Solano, Alejandro. (2003) “¿Son eficaces las psicoterapias psicológicas?”: *Psicodebate. Psicología, Cultura y Sociedad*, no. 3, pp. 59-90.
- Ching, June. (2012) “Entendiendo la psicoterapia.” American Psychological Association. <https://www.apa.org/topics/psychotherapy/entendiendo-la-psicoterapia>.
- De la Revilla, L., Aybara, R., Castro, J., & de los Ríosa, A. (1997). *Un método de detección de problemas psicosociales en la consulta del médico de familia*. ELSEVIER, 19(3), 133-137. <https://www.elsevier.es/es-revista-atencion-primaria-27-articulo-un-metodo-deteccion-problemas-psicosociales-14470#:~:text=Entendemos%20por%20problema%20psicosocial%20aquella,homeostasia%20familiar%2C%20capaces%20de%20generar>.
- Díaz-Lázaro, C. M. (2011). *Exploración de prejuicios en los psicólogos el primer paso hacia la competencia sociocultural*. Papeles del psicólogo, p. 274-281.
- Echeburúa, Enrique & Corral, Paz. (2001). *Eficacia de las terapias psicológicas: De la investigación a la práctica clínica*. International Journal of Clinical and Health Psychology. 1. 181-204
- Feixas Vialana, G., Sanchez Rodriguez, V., Laso, E., & Gómez-Jarabo, G. (2022). *La resistencia en psicoterapia el papel de la reactancia, la construcción del sí mismo y el tipo de demanda* Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=259940>

- Federación Uruguaya de Psicoterapias. (sf). *“la psicoterapia en el sistema nacional integrado de salud*. Fupsi. <https://fupsi.org.uy/la-psicoterapia-en-el-sistema-nacional-integrado-de-salud-derechos-y-obligaciones/>.
- Fuerza Informativa Azteca. (2021). *Día Nacional del Psicólogo: solo 2 de cada 10 mexicanos acuden a consulta con ellos*. Tvazteca
<https://www.tvazteca.com/aztecanoticias/dia-nacional-del-psicologo-solo-2-de-cada-10-mexicanos-acuden-a-consulta-con-ellos-fr>
- Fundación Saldarriaga Concha. (2019). *Por que a los colombianos les da miedo ir a un psiquiatra o al psicólogo*. Saldarriagaconcha. <https://www.saldarriagaconcha.org/por-que-a-los-colombianos-les-da-miedo-ir-a-un-psiquiatra-o-al-psicologo/>
- Freud, S. (1953-1966). *Estudios sobre la histeria (con Joseph Breuer)*. En J. Stanley (Ed. y Trad.), La edición estándar de las obras psicológicas completas de Sigmund Freud (Vol. 2) [Edición estándar]. Londres: Hogarth Press. (Obra original publicada en 1895).
- Gearing, R. E., Townsend, L. P., Elkins, J. P., El-Bassel, N. P., & Osterberg, L. M. (2014). *Harvard Review of Psychiatry*. Journals.https://journals.lww.com/hrpjjournal/Abstract/2014/01000/Strategies_to_Predict,_Measure,_and_Improve.3.aspx
- Gómez Vargas, Maricelly & Peláez Jaramillo, Gloria Patricia. (2015). *Modalidades de intervención de los psicólogos clínicos en Medellín, Colombia*. Psicología. Avances de la Disciplina, 9 (2), 73-83
- Ingrid Quintana-Abello, R. M.-L.-F.-D. (2018). *Enfoque psicosocial: Concepto y aplicabilidad en la formación profesional de estudiantes de psicología*. Revista Reflexión e Investigación Educativa, 90-98.
- Jaime Moreno, M. S. (2012). *Permanencia y abandono terapéutico en un centro de servicios psicológicos*. Scielo.
[http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862012000200003#:~:text=Gavino%20y%20Godoy%20\(1993\)%20definen,que%20algunos%20consultantes%20que%20iniciaron](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1900-23862012000200003#:~:text=Gavino%20y%20Godoy%20(1993)%20definen,que%20algunos%20consultantes%20que%20iniciaron)

- Méndez Quintero, I. (2019). *Evaluación del malestar psicológico en población vulnerable y población general: Un estudio comparativo*. Google académico. <https://repository.upb.edu.co/handle/20.500.11912/7493>
- Ministerio de salud y protección social. República de Colombia. (2014). *ABECÉ sobre la salud mental, sus trastornos y estigma*. Minsalud. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-salud-mental.pdf>
- Leong, y Zachar. (1999). *Gender and opinions about mental illness as predictors of attitudes toward seeking professional psychological help*. *British Journal of Guidance & Counselling*, 27(1), 123- 132. doi: 10.1080/03069889908259720
- Organización mundial de la salud [OMS]. (2021). *Salud mental del adolescente*. OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Porcel Medina, Manuel (2005). *El abandono en las terapias psicológicas*. *Revista de Ciencias Sociales*, (14) ,1-16.
- Ravitz, P. M., Watson, D. P., Lawson, A. P., Constantino, M. J., Bernecker, S. P., Parque, J. P., & Swartz, H. A. (2019). *Harvard Review of Psychiatry*. https://journals.lww.com/hrpjournal/Abstract/2019/05000/Interpersonal_Psychotherapy__A_Scoping_Review_and.4.aspx
- Rondón, A.P., Otálora, I.L., & Salamanca, Y. (2009). *Factores que influyen en la deserción terapéutica de los consultantes de un centro universitario de atención psicológica*. *International Journal of Psychological Research*, 2(2), 137-147.
- Torres López, T., Aranzazú Munguía Cortés, J., Aranda Beltrán, C., & Salazar Estrada, J. (2015). *Concepciones culturales sobre la salud mental de personas que asisten a procesos terapéuticos psicológicos*. Redalyc. <https://www.redalyc.org/pdf/1332/133239321005.pdf>
- Turpin, G., Richardas, D., Hope, R., & Duffy, R. (2008). *Mejorando el acceso a terapias psicológicas*. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2728033>

Velázquez, A., Sánchez, J. J., Lara, M. d., & Sentíes, H. (2000). *El abandono del tratamiento psiquiátrico*: Revista de Psicología de la PUCP, 317-340.