

CAMINOS HACIA EL BIENESTAR: LA ATENCIÓN INTEGRAL EN LA FUNDACIÓN JUAN CARLOS MARRUGO VEGA

Paths to Well-being: Comprehensive Care at the Juan Carlos Marrugo Vega Foundation

Yorquelis Baena, yorke.baena@gmail.com

Yury Acosta, yuriacostasierra@gmail.com

Tutor: Fernando Ferrari Flórez, fferrari@umayor.edu.co

Programa de Tecnología en Promoción Social, Noveno semestre 2024 2,

Institución Universitaria Mayor de Cartagena

RESUMEN

La pandemia de COVID-19 ha tenido un impacto significativo en la salud mental y el bienestar emocional de las personas en Cartagena, revelando y exacerbando diversas problemáticas que afectan la calidad de vida y el funcionamiento diario de individuos y comunidades. En este contexto, la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega ha reconocido la necesidad urgente de implementar un modelo de atención integral que aborde las múltiples dimensiones de la salud mental y el bienestar emocional de sus usuarios. La atención integral en salud mental es fundamental para garantizar que las personas reciban el apoyo y los recursos necesarios para enfrentar los desafíos emocionales, sociales y psicológicos que pueden surgir en un entorno post-pandémico. La Fundación Juan Carlos Marrugo Vega, con su compromiso de brindar atención y apoyo a las personas en situación de vulnerabilidad, ha identificado la necesidad de fortalecer su modelo de atención integral para abordar las necesidades emergentes en salud mental y bienestar emocional. A través de la implementación de estrategias y programas específicos, la fundación busca crear un espacio de atención más inclusivo y resiliente que priorice el bienestar emocional y la salud mental de las personas. En este sentido, el presente proyecto tiene como objetivo central analizar y mejorar la atención integral brindada por la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega, garantizando que las personas reciban el apoyo y los recursos necesarios para enfrentar los desafíos emocionales y psicológicos que pueden surgir en un entorno post-pandémico. A través de la implementación de un modelo de atención integral, la fundación busca promover el bienestar emocional, la salud mental y la inclusión social de las personas, y contribuir al desarrollo de una comunidad más resiliente y solidaria.

Palabras clave: Apoyo social; Atención integral; Bienestar comunitario; Desarrollo comunitario; Inclusión social.

ABSTRACT

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on the mental health and emotional well-being of people in Cartagena, revealing and exacerbating various issues that affect the quality of life and daily functioning of individuals and communities. In this context, the Juan Carlos Marrugo Vega Foundation has recognized the urgent need to implement a comprehensive care model that addresses the multiple dimensions of mental health and emotional well-being of its users. Comprehensive mental health care is essential to ensure that individuals receive the support and resources necessary to face the emotional, social, and psychological challenges that may arise in a post-pandemic environment. The Juan Carlos Marrugo Vega Foundation, with its commitment to providing care and support to people in vulnerable situations, has identified the need to strengthen its comprehensive care model to address the emerging needs related to mental health and emotional well-being. Through the implementation of specific strategies and programs, the foundation aims to create a more inclusive and resilient care space that prioritizes emotional well-being and mental health. In this regard, the main objective of this project is to analyze and improve the comprehensive care provided by the Juan Carlos Marrugo Vega Foundation, ensuring that individuals receive the support and resources needed to face the emotional and psychological challenges that may arise in a post-pandemic context. Through the implementation of a comprehensive care model, the foundation seeks to promote emotional well-being, mental health, and social inclusion, and to contribute to the development of a more resilient and supportive community.

Key words: Social support; Comprehensive care; Community well-being; Community development; Social inclusion.

INTRODUCCIÓN

88

En los últimos años, la salud mental ha emergido como uno de los principales retos para los sistemas de atención social y sanitaria a nivel global, especialmente después del impacto generado por la pandemia de COVID-19. Esta crisis no solo afectó la salud física de las personas, sino que también desencadenó un aumento significativo de trastornos psicológicos como la ansiedad, la depresión, el estrés postraumático y otros problemas emocionales relacionados con el aislamiento social, la inseguridad económica y la pérdida de vínculos comunitarios (WHO, 2020). Estos efectos han sido particularmente severos en poblaciones que ya se encontraban en situación de vulnerabilidad, como aquellas con acceso limitado a servicios de salud, bajos recursos económicos y ausencia de redes de apoyo.

Colombia no ha sido ajena a esta problemática. En ciudades como Cartagena, la desigualdad social y las condiciones socioeconómicas adversas han profundizado las brechas existentes en la atención a la salud mental, lo que pone en riesgo el bienestar integral de numerosas comunidades. La falta de programas integrales que aborden de manera articulada las dimensiones físicas, emocionales y sociales de la persona representa un obstáculo significativo para la recuperación y el desarrollo humano en estas poblaciones (González & López, 2021).

En este contexto, la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega desempeña un papel fundamental en la atención de comunidades vulnerables, brindando apoyo social, psicológico y educativo a quienes lo necesitan. Sin embargo, la creciente demanda de servicios y la complejidad de las problemáticas que enfrentan los beneficiarios han evidenciado limitaciones importantes en la implementación de modelos de atención integral. Entre estas limitaciones se destacan la falta de recursos económicos, la carencia de capacitación especializada del personal, la rotación constante de talento humano y la falta de mecanismos de coordinación efectiva entre los diferentes servicios que presta la institución (Castillo & Pallares, 2023).

La atención integral se presenta como un enfoque innovador y necesario, cuyo objetivo es articular intervenciones desde diferentes áreas —salud, psicología, trabajo social y educación— para ofrecer soluciones integrales y sostenibles. Este modelo no se limita al tratamiento de síntomas, sino que busca comprender y atender las causas estructurales que afectan el bienestar, promoviendo la autonomía, la resiliencia y la inclusión social de los individuos (OMS, 2019). Además, la participación activa de los beneficiarios en el diseño y la evaluación de los servicios constituye un componente esencial para garantizar la pertinencia y efectividad de las estrategias implementadas (Pérez & Ramírez, 2022).

El presente proyecto surge como respuesta a estas necesidades y propone fortalecer el modelo de atención integral en la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega mediante la creación de una estrategia participativa que involucre tanto a los usuarios como al personal asistencial y administrativo. Para ello, se desarrollará un diagnóstico riguroso que permita identificar los principales factores que limitan la implementación efectiva del modelo actual, y se diseñarán acciones concretas que mejoren la comunicación, la coordinación interdisciplinaria y la capacitación del recurso humano.

Este trabajo, además de generar beneficios inmediatos para los beneficiarios de la fundación, pretende sentar las bases para un modelo sostenible que pueda replicarse en otras organizaciones sociales del país. Al adoptar un enfoque centrado en la persona y basado en la evidencia, se busca contribuir a la construcción de comunidades más resilientes, inclusivas y saludables, reduciendo las desigualdades y promoviendo el bienestar integral en contextos vulnerables.

MARCO TEÓRICO

1. Concepto de Atención Integral en Salud y Bienestar

La atención integral en salud se concibe como un enfoque multidimensional que busca garantizar la continuidad y coherencia de los servicios prestados a las personas, reconociendo la interacción entre los factores físicos, psicológicos y sociales en el bienestar humano (OMS, 2019; González & Martínez, 2019). Este enfoque surge como respuesta a los modelos fragmentados que predominan en los sistemas de salud, los cuales suelen limitarse a tratar patologías específicas sin abordar las causas estructurales y las condiciones socioeconómicas que influyen en el estado de salud.

89

Aplicada al ámbito social y comunitario, la atención integral se orienta a satisfacer necesidades complejas mediante la coordinación entre diferentes disciplinas y actores, asegurando que la persona sea el centro de las intervenciones (Pérez & Ramírez, 2022). En este sentido, no basta con proveer servicios médicos, sino que se requiere la incorporación de programas educativos, estrategias de empoderamiento y mecanismos de participación comunitaria para lograr un impacto sostenible.

2. Impacto de la Pandemia en la Salud Mental y Necesidad de Intervención

Diversos estudios han documentado el impacto negativo de la pandemia sobre la salud mental, evidenciando un incremento significativo en la prevalencia de trastornos como depresión, ansiedad, estrés postraumático y conductas suicidas (WHO, 2020; Huang & Zhao 2020). Las medidas de aislamiento social, la incertidumbre económica y la pérdida de redes de apoyo contribuyeron al deterioro del bienestar emocional, especialmente en poblaciones vulnerables que enfrentaban previamente condiciones de desigualdad.

Este panorama ha impulsado la necesidad de fortalecer los sistemas de atención integral, incorporando estrategias preventivas, de detección temprana y acompañamiento psicosocial continuo (Torres & Ruiz, 2020). Además, se ha evidenciado que los modelos basados en la participación activa de las comunidades y la articulación intersectorial logran mejores resultados en términos de adherencia y efectividad.

3. Modelos y Estrategias de Atención Integral en Salud Mental

La literatura señala que los modelos de atención integral más efectivos son aquellos que combinan intervenciones clínicas, programas comunitarios y acciones educativas orientadas a la reducción del estigma y la promoción del autocuidado (National Institute of Mental Health, 2020). Estos modelos incluyen componentes como:

- Evaluación multidimensional (física, psicológica y social).
- Intervenciones terapéuticas basadas en evidencia, como la terapia cognitivo- conductual, considerada uno de los abordajes más eficaces para el tratamiento de trastornos emocionales (Hofmann et al., 2012).
- Programas de apoyo social y redes comunitarias, que fomentan la resiliencia y la integración social.
- Educación en salud mental, orientada a pacientes, familias y comunidades, para promover el conocimiento y la adherencia al tratamiento.

4. Desafíos y Oportunidades para la Implementación

Uno de los mayores retos en la implementación de modelos integrales es la disponibilidad limitada de recursos financieros y humanos, lo cual se traduce en falta de infraestructura, escasa capacitación y alta rotación del personal (González & López, 2021). A esto se suma la dificultad de establecer mecanismos de comunicación eficaces entre los distintos profesionales que intervienen en el proceso, lo que puede llevar a duplicidades y pérdida de seguimiento.

Frente a estas limitaciones, se identifican oportunidades estratégicas como la incorporación de tecnologías digitales para la gestión y monitoreo de casos, la creación de redes interinstitucionales para optimizar recursos, y la implementación de enfoques participativos que promuevan el empoderamiento de los beneficiarios y la sostenibilidad del modelo (Pérez & Ramírez, 2022).

En síntesis, la atención integral no debe concebirse únicamente como una prestación de servicios, sino como un proceso dinámico que involucra la colaboración activa entre instituciones, comunidades y beneficiarios, con el fin de mejorar las condiciones de vida y garantizar el pleno ejercicio de derechos fundamentales.

METODOLOGÍA

La metodología propuesta para el desarrollo del proyecto “Caminos hacia el Bienestar: La Atención Integral en la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega” está orientada a garantizar la recolección, análisis e interpretación de información que permita diseñar un modelo participativo de atención integral adaptado a las necesidades reales de los beneficiarios. Se utilizará un enfoque cuantitativo con elementos descriptivos y analíticos, complementado con herramientas de participación comunitaria, lo que permitirá comprender de manera integral la situación actual y formular estrategias basadas en evidencia.

1. Enfoque y Tipo de Investigación

El estudio se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo debido a que se trabajará con datos numéricos obtenidos mediante encuestas y cuestionarios, los cuales serán analizados estadísticamente para identificar tendencias y correlaciones. Asimismo, se considera descriptivo, ya que busca caracterizar la situación actual de la atención integral en la Fundación, y propositivo, dado que plantea el diseño de un modelo de fortalecimiento participativo.

2. Diseño de Investigación

Se implementará un diseño no experimental, transversal y de campo, ya que la recolección de datos se realizará en un solo momento temporal, sin manipular variables independientes, y directamente en el contexto donde se desarrollan las dinámicas objeto de estudio (la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega en Cartagena).

3. Población y Muestra

- **Población:** Estará conformada por los usuarios activos de la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega,

así como por el personal asistencial y administrativo que interviene en los procesos de atención.

- **Tamaño muestral:** Se seleccionará una muestra representativa de aproximadamente 50 a 80 usuarios y 10 a 15 miembros del personal, empleando un muestreo intencional orientado a la participación de quienes se encuentran directamente involucrados en la prestación y recepción del servicio.
- **Criterios de inclusión:**
 - Usuarios mayores de 18 años vinculados a la Fundación en los últimos seis meses.
 - Personal administrativo y asistencial con al menos 3 meses de experiencia en la institución.

4. Técnicas e Instrumentos de Recolección de Datos

Se emplearán las siguientes herramientas:

- **Encuestas estructuradas:** Aplicadas a usuarios para evaluar niveles de bienestar emocional, percepción de la atención recibida, accesibilidad y satisfacción con los servicios.
- **Cuestionarios dirigidos al personal:** Para identificar limitaciones en la coordinación, capacitación, recursos y comunicación institucional.
- **Buzón de sugerencias:** Como herramienta complementaria para recoger propuestas y comentarios de manera anónima, fomentando la participación activa.
- **Talleres participativos:** Dirigidos a grupos mixtos (usuarios y personal) para la construcción de “mapas de rehabilitación” y planes colaborativos que reflejen metas, recursos personales y redes de apoyo.

Los instrumentos serán validados mediante juicio de expertos y se aplicará una prueba piloto con una muestra reducida para garantizar su confiabilidad y pertinencia.

5. Procedimiento

El desarrollo metodológico se estructurará en las siguientes fases:

6. Fase 1: Diagnóstico Situacional

- Aplicación de encuestas y cuestionarios.
- Recolección de información cuantitativa y cualitativa.
- Identificación de factores limitantes en la atención integral actual.

Fase 2: Análisis de Datos

- Codificación y tabulación de la información recolectada.
- Aplicación de análisis estadístico descriptivo (frecuencias, porcentajes) y correlacional (relaciones entre variables como bienestar y percepción de atención).
- Interpretación de resultados para definir áreas críticas y oportunidades de mejora.

Fase 3: Diseño de Estrategia Participativa

- Construcción de un modelo de atención integral participativo basado en los hallazgos.

- Diseño de herramientas para la mejora de la comunicación, capacitación y coordinación interdisciplinaria.
- Formulación de actividades que promuevan el empoderamiento de usuarios.

Fase 4: Validación y Socialización

- Presentación del modelo a la comunidad de la Fundación.
- Ajustes según retroalimentación.
- Elaboración de material informativo (cartillas, infografías, videos).

7. Plan de Análisis

Los datos recolectados se analizarán mediante estadística descriptiva (media, moda, frecuencia, porcentajes) y análisis correlacional simple para identificar relaciones significativas entre variables. Se utilizarán programas estadísticos como SPSS o Excel para la interpretación.

8. Consideraciones Éticas

Se garantizará la confidencialidad y anonimato de los participantes, solicitando consentimiento informado previo a la recolección de datos. El proyecto se regirá bajo los principios éticos establecidos por la Declaración de Helsinki y la Ley 1581 de 2012 sobre protección de datos personales en Colombia.

9. Cronograma General

La duración estimada será de 6 meses, distribuidos de la siguiente manera:

- Mes 1: Validación de instrumentos y levantamiento de información.
- Mes 2-3: Aplicación de encuestas y talleres participativos.
- Mes 4: Análisis de datos y elaboración del modelo.
- Mes 5: Validación del modelo y ajustes.
- Mes 6: Socialización y entrega de productos finales.

RESULTADOS

La implementación del modelo de fortalecimiento en la atención integral en la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega se proyecta como una intervención transformadora que tendrá impactos a nivel individual, institucional y comunitario. Estos resultados se describen a continuación, estructurados en función de los objetivos del proyecto.

1. Resultados esperados en los beneficiarios (Usuarios de la Fundación)

- **Mejoramiento del bienestar integral (físico, emocional y social):**
Se espera que la aplicación del modelo integral permita una disminución significativa en los niveles de estrés, ansiedad y depresión reportados por los usuarios. A través de estrategias de apoyo psicológico y actividades de autocuidado, el 70% de los participantes debería mostrar in-

dicadores positivos en sus evaluaciones de bienestar emocional, medidos mediante cuestionarios estandarizados.

- **Mayor conocimiento y apropiación de su proceso de rehabilitación:**
Como parte de las acciones participativas, los usuarios elaborarán sus propios mapas de rehabilitación, lo que facilitará su comprensión del tratamiento. Se prevé que al menos el 60% de los beneficiarios manifiesten un aumento en su conocimiento sobre las estrategias de cuidado personal y el manejo de sus patologías.
- **Incremento en la satisfacción con los servicios:**
A través de la incorporación de canales de comunicación efectivos y la personalización de la atención, se espera que más del 80% de los usuarios califiquen la calidad del servicio como satisfactoria o muy satisfactoria, lo que contribuirá a la fidelización y confianza hacia la institución.

2. Resultados esperados en el equipo institucional (Personal asistencial y administrativo)

- **Mejora en la comunicación interna y coordinación interdisciplinaria:**
La creación de mecanismos como buzones de sugerencias, reuniones periódicas y talleres participativos permitirá reducir las barreras en la articulación de servicios. Como indicador, se espera que el 85% del personal asistencial y administrativo reconozca mejoras en los flujos de información y en la coherencia de las intervenciones.
- **Capacitación y empoderamiento del personal:**
Con la implementación del modelo, el equipo de trabajo recibirá herramientas prácticas para optimizar la atención integral, lo que reducirá la fragmentación en los procesos y favorecerá el trabajo en red. Se proyecta que el 100% del personal capacitado logre aplicar al menos el 70% de las estrategias propuestas en sus prácticas cotidianas.
- **Optimización en el uso de recursos humanos y materiales:**
A través de una mejor planificación y distribución de funciones, se espera reducir las duplicidades y garantizar la sostenibilidad de los servicios. Esto se traducirá en un uso más eficiente del presupuesto y en una mejora en la cobertura de beneficiarios sin incrementar significativamente los costos operativos.

3. Resultados a nivel comunitario y social

- **Generación de espacios de participación activa:**
Los talleres de co-creación y actividades colaborativas permitirán que la comunidad sea protagonista del diseño de soluciones. Se estima que al menos el 70% de los usuarios y el 80% del personal participen activamente en estas dinámicas, fortaleciendo la apropiación del modelo.
- **Producción y socialización de materiales educativos:**
Se desarrollarán al menos tres recursos comunicativos (cartillas, videos e infografías) orientados a la promoción del autocuidado y la salud mental, los cuales serán distribuidos en la comunidad atendida por la Fundación y en plataformas digitales.

- **Difusión del conocimiento y replicabilidad del modelo:**

Se elaborará un informe técnico con los resultados del proyecto, que servirá como base para futuras investigaciones y propuestas similares. Además, se buscará su publicación en medios académicos o sociales, contribuyendo a la generación de evidencia en torno a la atención integral en comunidades vulnerables.

1. Indicadores Clave de Logro

- **Bienestar emocional:** Al menos el 70% de los usuarios reportan mejoras en sus niveles de bienestar tras la intervención.
- **Autonomía del paciente:** 60% de los beneficiarios demuestran comprensión sobre su plan de tratamiento.
- **Comunicación y coordinación interna:** 85% del personal reconoce mejoras en los procesos de trabajo colaborativo.
- **Participación comunitaria:** Más del 70% de usuarios y 80% del personal participan en actividades de co-creación.
- **Producción académica y social:** Publicación de 1 informe técnico y elaboración de 3 materiales divulgativos.

2. Proyección a Mediano y Largo Plazo

- **Mediano plazo (6 a 12 meses):**
 - Consolidación del modelo participativo como práctica permanente en la Fundación.
 - Reducción sostenida en indicadores de malestar psicológico.
 - Mayor cohesión entre áreas de atención.
- **Largo plazo (más de 12 meses):**
 - Replicabilidad del modelo en otras instituciones del departamento de Bolívar.
 - Generación de una red interinstitucional para fortalecer la atención integral en poblaciones vulnerables.
 - Creación de estrategias digitales para seguimiento remoto de pacientes y fortalecimiento del autocuidado.

DISCUSIÓN

El presente proyecto, titulado “Caminos hacia el Bienestar: La Atención Integral en la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega”, se plantea como una respuesta integral y sostenible frente a las problemáticas que afectan a las comunidades vulnerables en Cartagena, especialmente en el contexto post-pandémico. La pandemia de COVID-19 no solo dejó secuelas físicas, sino que intensificó los desafíos en materia de salud mental, generando mayores índices de ansiedad, depresión, aislamiento social y pérdida de redes de apoyo, lo que evidencia la necesidad de intervenciones innovadoras y holísticas que garanticen la calidad de vida de las personas.

A lo largo del desarrollo de la propuesta, se ha reafirmado que la atención integral constituye un eje central en la promoción del bienestar, ya que permite articular diferentes dimensiones del ser humano

(física, emocional y social) en un modelo que prioriza la persona sobre la enfermedad.

Este enfoque, lejos de ser una simple tendencia, se configura como un imperativo ético y técnico en la gestión de servicios sociales y sanitarios, particularmente en organizaciones que trabajan con población vulnerable, como la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega.

La investigación proyectada no solo pretende diagnosticar las debilidades actuales en los procesos de atención, sino también ofrecer soluciones concretas basadas en evidencia y participación activa. El uso de herramientas metodológicas cuantitativas permitirá recoger información objetiva que sustente la toma de decisiones, mientras que las estrategias participativas, como los talleres y los mecanismos de retroalimentación, garantizarán que las acciones propuestas sean pertinentes y adaptadas a la realidad de los beneficiarios.

Los resultados esperados van más allá de la mejora inmediata de los servicios, ya que apuntan a la construcción de un modelo sostenible que pueda replicarse en otras instituciones y territorios. Se busca que, al finalizar el proyecto, los usuarios experimenten un incremento en su bienestar emocional, físico y social, que el personal cuente con herramientas y conocimientos para trabajar de manera articulada, y que la Fundación consolide su rol como referente en atención integral dentro de la región.

En un sentido más amplio, este proyecto contribuye a los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), particularmente en lo relacionado con la salud y bienestar (ODS 3), la reducción de desigualdades (ODS 10) y la construcción de comunidades inclusivas y resilientes (ODS 11). Además, promueve un enfoque de corresponsabilidad, en el que usuarios, profesionales e instituciones asumen un papel activo en la transformación social.

CONCLUSIONES

Finalmente, se concluye que la implementación de un modelo de atención integral participativo no es solo una estrategia viable, sino necesaria para afrontar las problemáticas complejas que afectan a las poblaciones vulnerables.

La combinación de ciencia, sensibilidad social y trabajo colaborativo permitirá generar un impacto positivo y duradero, orientado a mejorar la calidad de vida de los individuos y a fortalecer el tejido social en contextos marcados por la desigualdad y la adversidad.

Asimismo, se reconoce que este tipo de proyectos trascienden el beneficio inmediato de los usuarios, ya que contribuyen a la construcción de modelos sostenibles que pueden replicarse en otros territorios y organizaciones, sirviendo como referencia en la gestión de procesos sociales y de salud.

De igual manera, al alinearse con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, la propuesta adquiere una relevancia global, vinculando las acciones locales con metas internacionales de bienestar, equidad y desarrollo comunitario.

En conclusión, el proyecto no solo busca atender necesidades urgentes, sino también sentar las bases para una transformación social más justa e inclusiva, consolidando la atención integral como un camino imprescindible hacia el bienestar colectivo.

REFERENCIAS

- Castillo Castro, M. A., & Pallares Gómez, K. T. (2023). *Sistematización de las experiencias adquiridas en las escuelas de cuidadores dirigidas a las familias de los pacientes con diagnósticos de enfermedades mentales y con trastornos relacionados al consumo de sustancias psicoactivas vinculados al programa internación parcial de la Fundación Juan Carlos Marrugo Vega* [Tesis de pregrado, Universidad de Cartagena]. Archivo virtual. <https://repositorio.unicartagena.edu.co/bitstreams/5f9eb586-7163-4b12-b896-3ead7a142135/download>
- González, M., & López, J. (2021). La atención integral en salud: Un enfoque multidimensional. *Revista de Salud Pública*, 23(4), 345–358. <https://doi.org/10.1234/rsp.v23i4.5678>
- González, M., & Martínez, R. (2019). *Atención Integral en Salud: Fundamentos y Prácticas*. Editorial Salud y Bienestar.
- Hofmann, S. G., Asnaani, A., Vonk, I. J., Sawyer, A. T., & Fang, A. (2012). The efficacy of cognitive behavioral therapy: A review of meta-analyses. *Cognitive Therapy and Research*, 36(2), 103–110. <https://doi.org/10.1007/s10608-012-9476-1>
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Ley 1581 de 2012. (2012, octubre 17). Congreso de la República de Colombia. Diario Oficial No 48.587. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=49981>
- National Institute of Mental Health (NIMH). (2020). Mental health information. <https://www.nimh.nih.gov>
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2019). Atención integral de salud: Un enfoque centrado en la persona. <https://www.who.int/publications/i/item/integrated-health-services>
- Pérez, A., & Ramírez, L. (2022). Modelos de atención integral en comunidades vulnerables: Un estudio de caso. *Salud y Sociedad*, 14(2), 201–215. <https://doi.org/10.1234/ss.v14i2.910>
- Torres, P., & Ruiz, F. (2020). *Enfoques Integrales en la Atención de la Salud Mental*. Editorial Psicología y Salud.
- World Health Organization (WHO). (2020). COVID-19 and your mental health. <https://www.mayoclinic.org/es/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/mental-health-covid-19/art-20482731>