



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

CONSEJO DE FACULTAD

Callao, 12 de junio del 2025

Señor:
Presente.-

Con fecha doce de junio de 2025 se ha expedido la siguiente Resolución:

RESOLUCIÓN DE CONSEJO DE FACULTAD N°090-2025-CF/FCS.- Callao, 12 de junio del 2025.- EL CONSEJO DE FACULTAD DE LA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD DE LA UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO

Visto el Oficio N° 09- CERS/FCS-2025, del 30 de mayo de 2025, mediante el cual la Presidenta del Comité de Extensión y Responsabilidad Social de la Facultad de Ciencias de la Salud emite opinión favorable sobre el Informe del Proyecto de Proyección Social "FERIA SALUDABLE – MENTE UNAC", presentado por la Docente Mg. Maria Eugenia Jacinto Quispe.

CONSIDERANDO:

Que, según el Art. 39° del Estatuto de la Universidad Nacional del Callao "cada Facultad tiene la estructura orgánica y funcional básica siguiente: inciso 39.2 d) el Centro de Extensión y Responsabilidad Social se encuentra dentro de los Órganos de Línea de la Facultad;

Que, de acuerdo a lo estipulado en el Art. 58° del Estatuto de la Universidad Nacional del Callao, "El Centro de Extensión y Responsabilidad Social de cada Facultad desarrolla actividades de extensión y proyección que competen a la responsabilidad social de la Facultad...";

Que, mediante Resolución N°232-2024-CF/FCS fecha 28 de junio 2024, se aprobó el Proyecto de Responsabilidad Social "FERIA SALUDABLE – MENTE UNAC", presentado por las Docentes Dra. María Rosario Gutierrez Campos y Mg. Maria Eugenia Jacinto Quispe;

Que, estando a lo acordado por el Consejo de Facultad en su Sesión Ordinaria del 12 de junio del 2025; y en uso de las atribuciones que le confiere el Art. 178°, del Estatuto de la Universidad Nacional del Callao;

RESUELVE:

1. **APROBAR** con eficacia anticipada el Informe del Proyecto de Responsabilidad Social "FERIA SALUDABLE – MENTE UNAC", presentado por la Docente Dra. Maria Rosario Gutierrez Campos y Mg. Maria Eugenia Jacinto Quispe, participan Estudiantes del VI ciclo de la asignatura Salud Mental y Psiquiatria, semestre académico 2024-A.
2. **TRANSCRIBIR** la presente Resolución al CERS-FCS, a las diferentes unidades académico-administrativas de la Facultad e interesados para su conocimiento y con la finalidad de hacer extensivo a Docentes y Estudiantes para su participación en el referido evento.

Regístrese, comuníquese y cúmplase.

(FDO.): Dra. ANA LUCY SICCHA MACASSI.- Decana de la Facultad de Ciencias de la Salud.- Sello.

(FDO.): Dra. MERCEDES LULILEA FERRER MEJIA.- Secretaria Académica.- Sello

Lo que transcribo a usted para los fines pertinentes




DRA. ANA LUCY SICCHA MACASSI
DECANA FCS UNAC




DRA. MERCEDES LULILEA FERRER MEJÍA
SECRETARIA ACADÉMICA



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

INFORME FINAL RSU

I. DATOS GENERALES:

A. TÍTULO

FERIA SALUDABLE-MENTE UNAC

B. PERIODO DE LA ACTIVIDAD

Fecha de Inicio: 01 de julio de 2024 14:00 horas

Fecha de Término: 01 de julio de 2024 17:00 horas

Semestre Académico: 2024-I

C. FACULTAD/ESCUELA/OFICINA

Facultad Ciencias de la Salud/ Escuela Profesional de Enfermería

D. RESPONSABLES

Docentes responsables:

- Mg Maria Eugenia Jacinto Quispe
- Dra. Maria del Rosario Gutierrez Campos

Estudiantes del VI Ciclo del curso de Salud Mental y Psiquiatría de la Escuela de Enfermería

E. ENTIDAD BENEFICIADA/BENEFICIARIOS

Estudiantes de las 11 Facultades de la Universidad Nacional del Callao

F. LUGAR DE EJECUCIÓN

Plaza cívica de la Universidad Nacional del Callao

G. META ALCANZADA

- o Se logró sensibilizar y educar al 90% de los estudiantes participantes sobre el reconocimiento y manejo adecuado de las emociones, promoviendo una



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

mayor conciencia emocional como herramienta para el autocuidado en salud mental.

- o Se alcanzó una cobertura del 90% en la promoción de la salud mental positiva, brindando información accesible, basada en evidencia, que permitió a los estudiantes identificar estrategias para fortalecer su bienestar psicoemocional.
- o Se logró iniciar procesos de articulación con grupos estudiantiles y líderes universitarios, impactando al 50% de ellos, con el fin de fomentar su participación activa en iniciativas de voluntariado para la promoción de la salud mental dentro de la comunidad universitaria.
- o Se promovió un ambiente participativo a través de actividades recreativas, artísticas y educativas, que facilitaron la desestigmatización de los problemas de salud mental, motivando a los estudiantes a expresar sus emociones y buscar apoyo cuando lo necesiten.

H. TIPO DE PROYECTO

ACADÉMICO	
INVESTIGACIÓN	
CULTURALES	
DEPORTIVOS	
CONCURSO INTERNO	
CONCURSO EXTERNO	
VOLUNTARIADO	x

I. TIPO DE PROCESO

GESTIÓN DEL AMBIENTE	
EXTENSIÓN UNIVERSITARIA	
PROYECCIÓN A LA COMUNIDAD	x

J. PROBLEMA DETECTADO



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- **Bajo nivel de conocimiento sobre la salud mental positiva y la gestión emocional** en la población estudiantil universitaria, lo cual limita su capacidad de afrontamiento frente al estrés académico y personal.
- **Persistencia de estigmas y prejuicios en torno a los problemas de salud mental**, que dificultan la búsqueda de ayuda profesional y generan actitudes de rechazo o minimización del sufrimiento psicoemocional.
- **Escasa articulación entre los grupos estudiantiles y líderes universitarios** en acciones coordinadas de promoción, prevención y apoyo en salud mental, limitando el impacto colectivo dentro de la comunidad universitaria.
- **Falta de espacios participativos y actividades formativas orientadas al autocuidado emocional**, que contribuyan a fortalecer una cultura de bienestar y respeto por la salud mental en el ámbito educativo.
- **Débil participación estudiantil en iniciativas de voluntariado orientadas al cuidado de la salud mental**, lo que representa una oportunidad desaprovechada para empoderar a jóvenes como agentes de cambio y promotores del bienestar integral.

K. JUSTIFICACIÓN

La salud mental es un estado de bienestar en el cual la persona es consciente de sus propias capacidades, 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, según la Organización Mundial de la Salud.

La salud mental tiene relación con la vida cotidiana de las personas, de modo que cada uno interactúa con su familia, en el centro laboral, con sus pares, y en la comunidad universitaria. En efecto, son los determinantes individuales, sociales y estructurales los que pueden proteger o socavar la salud mental. Del mismo modo, los factores psicológicos y biológicos individuales, como las habilidades sociales, el abuso de sustancias y la genética, pueden hacer que las personas sean más vulnerables a las afecciones de salud mental. (1)

En el Perú, los jóvenes entre los 15 y 29 años representan el 26.89% de la población total. (Instituto Nacional de Estadística e Informática [INEI], 2015). Se espera que durante esta etapa la salud de los jóvenes sea la más óptima. No obstante, se han reportado problemas a nivel mental en este grupo etario. En una encuesta llevada a cabo por la Secretaría Nacional de la Juventud (SENAJU, 2012), la cual contó con la participación de jóvenes peruanos entre 15 y 29 años, reportó la presencia de síntomas ansiosos y depresivos, de riesgo de consumo de alcohol, de trastornos alimenticios y



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

psicóticos. Entre los principales síntomas se encuentran los cambios en el ritmo del sueño (56.4%), nerviosismo o tensión (55%), constantes dolores de cabeza cuello y espalda (47.5%), sentimientos de tristeza (44%), angustia sobre el peso (26.9%), entre otros. (2)

La participación de estudiantes líderes en salud mental para promover salud mental en la comunidad universitaria es una de las estrategias clave para acercar un concepto de la salud mental positiva entre sus pares. Poma Linares (2016) refiere que las principales motivaciones por la que los estudiantes se interesan en ser voluntarios son: ayudar al otro (que constituye a una motivación heterocentrada, además se suman las motivaciones autocentradas), establecer relaciones sociales (al percibir que tienen un grupo de amigos con los que comparten intereses y lazos afectivos) y obtener conocimientos y beneficios instrumentales (desarrollo de competencias y habilidades). (3) Dicho esto la Universidad Nacional del Callao cuenta con el Centro de salud mental comunitario universitario dentro de su campus universitario esto gracias a un convenio con el Gobierno Regional del Callao, hecho que permitió que los estudiantes del VI ciclo de la asignatura de salud mental y psiquiatría identifiquen la situación problemática, se organizarán y participen de forma activa y sostenida en actividades de promoción de la salud mental, prevención, detección, tratamiento y rehabilitación de los problemas de salud mental, fortaleciendo el cuidado integral de la salud mental con pleno respeto de la autonomía personal en la comunidad universitaria

Al hablar de salud mental, todavía se evidencian claros prejuicios estigmatizantes que hacen aún más difícil la vida de las personas que sufren un trastorno mental, obstaculizando su integración en la comunidad. Es ahí donde el voluntariado de líderes aparece como un puente facilitador, que con su ejemplo destruye prejuicios contribuyendo a generar una sociedad más madura, acogedora y responsable.

L. OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD

Objetivo general

- Fortalecer la salud mental de la comunidad universitaria mediante actividades artísticas y recreativas

Objetivos Específicos:

- Valorar los conocimientos que tienen los estudiantes universitarios sobre la salud mental



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- Educar sobre las emociones y la salud mental positiva a los estudiantes universitarios a fin de eliminar el estigma sobre los problemas de salud mental
- Difundir la importancia de la salud mental entre los grupos estudiantiles y/o líderes de la comunidad mediante un trabajo articulado
- Brindar información basada en evidencia para mejorar los conocimientos y que puedan tomar decisiones responsables sobre su salud integral
- Realizar coordinaciones inter estudiantiles y grupos afines para la creación del voluntariado en saludable-mente UNAC

M. DESCRIPCIÓN DE LAS ACTIVIDADES DESARROLLADAS

Se desarrollaron las siguientes actividades:

1. Sesiones educativas sobre las emociones

MÓDULO	FECHA	RESPONSABLE
- Módulo Alegría	01/07/2024 2:00 pm	Est. Piero Fernandez
- Módulo Tristeza	01/07/2024 2:00 pm	Est. Andres Alzamora
- Módulo Ira	01/07/2024	Est. Mary Flores
- Módulo Miedo	01/07/2024 2:00 pm	Est. Oscar Villanueva
- Módulo Desagrado	01/07/2024 2:00 pm	Est. Ingrid Galvez

2. Juegos recreativos

A cargo de los estudiantes

MÓDULO	FECHA	RESPONSABLE
- Juego de sillas (8 sillas)	01/07/2024 2:00 pm	Líder: Est. Georgette Reyes y Est. Ashly Zapana



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- Juego de ula-ula (2 ula-ula) - Juego de la liga (2 ligas) - Juego de jalar la sogá - Juego de tumba lata (15 latas)		
--	--	--

3. Actuación y música en vivo

MÓDULO	FECHA	RESPONSABLE
- Tema de la canción: Venganza Intérprete: Nicki Nicole y No te va gustar	01/07/2024 2:00 pm	Líder: Est. Carla Custodio y equipo

LETRA DE LA CANCIÓN

Voy a brindar

Hoy en particular

Porque acá estás

Mirándome otra vez

Cuanta agresividad

Vi en esos ojos

Pero hoy te vuelvo a encontrar

Y me las vas a pagar

No te dolió verme asustada

Voy a morderte la cara y a esperar

Que poco a poco te mueras

¿Y ahora qué?

No pidas ayuda

Nadie te va a escuchar, así que

Ni lo intentes

Todo ese dolor



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

Vuelve multiplicado

Por cada día sufrido, por cada recuerdo, por cada llanto

No te dolió verme asustada

Voy a morderte la cara y a esperar

Que poco a poco te mueras

Te metiste en mi razón

Me hiciste creer que mi forma 'de vestir era una provocación

Nunca me dejaste ser, decidiste por mí

Y ahora estamos acá, vamo' a ver que decís

Hoy voy a matar tu mente suicida, podrida

Vas a arrepentirte de lo que me hacías

Que bueno tenerte de frente

Quiero ver cómo pagas el precio lentamente

Iban a encontrarme tirada en algún lado

Iban a decir: "ok, 'tonce' ¿qué le habrá pasado?

¿Qué habrá hecho?, ¿dónde estaba? ¿cuándo fue que le pasó?

Quizás todo esto ella misma lo provocó"

Sabía' lo que hacía, dónde iba y dónde estaba

¿Te parece normal perseguirme en la madrugada?

Esto es por mí y por todas

Quiero hacerte sentir lo que yo siento ahora

No te dolió verme asustada

Voy a morderte la cara y a esperar

Que poco a poco te mueras

Se que no, nunca no

Yo sé que no te dolió

Sé que tu sabes bien

Que esto no es lo que pasó

Fuente: Musixmatch

MÓDULO	FECHA	RESPONSABLE
Título de la obra: violencia de género	01/07/2024 2:00 pm	Estudiantes del VI Ciclo

Personajes de la primera escena:



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- Señora
- Comadre
- Hijo
- Hija
- Señor

ESCENA 1

PRIMER ACTO

La señora con su morral de las compras se dirige a su casa mientras va acompañada de su comadre quien igual lleva sus compras.

Señora: Hay comadre, ¿no le parece que ya está todo bien caro?

Comadre: ¡Si! Las cosas han subido demasiado de precio, ya no alcanza para nada. (La volteo a ver con cara de preocupada)

Comadre: Comadre no creo que mi padrino ya se está pasando mire cómo la dejó.

Señora: No cómo cree fue mi culpa es que no me apuré a servirle rápido la comida (Cara estresada)

Comadre: Cómo va a decir que fue su culpa, ¿Qué acaso el compadre no se podía servir? (Enojada)

Señora: Pues sí pero ya ves cómo es el hombre.

Señora: Bueno comadre la tengo que dejar tengo que llegar a la casa porque más tarde llega mi marido y si no hago la comida rápido se va a enojar (temerosa)

SEGUNDO ACTO

La señora sigue caminando hacia su casa, entra y se pone a hacer el labor doméstico. Habla a sus hijos y ellos salen a comer.

Señora: Niños vengan, la comida ya está servida.

(Los niños salen corriendo del cuarto y se sientan en la mesa mientras la mamá sirve los platos)

Hijo: ¡Que rico mami! (Come con ansias)



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

Hija: Má, que bien te quedó la comida! (Feliz)

Señora: Que bueno que les guste mis niños. (Sonríe).

Señora: Después de comer se van a su cuarto a jugar para que yo pueda avanzar con la limpieza.

Hijos: Si mami.

(La señora les da un abrazo y luego se va a la cocina a barrer. Los niños terminan de comer y se van a jugar al cuarto).

TERCER ACTO

Los niños están en el cuarto jugando arriba de la cama con sus juguetes en lo que escuchan que llega su papá.

Señor: Ya llegué vieja, sírveme de comer. (Se quita el sombrero y va a la cocina)

Señora: Todavía no lo he servido (agacha la cabeza)

Señor: Pues apúrate, esperas a que me lo sirva yo o que. (Grita y le hace como si le fuera a pegar)

Señor: ¡Eres mi mujer y tú me debes de servir! (la toca con el dedo en la frente)

Señora: Ya voy no te alteres los niños están en la habitación (temblando y con voz solloza)

Señor: ¡Eso no me interesa! No me dices que hacer está es mi casa, mis reglas y yo puedo gritar lo que se me pegue la gana mujer (empuja a su esposa)

Señora: Tranquilízate por favor (Se le salen algunas lágrimas)

Señor: ¡Ya te dije que tú no me mandas! Y apúrate con mi comida si no quieres tener un ojo morado. (Hace la mano en puño)

Señora: S-sí sí ahorita te llevo tu comida.

El señor se va a sentar a la mesa, la señora lleva el plato con la comida a la mesa y lo deja enfrente de él.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

Señor: ¡Qué es está porquería! (Avienta levemente el plato)

El señor se levanta de la mesa y agarra a la señora de la blusa. La golpea para luego tirarla al piso, patearla, sacar el cinturón y golpearla con el.)

Señor: ¡No sirves ni para hacer una estúpida comida!. (Grita)

El señor agarra su sombrero y se va de la casa, la señora se queda llorando en el piso.

CUARTO ACTO

Los niños se asustan al escuchar al papá. Los dos se ponen en una esquina de la cama mientras tienen unas expresiones de pánico, terror y angustia. Cuando el papá sale de la casa los niños salen corriendo del cuarto a ver a su madre quien se encontraba aún en el suelo.

Hijos: ¡Mami! (Lloran)

Se detiene la escena y salen dos personas a dar una breve

Reflexión sobre como puede llegar a ser la violencia.

REFLEXIÓN

Primera persona: Se conoce como violencia de género al maltrato que ejerce un sexo hacia el otro.

Segunda persona: La violencia no sólo puede venir físicamente, sino que en muchas ocasiones puede ser una violencia emocional o psicológica una forma de maltrato que se manifiesta con gritos, insultos, amenazas, prohibiciones, intimidación.

Primera persona: Estos actos se manifiestan en todos los

Ámbitos de la vida social y política, entre los que se encuentran la

Propia familia, el Estado, la educación, los medios de

Comunicación, las religiones, el mundo del trabajo, la sexualidad,

Las organizaciones sociales, la convivencia en espacios públicos,

La cultura, etc.



Segunda persona: Al igual que no solo las mujeres sufren el maltrato si no también los hombres.

N. METODOLOGÍA

Se aplicó una metodología participativa y vivencial, centrada en la promoción de la salud mental mediante el aprendizaje activo y el involucramiento directo de los estudiantes universitarios. Esta metodología permite que los participantes no solo reciban información, sino que también reflexionen, interactúen y construyan aprendizajes significativos a partir de sus propias experiencias.

Las principales estrategias metodológicas empleadas fueron:

- Educación emocional por módulos temáticos, abordando emociones básicas como la alegría, tristeza, ira, miedo y desagrado, facilitadas mediante dinámicas grupales, exposiciones interactivas y juegos simbólicos.
- Actividades lúdicas y recreativas, como juegos tradicionales, que fomentaron la interacción, el trabajo en equipo, la empatía y el reconocimiento emocional en un ambiente seguro y de confianza.
- Expresiones artísticas y escénicas, mediante actuaciones y música en vivo, para visibilizar problemáticas relacionadas con la salud mental y la violencia de género, estimulando la reflexión crítica y el compromiso social.
- Espacios de diálogo y reflexión grupal, al cierre de las presentaciones, con mensajes educativos y testimonios breves que facilitaron la comprensión de los factores sociales y personales que inciden en la salud mental.

Este enfoque permitió empoderar a los estudiantes como protagonistas del cambio, desarrollando habilidades de comunicación, liderazgo, escucha activa y sensibilización, promoviendo así una cultura de bienestar emocional en la comunidad universitaria.

O. RESULTADOS

La realización de la Feria “Saludable-Mente UNAC” logró cumplir con los objetivos planteados, impactando positivamente en la comunidad universitaria. Los principales resultados obtenidos fueron los siguientes:



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- Fortalecimiento de la salud mental en la comunidad universitaria mediante la participación activa de estudiantes en actividades artísticas, educativas y recreativas, contribuyendo a un ambiente universitario más empático, reflexivo y saludable.
- Educación efectiva sobre emociones básicas y salud mental positiva, alcanzando al 90% de los asistentes. Se brindó información clara y didáctica sobre la identificación y gestión de emociones, promoviendo una mayor conciencia emocional.
- Reducción del estigma hacia los problemas de salud mental mediante testimonios, dramatizaciones y música, que generaron espacios de reflexión profunda entre los participantes.
- Articulación con líderes estudiantiles, logrando la difusión del mensaje de bienestar emocional entre las diferentes facultades y promoviendo el liderazgo como herramienta de cambio social. Se alcanzó un 50% de participación de grupos organizados.
- Fomento de la participación estudiantil en iniciativas de voluntariado, con el inicio de coordinaciones para la futura conformación del grupo voluntario “Saludable-Mente UNAC”, consolidando el compromiso de los estudiantes como promotores de salud mental en su entorno.
- Mejora del conocimiento y toma de decisiones responsables sobre salud integral, mediante la entrega de información basada en evidencia científica y validada por los docentes responsables y el Centro de Salud Mental Universitario.

Se adjunta evidencias en Anexo

P. IMPACTO DE LA INTERVENCIÓN

La feria “Saludable-Mente UNAC” tuvo un impacto significativo en la comunidad universitaria, promoviendo una cultura de cuidado de la salud mental en un contexto de creciente necesidad de espacios seguros, informativos y participativos.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

- A nivel individual, los participantes manifestaron una mayor comprensión de sus emociones y una actitud más abierta hacia el cuidado de su bienestar emocional.
- A nivel comunitario, se fortalecieron los lazos entre estudiantes de distintas facultades, promoviendo la empatía, el respeto y la colaboración.
- A nivel institucional, se visibilizó la importancia de seguir desarrollando programas de salud mental con un enfoque participativo e inclusivo.
- A nivel formativo, los estudiantes involucrados en la organización fortalecieron competencias blandas como liderazgo, comunicación, trabajo en equipo y responsabilidad social.

El evento marcó un precedente para futuras actividades de promoción de salud mental en la universidad y demostró que las intervenciones educativas basadas en el arte, la emoción y la participación tienen un alto impacto transformador.

Q. CONCLUSIONES

- La feria “Saludable-Mente UNAC” logró cumplir con éxito su objetivo de promover el bienestar emocional en la comunidad estudiantil, utilizando estrategias participativas, artísticas y educativas.
- La intervención permitió sensibilizar a los estudiantes sobre la importancia de identificar, expresar y gestionar adecuadamente sus emociones como base para una vida académica y personal saludable.
- Se logró una articulación efectiva entre diferentes actores universitarios, demostrando que el trabajo colaborativo es clave para el abordaje integral de la salud mental.
- La experiencia generó un espacio innovador de formación y concientización, demostrando que la educación emocional puede abordarse de manera dinámica y efectiva fuera del aula.



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL

R. RECOMENDACIONES

- Los estudiantes del curso de Salud Mental pueden dar continuidad a la feria **“Saludable-Mente UNAC”**, con el objetivo de mantener vigente el mensaje de cuidado emocional y consolidar el grupo voluntario estudiantil.
- Los estudiantes del curso de Salud Mental también pueden promover la inclusión de más facultades e instituciones aliadas, a fin de ampliar el alcance del evento y diversificar las actividades desde un enfoque multidisciplinario.
- La **Dirección de Bienestar Universitario** y el **Centro de Salud Comunitario Universitario** podrían implementar talleres permanentes de educación emocional y prevención del estrés dirigidos a toda la comunidad universitaria.
- El **Centro de Salud Comunitario Universitario** podría asumir la capacitación de líderes estudiantiles en temas de salud mental, primeros auxilios psicológicos y promoción del bienestar, con el propósito de que se conviertan en agentes multiplicadores en sus respectivos entornos académicos.
- Se recomienda que los actores involucrados evalúen el impacto a mediano plazo de este tipo de intervenciones mediante encuestas, entrevistas o grupos focales, con el fin de obtener retroalimentación que permita mejorar las futuras ediciones del evento.

S. REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Salud mental: fortalecer nuestra respuesta [Internet]. Who.int. [citado el 16 de agosto de 2023]. Disponible en: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>
2. Chau C, Vilela P. Determinantes de la salud mental en estudiantes universitarios de Lima y Huánuco. Rev Psicol [Internet]. 2017 [citado el 16 de agosto de 2023];35(2):387–422. Disponible en: http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0254-92472017000200001
3. Poma Linares, Gianmarco. Motivaciones para realizar voluntariado en jóvenes universitarios. Pontificia Universidad Católica del Perú. (2016) [citado el 16 de



**UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL**

agosto de 2023]. Disponible en:

https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/7459/POM_A_LINARES_GIANMARCO_MOTIVACIONES.pdf?sequence=1&isAllowed=y

4. Ministerio de Salud Mental. Centros de Salud Mental Comunitarios. Norma Técnica de Salud. (2017)

ANEXOS

Anexo 1. Evidencias fotográficas

SALUDABLEMENTE UNAC



**Se invita cordialmente a toda la comunidad
universitaria (docentes, estudiantes y
personal administrativo) a la charla educativa
sobre salud mental**

Lugar: Auditorio de la FCNM

Fecha: Martes 09 de julio de 2024

Hora: 8:30 a.m.

**Organiza: Estudiantes del VI ciclo de
enfermería**



Saludablementeunac



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD
SOCIAL



UNAC



Dr. Juan
VALDIVIA



Escuela de
Posgrado



UNAC



Dr. Juan
VALDIVIA



Escuela de
Posgrado



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL





UNIVERSIDAD NACIONAL DEL CALLAO
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD
COMITÉ DE EXTENSIÓN Y RESPONSABILIDAD SOCIAL

