



UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS
DECANATO DE POSTGRADO

Trabajo de Grado para optar por el título de magíster en
Maestría en Psicología Clínica con énfasis en Psicoterapia Integrativa

Práctica Profesional

Intervención Psicológica a Pacientes que Acuden al Programa Piloto
de la Asociación Panameña de Psicólogos-Capítulo Panamá Oeste

Presentado por:

Chiu Vargas, Kathia Kharin cédula 8-875-857

Asesor:

Magíster Turner, Ricardo

Panamá, 2026

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, por brindarme la sabiduría para continuar mi camino profesional.

A mi esposo, que me ha apoyado en cada una de mis metas.

Por último, a mi madre y a mi familia, por su inconmensurable apoyo.

Kathia Chiu

AGRADECIMIENTO

Quiero comenzar por agradecer a Dios.

A mi familia, por estar siempre a mi lado y brindarme su apoyo incondicional.

A mis profesores, por todas sus enseñanzas y conocimientos durante la carrera.

A mi asesor, gracias por sus enseñanzas.

A mi estrellita en el cielo, quien llegó para enseñarme a apreciar la belleza y la simplicidad de la vida.

También quiero agradecer a la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, y en especial a su directora, por permitirme realizar esta práctica.

Y a las autoridades del Municipio de La Chorrera, cuyo apoyo ha sido fundamental para fortalecer la salud mental en nuestra comunidad.

Kathia Chiu

CONTENIDO GENERAL

Página

INTRODUCCIÓN

CAPÍTULO I. MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL 7

1.1 Antecedentes 7

1.2 Justificación 17

1.3 Descripción institucional..... 23

1.4 Objetivos Generales y Específicos..... 26

1.5 Población beneficiaria 27

1.6 Cronograma de actividades 28

CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL..... 32

2.1 Actividades realizadas..... 32

2.2 Portafolio de actividades 36

CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS..... 47

3.1 Análisis de resultados 47

3.2 Propuesta de solución..... 54

3.2.1. Introducción 54

3.2.2. Marco de referencia..... 55

3.2.3. Justificación 58

3.2.4 Objetivos 62

3.2.5 Beneficiarios 63

3.2.6 Intervención 63

CONCLUSIONES..... 71

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 73

ANEXOS 77

ÍNDICE DE CUADROS 96

ÍNDICE DE FIGURAS 97

ÍNDICE DE GRÁFICAS..... 98

INTRODUCCIÓN

La práctica profesional es un reto y un pilar en la formación de los psicólogos, ya que permite la aplicación de los conocimientos adquiridos durante la formación académica. Esta experiencia única brinda la oportunidad de participar en diversos contextos donde se pueden utilizar las herramientas aprendidas, facilitando la adquisición de aprendizajes más allá del salón de clases, esta experiencia permite la construcción de la práctica del psicólogo.

El presente trabajo de grado tiene como objetivo exponer el informe de la práctica profesional realizada como requisito para optar al título de Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Terapia Integrativa.

En el capítulo I se describen los antecedentes de la práctica realizada, la cual se llevó a cabo durante los meses de agosto, septiembre y octubre de 2024 en el programa de atención psicológica de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera. Este programa tiene como objetivo ofrecer atención psicológica, así como promover y prevenir la salud mental en la comunidad.

En el capítulo II se describe las actividades realizadas durante de la práctica profesional, se trabajó directamente con la comunidad en actividades de atención psicológica, promoción y prevención de la salud mental.

En el capítulo III se describe los análisis de los resultados de la práctica realizada donde se observó posteriormente una alta incidencia de dificultades escolares, así como otros trastornos de salud mental, siendo el primero el más predominante; también se identificaron barreras económicas para el acceso a servicios de atención psicológica.

CAPÍTULO I

CAPÍTULO I. MARCO DE REFERENCIA INSTITUCIONAL

1.1 Antecedentes

La práctica profesional en psicología clínica es una parte esencial en la formación del psicólogo que, a su vez, va a permitir la construcción de la identidad de este durante su evolución dentro de la práctica. En este sentido, los estudiantes pueden aplicar todos los conocimientos teóricos adquiridos durante el curso de los estudios en ambientes reales y así obtener las competencias y habilidades necesarias para la actividad profesional.

La evidencia indica que a pesar de los conocimientos adquiridos a través del tiempo durante la carrera, los estudiantes se ven beneficiados de las experiencias prácticas para ampliar sus conocimientos en un contexto real. La práctica clínica no solo es una oportunidad de enfrentarse a una realidad en un contexto seguro y ético, sino también de conocer a profundidad y reconocer aquellas habilidades y competencias que hay que desarrollar a lo largo de la esta, pues no solo a través del conocimiento teórico los estudiantes y profesionales de la salud mental desarrollarán las habilidades necesarias y requeridas para un ejercicio correcto de sus funciones.

En un contexto donde la ciencia va avanzando, el ejercicio de la práctica clínica va cambiando y desarrollando nuevas técnicas que permiten una mejor atención y acercamiento a la población que se atiende, tomando en cuenta las características particulares de cada grupo, lo que exige a los profesionales de la salud mental una continua actualización y adaptación en su ejercicio clínico.

La práctica clínica, que surge como una aplicación directa de los conocimientos teóricos adquiridos en la Maestría en Psicología Clínica con énfasis en Psicoterapia Integrativa se encuentra intrínsecamente ligada a un marco ético

sólido. De acuerdo con Benatuil y Laurito (2015), la práctica clínica suele representar desafíos éticos constantes, ya que los psicólogos deben tomar decisiones difíciles en diferentes situaciones, las cuales pueden ser complejas, los psicólogos deben tener siempre en cuenta el bienestar y los principios de su profesión en beneficio de sus pacientes. De esta manera, uno de los aspectos principales que define la práctica clínica es el constante enfrentamiento con los desafíos éticos actuales. Los psicólogos, en su labor diaria, deben tomar decisiones que no solo afectan a sus pacientes, sino que también están influenciadas por los principios y valores fundamentales de la profesión.

Este tipo de escenarios es habitual en la práctica clínica, y los estudiantes de psicología, al enfrentarse a ellos durante su formación académica, aprenden a manejar estos retos éticos con la ayuda de profesionales con experiencia, lo que les permite comprender a fondo los principios éticos que deben guiar su futura labor profesional.

Del mismo modo, Sánchez Echeverri-Gallo (2018) sugiere que las prácticas profesionales son fundamentales en la formación de psicólogos, ya que permiten a los estudiantes aplicar los conocimientos teóricos en contextos reales, desarrollando habilidades y construyendo su identidad profesional.

La práctica clínica permite a los estudiantes desarrollar habilidades y construir una identidad ética propia. En Panamá, cumplir con las normas del Código de Ética y Responsabilidad del Psicólogo es fundamental en la práctica diaria, y respetar estas reglas asegura que el trabajo se realice de manera responsable y justa.

Este enfoque práctico no solo entrega competencias técnicas para realizar diagnósticos y terapias, sino que también ayuda a consolidar la identidad

profesional, algo esencial en una disciplina que exige destrezas técnicas y compromiso ético y humano.

Durante las prácticas, los estudiantes aplican teorías y técnicas psicológicas mientras desarrollan habilidades de comunicación e interacción, necesarias para establecer relaciones terapéuticas efectivas y reforzar su capacidad para manejar situaciones emocionales y sociales como la empatía, la escucha activa y la capacidad de ofrecer apoyo en momentos de vulnerabilidad, que hacen de la práctica un escenario ideal para el desarrollo de estos.

Según Castro y Segura (2022), durante el desarrollo de las prácticas profesionales en contextos clínicos, los estudiantes de psicología se enfrentaron a un impacto emocional significativo debido a la poca interacción previa de casos reales, lo que evidenció la necesidad de fortalecer habilidades como la autorregulación y la capacidad de responder de manera rápida y eficaz en contextos clínicos; no obstante, el estar inmersos en un contexto práctico les permitió desarrollar estrategias personales de afrontamiento, convirtiendo la experiencia en una oportunidad valiosa de aprendizaje.

En un informe de práctica realizado por Rojas Moncada (2009), se describe cómo la experiencia en un entorno real de atención psicosocial con población de riesgo le permitió a la estudiante confrontarse emocionalmente con realidades sociales complejas. Así, pues, este tipo de experiencias puede generar un alto impacto en los practicantes al enfrentarse a problemáticas normalizadas por la sociedad.

De manera similar, Wong et al. (2021) señalan que el campo de la psicología ha experimentado cambios significativos en la última década. Su investigación en Australia revela que tanto estudiantes de psicología clínica como de neuropsicología clínica valoran altamente las prácticas profesionales,

considerándolas fundamentales para su preparación para el ejercicio profesional. A diferencia de las clases teóricas o los proyectos de investigación, las prácticas ofrecen una experiencia práctica directa que facilita la adquisición de competencias clínicas.

De este mismo modo, Laidlaw y Gillanders (2011) sugieren que las prácticas clínicas son el escenario ideal para evaluar la competencia clínica. En estos espacios, los estudiantes ponen en práctica sus conocimientos y habilidades bajo la guía de profesionales experimentados, interactuando con una amplia gama de pacientes y situaciones. A diferencia de las clases teóricas o los proyectos de investigación científica, las prácticas ofrecen una experiencia directa que facilita la adquisición de competencias clínicas que no son desarrolladas en ningún otro escenario. Esta realidad única de la práctica permite a los estudiantes enfrentar desafíos reales que no pueden simularse en un entorno de aula, como la gestión de las emociones en una sesión de terapia o el manejo de situaciones complejas relacionadas con la salud mental. Este tipo de formación práctica es especialmente relevante en la psicología clínica, donde las intervenciones deben adaptarse a las circunstancias y contextos únicos de cada paciente.

La práctica profesional ofrece a los estudiantes la posibilidad de conocer diversos enfoques terapéuticos y aprender a ponerlos en práctica eficazmente, mientras desarrollan un conocimiento más profundo de las teorías psicológicas y cómo aplicarlas en contextos reales.

Según Ramírez Heredia et al. (2025), las prácticas profesionales representan un papel importante en Latinoamérica, ya que permiten fortalecer los conocimientos teóricos en contextos reales y responder a las exigencias de los mercados laborales.

En la actualidad, en Panamá, la formación de psicólogos clínicos se enfrenta aún a los desafíos de la integración de sistemas de supervisión clínica que aborde la integración del conocimiento adquirido durante la carrera universitaria en contextos clínicos; no obstante, se han logrado avances significativos en la consolidación de prácticas profesionales en contextos comunitarios y entornos reales, tales como centros de salud, hospitales, centros escolares, entre otros.

En este contexto el país también enfrenta retos en cuanto a la cobertura y calidad de los servicios de salud mental. Ante esta realidad, distintas universidades, como la Universidad Especializada de las Américas, han incorporado programas de prácticas profesionales que permiten a los estudiantes aplicar sus conocimientos teóricos en entornos reales. Un informe de práctica profesional realizado por Sanguillén (2019) en esta universidad reveló un hallazgo clave: a pesar de que los estudiantes universitarios poseen mayores habilidades cognitivas para enfrentar desafíos, las presiones académicas y las experiencias personales, como las dificultades familiares, pueden generar estrés y problemas de salud mental.

Estos resultados resaltan la necesidad de combinar la formación académica con el desarrollo de habilidades socioemocionales en un ambiente donde los estudiantes puedan practicar. La psicoterapia, por ejemplo, permite que aprendan a manejar el estrés, reforzar sus habilidades de afrontamiento y mejorar su bienestar general.

Además, las prácticas profesionales facilitan el acceso a servicios de salud mental en comunidades que tienen pocos recursos, porque los estudiantes aplican sus conocimientos bajo supervisión directa.

Esto muestra que la práctica profesional no solo enriquece la experiencia académica, sino que también forma futuros profesionales de la salud mental comprometidos con la comunidad y su bienestar.

Al respecto, Pineda de Serrano (2019) destaca la importancia de la salud mental en las fuerzas policiales. En su informe de práctica, la autora enfatiza que las intervenciones psicológicas pueden ser muy efectivas para mejorar el bienestar emocional y social de los oficiales de policía. Este hallazgo subraya la necesidad de implementar programas de apoyo psicológico en las instituciones policiales.

Por su parte, Maldonado Delgado (2019) en su práctica profesional en la UMECIT, subrayó la importancia de las herramientas proyectivas en la evaluación psicológica. El autor concluyó que “las pruebas proyectivas son una herramienta valiosa en la evaluación diagnóstica” (p.44), lo que sugiere que estas pruebas pueden aportar información complementaria que no se obtiene a través de otros métodos. Estos hallazgos tienen implicaciones importantes para la práctica clínica y pueden servir como guía para futuras investigaciones en el campo de la psicología.

Esto implica que la práctica clínica no solamente permite la formación de estudiantes, sino que también promueve el aporte al bienestar de la comunidad, al proporcionar servicios psicológicos y preventivos a quienes los necesitan. En este contexto, los programas de formación en psicología clínica, especialmente aquellos con un énfasis en práctica clínica como la maestría brindada en la UDELAS, la cual cuenta con un plan de estudios integral, permite que estos espacios se conviertan en oportunidades cruciales, donde los futuros psicólogos desarrollan las habilidades necesarias para ejercer con competencia y ética.

Córdoba Arrocha (2022) en su informe de práctica profesional, pone de manifiesto la problemática de la necesidad de atención psicológica en las comunidades visitadas, la cual requiere de una respuesta integral.

En concordancia con esto, Schuverer (2018) señala que durante su práctica profesional respondió a una necesidad latente de la comunidad: mejorar la atención a la salud mental de los adultos mayores. A través de su trabajo, demostró la importancia de un enfoque integral que combine la atención individualizada con la promoción de la salud mental en la comunidad.

Mendoza Moreno (2019) refiere que UDELAS, a través de su programa de atención psicológica, proporciona un espacio de aprendizaje experiencial único, donde los estudiantes pueden desarrollar las competencias necesarias para ejercer la psicología clínica.

A su vez Bernal Rangel (2018) destaca la importancia de su práctica profesional, ya que le permitió desarrollar competencias clave en psicología clínica y terapia integrativa.

Igualmente, Maldonado Delgado (2019) argumenta que la incorporación de prácticas clínicas en la formación en psicología ha sido fundamental para fortalecer la vinculación entre la teoría y la práctica, generando un impacto positivo en la sociedad.

De igual manera, Herrera Parra (2025) señala que la práctica profesional le permitió fortalecer su compromiso ético y responsable con las poblaciones vulnerables, destacando la importancia del trabajo comunitario al involucrar población infantil a través de proyectos comunitarios, permitiéndole el desarrollo de una identidad profesional integral.

Como resultado, la evidencia de los estudios mencionados anteriormente sugiere que la práctica profesional del psicólogo en un contexto comunitario es una pieza clave en su formación, ya que al trabajar con la comunidad desarrolla una comprensión profunda de los diferentes contextos, tanto sociales, culturales y económicos, en los cuales los estudiantes intervienen, lo cual es fundamental para promover intervenciones más sostenibles; además, esta forma de práctica le ofrece a la comunidad un papel activo al convertirse en agentes de cambio a favor de su salud mental.

Por otro lado, un reciente análisis de la situación de la salud mental en Panamá, realizado por Cedeño (2024) en su columna publicada en La Estrella de Panamá el 6 de febrero de 2024, señala que los datos del Minsa y la Caja de Seguro Social revelan una creciente demanda de servicios de salud mental en el país.

En Panamá, a pesar de los grandes avances legislativos en materia de salud mental en los últimos años, persiste una carencia significativa de servicios y recursos, lo que limita el acceso de la población a la atención necesaria, además la falta de implementación de las políticas públicas agrava la situación actual, dificultando aún más el acceso a dichos servicios.

Según Romero y Quental (2014), los sistemas de investigación de salud en Panamá no están bien desarrollados y, además, presentan deficiencias en la coordinación entre los sistemas públicos existentes, lo que genera una desconexión que reduce la visibilidad y el reconocimiento de la salud mental entre la población.

En esta misma línea, según Samaniego (2024), la inversión en salud pública representa apenas entre el 5 % y 5,3 % del PIB panameño, “muy por debajo” del mínimo recomendado por la Organización Mundial de la Salud (6 %) y la OCDE (9 %).

Según Paz et al. (2024), en los últimos años la demanda de las patologías de salud mental ha aumentado y por eso el sistema público ha comenzado a darle importancia; sin embargo, el sistema público refleja un problema que a menudo es común en otros países, y es la forma como es percibida la salud mental, además señalan que el sistema público se enfrenta a diversas problemáticas, como falta de estructura adecuada, recursos y profesionales de salud mental.

Sanders (2023) concluye que, en la población panameña, el estigma a hablar sobre salud mental parece originarse en el miedo al rechazo social y la vergüenza, lo cual limita la apertura y honestidad necesaria para buscar apoyo, además esta percepción se intensifica en contextos sociales y comunitarios donde residen las poblaciones más vulnerables.

La falta de acceso a los servicios de salud mental es algo que ocurre y afecta tanto a nivel sanitario público y privado de todo el país por múltiples factores previamente mencionados.

Esta situación es aún más evidente en la provincia de Panamá Oeste, donde la infraestructura sanitaria y los servicios especializados en salud mental son aún más evidentes e insuficientes para atender la creciente demanda de atención psicológica. La falta de profesionales capacitados y de centros especializados en esta región agrava aún más la problemática, obligando a muchas personas a desplazarse a otras provincias para recibir tratamiento. Como resultado, muchos pacientes quedan sin atención o no reciben la intervención adecuada a tiempo.

Esta desigualdad en la distribución de los servicios de salud mental resalta la urgente necesidad de expandir la oferta en Panamá Oeste para garantizar que más personas tengan acceso a la ayuda que requieren. La mejora en la disponibilidad de recursos y la capacitación de profesionales son esenciales

para reducir las brechas existentes y mejorar la calidad de vida de quienes enfrentan trastornos psicológicos en la región.

De este modo, la Asociación Panameña de Psicólogos Capítulo Panamá Oeste, con el objetivo de fortalecer la profesión y mejorar el acceso a servicios de salud mental, ha tomado la iniciativa de un plan piloto implementado en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario desde octubre de 2023, el cual ha demostrado ser un éxito, atendiendo a un gran número de personas en sus primeros meses. Este aumento en la demanda reafirma la necesidad de continuar ampliando estos programas a nivel nacional, ofreciendo también un espacio a los estudiantes y colegas en formación en el área clínica.

Con un alcance de 158 individuos de todas las edades, la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, ha logrado un impacto significativo en la comunidad.

Las intervenciones se han enfocado en problemas familiares y escolares, muchas personas se han visto beneficiadas, lo que evidencia la importancia de continuar trabajando en estas áreas.

Cabe destacar que, en alianza con el Capítulo Panamá Oeste y el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, la asociación ha atendido a una gran cantidad de personas en el período comprendido entre octubre de 2023 a agosto de 2024.

El centro ofrece un espacio ideal para la práctica de estudiantes de psicología clínica, mientras que brinda apoyo a personas de diversas edades, principalmente en áreas de salud mental escolar y familiar.

La necesidad ha sido importante, con un 61% de las consultas relacionadas con dificultades escolares y un 39% con conflictos familiares, lo que resalta la necesidad de intervención en estos ámbitos.

De hecho, en este contexto, los hallazgos de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, refuerzan la importancia de expandir estos programas, que no solo benefician a la comunidad, sino que también proporcionan valiosas oportunidades de aprendizaje para los estudiantes en formación.

Esta intervención comunitaria ha tenido un impacto notable en el bienestar emocional de las personas, y su éxito demuestra la necesidad de continuar con este tipo de programas, incluso considerando su expansión a nivel nacional.

Los resultados obtenidos refuerzan que las prácticas profesionales son un pilar fundamental en la formación de psicólogos clínicos.

Al aplicar los conocimientos teóricos en situaciones reales, estas experiencias no solo preparan a los futuros profesionales con las habilidades necesarias para ejercer su labor, sino que facilitan el acceso a servicios de salud mental dentro de la comunidad.

1.2 Justificación

La práctica profesional que se desarrollará dentro del proyecto piloto de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, tiene un valor especial porque combina el aprendizaje académico con el aporte directo a la comunidad, ya que no se trata solo de cumplir con un requisito académico, sino

de brindar un servicio que resulta necesario en una zona donde el acceso a atención psicológica es limitado.

Este proyecto no solo ayuda a las personas que reciben atención psicológica, también contribuye a que la comunidad de Panamá Oeste se sienta más apoyada y tenga más recursos para cuidar su bienestar mental.

Primero, al ofrecer servicios psicológicos que sean accesibles y de buena calidad, se facilita que la gente entienda mejor la salud mental y se sienta con confianza para hablar de sus problemas. Por ejemplo, en Panamá muchas personas no buscan ayuda por el costo, pero cuando los servicios están al alcance, se animan a pedir más apoyo.

Partiendo de esa idea, cuando la APP-Panamá Oeste y el Municipio de La Chorrera crearon la iniciativa de brindar atención psicológica en la comunidad, se observó el efecto directo en cómo las personas se sintieron parte de ella. Ambas entidades han puesto a disposición recursos y herramientas que ayudan a las familias y a las personas a sentirse mejor y tener más bienestar en su vida diaria.

Como resultado, estas acciones han contribuido a que las personas se acerquen entre sí y eso se traduce en que se pueden reducir problemas sociales más serios, como la violencia familiar y la delincuencia.

Vale la pena señalar que cuando las personas tienen acceso a apoyo en salud mental, no solo les va mejor a ellas, sino que toda la comunidad se beneficia, generando un ambiente mucho más cooperativo y unido, lo que hace que la vida de las personas sea más llevadera.

Además, incluir a diferentes grupos de la comunidad, como escuelas, centros comunitarios, fundaciones y organizaciones locales ayuda a fomentar una red de apoyo sólida. Esto facilita identificar necesidades de manera temprana y poner en marcha soluciones que sean efectivas y beneficien el desarrollo de la comunidad a largo plazo.

Desde la perspectiva de la familia, el impacto de esta práctica es evidente. La intervención psicológica busca mejorar la relación entre sus miembros, dando herramientas para resolver conflictos y comunicarse de manera efectiva. También psicoeducación a los padres para manejar mejor las dificultades emocionales de sus hijos.

Esto permite que las familias puedan manejar mejor las situaciones difíciles que se les presenten, como, por ejemplo, peleas o conflictos entre padres, hijos o hermanos, también convierte la casa en un lugar donde todos puedan sentirse apoyados y escuchados.

Cuando las relaciones dentro de la familia se convierten en relaciones fuertes y saludables, el impacto se nota más allá del día a día, los hijos crecen con herramientas emocionales y la comunidad se beneficia de ese bienestar.

Partiendo del punto anterior, esta práctica a la vez tiene un papel importante en la vida escolar de los niños y adolescentes que acuden al centro. Abordar los problemas emocionales y de aprendizaje que afectan a los estudiantes mejora su rendimiento escolar y ayuda a que su ambiente dentro de clases sea más agradable.

Sumado a esto, al trabajar de manera preventiva, se pueden identificar a tiempo las dificultades que puedan tener. De igual forma, hace que aquellos que acudan

al centro desarrollen habilidades sociales esenciales y a aprender a resolver conflictos que también les ayudan fuera del salón de clases.

Dar apoyo psicológico a los estudiantes y a sus familias ayuda a que la escuela sea un lugar más seguro y acogedor, donde aprender sea más fácil, divertido y agradable. Favoreciendo a los estudiantes, mejorando la manera en que estos se relacionan, fomentando el respeto entre pares, la colaboración entre estudiantes, docentes y personal de la escuela.

Los docentes y el personal administrativo también se benefician al recibir capacitación en manejo emocional y estrategias para acompañar a los estudiantes, lo que les permite desempeñar mejor su labor y contribuir a que la escuela sea un lugar más equilibrado.

Desde el punto de vista económico, atender los problemas de salud mental desde el inicio tiene un impacto significativo. Actuar a tiempo evita que los tratamientos se vuelvan más complicados y costosos en el futuro.

En Panamá, muchas personas buscan ayuda solo cuando ya están muy agotadas. La realidad es que si se crean espacios donde se ofrece el apoyo de manera preventiva, como ocurre en algunas instalaciones de salud del país, quienes más lo necesiten podrían acceder a los recursos adecuados a tiempo, evitando que los problemas se vuelvan más graves.

Cuando mejora el bienestar de la población, también se nota un efecto directo en la productividad y favorece la economía local. Al crear comunidades que sean sanas y activas se genera un entorno que impulsa el desarrollo económico y social. Igualmente, iniciativas como las de la APP-Oeste ayudan a fomentar responsabilidad social entre empresas y organizaciones sociales, generando un impacto económico y social más grande.

Desde un enfoque profesional, las prácticas representan una oportunidad valiosa para que los psicólogos en formación puedan desarrollar sus habilidades clínicas. Estas experiencias permiten combinar la teoría con la práctica, evaluando, diagnosticando y abordando distintos problemas psicológicos, al mismo tiempo que mejora habilidades como la comunicación y la manera responsable de ver cada caso.

Aunque el psicólogo ya cuenta con un código de ética que guía su trabajo, la práctica profesional es el lugar ideal para poner en acción todo ese conocimiento y aprender a aplicarlo en la vida real. Por otra parte, las prácticas dan la oportunidad de construir la identidad del psicólogo y a que aprendan a reconocer sus propias limitaciones, algo que es clave para brindar una atención de calidad y ejercer de manera responsable.

Colaborar con la Asociación Panameña de Psicólogos-Capítulo Panamá Oeste y otras instituciones ofrece la posibilidad de crear redes de contacto y promover la investigación, lo que hace que la profesión siga creciendo en Panamá.

Finalmente, el impacto de esta práctica va más allá de un requisito de graduación o el ejercicio profesional, ya que los efectos se reflejarán en la salud mental de la comunidad en Panamá Oeste.

Al fomentar la colaboración entre distintos actores, como escuelas, organizaciones comunitarias y profesionales de la salud, se logra crear una red de apoyo que contribuye a que los resultados tengan un impacto mayor.

De esta manera, se beneficia directamente a quienes reciben el apoyo, a la comunidad y al mismo tiempo, fortalece la posición de la Asociación Panameña de Psicólogos como un referente en la promoción de la salud mental en el país.

Un reflejo de este impacto son las estadísticas de la APP Panamá Oeste, ubicada en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, que muestran de manera clara la diversidad y las necesidades de la población atendida, lo que resalta la relevancia de la práctica profesional dentro de este proyecto.

De las 158 personas que recibieron atención, un porcentaje importante corresponde a grupos vulnerables, como adolescentes (23%) y adultos mayores (26%), evidenciando la necesidad urgente de servicios de salud mental para estos sectores.

La forma en que se distribuyeron los motivos de consulta llama la atención, ya que el 61% de las personas buscaron apoyo por problemas relacionados con la escuela.

Esto demuestra lo valioso que es contar con asistencia psicológica en este espacio. La atención psicológica es clave para acompañar a las personas en las distintas etapas de la vida, cuando pueden sentirse más vulnerables ante problemas de adaptación, conflictos familiares o, incluso, el estrés relacionado con la escuela.

Por otro lado, el lugar de residencia de las personas atendidas muestra que los servicios llegan a muchos corregimientos de Panamá Oeste, lo que demuestra que es importante ofrecer atención psicológica de manera accesible y justa.

Este alcance resulta fundamental para que todas las comunidades, sin importar dónde se encuentren, puedan recibir la ayuda que necesitan para enfrentar los retos que surgen al lidiar con problemas de salud mental.

Asimismo, la variedad de personas que han sido atendidas en el centro deja claro lo importante que es trabajar con la familia y la comunidad. Involucrar a los familiares en el proceso y organizar actividades que promuevan esa unidad hace que las familias se fortalezcan y la comunidad se sienta más unida, lo que contribuye a prevenir situaciones como violencia familiar o maltrato infantil.

En pocas palabras, la práctica ligada al proyecto de voluntariado de la Asociación Panameña de Psicólogos va más allá del apoyo a cada persona y deja una huella en toda la comunidad de Panamá Oeste.

Los datos muestran con claridad lo valioso de esta intervención durante la práctica, que al acompañar a distintos grupos contribuye a construir una sociedad más fuerte, con mejores oportunidades para todos.

1.3 Descripción institucional

La Asociación Panameña de Psicólogos (APP) se creó en el año 1975 con la idea de unir a los profesionales de la psicología en Panamá y brindarles un espacio de apoyo y crecimiento.

La misión de la Asociación Panameña de Psicólogos (APP) es promover la participación activa de la profesión en el desarrollo del país y velar por los intereses de sus miembros, mientras que su visión se enfoca en fortalecer la salud mental y el bienestar de las familias panameñas a través de alianzas estratégicas y programas de apoyo.

VISIÓN

- Reafirmar el compromiso con el bienestar de la familia panameña, fortaleciendo los lazos familiares y la salud mental.

- Brindar apoyo, orientación y herramientas para mejorar las relaciones familiares y afrontar desafíos emocionales.
- Construir una sociedad más saludable y armoniosa a través de una base familiar positiva.

MISIÓN

- Promover la participación activa y creadora de la profesión psicológica en el desarrollo de Panamá.
- Velar y salvaguardar los intereses de la profesión.

En ese entonces, un grupo de psicólogos con visión de futuro decidió trabajar en conjunto para definir cómo debía ejercerse la profesión, promover la investigación en el área y representar los intereses de los psicólogos.

Desde sus inicios, la APP buscó convertirse en un referente para la práctica profesional y servir de enlace entre los profesionales y la población panameña. Ha desempeñado un papel fundamental en el desarrollo de la psicología en el país, participando en programas universitarios y fomentando una cultura de innovación en la enseñanza y la investigación.

También ha impulsado códigos de ética que buscan garantizar la constancia y el estándar de los servicios psicológicos que se ofrecen.

Con el tiempo, la APP ha aumentado su variedad de servicios y ha creado extensiones a nivel nacional.

El Capítulo Panamá Oeste- Asociación Panameña de Psicólogos

En 2016, la APP dio un gran paso con la creación del Capítulo Panamá Oeste. La idea era fortalecer la presencia de los psicólogos en la provincia y acercar los servicios a más personas.

Desde entonces, el capítulo se ha enfocado en prevenir problemas de salud mental, detectar a tiempo posibles trastornos y promover el bienestar emocional. Para lograrlo, han organizado charlas, talleres de habilidades sociales, grupos de apoyo y campañas de sensibilización.

Estas actividades han permitido que los psicólogos se acerquen a la comunidad y respondan mejor a sus necesidades. La creación del Capítulo Panamá Oeste marcó un momento muy importante en la historia de la APP.

Este nuevo capítulo no solo fortalece la presencia de la asociación en el territorio nacional, sino que también enriquece la oferta de servicios psicológicos en el país.

Tanto la APP como el Capítulo Panamá Oeste están comprometidos con la misión de promover el bienestar psicológico de la población panameña. A través de sus acciones, buscan contribuir a la construcción de una sociedad más justa, equitativa y saludable mentalmente.

Los fines la Asociación Panameña de Psicólogos, los cuales comparte el Capítulo Panamá Oeste: Artículo 1 son los fines de la Asociación Panameña de Psicólogos:

- Promover la participación activa y creadora de la profesión en el desarrollo del país.
- Velar y salvaguardar los intereses de la profesión.

- Vigilar y defender los preceptos legales establecidos en la reglamentación de la profesión y propender a estas normas legales vigentes sean modificadas de acuerdo a las necesidades dictadas por la lógica y la realidad de nuestro medio.
- Propugnar programas de capacitación profesional y estimular a los miembros a la superación.
- Fomentar relaciones con asociaciones similares nacionales y extranjeras y despertar conciencia social por el mejoramiento de la comunidad.

En línea con el compromiso de promover la salud mental en Panamá Oeste, la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, mediante una iniciativa local decidió conformar un programa piloto de voluntariado en colaboración con el Municipio de La Chorrera, lo cual surge como una iniciativa piloto para brindar atención psicológica gratuita a la comunidad. Este proyecto, iniciado en agosto del año 2023, busca atender las necesidades de salud mental de la población y ofrecer a los estudiantes de psicología la oportunidad de aplicar sus conocimientos en un entorno real. La asociación ha trabajado en conjunto con el municipio para formalizar este programa y garantizar su sostenibilidad a largo plazo, demostrando así su compromiso con el bienestar de la comunidad y la formación de nuevos profesionales.

1.4 Objetivos Generales y Específicos

Esta práctica profesional se encuentra enmarcada en los objetivos generales de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, y en particular, en su proyecto de voluntariado. Además, contribuye al desarrollo de las competencias propias de la maestría. A continuación, se presentan los objetivos:

1.4.1 Objetivo general

Contribuir al mejoramiento de la salud mental de la población, a través de la prestación de servicios de atención psicológica, la implementación de capacitación y promoción de acciones preventivas en salud mental.

1.4.2 Objetivos específicos:

- Brindar atención psicológica individual a personas con diferentes problemáticas emocionales y conductuales.
- Ofrecer capacitación y promoción preventiva en salud mental.

1.5 Población beneficiaria

Población directa

Son las personas que han sido referidas por el Centro Comunitario de Bienestar y Desarrollo Municipio de La Chorrera y la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, también son población directa beneficiada las escuelas, comunidades locales referidas por la APP Panamá Oeste para capacitación y promoción de salud mental.

Población indirecta

Son las personas que, sin participar directamente en el programa y capacitaciones de promoción en salud mental, se benefician de manera positiva por su relación con quienes sí lo hacen. Es decir, son familiares, amigos o colegas de las personas que están recibiendo los servicios del programa de voluntariado. Al ver cómo mejora la salud mental de sus seres queridos o compañeros, ellos también experimentan un impacto positivo en su bienestar emocional y en su calidad de vida.

1.6 Cronograma de actividades

Cuadro 1: Cronograma de actividades realizadas dentro de la práctica profesional.

Cronograma de Actividades											
Actividades		Meses									Observaciones
		Agosto		Septiembre			Mes Octubre				
		Semana 1	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6	Semana 7	Semana 8	Semana 9	
1	Solicitud de permiso para la práctica - Autoridad Universitaria Udelas										Se realizo la solicitud de permiso a la universidad para la practica
2	Tramitación de carta de aceptación de la práctica - Asociación Panameña de Psicólogos Capítulo Panamá Oeste										Se realizo el contacto y tramitación con la Asociación Panameña de Psicólogos Capítulo Panamá Oeste para la aceptación a la practica
3	Inducción a la práctica profesional dirigida por la Mgter. Haydee Rodríguez										Durante las primeras dos semanas se recibió el proceso de inducción al centro

4	Visita al Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera - Instalaciones y equipo de trabajo										Durante la segunda semana se realizó el ingreso y visita al centro y área de trabajo física
5	Programación de agenda										Se realizó la programación de agenda de los pacientes que se iban a atender en el centro
6	Entrevistas y evaluaciones psicológicas - Pacientes captados en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario y APP Oeste										Durante las siguientes semanas se realizaron las entrevistas, evaluaciones a los pacientes en el centro
7	Desarrollo de talleres - Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera - APP										Durante las últimas dos semanas se realizaron talleres en el centro

	Oeste										
8	Promoción de salud mental en redes sociales, centro escolares y centros de salud										Se realizaron actividades extramuros en centros escolares y de salud
9	Tramitación de carta de culminación de la Práctica Profesional APP Oeste										Durante la última semana se realizó la tramitación de la carta de culminación en el centro y retroalimentación de las actividades realizadas durante la práctica.

CAPÍTULO II

CAPÍTULO II. DESCRIPCIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

Esta práctica se desarrolló a lo largo de los meses de agosto, septiembre y octubre bajo la supervisión de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, dirigida por la psicóloga Haydée Rodríguez, dentro del Centro Comunitario de Bienestar y Desarrollo Municipio de La Chorrera.

2.1 Actividades realizadas

Las actividades realizadas durante la práctica se desarrollaron de la siguiente manera:

Semana 1

Actividad 1.

Durante la primeras dos semanas se recibió el proceso de inducción al Centro Comunitario, en el mes de agosto, luego de la tramitación de la carta de práctica, se llevó a cabo una inducción para familiarizarnos con el funcionamiento de la asociación y los protocolos del centro comunitario donde se realizaron la mayoría de las actividades. Este recorrido permitió conocer los espacios y las necesidades específicas de la comunidad atendida.

Semana 2

Actividad 2.

Durante el proceso de la práctica, en los meses de agosto a octubre 2024, se realizaron entrevistas clínicas con el propósito de evaluar las necesidades emocionales y psicológicas de los usuarios que asistieron y fueron referidos por la APP y el Municipio de La Chorrera.

Dichas entrevistas permitieron identificar factores de riesgo relevantes, como antecedentes de trastornos mentales, situaciones de violencia o condiciones socioeconómicas adversas, así como factores protectores, entre ellos redes de apoyo y fortalezas individuales.

La información obtenida durante esos meses sirvió de base para diseñar intervenciones adecuadas a las necesidades de cada persona y caso.

Durante el desarrollo de la práctica se brindó apoyo psicológico personalizado mediante la aplicación de herramientas y técnicas terapéuticas, como la escucha activa, la reestructuración cognitiva y la resolución de problemas.

Cada persona tuvo tres sesiones de 60 minutos. El formato lo estableció la Asociación Panameña de Psicólogos (APP).

En cada sesión se abordaron los temas que más preocupaban a la personas. Los participantes definieron objetivos claros y ensayaron diversas formas de responder ante varias situaciones. Por ejemplo, alguien podía aprender a manejar la ansiedad antes de una presentación.

Al inicio también se explicó cómo serían las sesiones. Todos comprendieron la importancia de la confidencialidad, y se usó el consentimiento informado en todo momento.

En la parte orientativa se ofreció psicoeducación para guiar a los usuarios del centro hacia recursos comunitarios que podían resultarles útiles. Esto incluyó, por ejemplo, sugerencias sobre grupos de apoyo en el área oeste, terapias grupales y servicios locales de salud mental.

La orientación se fue adaptando a lo que cada persona necesitaba. De esa manera. La intención fue que pudieran tener una mayor autonomía y sentirse mejor en su vida diaria al poder poner en práctica lo aprendido.

Semana 3

Actividad 3.

Se organizaron talleres sobre prevención del suicidio. En cada encuentro, se trató cómo reconocer señales de alerta y cómo pedir ayuda profesional a tiempo. También se practicó manejar emociones difíciles. Por ejemplo, los participantes compartieron situaciones de la vida diaria y discutieron formas de responder.

Los talleres fueron interactivos. Se usaron dinámicas grupales y materiales prácticos para que todos participaran. Algunos comentaron sus experiencias, mientras otros aplicaban lo aprendido poco a poco.

De esta manera, fueron ganando confianza para enfrentar problemas difíciles en su día a día.

Semana 4

Actividad 4.

Se realizaron talleres de autocuidado, los participantes practicaron técnicas como la relajación, mindfulness y manejo del estrés. Algunos compartieron que estas prácticas los ayudaban a sentirse más tranquilos, y otros fueron probándolas poco a poco.

La intención era que cada persona pudiera fortalecer sus propios recursos y adquirir hábitos de vida más sanos. Además, las actividades servían para evitar

el agotamiento emocional y mejorar la calidad de vida de manera gradual, día tras día.

Semana 5

Actividad 5.

Se trabajó en la elaboración y difusión de materiales informativos acerca de la salud mental durante la práctica. Se distribuyeron folletos en distintas actividades de escuelas, universidades, y se hicieron publicaciones en Instagram. El propósito de esta actividad fue reducir el estigma asociado a los problemas de salud mental que usualmente enfrenta la comunidad, sensibilizar a las personas sobre la importancia de cuidar su bienestar psicológico y buscar la ayuda en el momento oportuno.

Semana 6 a la Semana 9

Actividad 6.

Se realizaron visitas a escuelas y colaboraciones con instituciones de salud comunitarias. Estas actividades tuvieron como objetivo promover la salud mental en diferentes sectores de la población, incluyendo niños, adolescentes, adultos mayores y grupos vulnerables. Durante estas visitas, se ofrecieron herramientas y recursos de prevención, así como información clave para fortalecer las capacidades de afrontamiento de los participantes.

Semana 9

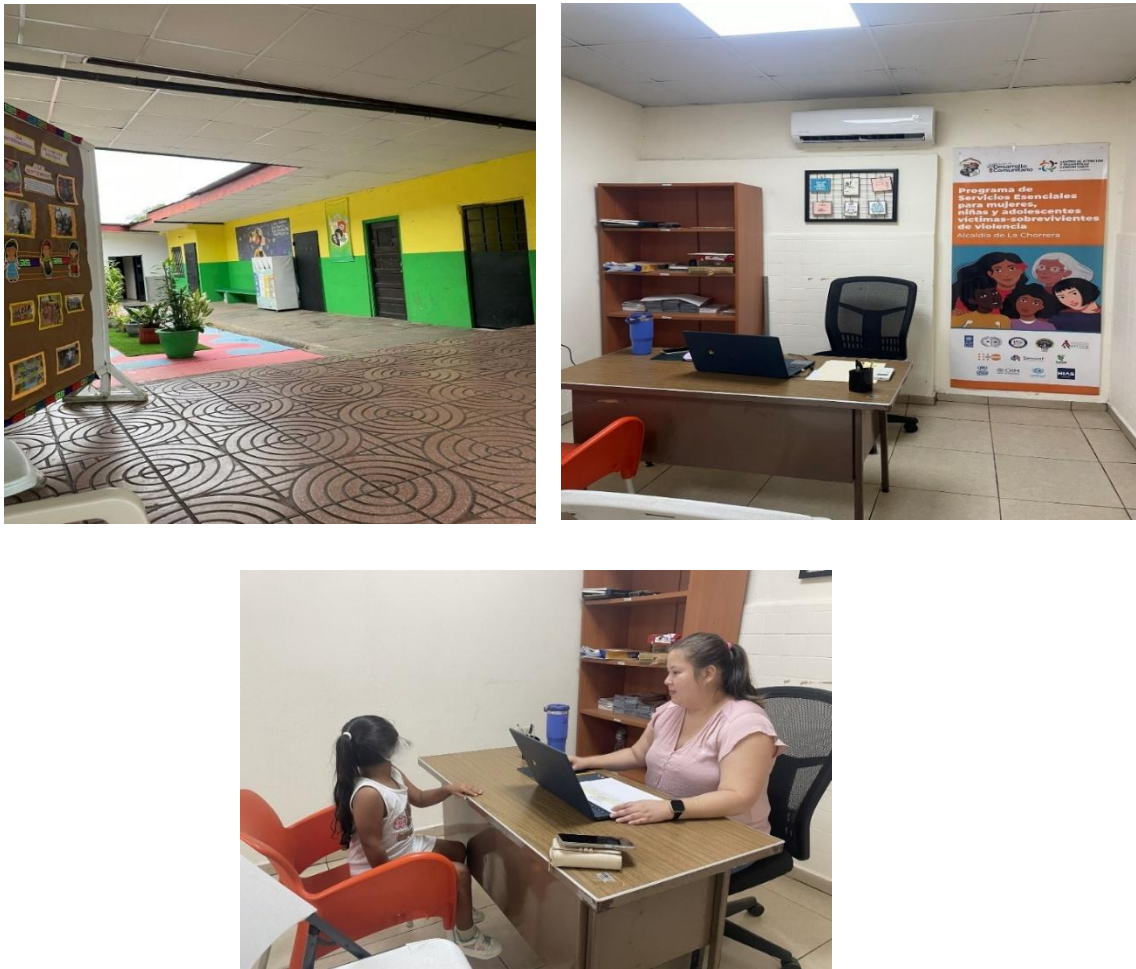
Actividad 7.

Se realizó la culminación de la práctica se solicitó carta de culminación y se recibió el proceso de retroalimentación de las actividades realizadas durante la práctica profesional.

2.2 Portafolio de actividades

Actividad 1: Atención a los pacientes en el Centro Comunitario.

Figura 1: Área de la oficina donde se desarrollan las prácticas. Centro Comunitario de Bienestar y Desarrollo - Municipio de La Chorrera.



En estas imágenes se muestra el espacio físico donde se desarrollaron las evaluaciones, atenciones e intervenciones psicológicas a las personas que asistían a la consulta.

Actividad 2: Realización de taller de autocuidado y mindfulness

Figura 2: Taller de autocuidado y Taller de mindfulness



Participantes de los talleres realizados, en los cuales se aplicaron técnicas de autocuidado y mindfulness.

Actividad 3: Taller de autocuidado para para la promoción de salud mental en psicólogos

Figura 3: Taller de autocuidado para profesionales de salud mental



Presentación de técnicas de regulación emocional como parte del taller de autocuidado para promover la salud mental entre los profesionales de psicología.

Actividad 4: Promoción de salud mental en la comunidad

Figura 4: Promoción de salud mental en la comunidad en colaboración con otras instituciones de salud



Actividad de promoción realizada en feria de salud en la comunidad, donde se brindó orientación psicoeducativa a los asistentes, además de cápsulas informativas de promoción y autocuidado de la salud mental.

Actividad 5: Participación dentro de escuela para la promoción de la salud mental

Figura 5: Promoción de salud mental en escuela y taller



Participación en una feria escolar, donde se brindaron herramientas mediante documentos informativos de salud mental para los estudiantes. Se entregaron trípticos y se ofreció orientación psicoeducativa.

Actividad 6: Taller de promoción de salud mental en escuela

Figura 6: Promoción de salud mental y herramientas para estudiantes sobre salud mental.



Taller de promoción de salud mental enfocado en las emociones para estudiantes

Actividad 7: Participación para la prevención de la salud mental durante el día de la salud mental

Figura 7: Caminata Día de la Salud Mental



Se participó en una caminata por el Día de la Salud Mental, con el objetivo de promover la salud mental en la población.

Actividad 8: Participación de la caminata del día de la salud mental junto a la Asociación de Psicólogos de Panamá y Capitulo Panamá Oeste

Figura 8: Caminata del Día de la Salud Mental



Se participó en una caminata por el Día de la Salud Mental para promocionar la salud mental, además se brindó orientación mediante promoción en redes sociales.

Actividad 9: Realización de taller de prevención dentro del Centro Comunitario.

Figura 9: Taller de prevención del suicidio para el personal del centro



Se realizó un taller de prevención del suicidio en el centro comunitario, con el objetivo de brindar herramientas psicológicas a los colaboradores del lugar.

Actividad 10: Material confeccionado para promoción de salud mental

Figura 10: Material creado y utilizado para promocionar salud mental



Se confeccionó material informativo imprimible y para redes sociales para promocionar la salud mental.

CAPÍTULO III

CAPÍTULO III. ANÁLISIS E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

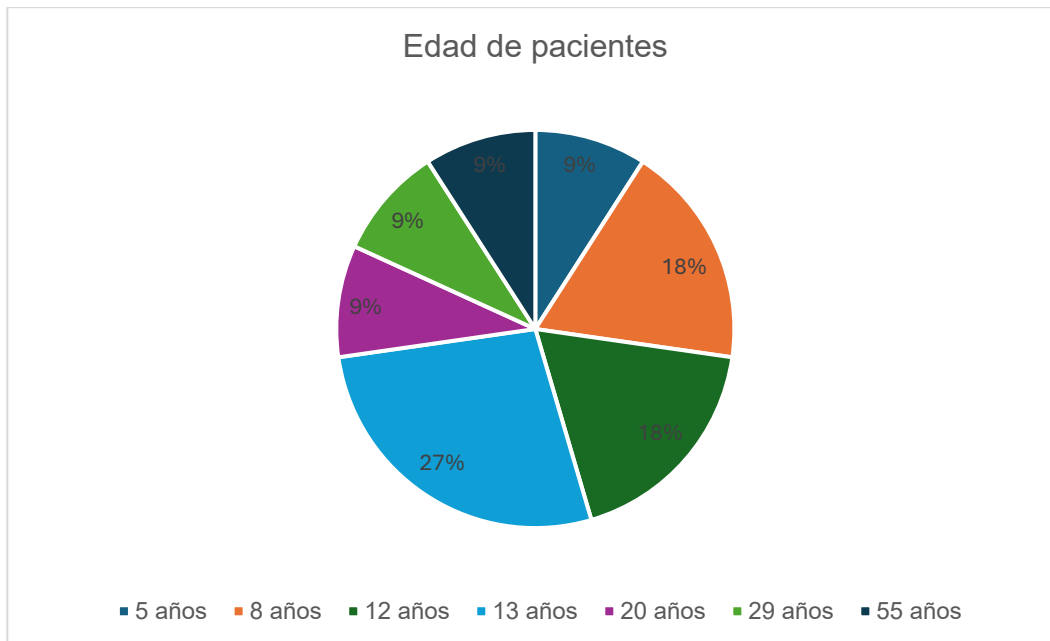
Durante el periodo de la práctica, se llevaron a cabo diversas estrategias de promoción de la salud mental, impactando aproximadamente a 400 personas a través de talleres psicoeducativos, campañas en redes sociales y actividades de concienciación. Estas acciones tuvieron como objetivo la sensibilización sobre la importancia del bienestar emocional, la prevención de trastornos psicológicos y el acceso a recursos de apoyo.

A continuación, se detalla el análisis de las atenciones brindadas en los meses de práctica.

3.1 Análisis de resultados

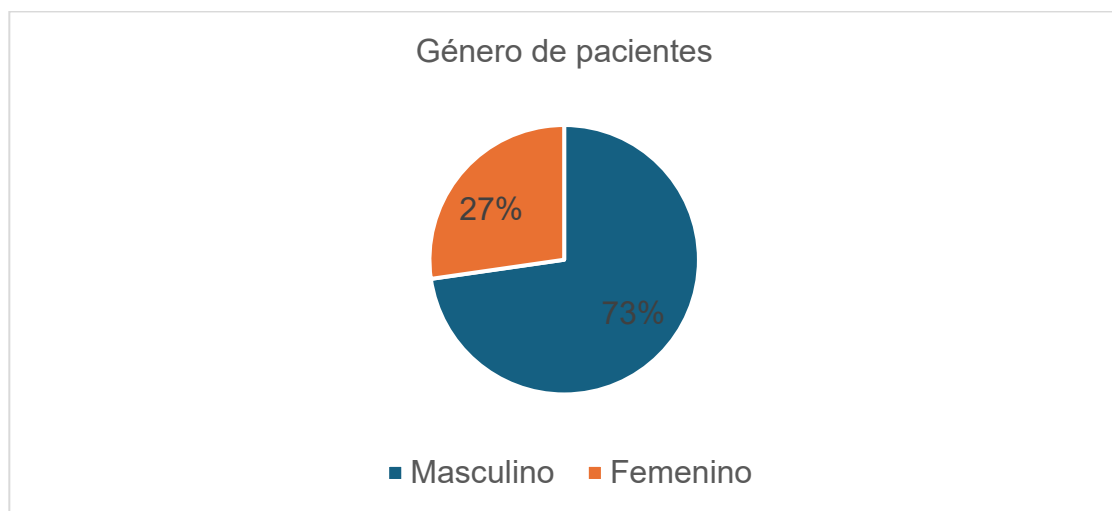
Atenciones psicológicas realizadas en el mes de septiembre

Gráfica 1: Edad de pacientes



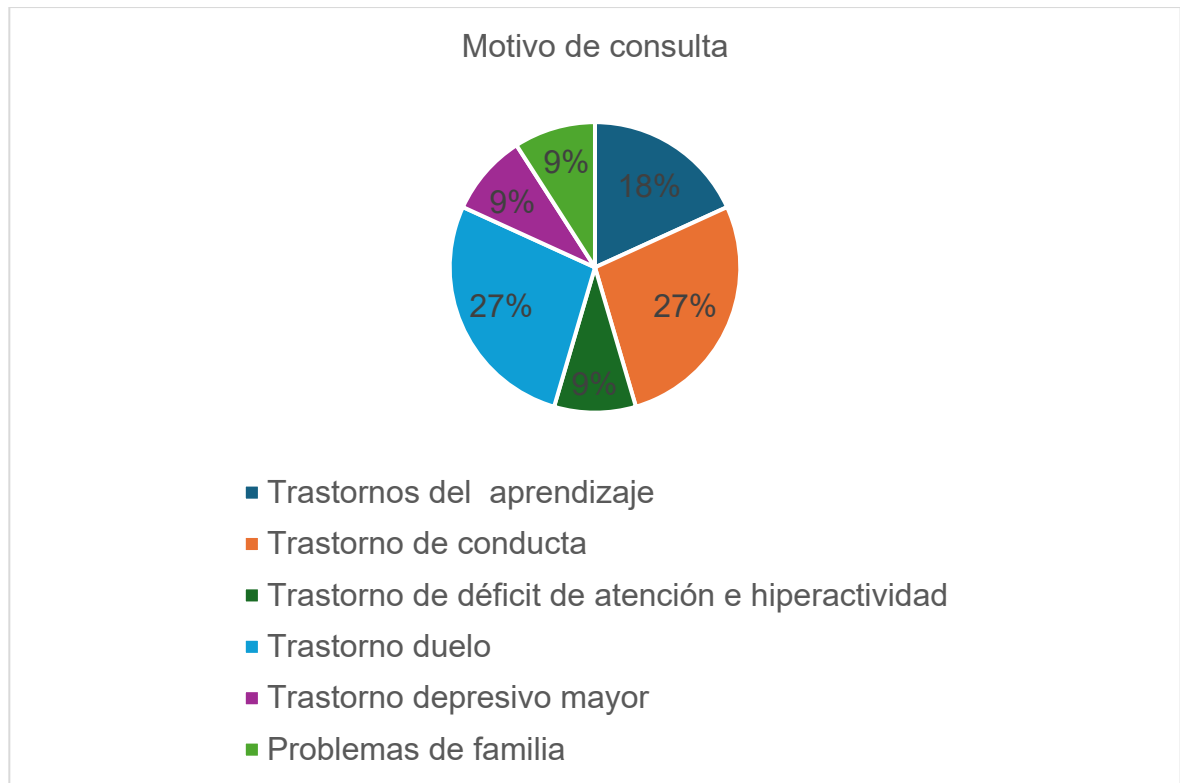
En el mes de septiembre, la distribución de pacientes atendidos muestra que la mayoría tiene 13 años (27%), seguidos por aquellos de 8 y 12 años (18% cada uno). Las edades de 5, 20, 29 y 55 años representan cada una el 9%. Esta tendencia sugiere una mayor demanda de atención psicológica en niños y adolescentes.

Gráfica 2: Género de pacientes



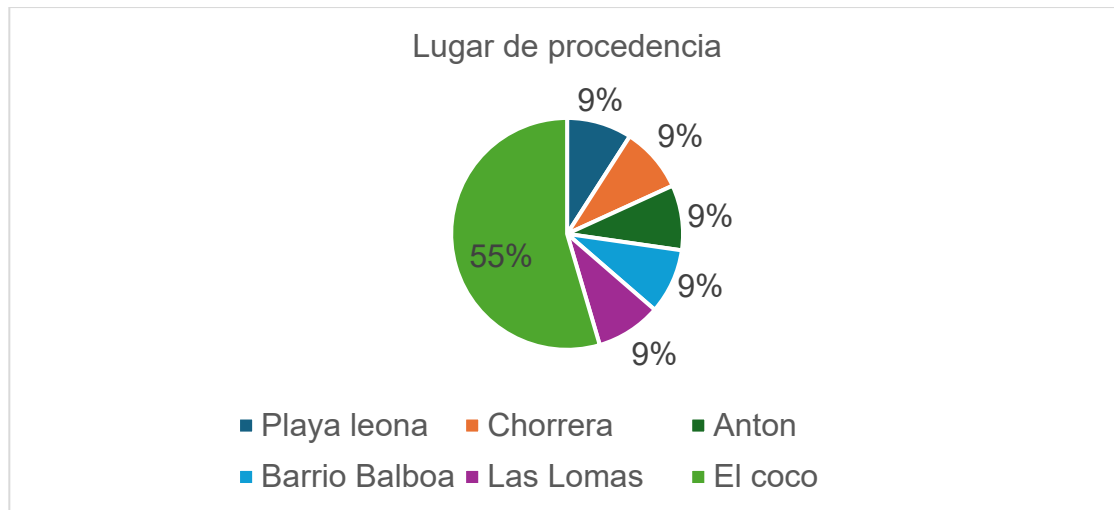
El 73% de los pacientes son de género masculino y el 27% femenino, mostrando una mayor demanda de atención psicológica en hombres.

Gráfica 3: Motivo de consulta



Los principales motivos de consulta en el mes de septiembre fueron trastornos del aprendizaje y trastornos de conducta (27% cada uno), seguidos por TDAH (18%). Los trastornos de duelo, depresión mayor y problemas familiares representan cada uno el 9%. La tendencia indica una mayor demanda de atención psicológica en niños y adolescentes, especialmente en dificultades de aprendizaje, conducta y atención.

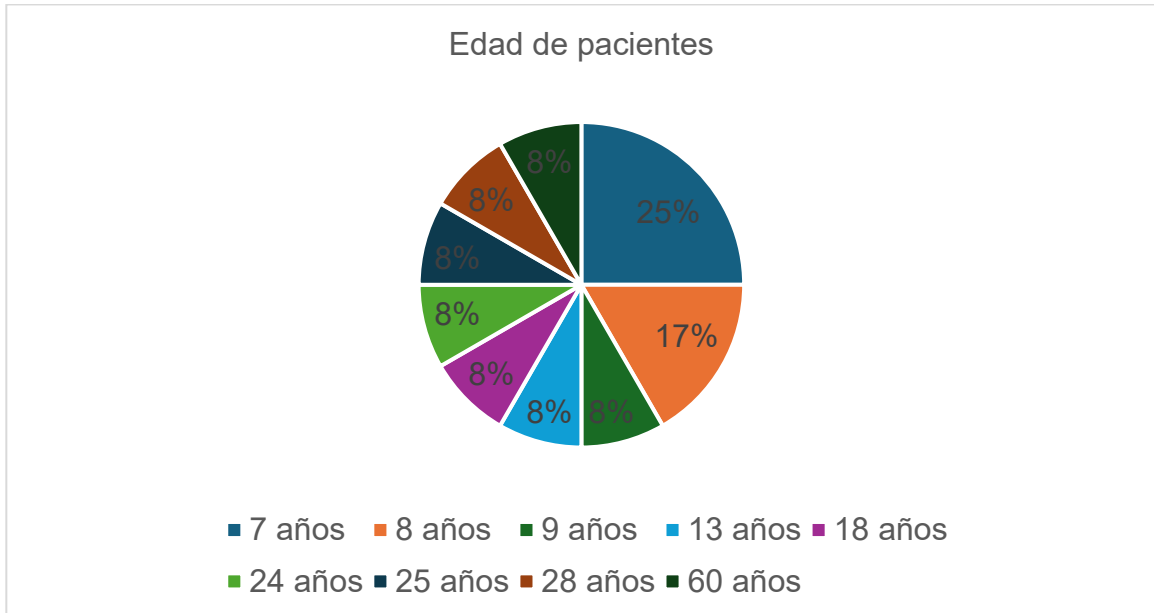
Gráfica 4: Lugar de procedencia



La mayoría de los pacientes provienen de El Coco (55%), mientras que Playa Leona, La Chorrera, Antón, Barrio Balboa y Las Lomas tienen cada uno 9%. La tendencia indica una mayor demanda de atención en El Coco.

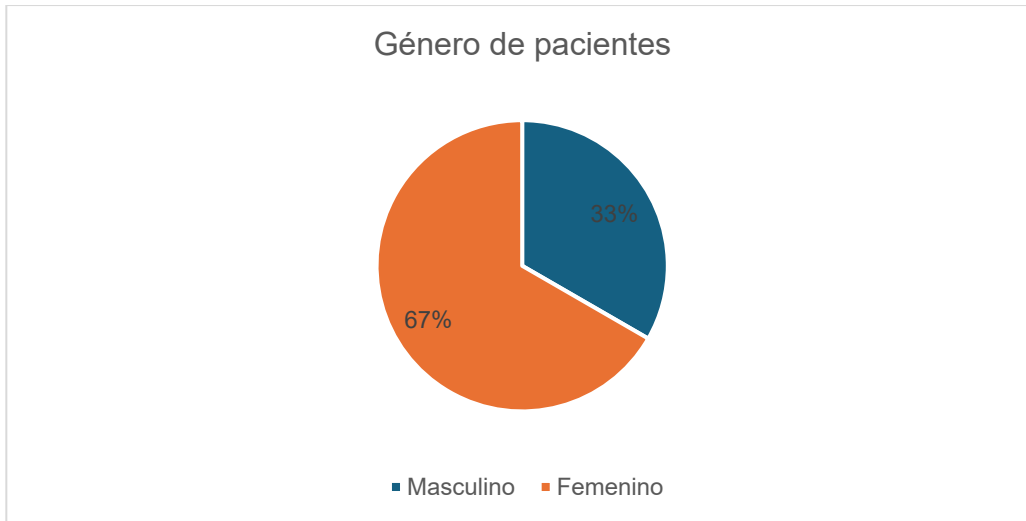
Atenciones psicológicas realizadas en el mes de octubre

Gráfica 5: Edad de pacientes



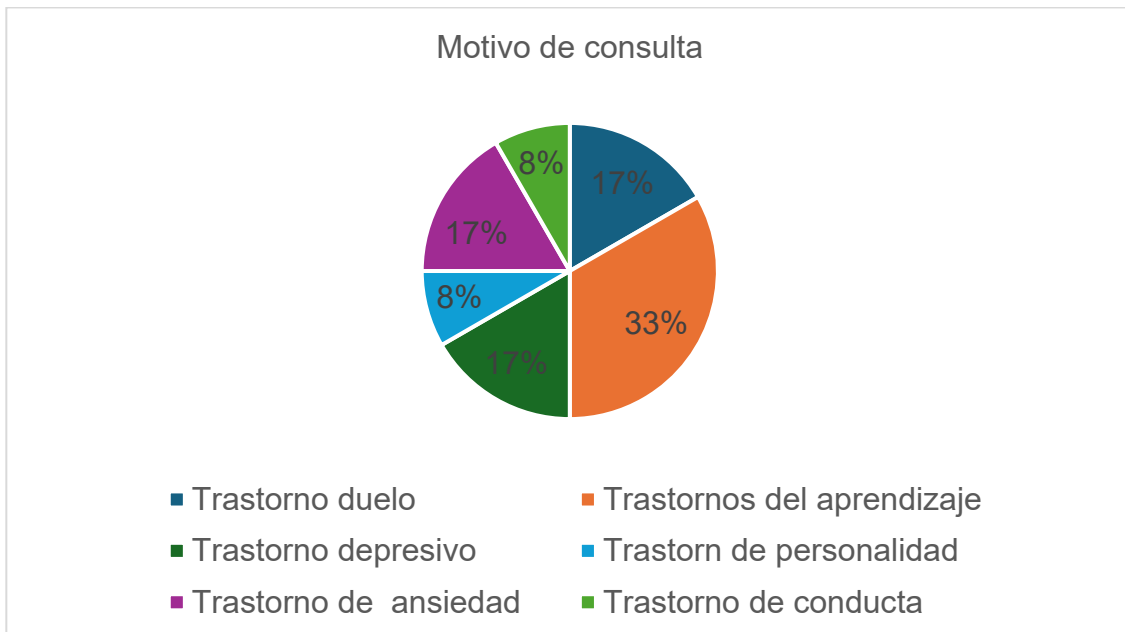
En el mes de octubre, las principales edades de los pacientes en los motivos de consulta se distribuyeron de la siguiente manera: la mayoría tiene 7 años (25%), seguido de 8 años (17%). Las edades de 9, 13, 18, 24, 25, 28 y 60 años representan cada una el 8%. La tendencia indica una mayor presencia de niños y adolescentes en consulta, destacando la atención a edades tempranas, aunque también se atendió a pacientes adultos.

Gráfica 6: Género de pacientes



El 67% de los pacientes son de género femenino y el 33 % masculino, mostrando una mayor demanda de atención psicológica en el sexo femenino.

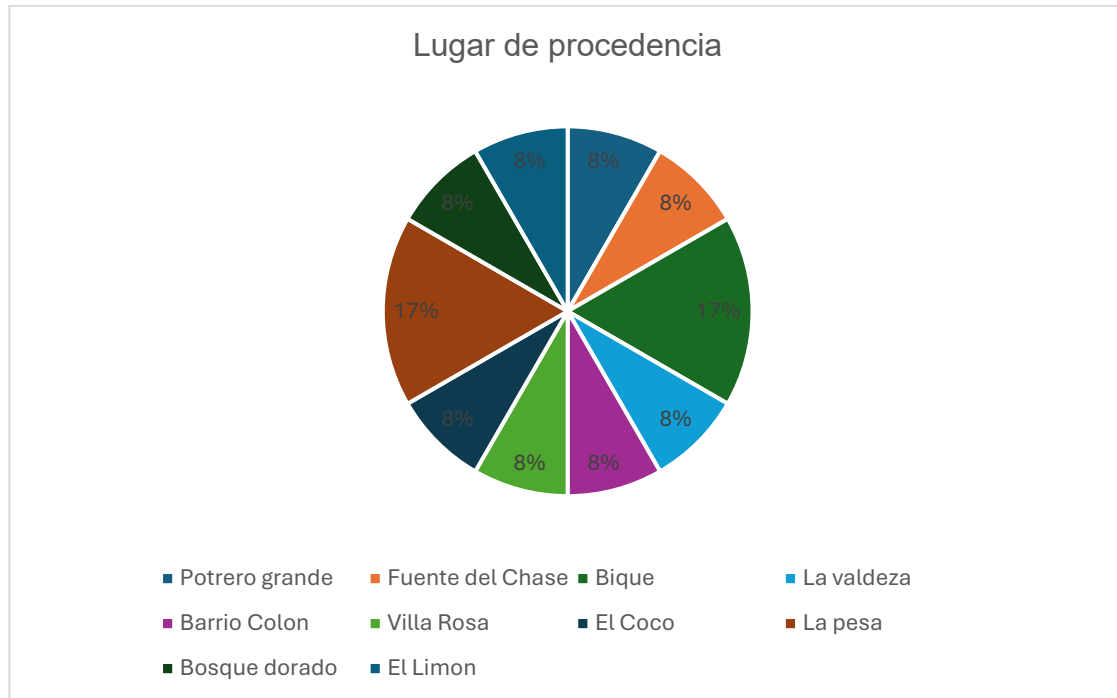
Gráfica 7: Motivo de consulta



El principal motivo de consulta psicológica fue trastornos del aprendizaje, representando un tercio de los casos (33%). Le siguen el duelo, la depresión y la

ansiedad, cada uno con 17%. Por otro lado, los trastornos de conducta y de personalidad tienen la menor representación, con 8% cada uno.

Gráfica 8: Lugar de procedencia



Por último, la mayoría de los pacientes vienen de diferentes comunidades, pero Bique y La Pesa destacan con una mayor cantidad de casos. El resto de las localidades tienen una distribución uniforme, lo que indica que la atención no se concentra en un solo sector, sino que abarca varias áreas por igual.

En el mes de septiembre y octubre se logró brindar atención psicológica a un total de 34 personas en el mes de septiembre. La mayoría de los pacientes tenían 13 años, mientras que en octubre predominaban los de 7 años. Hubo un cambio en la distribución por género, pasando de mayor demanda masculina en septiembre (73%) a femenina en octubre (67%). Los principales motivos de consulta fueron los trastornos del aprendizaje en ambos meses, pero en septiembre destacaron los trastornos de conducta y TDAH, mientras que en

octubre aumentaron los casos de duelo, depresión y ansiedad. En cuanto a la procedencia, en septiembre predominaban pacientes de El Coco (55%), mientras que en octubre la distribución fue más equilibrada, con mayor presencia en Bique y La Pesa.

Los pacientes atendidos fueron evaluados bajo el enfoque de intervención breve, con el objetivo de proporcionarles una referencia adecuada a los centros de atención correspondientes. Además, se les ofreció psicoeducación para fortalecer su comprensión sobre su situación y las alternativas de apoyo disponibles. En las citas de seguimiento, aproximadamente el 65% de los pacientes informaron haber acudido a distintos centros en busca de atención psicológica, el porcentaje restante informó no poder acudir a los centros privados o públicos por dificultades económicas.

3.2 Propuesta de solución

Programa de capacitación y entrenamiento a voluntarios psicólogos, estudiantes y practicantes del programa de atención comunitaria de la APP-Panamá Oeste.

3.2.1. Introducción

La salud mental es un componente esencial del bienestar general, y su adecuada atención es fundamental para el desarrollo social y comunitario. A continuación, se expone una propuesta integral diseñada para tratar la problemática detectada en la práctica, en la que se identificaron como motivo de consulta e impresión diagnóstica varios trastornos, siendo los relacionados con el aprendizaje los más prevalentes. Se observó que un gran número de individuos evitan los servicios de psicología debido a la escasez de información sobre salud mental, limitaciones económicas y la elevada prevalencia de problemas en el aprendizaje. El propósito de esta propuesta se basa en el

Modelo Cognitivo-Conductual en salud mental dirigido al equipo de salud mental responsable del programa de atención y promoción de salud mental de la población que acude al Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera

3.2.2. Marco de referencia

Diversas investigaciones han demostrado que la falta de conocimiento sobre salud mental representa una barrera importante para acceder a servicios de atención psicológica. Según Jorm (2012, citado en Olivari y Casañas, 2021) la educación en salud mental implica el conocimiento y la capacidad para reconocer y comprender los problemas psicológicos, lo que permite identificar dónde obtener ayuda. La falta de información, en cambio, puede generar un gran temor, desconocimiento y estigma, impidiendo que las personas busquen el apoyo adecuado.

Olivari y Casañas (2021) señalan que es necesario desarrollar más estrategias dirigidas y sistemáticas para promover la alfabetización en salud mental. Esto permitiría fortalecer habilidades para gestionar emociones, conocer los factores que protegen el bienestar psicológico, reducir el estigma asociado a los problemas de salud mental y fomentar tanto la búsqueda de información como el acceso a servicios adecuados.

La (Organización Panamericana de la Salud [OPS], s.f.) hace énfasis en la importancia de la promoción de la salud mental para minimizar barreras en el acceso a la atención psicológica, recomendando estrategias de sensibilización y educación en comunidades vulnerables. Esto sugiere la importancia de crear campañas psicoeducativas y estrategias preventivas dentro del plan de intervención.

En esta misma línea, de acuerdo con Patel y Saxena (2019), en muchos países, los servicios de salud mental son inaccesibles para la mayoría de la población debido a altos costos y la falta de acceso en los servicios públicos.

Esta situación también se evidencia en contextos locales, en el caso específico de la población que acude en La Chorrera, los resultados de la práctica evidencian que muchas personas no pueden costear servicios privados y encuentran muchas dificultades para acceder a la atención pública debido a largas listas de espera o la escasez de profesionales disponibles.

Esto evidencia que el factor económico es uno de los principales obstáculos que impiden el acceso a la atención psicológica a los consultantes.

El modelo cognitivo-conductual que sugiere esta propuesta se ha establecido en la actualidad como una herramienta eficaz para abordar problemas emocionales y de conducta, pues permite identificar y modificar patrones disfuncionales de pensamiento.

Nakao et al. (2021) señalan que el modelo ha demostrado ser eficaz en el tratamiento de diversos trastornos, en esta misma línea, Nakao et al. (2024) sugieren que el modelo no solo es efectivo en el tratamiento clínico, sino también en la prevención de problemas de salud mental a través de la psicoeducación.

De acuerdo con Snowling y Hulme (2021), la evidencia sustenta que la intervención pronta y correcta de los trastornos del aprendizaje disminuye el efecto adverso en la salud mental y favorece el rendimiento académico.

Por otra parte, Barker et al. (2022) estudiaron el impacto de la TCC grupal en 7,227 hogares vulnerables de Ghana. Luego de 1–3 meses de la intervención se

evidenciaron mejoras en salud mental, percepción física, habilidades cognitivas y socioemocionales, y autopercepción económica, independientemente del malestar inicial. Se sugiere que la TCC beneficia reduciendo la vulnerabilidad mental y fortaleciendo directamente dichas capacidades.

De manera similar, Banks et al. (2014) sugieren que las intervenciones conductuales cognitivas se centran en la modificación de comportamientos enseñando tareas relevantes basadas en estrategias que corrigen distorsiones cognitivas mediante la aplicación de la lógica y la búsqueda de evidencia.

Según Barrett et al. (2020), la supervisión de la práctica durante la formación en psicología juega un papel importante en el desarrollo de las competencias propias del modelo científico practicante, promoviendo la aplicación de intervenciones basadas en evidencias, como es el caso de la Terapia Cognitivo conductual. Los autores señalan la importancia de que las prácticas clínicas no solo guían al estudiante, sino que fortalecen la capacidad de integrar la teoría, la investigación y la práctica desde una teoría sustentada.

Lo que sugieren estos hallazgos resaltan la necesidad de fortalecer programas de atención gratuita o de bajo costo, especialmente en contextos donde la población enfrenta grandes barreras económicas, resulta indispensable que se desarrollen e implementen además programas de promoción y prevención de salud mental, garantizando un acceso equitativo a servicios psicológicos para la población más vulnerable y, sobre todo, educación en materia de salud mental a la población, de esta manera el acceso oportuno a un servicio de salud mental permitiría a la población tener mejores oportunidades de desarrollo integral.

Como consecuencia, la práctica clínica basada en evidencia oportuna y con teorías científicas que brinden el respaldo tal como el modelo enunciado ayuda a

reducir la brecha existente y favorece la obtención de mejores resultados en las intervenciones.

3.2.3. Justificación

La salud mental es un pilar fundamental para el bienestar individual y colectivo, de este modo no se puede excluir la atención psicológica en programas de salud o atención primaria sin tomar en cuenta la importancia y el impacto de la salud mental en los programas en el área oeste.

La salud mental comienza con la prevención, ya que implica promover entornos saludables y de crecimiento, por ello trabajar en la promoción y prevención de salud mental debe ser uno de los pilares importantes de todas las comunidades, como en el caso de la población de La Chorrera, en Panamá Oeste.

En el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, donde se encuentran las oficinas de la Asociación Panameña de Psicólogos Capítulo Panamá Oeste, se ha identificado una alta prevalencia de trastornos que afectan la salud mental, siendo los más prevalentes los relacionados con el aprendizaje, lo que afecta significativamente el desarrollo académico y social de la población.

Esta problemática se ve agravada por la limitada información sobre salud mental, las restricciones económicas y el estigma asociado, factores que dificultan el acceso a servicios psicológicos adecuados e incrementa los problemas en salud mental, así como los problemas a nivel social.

Desarrollar un programa basado en el Modelo Cognitivo-Conductual en el programa de la APP Panamá Oeste - Centro de Atención y Desarrollo Comunitario de La Chorrera permitirá atender las necesidades específicas de la

población con trastornos de aprendizaje y emocionales, ofreciendo estrategias efectivas para mejorar su rendimiento académico y bienestar emocional.

Además, se propone superar las barreras económicas mediante la oferta de servicios gratuitos o de bajo costo, lo que facilitará el acceso a intervenciones psicológicas de calidad. También se pretende reducir el estigma asociado a la salud mental, a través de campañas de psicoeducación que promuevan una comprensión adecuada de estos trastornos y fomenten la búsqueda de ayuda profesional.

La importancia de la psicoeducación según el modelo reside en prevenir las dificultades emocionales y conductuales, favoreciendo así en las personas una mejor regulación emocional.

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) se ha consolidado en diversos estudios a través del tiempo como un enfoque eficaz para abordar distintos trastornos que afectan la salud mental de las personas, asistiéndolas en la identificación, modificación de pensamientos y acciones que influyen en sus problemas con evidencia basada en la ciencia.

De este modo, este modelo de intervención ha mostrado avances notables en la salud mental y física de los involucrados, además de en sus capacidades cognitivas y socioemocionales, particularmente cuando se implementa en entornos comunitarios.

En entornos comunitarios, donde existen personas de escasos recursos y no hay acceso ni a un servicio público sanitario, esta propuesta de intervención bajo este método pretende darle una respuesta más rápida a la población y no solo eso, sino brindarle herramientas eficaces que permitan a las personas aplicarlas

durante la consulta y posteriormente en la vida diaria; de esta manera, el impacto que se busca no solo es inmediato, sino duradero.

De este mismo modo, la implementación de esta propuesta bajo el modelo referido representa una oportunidad significativa para abordar a través de la psicoeducación las problemáticas de salud mental en nuestra comunidad.

Además, tiene el potencial de transformar la percepción de la salud mental, fomentando una cultura de apoyo y comprensión que impacta positivamente en la convivencia comunitaria, quienes a la vez se convertirán en entes multiplicadores de promoción en salud mental, además de contribuir positivamente dentro de su comunidad local, reduciendo múltiples problemáticas que surgen en ellas.

Esta transformación cultural también beneficia directamente a las familias, mejorando la comunicación y permitiendo abordar dificultades dentro del núcleo familiar, como trastornos de aprendizaje y otros problemas psicológicos. Al poner énfasis en la prevención, se logra un entorno saludable donde los niños y adolescentes tienen más oportunidades para desarrollarse.

La Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) permite aprender formas de apoyar mejor a las personas y también ayuda a ver qué funciona en la práctica.

En Panamá Oeste, hay poca información sobre esto, por lo que usar la terapia resulta muy útil.

Al aplicar estas intervenciones con el modelo TCC, se puede observar qué acciones funcionan y cuáles necesitan ajustes. Esto ayuda a decidir cómo distribuir los recursos y presupuestos, de manera que la gente de Panamá Oeste vea resultados reales en su día a día.

Revisar cómo se llevan a cabo estas terapias en la comunidad puede servir para planear futuras acciones en otras regiones. De esta manera, se pueden crear formas de actuar más prácticas y hechas a medida de lo que realmente necesita cada lugar.

El Modelo Cognitivo-Conductual es una de las terapias más efectivas y adecuadas para esta propuesta, ya que permite trabajar paso a paso sobre los pensamientos negativos y las conductas que dificultan la vida diaria.

Este ofrece herramientas sencillas para que las personas comprendan la importancia de cuidar su salud mental, ayudando a disminuir el estigma y la desinformación que afecta a la comunidad.

La idea es que cada persona mejore su salud mental y que la comunidad vea cambios reales. Con talleres y campañas, se fortalece la unión entre vecinos y se evitan problemas futuros.

Al enfocarse en dificultades de aprendizaje, se ofrece un enfoque completo que protege la parte emocional y también apoya el rendimiento escolar.

Esta propuesta puede ser útil para quienes, por falta de dinero o información, no han podido acceder a servicios de salud mental.

Dar herramientas para manejar emociones y mejorar en la escuela favorece tanto a la persona como a la comunidad, reduce desigualdades y refuerza el bienestar general.

De esta manera, se fomenta el autocuidado y la responsabilidad emocional, con un efecto positivo en la familia, la escuela y la comunidad.

Mejorar la salud mental y educativa trae beneficios extras, como mejor acceso a la salud física, educación más justa y capacidad para tomar decisiones informadas sobre lo que necesita la comunidad. A largo plazo, esto favorece el desarrollo de comunidades más resilientes, con mayores oportunidades en áreas sociales, económicas y tecnológicas.

Así pues, no solo es una necesidad urgente, sino también una apuesta estratégica para el desarrollo integral y sostenible de las regiones más desatendidas, la posibilidad de hacer esto con un modelo sólido permitirá fortalecer el tejido social y fomentar un desarrollo sostenible que beneficie a las generaciones presentes y futuras.

3.2.4 Objetivos

3.2.4.1 Objetivo general

Fortalecer la salud mental de la población atendida en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera - APP Capítulo Panamá Oeste, mediante el desarrollo de un programa basado en el Modelo Cognitivo-Conductual, que aborde los trastornos del aprendizaje y otros problemas de salud mental.

3.2.4.2 Objetivos específicos

- Promover el conocimiento de la salud mental a través de campañas o talleres de sensibilización y educación dirigidos a la comunidad, con el fin de reducir el estigma y aumentar el conocimiento sobre los trastornos del aprendizaje y otros problemas de salud mental.
- Brindar intervenciones psicológicas gratuitas o de bajo costo utilizando el Modelo Cognitivo-Conductual, dirigidas a individuos con trastornos de la salud mental, incluyendo los trastornos del aprendizaje, para mejorar su rendimiento académico y bienestar emocional.

- Establecer un sistema de seguimiento y evaluación que permita monitorear el progreso de los participantes en el programa, ajustando las intervenciones según sea necesario para maximizar su efectividad.

3.2.5 Beneficiarios

Los beneficiarios directos de este programa son las personas referidas por la Alcaldía y la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste. Además, las escuelas y comunidades locales recomendadas por la APP Panamá Oeste para capacitación y promoción de la salud mental también se consideran beneficiarios directos.

Por otro lado, los beneficiarios indirectos son aquellos que, aunque no participan directamente en el programa ni en las capacitaciones, se benefician al relacionarse con los participantes. Esto incluye a familiares, amigos y colegas de las personas que reciben los servicios del programa.

3.2.6 Intervención

Para fortalecer la salud mental de la población que acude referida por la APP, Panamá Oeste y aquellas que acuden al Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, se recomienda desarrollar un programa integral basado en el Modelo Cognitivo-Conductual (TCC) que aborde los trastornos del aprendizaje y otros problemas de salud mental.

Para alcanzar los objetivos específicos del programa, se propone el siguiente plan estructurado en tres fases:

Fase I: Etapa de reconocimiento, evaluación y aplicación de entrevistas

Para promover el conocimiento de la salud mental en la comunidad mediante campañas y talleres de sensibilización y educación, se sugiere la siguiente metodología:

Se propone una metodología integral que comienza con la realización de encuestas y entrevistas a los residentes de la comunidad para evaluar sus niveles de conocimiento y percepciones sobre la salud mental, identificando áreas que requieren mayor atención y realizando un diagnóstico comunitario. A partir de los resultados, se crearán materiales educativos que expliquen los temas más importantes de salud mental, utilizando un lenguaje claro y que se adapte a la cultura de la comunidad de Panamá Oeste.

Para que esta información llegue a más personas, se recomienda usar las redes sociales y trabajar con las autoridades locales, tales como autoridades educativas, juntas comunales y centros de salud.

Esto permitirá organizar talleres y actividades de sensibilización con sesiones interactivas a cargo de facilitadores bien capacitados. Además, se sugiere aplicar encuestas al finalizar cada actividad para evaluar qué tan efectivas y útiles fueron las intervenciones educativas.

Cuadro 2: Fase 1

Estrategia	Descripción
Realización de encuestas y entrevistas	Aplicación de herramientas de evaluación para evaluar el nivel de conocimiento y las percepciones de la comunidad sobre la salud mental, con el objetivo de identificar las áreas

	que requieren más atención.
Desarrollo de materiales educativos	Creación de materiales informativos adaptados a la cultura local, utilizando un lenguaje claro y fácil de entender, para explicar los conceptos más importantes de salud mental.
Divulgación y difusión de información	Utilización de redes sociales y colaboración con autoridades locales (educativas, comunales y de salud) para distribuir los materiales educativos y organizar eventos informativos.
Organización de talleres y actividades de sensibilización	Planificación de sesiones interactivas y participativas dirigidas por facilitadores capacitados, enfocadas en promover la comprensión y reducir el estigma asociado a la salud mental.
Evaluación de la efectividad de las intervenciones	Realizar encuestas al finalizar las actividades para obtener la opinión de los participantes, evaluando qué tan útiles y efectivas fueron las intervenciones. Esto permitirá recopilar información y hacer ajustes si es necesario.

La metodología que se propone está pensada para que la comunidad participe no solo informándose, sino creando un espacio en el que todos se involucren, lo que ayuda a reducir el estigma y fomenta un entorno de apoyo y comprensión.

Fase II: Creación de la estructura de atención psicológica

La segunda fase de esta propuesta consiste en crear una estructura de atención psicológica basada en la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), que estará a cargo de profesionales de la salud mental con experiencia en este enfoque.

En caso de que los psicólogos que participen del programa no cuenten con la capacitación necesaria en TCC, se les ofrecerá la formación requerida para que puedan desempeñarse de manera adecuada.

Las características de las atenciones psicológicas son las siguientes:

Duración y frecuencia de las sesiones:

- Número de sesiones: Las sesiones tendrán un mínimo entre 5 a 8, adecuándose a las necesidades de cada caso.
- Frecuencia: Las sesiones se realizarán de forma semanal o quincenal, según sea lo más adecuado para los usuarios.
- Duración de cada sesión: Cada sesión tendrá una duración mínima de 45 a 60 minutos.
- Seguimiento: Se llevará un registro de citas e historial electrónico para el fácil acceso a la información que asegure la confidencialidad de los pacientes.

Criterios de inclusión:

- Residencia: Personas que vivan en Panamá Oeste.
- Situación económica: Personas que no tengan suficiente dinero para pagar servicios de salud mental y que además no cuenten con seguro social público.
- Necesidad de ayuda: Personas que estén pasando por problemas como depresión, ansiedad, estrés o dificultades en la escuela y necesiten apoyo psicológico.
- Compromiso de participación: Personas que realmente estén dispuestas a comprometerse con el programa, que asistan a las citas puntualmente y participen en las actividades que se les propongan.

Criterios de exclusión:

- Residencia: Personas que no vivan en la provincia de Panamá Oeste.
- Situación económica: Aquellos que tengan los recursos suficientes para acceder a servicios privados de salud mental y aquellos que cuenten con seguro social público.
- Ausencia de necesidad: Personas que no presenten síntomas o problemas que requieran la atención psicológica.
- Falta de compromiso: Personas que falten continuamente a las sesiones, que no participen de su proceso y aquellos que no tengan interés en cumplir las actividades propuestas.

Estos criterios buscan asegurar que el programa de atención psicológica llegue a las personas que realmente lo necesitan en la provincia de Panamá Oeste, y que los participantes estén comprometidos y dispuestos a aprovechar el apoyo disponible.

Estructura del proceso terapéutico:

Evaluación inicial:

- Entrevista Inicial: Actualmente el formato solo recoge información básica de la historia clínica, sin tener en cuenta datos más detallados que podrían ser fundamentales para una mejor comprensión del paciente. Por eso, se sugiere modificarlo para incluir aspectos importantes como los antecedentes médicos, familiares, psicológicos y el motivo específico de la consulta, así como el contexto educativo cuando sea relevante. Este formato será utilizado para recabar toda la información necesaria para llevar a cabo las sesiones. Este formato será llenado en el centro y entregado al psicólogo asignado para evaluación inicial, el cual, posteriormente a la revisión del documento, realizará la entrevista clínica.

- Instrumentos de evaluación: Se utilizarán pruebas psicométricas estandarizadas, se sugiere tener una batería de pruebas que permitan abordar diversos problemas de salud mental, así como dificultades escolares.

Diseño del plan de tratamiento personalizado:

- Objetivos terapéuticos: Se establecerá, junto con el participante, objetivos que sean alcanzables y que se enfoquen en sus necesidades y áreas de mejora, para esto se tomará en cuenta las características de la persona y las dificultades presentadas en la consulta.
- Selección de técnicas terapéuticas: Se utilizarán técnicas de la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC) que mejor se adapten a la situación y necesidad de cada persona.

Proceso de intervención:

- Se llevarán a cabo sesiones terapéuticas regulares, las cuales serán supervisadas por un psicólogo supervisor, de ser necesario, en el caso de los practicantes.
- Se asignarán actividades prácticas que refuercen las habilidades aprendidas durante las sesiones, promoviendo su aplicación en situaciones cotidianas.

Seguimiento:

- El psicólogo encargado revisará cómo avanzó cada participante al final de cada sesión, comparando los progresos con los objetivos definidos al inicio.
- Si hace falta, el plan y los avances se discutirán con el psicólogo y se ajustarán según lo que necesite cada persona.

Evaluación final:

- Al terminar el programa, el psicólogo realizará una revisión completa para ver si se lograron los objetivos de las primeras consultas y hará comentarios claros al participante.

La estructura propuesta permite un seguimiento personalizado, aprovechando las ventajas de la Terapia Cognitivo-Conductual según las necesidades de cada persona.

Fase III: Implementación de sistema de evaluación de monitoreo

Se implementará un sistema de evaluación continua para monitorear el progreso de participantes y voluntarios, usando herramientas prácticas y observaciones directas. Así, se identificarán las áreas que necesitan ajustes y se asegurará que las estrategias sean las más útiles para cada persona.

Evaluar y dar seguimiento es clave para mantener la calidad y efectividad del programa.

Cuadro 3: Sistema de evaluación continua del programa propuesta

Sistema de evaluación continua del programa	
Estrategia	Descripción
Herramientas de evaluación estandarizadas	Aplicación de instrumentos validados, como encuestas y cuestionarios, al inicio, medio y final del programa para medir aspectos específicos del bienestar mental y desempeño.
Retroalimentación directa	Se llevarán a cabo sesiones semanales de forma virtual o presencial en las que los participantes, psicólogos y voluntarios del programa podrán compartir sus experiencias y discutir los casos

	atendidos con el supervisor del centro.
Monitoreo del progreso	Se realizará una reunión al mes con todo el equipo para revisar los avances del programa.
Identificación de áreas de mejora	Evaluación de resultados para determinar la efectividad de las estrategias actuales, implementando cambios basados en la evidencia recopilada y asegurando intervenciones personalizadas y pertinentes.
Capacitación continua para voluntarios	Provisión de formación regular a voluntarios, basada en necesidades identificadas durante la evaluación, ofreciendo talleres y recursos que fortalezcan habilidades para apoyar eficazmente a los participantes.

CONCLUSIONES

Luego de realizar la práctica profesional en el Programa de Atención Psicológica de la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, en el Centro de Atención y Desarrollo Comunitario del Municipio de La Chorrera, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

- El programa proporciona una intervención directa en la práctica de la psicología clínica, facilitando el desarrollo y crecimiento de estudiantes, voluntarios y practicantes. Al trabajar directamente con la población, no solo se obtiene la oportunidad de aplicar y enriquecer los conocimientos adquiridos durante la formación profesional, sino que también se contribuye al bienestar de la comunidad atendida.
- La mayoría de los participantes atendidos provienen de la provincia de Panamá Oeste, evidenciando la necesidad de servicios de atención psicológica en esta área, de este mismo modo se evidencia la falta de conocimiento acerca de la salud mental en general en la población.
- Durante la práctica pude notar que aunque la mayoría de las personas completaron las tres atenciones psicológicas brindadas, estas resultaron ser insuficientes por las características de los casos recibidos.
- La mayoría de las personas que acudieron a las sesiones señalaron que en sus comunidades existe un estigma asociado a acudir a servicios de salud mental y refirieron sentir presión social, lo que hizo que demoraran en acudir de forma oportuna a adquirir ayuda por temor a ser juzgados.
- Las personas refirieron durante las consultas que el acceso a los servicios psicológicos es limitado y muchos reportaron que no podían pagarlos; además de esto, la mayoría reportó no contar con seguro social.
- Las personas que acudieron a las sesiones señalaron venir de comunidades vulnerables, con escasos recursos económicos y con pocas oportunidades laborales.

- Observé que muchos de los participantes enfrentaban dificultades escolares, lo que resalta la importancia de tener apoyo psicológico en el ámbito escolar.
- Por último, se identificó una clara necesidad de inversión en recursos para la adquisición de materiales necesarios para el programa, lo que sugiere la importancia de invertir en recursos para poder brindar una mejor atención.

Finalmente, es claro que la inclusión de servicios de salud mental en la provincia de Panamá Oeste es necesaria para cubrir las necesidades de la comunidad.

El programa ofrecido por la APP - Capítulo Panamá Oeste ya ha dado un buen paso para reducir la brecha, pero queda mucho trabajo por hacer. Es necesario que más autoridades locales se sumen a esta causa, tal como lo hizo el Municipio de La Chorrera.

De esta forma, se podrá crear una comunidad más saludable, donde se pueda hablar libremente sobre salud mental sin temor a ser juzgados.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Barker, N., Bryan, G., Karlan, D., Ofori-Atta, A., & Udry, C. (2022). Cognitive behavioral therapy among Ghana's rural poor is effective regardless of baseline mental distress. *American Economic Review: Insights*, 4(4), 527–545. <https://doi.org/10.1257/aeri.20210612>
- Barrett, J., Gonsalvez, C. J., & Shires, A. (2020). Evidence-based practice within supervision during psychology practitioner training: A systematic review. *Clinical Psychologist*, 24(1), 3–17. <https://doi.org/10.1111/cp.12196>
- Benatuil, D., & Laurito, J. (2015). El rol de las prácticas profesionales supervisadas en una muestra de estudiantes de psicología de una universidad de gestión privada Argentina. *PSIENCIA. Revista Latinoamericana de Ciencia Psicológica*, 7(2), 397–410. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=333141094006>
- Bernal Rangel, L. F. (2018). Intervención psicológica en terapia de grupo para condenados por un delito de violencia contra la pareja, en el Centro de Salud Magally E. Ruiz del Ministerio de Salud en Panamá Oeste [Tesis de licenciatura, Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/251>
- Carmona Duque, P. (2015). Centro de Atención Psicológica (CAPSI) en el periodo comprendido entre enero del 2008 y diciembre del 2008 [Informe académico, Universidad Católica de Pereira]. <http://hdl.handle.net/10785/6640>
- Castro, H. F. A., & Segura, A. D. R. (2022). Habilidades sociales en estudiantes de psicología de la Universidad Santo Tomás que realizaron sus prácticas profesionales en contextos clínicos.
- Cedeño, I. E. (2024, febrero 6). Invertir en la salud mental: Un imperativo para la oferta electoral. *La Estrella de Panamá*. <https://www.laestrella.com.pa/opinion/columnistas/invertir-en-la-salud-mental-un-imperativo-para-la-oferta-electoral-LE6042638>

- Córdoba Arrocha, M. (2022). Evaluación del bienestar mental en adolescentes en situación de riesgo, pertenecientes al programa de la Oficina de Participación Ciudadana del Ministerio de Seguridad Pública [Universidad Especializada de las Américas].
- Echeverri-Gallo, C. (2018). Significados y contribuciones de las prácticas profesionales a la formación de pregrado en psicología. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 36(3), 569–584. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=79957069010>
- Laidlaw, K., & Gillanders, D. (2011). Clinical psychology training in the UK: Towards the attainment of competence. *Australian Psychologist*, 46(2), 146–150. <https://doi.org/10.1111/j.1742-9544.2011.00035.x>
- Maldonado Delgado, J. A. (2019). Intervención terapéutica de pacientes atendidos en la clínica psicológica de la Universidad Metropolitana de Ciencia y Tecnología (U.M.E.C.I.T.)[Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/240>
- Mendoza Moreno, S. C. (2019). Intervención terapéutica dentro del Programa de Atención Psicológica de la Universidad Especializada de las Américas [Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/239>
- Nakao, M., Shirotaki, K., & Sugaya, N. (2021). Cognitive–behavioral therapy for management of mental health and stress-related disorders: Recent advances in techniques and technologies. *BioPsychoSocial Medicine*, 15(1), 16. <https://doi.org/10.1186/s13030-021-00219-w>
- Nakao, Y., Uwatoko, T., Shimamoto, T., Sakata, M., Toyomoto, R., Yoshida, K., Luo, Y., Shiraishi, N., Tajika, A., Sahker, E., Horikoshi, M., Noma, H., Iwami, T., & Furukawa, T. (2024). Long-term effects of internet-based cognitive behavioral therapy on depression prevention among university students: Randomized controlled factorial trial. *JMIR Mental Health*, 11, e56691. <https://doi.org/10.2196/56691>

- Olivari, C., & Casañas, R. (2021). Relevancia de la alfabetización en salud mental para adolescentes en tiempos del COVID-19. *Cuadernos de Neuropsicología / Panamerican Journal of Neuropsychology*, 14(3), 20–26. <https://doi.org/10.7714/CNPS/14.3.202>
- Organización Panamericana de la Salud. (s. f.). Promoción de la salud. <https://www.paho.org/es/temas/promocion-salud>
- Patel, V., & Saxena, S. (2019). Achieving universal health coverage for mental disorders. *BMJ (Clinical research ed.)*, 366, l4516. <https://doi.org/10.1136/bmj.l4516>
- Paz, A., Sierra, N., & Vanegas, D. (2024, diciembre 6). Public health and psychotherapy in Panama: The need for psychotherapists in the public system (An analysis). *Thoughts Allowed*. <https://medium.com/thoughts-allowed/public-health-and-psychotherapy-in-panama-the-need-for-psychotherapists-in-the-public-system-an-c48b3654b4bd>
- Pineda de Serrano, D. (2019). Intervención psicológica en pacientes que laboran en la Policía Nacional de Panamá que asisten a la clínica a la sección de Psicología [Tesis de licenciatura, Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/231>
- Ramírez Heredia, R. C., Roque Paredes, C. R., & Vela Loyola, T. M. (2025). Prácticas profesionales en el desarrollo de habilidades en estudiantes universitarios de América Latina. *Horizontes. Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 9(37), 1472–1488. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v9i37.994>
- Rojas Moncada, N. (2017). Informe final de práctica profesional de psicología Fundación Hogares Claret [Informe académico, Universidad Católica de Pereira]. <http://hdl.handle.net/10785/4295>
- Romero, L. I., & Quental, C. (2014). Research for better health: The Panamanian priority-setting experience and the need for a new process. *Health Research Policy and Systems*, 12, 38. <https://doi.org/10.1186/1478-4505-12-38>

- Samaniego, A. C. (2024, febrero 6). La inversión en salud de Panamá está lejos de los estándares internacionales. La Prensa. <https://www.prensa.com/sociedad/la-inversion-en-salud-de-panama-esta-lejos-de-los-estandares-internacionales/>
- Sanguillén M., E. D. (2019). Intervención con psicoterapia integrativa realizada en el PRAP de UDELAS a cinco estudiantes de psicología [Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/58>
- Schuverer Báez, I. J. (2018). Intervenciones psicoterapéuticas en adultos mayores del Hogar Bolívar [Tesis de licenciatura, Universidad Especializada de las Américas]. <http://repositorio2.udelas.ac.pa/handle/123456789/568>
- Snowling, M. J., & Hulme, C. (2021). Annual research review: Reading disorders revisited—the critical importance of oral language. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 62(5), 635–653. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13324>
- Wong, D., Baker, K., & Morris, E. M. J. (2021). Psychology graduate outcomes: Evaluating the quality and impact of clinical psychology and clinical neuropsychology training in Australia. *Australian Psychologist*, 56(3), 204–216. <https://doi.org/10.1080/00050067.2021.1890982>

ANEXOS

ANEXO N° 1

CONSIDERACIONES ÉTICAS

CONSIDERACIONES ÉTICAS

En el desarrollo de la práctica clínica, se aplicaron cuidadosamente las pautas éticas vigentes, cuidando que cada intervención con los pacientes se realizara de manera segura y respetuosa. En el contexto panameño, se respetaron las disposiciones establecidas por la Ley 84 de 2019, que regula la investigación y prácticas en salud, y la Ley 81 de 2019, orientada a la protección de datos personales, asegurando la confidencialidad de la información recabada durante el proceso terapéutico, lo cual implicó obtener el consentimiento informado de los pacientes, garantizar el respeto a su dignidad, privacidad y autonomía, así como asegurar la confidencialidad de los registros clínicos. Todas las intervenciones se realizaron bajo supervisión profesional, siguiendo criterios de beneficencia, no maleficencia y justicia.

ANEXO N° 2

CARTA DE SOLICITUD DE PRÁCTICA PROFESIONAL

Carta de solicitud de práctica profesional



Universidad Especializada de las Américas
Dirección de Postgrado
Teléfono: 501-1039 / direccion.postgrado@udelas.ac.pa

Panamá, 13 de agosto 2024
NOTA-DIPG-AS-157-24

Magister
Haydee Rodriguez
Directora
Capítulo de Psicólogos de Panamá Oeste
E. S. D.

Respetada Mgter. Rodríguez:

Nos complace saludarle en nombre de la Dirección de Postgrado de la Universidad Especializada de las Américas, y a la vez desearte éxito en sus funciones.

La presente tiene como objetivo solicitarle autorización para que la Licenciada **Kathia Chiu** con cédula **8-875-857**, participante de la **Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa**, pueda realizar su práctica profesional como Trabajo de Grado en la Asociación Panameña de Psicólogos de Panamá Oeste, del 13 de agosto al 30 de octubre del presente año.

La estudiante deberá cumplir con 160 horas de práctica profesional y debe contar con un profesional que oriente y evalúe su desempeño durante el periodo de práctica. Su asesor es el Mgter. Ricardo Turner.

Agradecemos a usted, su apoyo en esta formación educativa, la cual redundará en beneficio de esta generación de profesionales, para culminar exitosamente su maestría.

Muy atentamente,




Manuel De J. Campos L.
Director de Postgrado. Área de Salud y Social

UNIVERSIDAD ESPECIALIZADA DE LAS AMÉRICAS

APARTADO POSTAL 0843-0141, PANAMÁ, REPÚBLICA DE PANAMÁ

TELÉFONOS: (507) 501-1000 / 501-1038 / 501-1069 / 501-1890

EXTENSIONES REGIONALES: COLÓN 443-2499 / ZIQUIÉN 779-3717 / 6717, VERAGUAS 998-3540 / 7063, AZUERO 966-6963, COCLÉ 997-8703

WWW.UDELAS.AC.PA

ANEXO N° 3

CARTA DE ACEPTACIÓN DE PRÁCTICA PROFESIONAL

Carta de aceptación de práctica profesional



ASOCIACIÓN PANAMEÑA DE PSICÓLOGOS DE PANAMÁ OESTE

Para Manuel de J. Campos L.
Director de Postgrado, Área de Salud y Ciencias Sociales
Universidad Especializada de las Américas
Dirección de Postgrado

De Psico. Haydeé Rodríguez
Directora Asociación Panameña de Psicólogos de
Panamá Oeste

Fecha 21 de agosto de 2024

Asunto Práctica Profesional

Por medio de la presente, me permito informar que la Licenciada Kathia Chiu, con cédula número 8-875-857 y estudiante de la Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa, solicita la realización de su Práctica Profesional en la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, en nuestra oficina del Centro de Atención y Desarrollo Comunitario, Municipio de la Chorrera.

La práctica está prevista para llevarse a cabo durante el período comprendido entre el 13 de agosto al 30 de octubre del presente año, en un horario de 2:00 p.m. a 5:30 p.m., completando un total de 160 horas. Durante este tiempo, la Licenciada Chiu desarrollará las siguientes actividades:

- Atención y Evaluación Psicológica
- Capacitación
- Promoción y Prevención en Salud Mental

Sin más por el momento,

Haydeé Rodríguez
Directora APP
Capítulo Panamá Oeste

Apppanamaoeste@gmail.com
65912836

ANEXO N° 4

CARTA DE CULMINACIÓN PRÁCTICA PROFESIONAL

Carta de culminación práctica profesional



ASOCIACIÓN PANAMEÑA DE PSICÓLOGOS DE PANAMÁ OESTE

Para Manuel de J. Campos L.,
Director de Postgrado, Área de Salud y Ciencias
Sociales
Universidad Especializada de las Américas
Dirección de Postgrado

De Psico. Haydeé Rodríguez
Directora Asociación Panameña de Psicólogos de
Panamá Oeste

Fecha 31 de octubre de 2024

Asunto Culminación de Práctica Profesional

Por medio de la presente, me permito informar que la Licenciada Kathia Chiu, con cédula número 8-875-857 y estudiante de la Maestría en Psicología Clínica con Especialización en Psicoterapia Integrativa, realizo su Práctica Profesional en la Asociación Panameña de Psicólogos, Capítulo Panamá Oeste, en nuestra oficina del Centro de Atención y Desarrollo Comunitario, Municipio de la Chorrera.

Durante el periodo comprendido entre el 13 de agosto al 30 de octubre del presente año, en un horario de 2:00 p.m. a 5:30 p.m., completando un total de 160 horas.

Durante este tiempo, la Licenciada Chiu desarrollo las siguientes actividades:

- Atención y Evaluación Psicológica
- Capacitación
- Promoción y Prevención en Salud Mental

Atentamente,

The image shows a handwritten signature in black ink that reads 'Haydeé'. To the right of the signature is a circular professional stamp. The stamp contains the text 'Haydeé Rodríguez', 'PSICÓLOGA CLÍNICA', and 'CIP 2011'.

Haydeé Rodríguez
Directora APP
Capítulo Panamá Oeste

ANEXO N° 5

**FORMULARIO DE REFERENCIA, CENTRO DE ATENCIÓN Y
DESARROLLO COMUNITARIO LA CHORRERA-APP PANAMÁ
OESTE**

Formulario de referencia, Centro de Atención y Desarrollo Comunitario La Chorrera-APP Panamá Oeste



FORMULARIO DE REFERENCIA CENTRO DE ATENCIÓN Y DESARROLLO COMUNITARIO LA CHORRERA – APP PANAMÁ OESTE

Fecha: _____
Hora: _____

Nombre del/la Referido/a: _____
Cédula: _____ Edad: _____
Dirección: _____
Teléfono: _____

ANTECEDENTES:

PROFESIONAL O SERVICIO AL QUE REFIERE:

MOTIVO DE REFERENCIA:

OBSERVACIONES:

Nombre del Psicólogo/a que realiza referencia: _____

Firma

ANEXO N° 6

**REPORTE DE ORIENTACIÓN, CENTRO DE ATENCIÓN Y
DESARROLLO COMUNITARIO LA CHORRERA-APP PANAMÁ
OESTE**

Reporte de orientación, Centro de Atención y Desarrollo Comunitario la Chorrera-APP Panamá Oeste



Atiende: _____
Código de Idoneidad: _____

REPORTE DE ORIENTACIÓN CENTRO DE ATENCIÓN Y DESARROLLO COMUNITARIO LA CHORRERA - APP PANAMÁ OESTE

a. Datos del paciente

Nombre: _____
Edad: _____
Fecha de nacimiento: _____
Cédula: _____
Dirección: _____
Nacionalidad: _____
Situación de emergencia: _____
Fecha inicial: _____

MOTIVO DE CONSULTA

REPORTE DE SESIÓN		
# de Sesión: _____	Fecha: _____	Duración: _____

ATENCIÓN REALIZADA

OBSERVACIONES:

Firma del Psicólogo/a: _____

Información exclusiva y confidencial utilizada solo para fines de orientación psicológica.

ANEXO N° 7

CARTA PROFESOR DE ESPAÑOL

Carta profesor de Español



Universidad Especializada de las Américas

Evaluación para Trabajo de Grado

Decanato de Posgrado

Panamá, 22 de septiembre de 2025.

Señores:

COMISIÓN DE TRABAJO DE GRADO

Presente:

La suscrita certifica que a la estudiante:

Kathia Kharin Chiu Vargas, cédula: 8-875-857

se le ha revisado el trabajo de grado titulado: Intervención psicológica a pacientes que acuden al programa piloto de la Asociación Panameña de Psicólogos – Capítulo Panamá Oeste.

Doy fe de que el trabajo cumple con todas las exigencias de redacción y ortografía del idioma español.

Atentamente,



Profesor (a) de Español

Cédula: 8-506-769

Registro del diploma N° 8222

Adjunto copia del diploma.



Universidad Especializada de las Américas

Evaluación para Trabajo de Grado
Evaluación del Profesor de Español

Kathia Kharin Chiu Vargas, cédula: 8-875-857

Título del trabajo de grado:

Intervención psicológica a pacientes que acuden al programa piloto de la Asociación Panameña de Psicólogos – Capítulo Panamá Oeste.

Doy fe de que el trabajo cumple con todas las exigencias de redacción y ortografía del idioma español.

GRADOS INTERMEDIOS APRECIACIÓN GENERAL DEL TRABAJO DE GRADO (Sí) 1 2 3
4 5 (No)

Está bien citado y documentado.

Claridad

La ortografía y gramática son correctas.

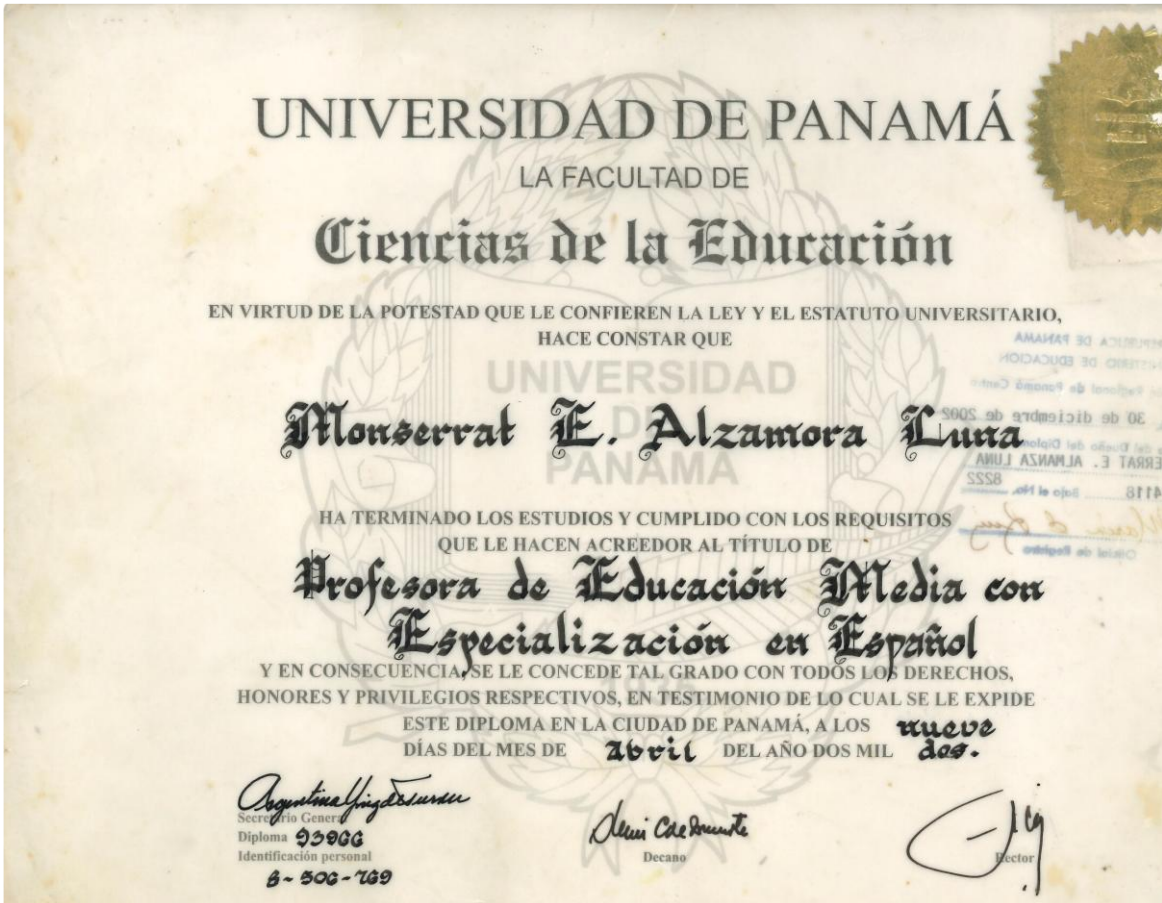
Observaciones (Debe modificar)

EVALUACIÓN FINAL DEL TRABAJO DE GRADO

NOMBRE Y FIRMA DEL EVALUADOR

FECHA DE LA EVALUACIÓN

x	Aceptable	No aceptable
<i>Monsecat Aljama</i>		
22 de septiembre de 2025		



ANEXO N° 8

CERTIFICADO DE BUENAS PRÁCTICAS CLÍNICAS

Certificado de buenas prácticas clínicas



NIDA Clinical Trials Network

Certificate of Completion

is hereby granted to

Kathia Chiu

to certify your completion of the six-hour required course on:

GOOD CLINICAL PRACTICE

MODULE:	STATUS:
Introduction	N/A
Institutional Review Boards	Passed
Informed Consent	Passed
Confidentiality & Privacy	Passed
Participant Safety & Adverse Events	Passed
Quality Assurance	Passed
The Research Protocol	Passed
Documentation & Record-Keeping	Passed
Research Misconduct	Passed
Roles & Responsibilities	Passed
Recruitment & Retention	Passed
Investigational New Drugs	Passed

Course Completion Date: 11 February 2024

CTN Expiration Date: 11 February 2027

Eve Jelstrom

Eve Jelstrom, Principal Investigator

NDAT CTN Clinical Coordinating Center

Good Clinical Practice, Version 5, effective 03-Mar-2017

This training has been funded in whole or in part with Federal funds from the National Institute on Drug Abuse, National Institutes of Health, Department of Health and Human Services, under Contract No. HHSN27201201000024C.

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro	Descripción	Página
Cuadro 1	Cronograma de actividades realizadas dentro de la práctica profesional	28
Cuadro 2	Fase 1	64
Cuadro 3	Sistema de evaluación continua del programa propuesta	69

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura	Descripción	Página
Figura 1	Área de la oficina donde se desarrollan las prácticas. Centro Comunitario de Bienestar y Desarrollo - Municipio de La Chorrera	36
Figura 2	Taller de autocuidado y Taller de mindfulness	37
Figura 3	Taller de autocuidado para profesionales de salud mental	38
Figura 4	Promoción de salud mental en la comunidad en colaboración con otras instituciones de salud	39
Figura 5	Promoción de salud mental en escuela y taller	40
Figura 6	Promoción de salud mental y herramientas para estudiantes sobre salud mental	41
Figura 7	Caminata Día de la Salud Mental	42
Figura 8	Caminata del Día de la Salud Mental	43
Figura 9	Taller de prevención del suicidio para el personal del centro	44
Figura 10	Material creado y utilizado para promocionar salud mental	45

ÍNDICE DE GRÁFICAS

Gráfica	Descripción	Página
Gráfica 1	Edad de pacientes	47
Gráfica 2	Género de pacientes	48
Gráfica 3	Motivo de consulta	49
Gráfica 4	Lugar de procedencia	50
Gráfica 5	Edad de pacientes	51
Gráfica 6	Género de pacientes	52
Gráfica 7	Motivo de consulta	52
Gráfica 8	Lugar de procedencia	53