

**OBSERVATORIO DE SALUD MENTAL POSITIVA DEL ICSN
SEGUNDO INFORME TÉCNICO - BOGOTÁ, D.C.**

Presentado por:

José Posada-Villa, Médico Psiquiatra, Miembro del ICSN

Alfonso Rodríguez-González, Médico Psiquiatra, Miembro del ICSN

Juliana García-Castro, Médico Psiquiatra, Miembro del ICSN

Eliana Reina-Jiménez, Médico Psiquiatra

Amanda Méndez-López, Arte-terapeuta

Angy Duarte-Rodríguez, Trabajadora social

Leidy Salazar-Rios, Trabajadora social

Alejandro Matallana-Beltrán, Trabajador social, Realizador Audiovisual

**CLÍNICA MONTSERRAT - HOSPITAL UNIVERSITARIO
BOGOTÁ, D.C.**

2024

Tabla de contenido

Introducción

1. Antecedentes.....	1
2. Objetivos.....	2
3. Justificación.....	2
4. Marco teórico.....	4
4.1 Salud Mental Positiva.....	4
4.2 Conexión Social.....	5
4.3 Teoría General de Sistemas.....	6
4.4 Índices Positivos de Salud Mental.....	8
4.4.1 Indicadores.....	8
4.5 Dominio Individual.....	8
4.5.1 Indicadores.....	8
4.6 Dominio Familiar.....	9
4.6.1 Indicadores.....	9
4.7 Dominio Comunitario.....	9
4.7.1 Indicadores.....	9
4.8 Dominio Social.....	10
4.8.1 Indicadores.....	10
5. Metodología.....	10
6. Limitaciones.....	11
7. Resultados.....	12
7.1 Índices Positivos de Salud Mental.....	12
7.1.1 Interpretación de los indicadores que integran los Índices de Salud Mental....	14
7.2 Dominio Individual.....	16
7.2.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Individual.....	20
7.3 Dominio Familiar.....	24
7.3.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Familiar.....	27
7.4 Dominio Comunitario.....	30
7.4.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Comunitario.....	36
7.5 Dominio Social.....	39
7.5.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Social.....	40

8.	Interpretación general de los datos obtenidos en la ciudad de Bogotá, D.C.....	46
9.	Conclusiones.....	47
10.	Recomendaciones.....	48
11.	Referencias.....	49

Introducción

El **Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN** nace como una iniciativa para el análisis y comparación de datos relacionados con la salud mental de la población, teniendo como referente teórico el Gobierno de Canadá y la implementación de dicho modelo en Colombia.

Durante el año 2022 se desarrolló un primer informe que da cuenta de un trabajo estructurado a partir de la minería de datos realizada por el grupo de investigación, dando como resultado información sobre salud mental positiva en los siguientes aspectos: Índices Positivos de Salud Mental, Dominio Individual, Familiar, Comunitario y Social en la ciudad de Bogotá D.C.

Es por esto, que este informe busca actualizar los datos del análisis realizado previamente con datos disponibles de los años 2023 y 2024. Cabe aclarar que debido a los grupos de pensamiento, los cuales son estrategias complementarias al Observatorio que ofrecen una mirada amplia de la perspectiva positiva de salud mental, se hace necesario incorporar datos de años anteriores que durante el primer informe no se tuvieron en cuenta y que ahora desde el Observatorio brinda un enfoque sustancial que permite analizar las tendencias estadísticas en salud mental positiva.

Para finalizar se presenta la metodología implementada, los resultados, conclusiones y recomendaciones producto de la actualización.

1. Antecedentes

En Colombia, el Ministerio de Salud y Protección Social ha realizado cuatro estudios sobre la situación de los problemas y trastornos mentales, siendo el más reciente la "Encuesta Nacional de Salud Mental Colombia, 2015" (ENSM). Algunos de los datos generales más importantes son:

- La ENSM-2015 permitió recolectar información y analizarla desde la óptica de salud, identificando posibilidades y recursos individuales y colectivos en pro de la “buena vida” personal y colectiva desde criterios éticos que orienten la acción permanente de la promoción y cuidado de la salud mental.
- El reconocimiento del efecto de lo social en la salud mental a través de la exploración de sus determinaciones permitió destacar diferencias de género, condiciones socioeconómicas y contextos socioculturales.
- Altos porcentajes de las personas encuestadas ofrecen una buena autopercepción: aprecian la vida a pesar de las dificultades, piensan antes de actuar, disfrutan de lo cotidiano, ayudan a los que sufren y gozan igualmente de dar o recibir ayuda.

Además, los resultados arrojados por la Encuesta indican que “es evidente que la mayoría de la población colombiana se encuentra en estado de “salud completa” de acuerdo con las dimensiones evaluadas en el EQ5D (por sus siglas en inglés del Instrumento de Medición de la Calidad de Vida Relacionada con la Salud)” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016).

De igual forma, se resalta la necesidad de dar un giro a la comprensión y manejo de la salud mental para brindarle un espacio conceptual y operativo como apuesta permanente que involucre a todos los agentes en su promoción y prevención, en los recursos psicosociales y en el crecimiento ético y emocional de los sujetos o colectivos, insistiendo en los vínculos recíprocos entre la salud mental y los derechos humanos. Teniendo en cuenta que las formas de pensar inciden en la conformación de realidades e interacciones humanas, se deben desarrollar propuestas que hagan resistencia a las lógicas de exclusión y que promuevan un cambio hacia la consideración de los vínculos del otro como semejante y digno de respeto basado en la valoración de las diferencias haciendo hincapié en el cuidado personal y colectivo (Ministerio de Salud y Protección Social, 2016).

A nivel local la Política Distrital de Salud Mental de Bogotá, D.C. (2023 - 2032) asume la salud mental de forma positiva, desligandola del ámbito de enfermedad, trastorno o problema, y promoviendo el bienestar desde el ámbito individual y comunitario, facilitando el

acceso a estrategias y acciones futuras. Se concibe la salud mental como una producción social y las personas como seres relacionales que construyen su realidad por medio de las interacciones con otros (Alcaldía Mayor de Bogotá D.C., 2023). En este sentido se resaltan los puntos que son de utilidad para el trabajo del Observatorio:

- Busca promover, prevenir los daños e intervenir en los problemas y trastornos mentales a partir del abordaje de los determinantes sociales que influyen en la calidad de vida de las personas, familias y comunidades que les afectan de manera positiva o negativa.
- Demanda articulación intersectorial con la finalidad de incluir un plan multisectorial y comunitario que tenga participación y responsabilidad directa e indirecta de todos los actores sociales que por acción u omisión inciden en el bienestar de las personas que habitan el territorio.
- Pretende posicionar la salud mental desde una mirada positiva y generar acciones de gestión de conocimiento e información que posibiliten la toma de decisiones en el territorio.

2. Objetivos

- Actualizar el diagnóstico de la salud mental positiva de los habitantes de Bogotá, D.C. desde el sistema de variables e indicadores establecido en el Observatorio.
- Generar información y conocimiento útil para el ICSN, el gobierno nacional, departamental, distrital y organismos internacionales e instituciones interesadas en el tema (OCDE, OMS, OPS, BID, entre otros).
- Fomentar la cooperación y el desarrollo de procesos en beneficio de la población a partir de alianzas interinstitucionales basadas en estos hallazgos.

3. Justificación

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), “Una buena salud mental permite a las personas desarrollar su potencial, enfrentar las situaciones vitales estresantes, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad”. Es por esto que en Colombia el Estado la reconoce como una prioridad de salud pública y prueba de ello es su inclusión en la expedición de la Ley Nacional de Salud Mental 1616 del 2013.

Dicha Ley tiene por objetivo garantizar el ejercicio pleno del Derecho a la Salud Mental en la población colombiana, priorizando a los niños, niñas y adolescentes, mediante la promoción de la salud y la prevención de los trastornos mentales. De igual forma, se establecen los criterios de política para la reformulación, implementación y evaluación de la

Política Pública Nacional de Salud Mental con base en los enfoques de derechos territorial y poblacional por etapa del curso de vida.

El Observatorio se basa en la propuesta del Mental Health Continuum (MHC) del gobierno de Canadá, el cual presenta un modelo de bienestar que incluye tres factores: **bienestar emocional** (afecto positivo, satisfacción e interés en la vida), **psicológico** (evalúa el funcionamiento en seis dominios: autonomía, crecimiento personal, relaciones positivas con los demás, propósito en la vida y autoaceptación) y **social** (refleja las valoraciones de los individuos sobre sus experiencias en la sociedad e incluye los conceptos de contribución social, aceptación social, coherencia social, actualización social e integración social).

De igual manera, los determinantes sociales de salud son factores y circunstancias que influyen en el bienestar y en los procesos de salud/enfermedad durante el curso de vida de los individuos. Estos son interdependientes con las necesidades sociales insatisfechas, ya que una necesidad social insatisfecha es la falta de un recurso, y puede o no tener un efecto adverso en la salud. La OMS los define como “conjunto de fuerzas y sistemas que influyen sobre las condiciones de la vida cotidiana” como las normas, los sistemas económicos y políticos, los programas de desarrollo, la estabilidad económica, las condiciones laborales, la seguridad de trabajo, los ingresos o rentas, la seguridad alimentaria, el acceso y educación de calidad; las características del vecindario y el ambiente, los elementos básicos del hogar, el alcantarillado, la contaminación del aire, el contexto social y comunitario, la inclusión social, entre otros (Rodríguez, 2023).

Por lo tanto es necesario invertir en investigación para definir qué necesidades sociales no satisfechas influyen en la atención en salud mental y la comprensión de las necesidades y preferencias de los usuarios que puede permitir intervenciones sociales específicas y efectivas adaptando el plan de atención y el seguimiento al contexto social para proporcionar servicios complementarios cuando sea necesario, lo cual requiere un entendimiento multidisciplinario, una sincronización transversal ante los diferentes niveles y causalidades con gran variabilidad (Rodríguez, 2023).

En este sentido, para Bogotá, D.C. es indispensable atender la población para prevenir y contrarrestar las conductas que amenacen la vida y brindar atención a trastornos mentales, problemas psicosociales o eventos que afectan la salud mental (Castiblanco, 2021). Es por esto que en los últimos años, se han evidenciado los esfuerzos del Distrito para ofrecer una atención oportuna en salud mental orientada a atenuar los efectos que esta podría conllevar de no ser cuidada o atendida a tiempo.

Desde esta perspectiva se plantea el aporte que el Observatorio puede brindar a los esfuerzos realizados por la Alcaldía, enfocados en la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación en salud mental, pues a partir de los resultados presentados se pueden desarrollar y formular iniciativas y programas que contribuyan al fortalecimiento de la salud mental.

Este informe ofrece una mirada positiva de la salud mental que puede ser la guía y orientación para trabajar con la ciudadanía bien sea a nivel individual, familiar, comunitario y social de manera intersectorial e integral a partir de los indicadores presentados y analizados, resaltando el aporte significativo que se le puede ofrecer a la salud mental de la población que reside en Bogotá, D.C., destacando lo planteado por el Ministerio de Salud y Protección Social: "La salud mental es un estado dinámico que se expresa en la vida cotidiana a través del comportamiento y la interacción de manera tal que permite a los sujetos individuales y colectivos desplegar sus recursos emocionales, cognitivos y mentales para transitar por la vida cotidiana, para trabajar, para establecer relaciones significativas y para contribuir a la comunidad" (Boletín de Prensa No 1033, 2021), lo que permite resaltar el rol dinámico que desempeña cada sujeto en su estado mental, que a su vez es determinado por su contexto social y ambiental.

4. Marco teórico

4.1 Salud mental positiva

Se reconoce que la salud mental positiva es un estado de bienestar que le permite a las personas sentir, pensar y actuar de manera que mejore la capacidad de disfrutar y enfrentar los desafíos de la vida. Dicho estado lo poseen todas las personas independientemente de si padecen un problema o trastorno mental y por tanto promete ser un mecanismo para cambiar positivamente la distribución del bienestar en la población (Gobierno de Canadá, 2016).

En este sentido, cada Dominio (Individual, Familiar, Comunitario y Social) influye en la salud mental positiva de la población y se considera un punto de entrada potencial para intervenciones que promuevan la salud mental (Gobierno de Canadá, 2016).

Por otra parte, es pertinente destacar algunas características de la salud mental:

- Es continua, con demasiada frecuencia los indicadores de salud mental se consideran de manera dicotómica (por ejemplo, alguien sufre de depresión o no) pero la evidencia apunta más a un gradiente. Todos se encuentran en algún lugar de ese gradiente, donde la poca sintomatología generalmente se asocia con salud mental y mucha sintomatología con un problema o trastorno mental.

- Es dinámica, la cantidad y la calidad de salud mental no es estática, esta cambia con el tiempo y puede mejorarse o verse comprometida en cortos, medianos o largos periodos por una variedad de razones: las afectaciones físicas, las situaciones académicas o laborales, los cambios en la relación de pareja, la familia o la comunidad.
- Los sentimientos transitorios de ansiedad o tristeza pueden ser menos problemáticos, o incluso adaptativos, porque motivan a buscar soluciones adecuadas a la situación, y las experiencias temporales de tristeza pueden ayudarnos a manejar las demandas sociales.
- La ausencia de enfermedad no equivale a una buena salud y la ausencia de trastornos mentales no equivale necesariamente a altos niveles de salud mental, aunque algunas medidas de salud mental representan el continuo completo, otras solo se centran en la carencia y no captan el grado en que la salud mental puede contribuir a la calidad de vida.

4.2 Conexión Social

La OMS incluye “*las redes de apoyo*” como un determinante de salud ya que pueden predecir una variedad de resultados importantes atendiendo de manera prioritaria el problema de la soledad.

La conexión social es un constructo multifactorial que incluye aspectos **estructurales** (tamaño/densidad de la red social, estado civil y condiciones de vida), **funcionales** (apoyo social recibido y percibido, soledad percibida) y **cualitativos** de las relaciones sociales vinculados interdependientemente. Además, dicha conexión es crucial para el desarrollo, la salud y la supervivencia humana (Holt-Lunstad et al., 2017).

Las conexiones sociales influyen en una serie de comportamientos relevantes para la salud que ya son ampliamente reconocidos por sus costos económicos para el individuo, la familia y el sistema de atención médica en general, atendiendo a factores de riesgo como la baja integración social, soledad, angustia relacional y aislamiento social a partir de una intervención eficaz. De este modo, es necesario identificar los factores de riesgo que se puedan modificar mediante la intervención dirigida, entendiendo que las conexiones sociales están causalmente asociadas con vías biológicas relevantes para la salud en múltiples niveles desde la expresión genética hasta el funcionamiento neuronal (Holt-Lunstad et al., 2017).

Cuando existe conexión social hay un mayor bienestar mental, mejor salud física, aumento de la respuesta inmune, recuperación más rápida de una enfermedad e incluso

longevidad. Las personas que se sienten más conectadas con los demás presentan niveles más bajos de ansiedad y depresión, tienen una mayor autoestima, mayor empatía, son más confiados y cooperativos, generando así un ciclo de retroalimentación positiva de bienestar social, emocional y físico (Seppala, 2014).

Los programas de prevención centrados en las relaciones sociales pueden ser muy prometedores para promover la salud pública, resaltando que el “a quien se dirige” es tan importante como “a que se dirige”. Además, los modelos ecológicos tienen el potencial de integrar diversas perspectivas teóricas que abordan múltiples factores de riesgo para la salud y contemplan determinantes individuales, sociales, ambientales y de políticas (Holt-Lunstad et al., 2017).

4.3 Teoría General de Sistemas

Se entiende como una forma sistemática y científica de aproximación y representación de la realidad. También, como una orientación hacia una práctica estimulante para formas de trabajo transdisciplinarias. En este sentido, resalta su perspectiva holística e integradora, donde lo importante son las relaciones y los conjuntos que a partir de esta emergen.

En lugar de buscar las partes básicas de la creación, se inclinan por buscar totalidades, es decir, procesos en vez de sustancias, descubriendo que estas totalidades no son solo un montón de partes, son sistemas dinámicamente organizados y balanceados de manera compleja, lo que refleja cada elemento como parte de un vasto patrón que conecta y evoluciona a través de principios discernibles por lo que están dinámicamente organizados y balanceados de manera compleja (Macy & Brown, 1998).

Dichos principios de los sistemas son elegantes en su simplicidad y constancia, donde resalta la auto-organización de la vida, desde los sistemas sub-orgánicos a los biológicos y ecológicos y también en los sistemas mentales y sociales.

Por ende, un sistema es concebido como un conjunto de elementos interrelacionados e interactivos, la suma de sus elementos añade mutuas relaciones que los ligan, consecuencia de las acciones y reacciones de unos elementos sobre otros (Macy & Brown, 1998).

A continuación se mencionan las características generales de los sistemas abiertos:

1. Cada sistema es un todo por lo que su capacidad deriva de las relaciones dinámicas entre sus partes.

2. Los sistemas abiertos son capaces de auto-estabilizarse y mantener su balance ya que monitorean los efectos de su propio comportamiento, realineándolos al seguir normas preestablecidas en un inicio.
3. Los sistemas abiertos también evolucionan en complejidad, es decir, logran adaptarse al reorganizarse en base a normas nuevas y más funcionales que convengan para el óptimo desarrollo del mismo.
4. Cada sistema es un “holón”, visto de otra manera es un todo por derecho propio compuesto por subsistemas y simultáneamente una parte integral de un sistema más grande, suprasistema, entendiéndolo como jerarquías anidadas, sistemas dentro de sistemas, circuitos dentro de circuitos. Cabe aclarar que el orden tiende a surgir desde abajo o suele ser inspirado por el contexto.

Por otra parte, como sistemas participan en virtud del flujo constante y cambiante de la vida, dando y recibiendo la retroalimentación necesaria para la integridad y balance de la red lo que se traduce en un proceso dinámico, ya que el sistema de ser necesario se autogenera por medio de la cooperación adaptable entre sus partes a favor del beneficio mutuo (Macy & Brown, 1998).

Para el Observatorio la posibilidad de pensar colectivamente de manera innovadora a lo largo y ancho de los diferentes posicionamientos históricos de conocimiento resulta indispensable, por lo cual la Teoría General de Sistemas brinda desde sus posturas un conocimiento tentacular que vincula el objetivo transdisciplinario que se desarrolla al interior del grupo investigativo. En este sentido los planteamientos epistemológicos promovidos por Ludwig Von Bertalanffy junto con otros científicos que a lo largo de los años se han encargado de desarrollar y promover su teoría describen la cosmovisión del trabajo encaminado a la salud mental comunitaria, desde otro punto de vista lo que se realizado hasta el momento como iniciativa de adaptación del modelo de Canadá (MHC) hoy ha progresado a una mirada de ver los sistemas desde algo integral donde las interacciones son constantes y no lineales y donde todos los sistemas contemplan el mismo nivel de importancia, cada uno favorece el desarrollo del otro promoviendo una red de interrelación que tiene implicaciones en este caso en la salud mental positiva de las personas.

Vivimos y convivimos en un mundo lleno de seres vivos. Si se niega su importancia es negarnos la oportunidad de evolucionar y trascender en nuestro bienestar, cuidar la relación simbiótica inmersa en el medio en el que nos desarrollamos promueve la cooperación mutua que a su vez favorece una salud mental positiva más consciente.

4.4 Índices Positivos de Salud Mental

Suprasistema que hace referencia a los indicadores generales que describen y determinan la salud mental positiva de acuerdo al modelo de Canadá, el mismo engloba enfoques orientados al bienestar del individuo. A partir de ellos se desglosan los Dominios Individual, Familiar, Comunitario y Social.

4.4.1 Indicadores

- **Salud Mental Autoevaluada:** capacidad individual para la identificación del estado de salud mental con el que cuenta cada persona.
- **Felicidad:** nivel de interés por vivir. Este involucra el estado de ánimo recurrente de los individuos.
- **Satisfacción con la vida:** estado de plenitud que alcanza una persona a partir del bienestar que le genera la vida.
- **Bienestar Psicológico:** capacidad del ser humano para reconocer sus habilidades individuales y la manera en que estas fortalecen su autopercepción positiva.
- **Bienestar Social:** sentido de pertenencia que experimenta un individuo frente a un grupo o comunidad.

4.5 Dominio Individual

Subsistema que abarca características físicas y psicológicas, actividades, roles y relaciones interpersonales. Cabe resaltar que este es el único Dominio con indicadores fundamentalmente psicológicos.

4.5.1 Indicadores

- **Resiliencia:** capacidad del ser humano para afrontar de manera positiva las situaciones tensionantes que se presentan en la vida.
- **Afrontamiento:** habilidad para superar situaciones desbordantes y tomar decisiones bajo presión.
- **Control y autoeficacia:** capacidad de autogestión emocional durante situaciones conflictivas vividas.
- **No violencia:** aquellas personas que no han sufrido de conductas que se dan dentro de un contexto social o familiar que produzcan daño físico, psíquico o a su integridad.
- **Estado de salud:** condiciones de salud mental o física de las personas y su influencia en la satisfacción de las necesidades básicas.
- **Actividad física:** movimientos corporales que implican gasto de energía y ayudan a mantener el bienestar físico y mental de una persona.

- **No uso de sustancias:** ausencia de afecciones o problemas debido al consumo de sustancias psicoactivas.
- **Espiritualidad:** conjunto de principios, expresiones o actitudes que configuran la vida espiritual de una persona o colectivo ligado o no a una religión.

4.6 Dominio Familiar

Sistema que incluye individuos que conviven y se relacionan entre sí con roles, límites, normas y funciones específicas que aportan a su funcionamiento óptimo.

4.6.1 Indicadores

- **Relaciones familiares:** nivel de satisfacción de los miembros de un núcleo familiar a partir de las interacciones que se entretengan al interior del mismo.
- **Estilo de crianza:** personas o instituciones que se encargan de impartir cuidado a los niños, niñas y jóvenes.
- **Estado de salud familiar:** condición de salud y antecedentes de problemas y trastornos mentales en los miembros de un núcleo familiar.
- **No uso de sustancias por miembros de la familia:** ausencia de problemas al interior de una familia debido al consumo excesivo de sustancias psicoactivas.
- **Composición del hogar:** miembros de un grupo de personas con algún grado de parentesco que ocupan la totalidad o parte de una vivienda que se han asociado para compartir el techo y los alimentos.
- **Ingresos del hogar:** total de ganancias económicas que tiene un grupo familiar.
- **Entorno infantil enriquecedor:** espacio y tiempo que comparten padres e hijos en el cual se forjan lazos y se entablan relaciones estrechas positivas.

4.7 Dominio Comunitario

Suprasistema que permite a los individuos y familias interactuar con otras personas con el objetivo de responder a las necesidades y mejorar sus condiciones de vida.

4.7.1 Indicadores

- **Participación de la comunidad:** mecanismo por el cual las personas intervienen en el escenario comunitario de manera consciente para dar a conocer sus necesidades e intereses.
- **Redes sociales:** vínculos relacionales que tejen las personas y los cuales contribuyen a su bienestar fomentando la ayuda colectiva.
- **Apoyo social:** ayuda que se recibe de parte de otras personas en diferentes situaciones de la vida.

- **Entorno escolar:** nivel de educación alcanzado, rendimiento y factores asociados al espacio educativo.
- **Ambiente laboral:** factores externos que influyen en el bienestar mental y social de los trabajadores.
- **Ambiente social de barrio:** dinámicas sociales que se tejen entre miembros a su interior.
- **Entorno construido en el barrio:** condiciones ambientales y físicas que influyen en la calidad de vida de las personas.

4.8 Dominio Social

Suprasistema que estructura el ámbito social, ambiental, cultural y de cuidado de todos los individuos, se encuentra guiado por normas y valores transgeneracionales.

4.8.1 Indicadores

- **Equidad:** distribución de recursos que aportan al disfrute óptimo de las necesidades básicas de las personas.
- **No discriminación y estigma:** garantía de que ningún acto violento físico o emocionalmente a las personas por contar con características diferentes en el contexto en el que se desarrollan.
- **Participación política:** mecanismo por el cual las personas dan conocer su opinión o postura frente a las decisiones y acciones políticas que los involucran directa o indirectamente.
- **Cuidado:** personas que se dedican a realizar actividades de apoyo o asistencia a favor del bienestar de otros.

5. Metodología

La metodología se desarrolla a partir de un modelo socioecológico Canadiense que incluye Índices Positivos de Salud Mental y cuatro Dominios (Individual, Familiar, Comunitario y Social), estos influyen en la salud mental de la población y se consideran punto de entrada potencial para intervenciones. Lo descrito anteriormente, se desarrolla en la Encuesta de Salud Comunitaria Canadiense - CCHS del 2015 - 2017.

En este sentido, el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN permitió visibilizar el panorama general de la salud mental positiva de los habitantes en Bogotá, D.C., utilizando información secundaria obtenida de diversos estudios y encuestas para proponer el desarrollo de estrategias y acciones de cambio.

El Marco de Indicadores de Vigilancia de Salud Mental Positiva (PMHSIF por sus siglas en inglés) brinda información sobre los resultados de la salud mental y factores de riesgo y protección asociados. Este contiene un conjunto básico de 31 indicadores distribuidos en los Índices Positivos de Salud Mental y los cuatro Dominios.

Se emplean como instrumentos de recolección y organización dos matrices: *matriz general de fichas informativas* con los siguientes ítems: grupo de indicadores, grupo de curso de vida, número de indicador, indicador medida (s), últimos datos, fuente (año) y descripción, obteniendo 5 fichas informativas: Índices Positivos de Salud Mental, Dominio Individual, Dominio Familiar, Dominio Comunitario y Dominio Social.

Es preciso agregar que al interior de cada ficha informativa se localiza un cuadro de convenciones que contribuye a la comprensión del documento (verde: indicador de medida sin actualización, naranja: indicador de medida actualizado, azul (indicador de medida nuevo). Por otra parte, se encuentra la *matriz de descripción* que detalla cada indicador a través de los siguientes ítems: nombre, últimos datos, descripción, fuente de datos, población, datos disponibles, cálculo estimado y observaciones adicionales, teniendo como resultado un total de 326 fichas descriptivas.

Así mismo, el Observatorio crea una escala de valores determinada por los investigadores para dar lectura a los datos desde un ámbito de salud mental positiva buscando representar la importancia o la frecuencia de ciertos fenómenos observados para analizar tendencias. En este sentido se desarrollan las siguientes convenciones: Óptimo 60-100%, Aceptable 30-59%, Regular 0-29%. Esta escala se adopta ya que demuestra ser efectiva por los investigadores con el objetivo de comunicar ideas complejas de manera simple y clara que eventualmente se convertirán en normas aceptadas dentro de la comunidad científica.

A medida que el Observatorio de Salud Mental Positiva progrese y desarrolle teorías y metodologías inherentes al tema investigado, se incluirá el uso de convenciones específicas partiendo de la necesidad de compartir y comparar resultados entre diferentes estudios y disciplinas, lo cual lleva a la creación de estándares que permiten que los datos sean entendidos de manera universal. Por último, para obtener los resultados se realiza el cálculo de la mediana a partir de los porcentajes totales de cada indicador que compone los Índices Positivos de Salud Mental y cada uno de los Dominios.

6. Limitaciones

- En su mayoría los estudios y encuestas utilizados se basan en la **percepción** de la población y por tal motivo, existe un alto grado de subjetividad.

- La cantidad de estudios o encuestas en las cuales existen enfoques positivos es reducida.
- Teniendo en cuenta que este es el segundo informe del Observatorio en Bogotá D.C., se precisa que no todos los datos fueron actualizados debido a que no se encontró nueva información.

7. Resultados

El análisis de los datos se realiza a partir del uso de las fichas informativas y descriptivas, lo cual favorece la organización y estructuración de los datos para su posterior interpretación.

7.1 Índices Positivos de Salud Mental

Tabla 1

Descripción por cada indicador que integran los Índices Positivos de Salud Mental

Indicador	No.	Descripción
Salud Mental Autoevaluada (30%)	1	El 32% reporta que su salud mental es "excelente".
	2	El 24% reporta que su salud mental es "muy buena".
	3	El 33% se siente "muy satisfecho" con su salud.
	4	El 28% se siente "bastante satisfecho" con su salud.
Felicidad (47%)	1	El 51% se siente "feliz" o "muy feliz".
	2	El 42% se siente "medianamente feliz".
Satisfacción con la Vida (66%)	1	El 80% está satisfecho con el manejo de sus relaciones familiares.
	2	El 82% califica su nivel de satisfacción con la vida con un puntaje de 8 o más en la escala utilizada en el estudio.
	3	El 93% califica su nivel de satisfacción con la vida con un puntaje superior a 7 en la escala utilizada en el estudio.
	4	El 68% durante la semana previa a la encuesta se sintieron "muy o bastante satisfechos" en relación a la satisfacción general con su vida.
	5	El 24% durante la semana previa a la encuesta se sintieron "medianamente satisfechos" en relación a la satisfacción general

		con su vida.
	6	El 50% se encuentra satisfecho con la oferta de actividades culturales.
	7	El 55% se encuentra satisfecho con el servicio de salud recibido el último año.
	8	El 58% está satisfecho con los servicios de salud a la primera infancia.
	9	El 61% están “bastante satisfechos” o “muy satisfechos” con su estado de ánimo.
	10	El 78% están “bastante o muy satisfechos” con su capacidad para desempeñarse en la vida diaria.
	11	El 66% están “bastante o muy satisfechos” con su bienestar general.
Bienestar Psicológico (75%)	1	El 94% consideran que el significado de salud mental es ser productivo, trabajar y estudiar.
	2	El 90% consideran que el significado de salud mental es pensar, reflexionar y aprender de la vida.
	3	El 85% consideran que el significado de salud mental es divertirse, gozar, disfrutar y vivir la vida.
	4	El 82% consideran que el significado de salud mental es poder hacer siempre lo que se quiere.
	5	El 78% consideran que el significado de salud mental es tener todas las comodidades y que no falte nada.
	6	El 74% consideran que el significado de salud mental es llevarse bien con los demás, querer y que lo quieran.
	7	El 73% consideran que el significado de salud mental es superar las dificultades y seguir adelante con ganas de vivir.
	8	El 67% consideran que el significado de salud mental es no meterse con nadie y que nadie se meta con uno/a.
	9	El 61% consideran que el significado de salud mental es no preocuparse, no estresarse y no sufrir.
	10	El 54% consideran que el significado de salud mental es sentirse bien, feliz y en paz con uno/a mismo/a.
	11	El 42% consideran que el significado de salud mental es tener buena salud física, comer, dormir y descansar.

Bienestar Social (54%)	1	El 54% se siente orgulloso de la ciudad.
-------------------------------	---	---

Nota. Elaboración grupal para el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN a partir de la minería de datos realizada en la Web (2024-2).

7.1.1 Interpretación de los indicadores que integran los Índices de Salud Mental

De los cinco indicadores registrados, dos destacan por encima del 60%: Bienestar Psicológico y Satisfacción con la Vida, por lo cual son considerados óptimos. Por otro lado, los indicadores de Bienestar Social, Felicidad y Salud Mental Autoevaluada se consideran aceptables ya que cuentan con porcentajes que oscilan entre el 30-59%.

A continuación se describen los indicadores que componen los Índices de Salud Mental y las estrategias que se han puesto en marcha desde las entidades distritales para incentivar su fortalecimiento.

Bienestar Psicológico

Se posiciona como el indicador de mayor fortaleza con un **75%**; en él se albergan temáticas en relación al significado que las personas le dan a la salud mental.

En referencia a lo anterior, mediante una alianza entre diferentes entidades del Distrito, se creó la *Red Distrital de Canales de Atención Psicosocial y Acceso a la Justicia* con el objetivo de brindar diferentes líneas de orientación, escucha y apoyo psicosocial a la ciudadanía, también para brindar bienestar emocional y promover el cuidado de la salud mental. La Red Distrital fue suscrita por las Secretarías de Salud, de la Mujer, de Integración Social, de Cultura, Recreación y Deporte, la Fundación Sergio Urrego y la organización Red Papaz (Alcaldía de Bogotá, 2022).

Satisfacción con la Vida

Cuenta con el **66%** y alberga temas como la satisfacción con las relaciones familiares, con la oferta de actividades culturales del Distrito, con el servicio de salud, con el estado de ánimo, con su bienestar familiar, entre otros.

Se evidencia que desde la Secretaría de Integración Social se creó el proyecto *“Bogotá, mi Ciudad, mi Casa”* con el objetivo de mejorar la calidad de vida, la inclusión social y reducir la pobreza de los ciudadanos y ciudadanas. Este cuenta con cinco apuestas para mejorar la calidad de vida (Alcaldía de Bogotá, 2024):

1. Reducción de formas extremas de exclusión
2. Reducción de la pobreza, el hambre y la promoción de la garantía de derechos
3. Aumento de la inclusión y movilidad social

4. Fortalecimiento de la red de apoyo social y comunitario
5. Desarrollo de estrategias de inclusión productiva y generación de oportunidades

Bienestar Social

Representa un **54%** y cuenta solo con un indicador de medida, lo que permite deducir poca apertura del tema en los instrumentos de evaluación realizados en la ciudad, el dato encontrado se desarrolla en torno al orgullo que sienten las personas por la ciudad.

Al interior del distrito se han realizado estrategias como “*1000 en un Día*” que movilizó a 72 entidades, entre las que se encontraron 40 organizaciones públicas y 32 privadas, junto a la ciudadanía, universidades, organizaciones sociales y fundaciones, con el objetivo desarrollar múltiples acciones de bienestar y mejoramiento comunitario consolidando un esfuerzo sin precedentes en la ciudad, así como también, fortalecer el sentido de pertenencia y la corresponsabilidad de quienes habitan Bogotá, promoviendo una relación más empática con la ciudad a través de cambios comportamentales que contribuyan a su transformación (Alcaldía de Bogotá, 2024). Otra estrategia denominada “*Bogotá Camina Segura con bienestar y salud mental*” se desarrolla con la finalidad de promover y garantizar el derecho a la salud mental, el bienestar emocional y la convivencia social mediante acciones integrales basadas en la Atención Primaria Social que permiten el abordaje de los determinantes sociales con énfasis en seguridad y movilidad (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Felicidad

Muestra un **47%** y lo componen dos indicadores de medida que abordan el ítem en referencia a la población que se siente feliz.

Desde la Alcaldía Distrital se implementa la estrategia “*Centros de Felicidad*” que busca integrar la naturaleza con la vida urbana de la ciudad, ofreciendo un espacio público accesible y de calidad. La diversidad es parte de su esencia, creando un ambiente donde todos se sienten bienvenidos y respetados, fomentando la convivencia y el intercambio entre diferentes sectores sociales, así como la actividad física, el deporte, el aprendizaje y la creación artística (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Salud Mental Autoevaluada

Representa el **30%** y referencia ítems relacionados con percepción tanto de la salud física como mental. El mismo cuenta con una poca cantidad de indicadores de medida lo que se traduce en un aspecto a potencializar por las entidades correspondientes en los diferentes instrumentos de percepción aplicados en la ciudad.

En este sentido desde el Distrito y la Secretaría Distrital de Salud se resalta la campaña *¡Háblalo! Hazlo por tu salud mental*, donde se dispone de diferentes canales de atención para atender a todos los ciudadanos que por alguna razón necesitan de apoyo psicosocial, prevenir el consumo de drogas u orientación si es víctima de cualquier tipo de violencia (SDS, s.f.). De igual manera, se encuentran campañas como *"Cambiar la narrativa"* con el objetivo de derribar barreras como el estigma, así como de crear conciencia y fomentar una cultura de comprensión y apoyo para prevenir el suicidio (Alcaldía de Bogotá, 2024).

7.2 Dominio Individual

Tabla 2

Descripción por cada indicador que integra el Dominio Individual

Indicador	No.	Descripción
Resiliencia (73%)	1	El 31% cree que puede confiar en la gente.
	2	El 75% considera que tiene la posibilidad de ayudar a alguien cuando lo necesita.
	3	El 74% habla con un familiar o amigo cuando siente malestar emocional.
	4	El 57% cuando ha confiado en la gente le ha ido bien.
	5	El 73% está “bastante o muy satisfecho” con sus relaciones interpersonales y sociales.
Afrontamiento (46%)	1	El 73% está “bastante o muy satisfecho” con sus relaciones interpersonales y sociales.
	2	El 24% casi siempre tiene con quien hablar de las cosas que son importantes para ellos.
	3	El 68% siempre da y recibe cariño.
	4	El 22% casi siempre da y recibe cariño.
Control y autoeficacia (47%)	1	El 47% siempre se siente capaz de manejar el estrés o las tensiones de su vida.
	2	El 70% casi siempre o siempre es capaz de manejar el estrés.
	3	El 36% durante la última semana se relajó y disfrutó del tiempo libre todos los días.

No violencia (86%)	1	El 71% no ha sido víctima de algún delito en los últimos 6 meses.
	2	El 86% no ha sido víctima de maltrato físico, mental o emocional por parte de algún miembro de su hogar durante el último año.
	3	El 92% nunca ha presenciado agresiones en su hogar.
	4	El 14% nunca ha tenido un conflicto con su pareja.
	5	El 86% de los hombres no han sido agredidos por alguna de sus parejas.
	6	El 81% de las mujeres no han sido agredidas por alguna de sus parejas.
	7	El 86% no ha reaccionado de manera agresiva frente alguna de sus parejas.
Estado de salud (56%)	1	El 47% no presenta ningún síntoma o problema mental.
	2	El 79% no tiene alguna limitación permanente.
	3	El 93% no necesita ayuda para comer, vestirse, bañarse o ir al baño.
	4	El 81% reporta que su estado de salud bucal es excelente o buena.
	5	El 86% reporta que su salud es “buena” o “bastante buena”.
	6	El 32% reporta que su salud física está mejor que al inicio de la pandemia por COVID-19.
	7	El 31% reporta que su salud mental está mejor que al inicio de la pandemia por COVID-19.
	8	El 64% reporta que durante el último año su estado de salud física fue bueno.
	9	El 76% reporta que durante el último año su estado de salud mental fue bueno.
	10	El 40% reporta que su salud es “excelente”.
	11	El 35% reporta que su salud es “muy buena”.
	12	El 18% reporta que su salud es “buena”.

	13	El 33% está “muy satisfecho” con su salud mental.
	14	El 28% está “bastante satisfecho” con su salud.
	15	El 73% no tuvo problemas graves de salud por el COVID-19.
	16	El 64% no quedó con algún problema de salud después del COVID-19.
	17	El 56% ha recibido psicoterapia individual como tratamiento de salud.
Actividad física (34%)	1	El 4% de adolescentes realiza regularmente ejercicio o actividad física ligera en su tiempo libre.
	2	El 10% de adolescentes realiza regularmente ejercicio o actividad física vigorosa en su tiempo libre.
	3	El 16% realiza actividad física moderada a vigorosa todos los días durante 60 minutos.
	4	El 16% realiza regularmente ejercicio o actividad física ligera en su tiempo libre (población general).
	5	El 23% realiza regularmente ejercicio o actividad física vigorosa en su tiempo libre (población general).
	6	El 53% practica deporte, hace ejercicio o realiza actividad física por 30 minutos continuos o más.
	7	El 34% practica algún deporte o actividad física.
	8	El 62% utiliza los escenarios públicos (parques o ciclovías) para hacer deporte o actividad física.
	9	El 39% realiza alguna práctica deportiva, recreativa o actividad física solo.
	10	El 59% realiza alguna práctica deportiva, recreativa o actividad física en compañía (amigos, familia o mascota).
	11	El 48% camina como actividad física o recreativa.
	12	El 29% monta bicicleta como actividad física o recreativa.
	13	El 25% trota como actividad física o recreativa.
	14	El 11% realiza ejercicios aeróbicos como actividad física o recreativa.

	15	El 12% baila como actividad física o recreativa.
	16	El 57% es activo físicamente.
	17	El 36% manifestó que gracias a las actividades culturales y artísticas tiene hábitos más saludables.
	18	El 45% reportó que la recreación y el deporte mejoró en el último año de gobierno de la actual alcaldía.
	19	El 61% reporta que las actividades de descanso y diversión son “bastante o muy satisfactorias”.
No uso de sustancias (60%)	1	El 30% nunca ha consumido alcohol.
	2	El 19% no tiene ningún amigo que consume alcohol.
	3	El 32% definitivamente no aceptaría bebidas alcohólicas si un amigo le ofreciera.
	4	El 82% nunca ha usado drogas ilegales.
	5	El 84% nunca ha consumido marihuana en la vida.
	6	El 50% nunca ha fumado cigarrillo en la vida.
	7	El 48% cuando se reúne con amigos y conocidos nunca bebe más de cuatro tragos.
	8	El 48% nunca consume cigarrillos, dispositivos de calentamiento de tabaco o vapeadores.
	9	El 92% nunca ha usado vapeador o dispositivos de calentamiento de tabaco en la vida.
	10	El 97% nunca ha consumido tranquilizantes sin prescripción médica.
	11	El 46% tiene amigos que no se emborrachan frecuentemente.
	12	El 69% tiene amigos que no consumen sustancias como marihuana, cocaína, bazuco, éxtasis, heroína u otra.
	13	El 83% tiene un consumo de bebidas alcohólicas de bajo riesgo.
	14	El 96% de adolescentes tiene un consumo de bebidas alcohólicas de bajo riesgo.

Espiritualidad (45%)	1	El 48% profesa la religión católica.
	2	El 18% profesa la religión evangélica pentecostal.
	3	El 76% cree en Dios.
	4	El 51% cree en el cielo.
	5	El 45% cree en el infierno.
	6	El 73% cree en los milagros.
	7	El 63% cree en los espíritus.
	8	El 18% son creyentes pero no están afiliados a ninguna religión.
	9	El 7% son agnósticos.
	10	El 9% usa los servicios de chamanes indígenas.
	11	El 4% usa los servicios de brujos o hechiceros.

Nota. Elaboración grupal para el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN a partir de la minería de datos realizada en la Web (2024-2).

7.2.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Individual

De los ocho indicadores registrados, tres se consideran óptimos por destacar por encima del 60%: Resiliencia, No violencia y No uso de sustancias. Por otra parte, los indicadores de Afrontamiento, Control y autoeficacia, Estado de salud, Actividad física y Espiritualidad son considerados aceptables ya que cuentan con porcentajes que oscilan entre el 30-59%.

A continuación se describen los indicadores que componen el Dominio Individual y las estrategias que se han puesto en marcha desde las entidades distritales para incentivar su fortalecimiento.

No violencia

Se posiciona como el indicador de mayor fortaleza con un **86%**; en él se albergan temáticas como población que nunca ha presenciado agresiones en su hogar, población que no ha sido víctima de maltrato físico, mental o emocional, población que no ha reaccionado

de manera agresiva frente alguna de sus parejas, hombres y mujeres que no han sido agredidos por alguna de sus parejas, entre otras.

Es importante resaltar que desde la Alcaldía de Bogotá y la Secretaría de la Mujer se puso en marcha la “*Estrategia Mujeres*”, la cual busca abordar las diversas formas de violencias y reforzar las acciones existentes e incorpora nuevas, con el objetivo de asegurarle a las mujeres una vida libre de violencias y la plena garantía de sus derechos. Dicha estrategia se enfocará en la eliminación de la violencia política, el acoso sexual callejero en el espacio y transporte público, la violencia económica, física, sexual y psicológica y un componente de apuestas transversales para vivir una cultura libre de sexismos (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Resiliencia

Cuenta con un **73%** y contiene temas como confianza en las personas, posibilidad de ayuda al otro, satisfacción con las relaciones interpersonales y sociales, y oportunidad de diálogo al presentar malestar emocional.

Cabe señalar que al realizar rastreo documental, no se evidencia información sobre estrategias que se estén implementando en Bogotá con el fin de potenciar la resiliencia, por lo cual se hace necesario que desde el Observatorio se generen acciones que fomenten su importancia, teniendo en cuenta que la capacidad de afrontar eventos difíciles, sobreponerse a circunstancias adversas y buscar apoyo en otras personas promueve el bienestar y la salud mental positiva.

No uso de sustancias

Representa un **60%** y comprende temas como consumo de alcohol, cigarrillo, marihuana u otras sustancias, además, enlista la población que tiene amigos o conocidos que no consumen estas drogas.

Es oportuno mencionar que la Alcaldía de Bogotá y la Secretaría de Salud lideraron una jornada distrital de prevención del consumo de sustancias psicoactivas y reducción de riesgos y daños en las distintas localidades de Bogotá durante el mes de junio del año 2024 denominada “*ConSUMO Cuidado*” (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Estado de salud

Muestra el **56%** y encierra temáticas como ausencia de problemas mentales o limitaciones permanentes, estado de salud bucal, física y mental, satisfacción del estado de salud y recepción de tratamientos terapéuticos como la psicoterapia.

Es de resaltar que desde la Alcaldía de Bogotá, la Secretaría de Salud y la Secretaría de Integración Social avanza la implementación del “*Modelo de Atención en Salud de Bogotá MÁS Bienestar*”, el cual se basa en cuatro pilares: intersectorialidad para el bienestar, toma

de decisiones para la gobernanza, participación social transformadora y gestión integral del riesgo. Este modelo tiene como objetivo asegurar una atención accesible y de calidad, reduciendo las barreras tradicionales que limitan el acceso a servicios de salud y promueve la equidad en la atención (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Control y autoeficacia

Representa el **47%** y contiene temáticas relacionadas con la capacidad de manejar el estrés y el disfrute del tiempo libre para relajarse y minimizar las tensiones de la vida.

Es importante mencionar que al realizar rastreo documental, no se evidencia información sobre estrategias que se estén implementando en Bogotá en referencia al indicador, no obstante, la Organización Mundial de la Salud (2023) brinda algunas estrategias para controlar el estrés:

Seguir una rutina diaria: realizar una serie de actividades cada día ayuda a sentir que se controla mejor la vida y a ser más eficaces, ejemplo: programar momentos concretos para comer, pasar tiempo con familiares, hacer las tareas cotidianas y practicar ejercicio físico u otras actividades de ocio.

Dormir mucho: es importante dormir lo suficiente para cuidar el cuerpo y la mente. El sueño repara, relaja y revitaliza el organismo y ayuda a hacer frente a los efectos del estrés.

Mantenerse en contacto con los demás: hable con familiares y amigos, explíqueles sus preocupaciones y sentimientos a personas de confianza. Mantenerse en contacto con los demás le puede ayudar a sentirse más animado y menos estresado.

Hacer ejercicio con regularidad: hacer ejercicio a diario le puede ayudar a reducir el estrés. Puede tratarse de ejercicios intensos o simplemente de caminar.

No dedicar demasiado tiempo a las noticias: ver o leer noticias durante demasiado tiempo en la televisión o en las redes sociales puede causar estrés. Si percibe que esta actividad le genera estrés, reduzca el tiempo que le dedica.

Afrontamiento

Cuenta con el **46%** y abarca temas como la satisfacción con las relaciones interpersonales o sociales, la población que siempre da y recibe cariño y la población que casi siempre tienen con quien hablar de las cosas que son importantes para ellos.

Conviene destacar que no se evidencia información en la Web sobre estrategias que se estén implementando en Bogotá sobre el afrontamiento, por lo cual, desde el Observatorio se hace necesario trabajar en ello debido a que contar con habilidades de afrontamiento puede contribuir a manejar situaciones externas tanto positivas como negativas. Además, ayudan a

tolerar y lidiar con situaciones estresantes en la vida, lo cual a su vez contribuye a manejar el estrés y sentirse mejor física y psicológicamente.

Espiritualidad

Muestra el **45%** y contiene temas como las diversas religiones que profesan las personas, sus creencias y los servicios alternativos a los que acuden en pro de su espiritualidad.

Es relevante que al realizar rastreo documental no se encuentran estrategias que se estén implementando en Bogotá para fortalecer la espiritualidad, por lo cual, es deber del Observatorio indagar a mayor profundidad en el tema teniendo en cuenta que la espiritualidad es un factor protector que le permite a las personas regular las tensiones, entender que la adversidad forma parte de la vida y encontrar un mayor sentido a su existencia.

Actividad física

Representa el **34%** y encierra temas como la regularidad con la que se realiza ejercicio o actividad física, el tipo de actividad física que realizan y las personas con las que realizan alguna práctica deportiva, entre otros.

Adjunto a lo anterior, se evidencia que el Instituto Distrital de Recreación y Deporte de Bogotá (s.f.) cuenta con diversos programas para incentivar la actividad física:

Bogotá en forma: tiene como propósito promover hábitos y estilos de vida saludables mediante la práctica regular de actividad física. Se realizan sesiones presenciales en parques y escenarios del distrito, además de transmisiones virtuales. Busca facilitar el acceso a actividad física organizada y dirigida con técnicas adecuadas para distintos grupos poblacionales.

Bogotá en bici: se incentiva el uso de la bicicleta para mejorar la actividad física y renovar las relaciones sociales y ambientales en la ciudad. Bogotá en Bici se articula en tres líneas: biciprogramas, biciexperiencias y biciservicios, disponibles para los ciudadanos en las 20 localidades urbanas y la rural de Bogotá.

Ciclovía: espacio recreativo los domingos y festivos de 7:00 a.m. a 2:00 p.m. a lo largo de 127.69 kilómetros de vías interconectadas, con 7.05 kilómetros dedicados a ciclorrutas. Esta red permite a los ciudadanos disfrutar del espacio público mientras promueven su bienestar físico y mental.

Deporte para la paz: promueve el fortalecimiento de valores ciudadanos como el respeto, la solidaridad y el trabajo en equipo, brindando a las comunidades la oportunidad de conectarse y colaborar en un ambiente de armonía por medio de juegos comunales distritales, torneos

interbarriales, torneos de fútbol femenino, torneos para poblaciones con enfoque diferencial y juegos por la igualdad “Sectores Sociales LGBTI”.

7.3 Dominio Familiar

Tabla 3

Descripción por cada indicador que integra el Dominio Familiar

Indicador	No.	Descripción
Relaciones familiares (56%)	1	El 74% comparte el tiempo libre y de ocio con su familia.
	2	El 53% le da importancia a la escucha y el diálogo al interior de la familia.
	3	El 19% le da importancia a que los niños y niñas participen en las decisiones de la familia.
	4	El 56% le da importancia a la toma de decisiones en conjunto.
	5	El 96% confía mucho en su familia.
	6	El 28% tiene una relación armoniosa con sus padres e hijos.
	7	El 19% tiene una relación armoniosa con su pareja.
	8	El 25% tiene una relación solidaria con sus padres e hijos.
	9	El 18% tiene una relación solidaria con su pareja.
	10	El 60% considera que en una familia democrática se expresan las opiniones y se toman las decisiones en consenso.
	11	El 12% considera que las condiciones de vida actuales en su hogar son muy buenas.
	12	El 67% considera que las condiciones de vida actuales en su hogar son buenas.
	13	El 75% de los adolescentes consideran que tienen una función familiar normal.
	14	El 56% considera que tiene una función familiar normal (población general).
	15	El 68% considera que la mayoría de las veces o siempre los miembros de su familia se apoyan y ayudan unos a otros.

	16	El 72% considera que la mayoría de las veces o siempre los miembros de su familia se llevan bien entre sí.
	17	El 77% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre tienen una buena relación con sus hijos/as.
	18	El 85% recibe compañía, afecto y soporte emocional de sus hijos.
	19	El 53% cree que los principios de: respeto, responsabilidad, confianza, autoridad, independencia, equidad y autonomía prevalecen en la familia.
	20	El 77% se siente apreciado en su familia.
	21	El 57% se siente respetado en su familia.
	22	El 44% se siente cuidado en su familia.
	23	El 39% se siente protegido en su familia.
Estilo de crianza (51%)	1	El 49% de menores de 6 años asisten a programas de atención dirigidos a niños y niñas.
	2	El 75% tiene la costumbre de contarle cuentos, cantarle o enseñarle juegos a sus hijos.
	3	El 47% de los niños y niñas de 7 a 11 años viven con sus padres biológicos.
	4	El 92% nunca ha presenciado agresiones entre los miembros de su familia.
	5	El 40% de niños y niñas son cuidados la mayor parte del tiempo por una persona de la familia con la que conviven.
	6	El 34% considera que la familia es el espacio de relaciones donde se construye el afecto y la autonomía de sus integrantes.
	7	El 53% considera que la familia es el primer lugar en donde se aprenden valores y principios que servirán para la vida.
	8	El 63% la mayoría de las veces o siempre se sienten felices con su rol de padres o cuidadores.
Estado de salud familiar (38%)	1	El 90% considera que su estado físico o algún tipo de tratamiento médico no interfiere en su vida familiar.
	2	El 33% considera que la salud mental de sus hijos entre 12 a 17 años es excelente.

	3	El 21% de padres o cuidadores consideran que la salud mental de sus hijos entre 12 a 17 años es muy buena.
	4	El 43% de padres o cuidadores consideran que la salud mental de sus hijos entre 12 a 17 años es buena.
No uso de sustancias por miembros de la familia (64%)	1	El 14% tiene padres o familiares que nunca toman alcohol en casa.
	2	El 64% tiene familiares que no se emborrachan frecuentemente.
	3	El 81% tiene familiares que no consumen sustancias como marihuana, cocaína, bazuco, éxtasis, heroína u otra similar.
Composición del hogar (45%)	1	El 46% vive con su cónyuge o pareja.
	2	El 64% vive en un sistema familiar nuclear.
	3	El 16% vive solo.
	4	El 46% vive en un hogar monoparental con la madre como cabeza de familia.
	5	El 44% vive con sus hijos/as.
	6	El 40% de familias tienen por lo menos una mascota (perro, gato u otro).
Ingresos del hogar (13%)	1	El 26% considera que la situación económica de su hogar mejoró.
	2	El 46% de familias tienen ingresos que alcanzan para cubrir los gastos mínimos.
	3	El 3% de familias consideran que su situación económica es excelente.
	4	El 27% considera que su situación económica y la de su familia es buena.
	5	El 13% trabaja para ayudar a su familia.
	6	El 31% reporta que sus ingresos provienen de actividades laborales.
	7	El 7% considera que su situación económica y la de su familia es muy buena.
Entorno infantil	1	El 82% acostumbra hablar de lo que hacen, de lo que pasó en el día o de lo que va a pasar en familia.

enriquecedor (74%)	2	El 75% comieron al menos tres comidas diarias.
	3	El 65% de padres o cuidadores invitan a la reflexión y el diálogo cuando se rompe una norma familiar.
	4	El 72% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre felicitan a sus hijos/as cuando se portan bien.
	5	El 68% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre le dan atención a sus hijos/as con un abrazo, un guiño de ojo, sonrisa o beso cuando se portan bien.
	6	El 63% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre conversan con sus hijos/as.
	7	El 78% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre disfrutan al abrazar, besar y consentir a sus hijos/as.
	8	El 77% de padres o cuidadores consideran que la mayoría de las veces o siempre disfrutan pasar tiempo con sus hijos/as.

Nota. Elaboración grupal para el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN a partir de la minería de datos realizada en la web (2024-2).

7.3.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Familiar

De los siete indicadores registrados, dos son considerados óptimos debido a que destacan por encima del 60%: Entorno infantil enriquecedor y No uso de sustancias por miembros de la familia. Por otro lado, los indicadores de Relaciones familiares, Estilo de crianza, Composición del hogar y Estado de salud familiar se consideran aceptables puesto que cuentan con porcentajes que oscilan entre el 30-59%. Para finalizar, se encuentra el indicador de Ingresos del hogar con el 13% por lo cual es necesario enfocar las acciones del Observatorio a investigar a profundidad sobre el tema para así generar propuestas que incidan en el bienestar de la población.

A continuación se describen los indicadores que componen el Dominio Familiar y las estrategias que se han puesto en marcha desde las entidades distritales para incentivar su fortalecimiento.

Entorno infantil enriquecedor

Se posiciona como el indicador de mayor fortaleza con un **74%**; en él se encuentran temáticas como la población que acostumbra comer y dialogar en familia, la población que felicita, da atención y disfruta pasar tiempo con sus hijo/as, entre otras.

Es importante señalar que la Alcaldía de Bogotá puso en marcha un modelo de atención integral para la primera infancia denominado “*De la Mano Contigo*”, el cual busca

beneficiar a 165.000 niños y niñas. Esta es una apuesta visionaria compuesta por un conjunto de acciones intersectoriales, intencionadas, relacionales y efectivas encaminadas a asegurar que en cada uno de los entornos en los que transcurre la vida de los niños y las niñas (el hogar, el entorno de salud, el educativo, el espacio público y otros propios de cada contexto cultural y étnico), existan las condiciones humanas, sociales y materiales para garantizar la promoción y potenciación de su desarrollo (Alcaldía de Bogotá, 2024).

No uso de sustancias por miembros de la familia

Cuenta con el **64%** y alberga temas como la población que nunca toma alcohol en casa y la población que tiene familiares que no se emborrachan frecuentemente y que no consumen sustancias como marihuana, cocaína, bazuco, éxtasis, heroína u otra similar.

Se evidencia que desde el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) se ha realizado promoción en el tema por medio de contenido educativo como el artículo *“Conversemos en familia sobre la prevención del consumo de sustancias psicoactivas”*, el cual se enfoca en la importancia de los factores protectores para mitigar la posibilidad de uso, consumo, abuso o dependencia de las sustancias psicoactivas (ICBF, 2021). De igual manera, la institución mencionada anteriormente cuenta con un programa cuyo objetivo se centra en garantizar el restablecimiento de los derechos de los niños, niñas y adolescentes con consumo de sustancias psicoactivas, brindándoles una atención integral y cualificada, la cual permita lograr el reintegro y mantenimiento social y familiar con un proyecto de vida establecido y libre de drogas (ICBF, s.f.).

Relaciones familiares

Muestra el **56%** y contiene temas como el tipo de relación que tienen las familias, la importancia que le dan a la toma de decisiones, la escucha y el diálogo en familia, las condiciones de vida actuales del hogar y los principios que la población considera que debe tener una familia, entre otros.

Conviene destacar que desde el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) se creó a nivel nacional la estrategia *“Somos familia, somos comunidad”* con el objetivo fortalecer las capacidades de agencia democrática, cuidado e incidencia en las familias y comunidades con el fin de configurar y avanzar en la implementación de sus planes de vida personales, familiares y colectivos, reafirmando su condición de sujetos de derechos protagonistas de su propia historia, hacia la consolidación del buen vivir, el tejido social y la construcción de paz (ICBF, 2024).

Estilo de crianza

Representa el **51%** y abarca temas como las costumbres familiares, el rol de los padres o cuidadores en la vida de los niños, el tiempo de convivencia entre padres e hijos, la asistencia a programas de atención dirigidos a los niños y niñas, entre otros.

Es de resaltar que la Alcaldía de Bogotá y la Secretaría Distrital de Salud organizó una *“jornada de intensificación de acciones sectoriales e intersectoriales orientadas a la promoción de prácticas de crianza respetuosa y amorosa como alternativa al castigo físico”* durante el mes de abril del año 2024 con el objetivo de implementar acciones colectivas de información y educación que promuevan el bienestar, las prácticas de amor y educación para fortalecer y fomentar factores protectores para una crianza amorosa y positiva y erradicar cualquier acto de maltrato que pueda causar daños a la salud de la población (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Estado de salud familiar

Cuenta con el **38%** y contiene temas en relación al estado de salud mental de los niños, niñas y adolescentes, y el porcentaje de la población que considera que su estado físico o algún tratamiento médico no interfieren en su vida familiar.

Desde la Alcaldía de Bogotá se encuentra la estrategia *“Acciones con familias para favorecer factores protectores para el cuidado de la salud”*, la cual se enfoca en actividades pedagógicas dirigidas a las familias que aportan en temáticas de salud mental, sexual y reproductiva, alimentación saludable, actividad física y cuidado del medio ambiente; para acceder al servicio se debe realizar solicitud a los líderes de las subredes integradas de servicios de salud del entorno cuidador educativo (Alcaldía de Bogotá, s.f.).

Composición del hogar

Muestra el **45%** y alberga temáticas como la cantidad de personas que viven solas, con su cónyuge o pareja, que tienen por lo menos una mascota (perro, gato u otro) y que viven en hogares monoparentales, entre otros.

Es importante resaltar que el Observatorio de Familia del Departamento Nacional de Planeación (DNP) cuenta con un apartado dedicado a programas sociales en el cual se resaltan temas como vivienda y servicios públicos, salud, educación, protección social, primera infancia, persona mayor, empleo y generación de ingresos; estos son diseñados para mejorar el bienestar de las personas y fortalecer la cohesión familiar (DNP, 2020).

Ingresos del hogar

Representa el **13%** y abarca temas como la situación económica del hogar, los ingresos de la familia, entre otros.

En referencia a lo anterior, se evidencia que la Alcaldía de Bogotá cuenta con la “Política pública para la superación de la pobreza en Bogotá, 2023-2038”, la cual tiene por objetivo erradicar la pobreza extrema y prevenir la caída o permanencia en pobreza monetaria por medio de mecanismos directos e indirectos que aumenten el ingreso disponible de los hogares, reduzcan las brechas de acceso a mercados, eviten la transmisión intergeneracional de la pobreza, y garanticen la adaptabilidad y resiliencia ante los choques extremos. Esta política se apalanca en la Estrategia de Ingreso Mínimo Garantizado (IMG) en Bogotá implementada en el marco de la pandemia ocasionada por el COVID-19 (Alcaldía de Bogotá, 2023).

7.4 Dominio Comunitario

Tabla 4

Descripción por cada indicador que integra el Dominio Comunitario

Indicador	No.	Descripción
Participación de la comunidad (9%)	1	El 98% ha participado en espacios de participación.
	2	El 50% participa para obtener un beneficio particular.
	3	El 50% participa para cumplir con un deber ciudadano.
	4	El 26% participa porque beneficia a la comunidad.
	5	El 4% califica total apoyo en materia de participación que ofrece la alcaldía de Bogotá.
	6	El 12% es miembro o participante de al menos una organización, grupo, asociación, club recreativo o profesional.
	7	El 16% ha hecho parte de un espacio de participación ciudadana promovida por el gobierno local, regional o nacional.
	8	El 40% participa porque el Estado no ha servido para solucionar problemas.
	9	El 4% participa para recibir beneficios personales o reconocimiento social.
	10	El 16% considera que el gobierno de su ciudad genera espacios de interacción y diálogo con la comunidad.
	11	El 11% ha hecho parte de alguno de los espacios de participación de la localidad en la que vive.

	12	El 16% ha hecho parte de alguno de los espacios de participación del barrio en el que vive.
	13	El 20% ha hecho parte de alguno de los espacios de participación de su edificio, conjunto o cuadra.
	14	El 9% es miembro activo de organizaciones de ayuda mutua.
	15	El 8% es miembro activo de organizaciones humanitarias o de derechos humanos.
	16	El 3% es miembro activo de organización/grupo de mujeres.
	17	El 12% ha participado en juntas de acción comunal o grupos de vecinos.
	18	El 7% participa en grupos, clubes o asociaciones deportivas o de recreación.
	19	El 7% participa en asociaciones de padres de familia.
	20	El 7% participa en redes sociales que promueven iniciativas ciudadanas, ambientales, cívicas, culturales o deportivas.
	21	El 5% participa en grupos, clubes o asociaciones culturales (teatro, danza, música, etc.).
	22	El 5% participa en espacios de participación ciudadana, juntas, comités, consejos de desarrollo, programas o acciones de políticas públicas.
	23	El 5% participa en organizaciones o grupos de defensa y protección del medio ambiente o de los animales.
	24	El 5% participa en organizaciones profesionales o universitarias.
	25	El 4% participa en organizaciones religiosas que realizan acciones comunitarias.
Redes sociales (41%)	1	El 23% confía en el cumplimiento de los acuerdos de otros ciudadanos.
	2	El 41% afirma que Bogotá le ha permitido la realización de sus sueños y metas familiares.
	3	El 16% confía en sus compañeros/as de trabajo.
	4	El 3% confía en las personas de su localidad.

	5	El 11% confía mucho en sus vecinos.
	6	El 51% manifestó que gracias a las actividades culturales y artísticas se relacionan mejor con los demás.
	7	El 47% considera que gracias a las actividades culturales y artísticas tienen conocimientos que mejoran su vida social y laboral.
	8	El 49% manifestó que gracias a las actividades culturales y artísticas es más tolerante con quien es diferente.
	9	El 54% manifestó que gracias a las actividades culturales y artísticas valora y respeta más a los demás.
Apoyo social (34%)	1	El 50% tiene confianza interpersonal.
	2	El 48% de los habitantes de calle reciben ayuda de una institución oficial.
	3	El 20% afirma haber encontrado en la ciudad acceso a programas y proyectos sociales.
	4	El 12% siente que el comportamiento ciudadano mejoró.
	5	El 34% afirma que la mayoría de las personas en la ciudad han sido solidarias con las demás.
Ambiente escolar (53%)	1	El 15% tiene padres con nivel educativo universitario.
	2	El 13% tiene madres con nivel educativo universitario.
	3	El 48% de niñas y niños menores de seis años asisten a programas de atención a la primera infancia.
	4	El 86% ha tenido asistencia escolar para primaria.
	5	El 98% cuenta con asistencia escolar para secundaria.
	6	El 20% manifestó estar satisfecho con la educación superior que recibe.
	7	El 66% se siente satisfecho con la educación que reciben los niños y jóvenes que asisten a un establecimiento educativo público.
	8	El 85% está satisfecho con la educación que reciben los niños y jóvenes que asisten a un establecimiento educativo privado.
	9	El 78% ha leído entre 1 a 5 libros impresos o digitales.

	10	El 66% está satisfecho con los colegios oficiales.
	11	El 80% está satisfecho con los colegios no oficiales.
	12	El 73% está satisfecho con la educación de 5 a 17 años.
	13	El 71% está satisfecho con la educación técnica, tecnológica, universitaria o superior en Bogotá.
	14	El 62% de personas de 5 a 17 años asistieron a instituciones educativas públicas.
	15	El 34% de personas de 5 a 17 años asistieron a instituciones educativas privadas.
	16	El 24% cursaron hasta el nivel de preescolar o básica primaria.
	17	El 28% cursaron hasta el nivel de básica secundaria (grado noveno).
	18	El 16% cursaron hasta el nivel de educación media o media técnica (undécimo grado).
	19	El 53% de hombres tuvieron acceso a la educación universitaria.
	20	El 50% de mujeres tuvieron acceso a la educación universitaria.
	21	El 51% de niños ingresaron a preescolar en la edad que corresponde.
Ambiente laboral (29%)	1	El 76% se encuentra afiliado al sistema de seguridad social en régimen contributivo.
	2	El 32% manifestó estar satisfecho con su situación laboral.
	3	El 10% no tiene contaminación en el aire donde trabaja.
	4	El 24% se encuentra afiliado al sistema de seguridad social en régimen subsidiado.
	5	El 4% es miembro activo de sindicatos.
	6	El 25% considera que es fácil encontrar trabajo.
	7	El 66% reporta sentirse bastante o muy satisfecho con su trabajo o estudio.

	8	El 20% reporta sentirse medianamente satisfecho con su trabajo o estudio.
	9	El 65% no perdieron su trabajo durante la pandemia COVID-19.
	10	El 62% se dedican a trabajar.
	11	El 8% trabaja para sentirse útil.
	12	El 43% considera que su empleo mejoró con la gestión del presidente actual (2024).
Ambiente social de barrio (40%)	1	El 35% se siente muy satisfecho con los servicios de transporte que utiliza.
	2	El 37% tiene vivienda propia pagada.
	3	El 50% tiene vivienda en arriendo o subarriendo.
	4	El 54% afirma que la ciudad brinda espacios de cultura, deporte y recreación.
	5	El 48% afirma que Bogotá le ofrece mejoramiento a su calidad de vida.
	6	El 64% afirma que Bogotá le ha brindado oportunidades de empleo y educación.
	7	El 8% tiene vivienda propia pero la está pagando.
	8	El 86% está satisfecho con la vivienda que tiene.
	9	El 28% manifestó que en Bogotá es fácil emprender con éxito una actividad económica independiente.
	10	El 71% está satisfecho con el barrio donde vive.
	11	El 13% considera que los habitantes respetan las normas básicas de tránsito.
	12	El 13% considera que los habitantes respetan las normas ambientales.
	13	El 50% está satisfecho con la actividad (oferta) cultural de la ciudad.
	14	El 64% está satisfecho con el modo de transporte habitual.

	15	El 13% siente que la situación de movilidad y transporte mejoró.
	16	El 42% considera que su barrio es seguro.
	17	El 20% considera que Bogotá es segura en general.
	18	El 53% tiene satisfacción con Bogotá como ciudad para vivir.
	19	El 9% siente que la situación de seguridad y convivencia mejoró.
	20	El 35% afirma que la seguridad del barrio donde vive mejoró con la gestión del presidente actual (2024).
Entorno construido en el barrio (62%)	1	El 65% se siente satisfecho con el servicio de alcantarillado.
	2	El 78% manifestó estar satisfecho con el servicio de acueducto que recibe.
	3	El 77% manifestó estar satisfecho con el servicio de energía eléctrica que recibe.
	4	El 78% manifestó estar satisfecho con el servicio de gas domiciliario que recibe.
	5	El 58% tiene recolección de basuras por servicio de aseo.
	6	El 16% se siente satisfecho con la calidad del aire.
	7	El 51% se siente satisfecho con la calidad del agua.
	8	El 56% se siente satisfecho con parques y zonas verdes públicas de su barrio.
	9	El 65% manifestó que cerca a su casa hay parques o espacios públicos recreativos.
	10	El 48% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa son seguros.
	11	El 81% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa son agradables.
	12	El 66% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa son limpios.
	13	El 75% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa son amplios.

14	El 66% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa están bien equipados.
15	El 79% manifestó que los parques y espacios públicos de uso recreativo cercanos a su casa tienen zonas verdes donde las personas pueden descansar o jugar.
16	El 16% está muy satisfecho con los parques y zonas recreativas disponibles en su barrio.
17	El 87% recibió el servicio de Internet.
18	El 57% se siente satisfecho con el servicio de Internet recibido.
19	El 44% se siente satisfecho con el estado de las vías del barrio.
20	El 13% considera que los habitantes cuidan y respetan los espacios y bienes públicos.
21	El 50% se siente satisfecho con los parques.
22	El 45% se siente satisfecho con las zonas verdes.

Nota. Elaboración grupal para el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN a partir de la minería de datos realizada en la Web (2024-2).

7.4.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Comunitario

A partir de los datos presentados anteriormente, cabe resaltar que utilizando las convenciones adoptadas por el Observatorio, de los siete indicadores que estructuran el Dominio Comunitario, uno se encuentra en “nivel óptimo” con un porcentaje mayor al 60% que es Entorno construido en el barrio. También se destacan cuatro indicadores en “nivel aceptable” con un porcentaje mayor a 30% como son: Ambiente social de barrio, Ambiente escolar, Apoyo social y Redes sociales. Sin embargo, se presentan dos indicadores en “nivel regular” con un porcentaje igual o inferior al 29% que son Ambiente laboral y Participación de la comunidad.

Es necesario aclarar que el Dominio Comunitario cuenta con la mayor cantidad de indicadores de medida reuniendo un total de 106, lo que permite deducir una amplia cobertura e interés en los instrumentos de medición respecto a diversas temáticas comunitarias.

A continuación, se describen los indicadores que componen el Dominio Comunitario y las estrategias que se han puesto en marcha desde las entidades distritales para incentivar su fortalecimiento.

Entorno construido en el barrio

Se sitúa con un porcentaje de **62%**, debido a que la mayoría de sus indicadores de medida oscilan entre un 50 a 80% los cuales abordan temáticas en torno al acceso y satisfacción con los servicios públicos mínimos, los espacios públicos y recreativos y la infraestructura general del barrio de residencia.

Desde la Alcaldía Distrital de Bogotá se busca mejorar las condiciones urbanísticas, ambientales y de seguridad en barrios de Bogotá, a través de intervenciones en el espacio público como vías, parques y servicios con la estrategia denominada “*Revitaliza tu barrio*”. Esta promueve la renaturalización, adaptación al cambio climático y mejora de la accesibilidad, responde a las necesidades de los habitantes e impulsa soluciones habitacionales sostenibles, fomentando el uso periódico de los espacios, donde se incluyen iniciativas como territorios mágicos, innova tu territorio, mejoramiento integral del hábitat, entre otras (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Otra estrategia es “*Gobierno en tu barrio*”, que tiene por objetivo darle solución a las problemáticas que presentan los barrios, a través de diferentes programas como presupuestos participativos, diálogo local y toda la oferta institucional que permita a los niños, niñas, jóvenes, adultos y personas mayores participar en los programas que se ajusten a sus necesidades (Secretaría de Gobierno, 2023), y finalmente se encuentra la iniciativa “*Barrios vivos*”, con el fin de desarrollar 366 laboratorios creativos en las 20 localidades de la ciudad mediante el diálogo comunitario y la innovación social que fomenten la convivencia, la salud mental, la cultura ambiental y el respeto por todas las formas de vida, los hábitos saludables, movilidad sostenible y, la eliminación del machismo y la discriminación (SCDR, 2024).

Ambiente escolar

Muestra un **53%** y agrupa un total de 21 indicadores de medida. La mayoría de sus porcentajes se encuentran en un rango de 20 al 80% y se componen por temáticas en torno al acceso y nivel de satisfacción con los servicios, así como el nivel educativo del núcleo familiar

Es de resaltar que desde el Distrito se ha implementado la estrategia denominada “*Entornos Escolares Inspiradores*”, la cual se enfoca en transformar los espacios públicos cercanos a las escuelas. Esta cuenta con la colaboración de diversas entidades del Distrito, busca garantizar que estos entornos sean seguros, inclusivos y libres de riesgos (Alcaldía de Bogotá, 2024). La misma se articula en tres líneas de acción: 1. Seguridad, prevención y contención de violencias 2. Mejoramiento del espacio público 3. Procesos comunitarios y acción colectiva (Secretaría Distrital de Gobierno, 2024).

Redes sociales

Indicador que se ubica con un **41%**. Este aborda temas como el nivel de confianza de sus entornos sociales próximos, así como la percepción respecto a la promoción de valores y principios que brindan los diferentes espacios culturales ofertados por el Distrito.

En cuanto a las estrategias comunitarias lideradas por la Alcaldía Distrital, se encuentran los “*Centros de Desarrollo Comunitario*” cuyo objetivo es realizar actividades para el aprovechamiento del tiempo libre, la formación para el emprendimiento y el fortalecimiento de redes sociales y comunitarias, a través de la gestión de alianzas con actores públicos y privados, y a su vez, el fortalecimiento de la integración y el tejido social, dicho programa se encuentra vinculado en 13 localidades de la ciudad (Integración social, 2024).

Ambiente social de barrio

Muestra un **40%**, al interior de este se encuentra información en referencia al nivel de satisfacción con el entorno habitacional, socio-ambiental y el contexto de seguridad y convivencia, además de las oportunidades que la ciudad ofrece para el bienestar personal.

Cabe señalar que dentro de las alternativas implementadas por el distrito que pueden abordar dicho indicador se encuentran los “*Ecobarrios*”, que tienen por objetivo mitigar el impacto ambiental de la mano de la ciudadanía, haciendo que los habitantes de determinado barrio garanticen la sostenibilidad del mismo y promuevan el sustento de las familias por medio de prácticas cotidianas (Alcaldía de Bogotá, 2022). Así mismo, se encuentra la estrategia “*Cultura de Paz*” que hace parte de la apuesta de innovación cultural “*Barrios Vivos*”, con la que Bogotá busca revitalizar la vida barrial a través de Laboratorios de co-creación (Laboratorios de Paz, 2024) que promueven un diálogo horizontal entre la ciudadanía y las instituciones públicas (Alcaldía de Bogotá, 2024). Otras estrategias son los procesos comunitarios de educación ambiental, iniciativas comunitarias que buscan empoderar a la comunidad en la identificación y transformación de situaciones ambientales conflictivas presentes en sus territorios (Observatorio Ambiental de Bogotá, s.f.).

Apoyo social

Este representa un **34%** y posee la menor cantidad de indicadores de medida. Estos porcentajes oscilan entre un 20 y 50%, lo que le otorga un “nivel regular”. Los temas abordados se centran en el apoyo percibido de instituciones oficiales y pares comunitarios.

Dentro de las estrategias implementadas por el Distrito se encuentran *13 unidades operativas*, ubicadas para atender a la población habitante de calle o en riesgo de estarlo. Dichos espacios satisfacen las necesidades básicas de higiene y alimentación y ofrecen un apoyo integral para la construcción de proyectos de vida y la búsqueda activa de

oportunidades sociolaborales. Algunos de los programas son: autocuidado, hogares de paso, servicio de desarrollo integral y diferencial, servicio de atención sociosanitaria, comunidades de vida, servicio de alta dependencia física, mental o cognitiva y centro de atención (Integración Social, 2024). También se encuentran los *Comedores comunitarios* ofertados por IDIPRON, que brindan sus servicios a personas en condiciones específicas de vulnerabilidad y otras estrategias como “*Jóvenes con oportunidades*”, “*Parceros por Bogotá*”, “*Ingreso mínimo garantizado*”, “*Colombia mayor*”, entre otros, lideradas por la Oficina de Integración Social.

Ambiente laboral

Este indicador representa un **29%** donde incluye ítems relacionados con el nivel de satisfacción con su ambiente físico laboral y las garantías mínimas laborales. Es importante mencionar que durante la revisión no se encontraron estrategias distritales dirigidas a la promoción de un mejor y adecuado ambiente laboral.

Participación de la comunidad

Muestra un porcentaje de **9%**, si bien es uno de los indicadores que cuenta con mayor cantidad de indicadores de medida con un total de 25, estos contemplan en su mayoría porcentajes que oscilan entre el 5 al 26%. Algunas de las temáticas abordadas en este indicador son el uso comunitario de los espacios públicos y la filiación e interés personal en la participación en los diferentes grupos y organizaciones.

Una estrategia liderada desde el Instituto Distrital de la Participación y Acción Comunal (IDPAC) es la “*Semana de la participación ciudadana*”, evento que promueve la misionalidad de las instituciones y abre espacios de diálogo (IDPAC, 2024). A su vez, el Equipo Territorial de la Secretaría trabaja de la mano con las *Instancias de Participación* en la implementación de un plan de iniciativas en los entornos priorizados para prevenir acciones delictivas o alteraciones a la convivencia, ferias de servicio, embellecimiento de espacios públicos, actividades lúdicas, pedagógicas deportivas y culturales para apropiación de espacios públicos, entre otras (SDSCJ, s.f.).

7.5 Dominio Social

Tabla 5

Descripción por cada indicador que integra el Dominio Social

Indicador	No.	Descripción
Equidad	1	El 20% tiene ingresos que cubren más de los gastos mínimos.

(39%)	2	El 39% se siente “bastante o muy satisfecho” con su situación económica.
	3	El 31% manifestó optimismo frente a la economía de Bogotá.
	4	El 62% no se considera pobre.
	5	El 88% manifiesta que el hombre y la mujer deberían contribuir al ingreso del hogar.
No discriminación y estigma (29%)	1	El 13% aseguró que los ciudadanos siempre respetan a las poblaciones vulnerables.
	2	El 8% aseguró que los ciudadanos siempre cumplen las normas de convivencia.
	3	El 89% de las mujeres afirman que las personas homosexuales tienen los mismos derechos que las personas heterosexuales.
	4	El 84% de los hombres afirman que las personas homosexuales tienen los mismos derechos que las personas heterosexuales.
	5	El 71% de las mujeres aprueban que se reconozcan los derechos a las parejas del mismo sexo.
	6	El 64% de los hombres aprueban que se reconozcan los derechos a las parejas del mismo sexo.
	7	El 31% de las mujeres están de acuerdo con que las parejas homosexuales adopten niños/as.
	8	El 30% de los hombres están de acuerdo con que las parejas homosexuales adopten niños/as.
	9	El 86% considera que ningún integrante de su familia ha sido discriminado por su nivel académico, estrato socioeconómico, condición de discapacidad, pertenencia étnica, pertenencia a comunidad LGTBI o pertenencia religiosa.
	10	El 30% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia las personas con discapacidad.
	11	El 29% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia los adultos mayores.
	12	El 28% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia los niños y niñas.
	13	El 20% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia las minorías étnicas, afrodescendientes, indígenas y ROM o gitanos.

	14	El 20% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia las mujeres.
	15	El 19% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia personas de diversa orientación sexual.
	16	El 18% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia los desplazados por la violencia.
	17	El 18% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia los reinsertados o desmovilizados.
	18	El 16% se comporta con respeto frente a las normas básicas de convivencia hacia la población migrante.
Participación Política (60%)	1	El 55% votó en las elecciones distritales del periodo 2019.
	2	El 52% votó en las elecciones territoriales en la ciudad de Bogotá del periodo de 2023.
	3	El 92% votó en las elecciones presidenciales del periodo 2022.
	4	El 79% considera que es muy importante vivir en un país democrático.
	5	El 3% es miembro activo de partidos políticos.
	6	El 64% cuando hay elecciones siempre vota.
Cuidado (21%)	1	El 89% de las mujeres participan en actividades de trabajo no remunerado.
	2	El 69% de los hombres participan en actividades de trabajo no remunerado.
	3	El 21% de las mujeres consideran que hacen más de lo que les corresponde en cuanto a tareas domésticas y de cuidado en el hogar.
	4	El 5% de los hombres consideran que hacen más de lo que les corresponde en cuanto a tareas domésticas y de cuidado en el hogar.
	5	El 8% de las mujeres son responsables en el cuidado de otros parientes enfermos o personas con discapacidad.
	6	El 2% de los hombres son responsables en el cuidado de otros parientes enfermos o personas con discapacidad.
	7	El 61% de cuidadores son hijos de las personas mayores que cuidan.

8	El 10% de cuidadores son cónyuges de las personas mayores que cuidan.
9	El 14% de cuidadores son nietos, padres o hermanos de las personas mayores que cuidan.
10	El 87% de cuidadores realizaron las actividades de cuidado todos los días.
11	El 63% de cuidadores se sienten satisfechos, reconocidos y valorados por su labor.
12	El 86% de cuidadores estaban muy interesados de recibir formación y capacitación sobre aspectos de salud, prácticas sobre el cuidado, aspectos afectivos y emocionales del cuidado y autocuidado.
13	El 20% de cuidadores se dedican al cuidado del hogar.
14	El 5% de cuidadores se dedican al cuidado de otros.

Nota. Elaboración grupal para el Observatorio de Salud Mental Positiva del ICSN a partir de la minería de datos realizada en la Web (2024-2).

7.5.1 Interpretación de los indicadores que integran el Dominio Social

Una vez presentados los datos recolectados en el Dominio Social, se refleja que de los cuatro indicadores que lo componen uno se encuentra en “nivel óptimo”, siendo Participación Política con un 69%, mientras que en “nivel aceptable” se presenta el indicador de Equidad con un 39%. En “nivel regular” se encuentran los indicadores de No discriminación y estigma con 29% y Cuidado con 21% (indicador agregado a partir de este informe; es de aclarar que se ha incorporado debido a su relevancia en los enfoques de género y equidad que la Alcaldía Distrital incorpora en las estrategias de desarrollo social con la ciudadanía).

Se evidencia un aumento de indicadores de medida en el Dominio Social siendo el indicador de Discriminación y estigma el más representativo con un total de 18, en general el poder abarcar un amplio espectro de datos permite que este análisis tenga un carácter más integrador, evidenciando diferentes perspectivas y enfoques que se indagan desde los instrumentos de medida implementados por el Distrito. A continuación, se describen con mayor detalle los indicadores que componen el Dominio Social y las estrategias que se han puesto en marcha desde las entidades distritales para promover su desarrollo.

Participación Política

Con un porcentaje de **60%**, se compone por información en torno a la participación en elecciones locales y nacionales, la importancia de la democracia, la pertenencia activa a grupos políticos.

Desde la Alcaldía Distrital el indicador de Participación Política no se vincula directamente a una o varias estrategias para su fortalecimiento a largo plazo. Por el contrario las iniciativas desarrolladas buscan específicamente incidir en la política o gestión pública de la ciudad, un ejemplo de ellos es la más reciente estrategia integral de participación ciudadana para la formulación del Plan de Desarrollo Distrital (PDD) que refleja el compromiso con la transparencia, inclusión y gobernanza participativa (SDP, 2024). Es necesario resaltar que en un proceso de política pública es importante elevar la discusión más allá de los intereses particulares o sectoriales, por lo que la participación de la ciudadanía, organizaciones, sectores y actores no debe centrarse solo en la etapa de agenda pública sino garantizarse durante todas las etapas del ciclo de política pública (Secretaría Distrital de Bogotá D.C., s.f.).

Equidad

Este indicador cuenta con un porcentaje de **39%** y está integrado por 5 indicadores de medida donde la mayoría de datos se encuentran en un rango del 30%, este se compone por temáticas dirigidas al nivel de satisfacción con la situación económica, así como también la autopercepción y distribución de la economía de acuerdo a el nivel de ingresos.

Es de resaltar que desde la Alcaldía de Bogotá D.C. se encuentra la iniciativa Bogotá 50/50 que tiene por objetivo promover la participación y representación social y política de las mujeres en diversos ámbitos, incluyendo el social, político y organizativo. Además busca que tanto el Estado como la sociedad, avancen hacia la implementación de una agenda pública inclusiva para las mujeres (Alcaldía de Bogotá, 2023). Otra iniciativa implementada desde el año 2020 es “La estrategia Territorial Integral Social” (ETIS) para la reducción de la pobreza a partir de una atención inmediata en materia alimentaria, salud, oportunidades de empleo o educación, prevención de las violencias domésticas y el cuidado del entorno y el ambiente (Alcaldía de Bogotá, 2020). Así mismo se cuenta con una Política Pública para la superación de la pobreza con el objetivo de erradicar la pobreza extrema y prevenir la caída o la permanencia en pobreza monetaria, por medio de mecanismos directos e indirectos que aumenten el ingreso disponible de los hogares, reduzcan las brechas de acceso a mercados,

eviten la transmisión intergeneracional de la pobreza, y garanticen la adaptabilidad y resiliencia ante los choques extremos (Secretaría Distrital de Planeación, 2023).

Es importante destacar que en materia de equidad de género el Distrito desarrolla diversas iniciativas como la Estrategia de Servicios Itinerantes del Sistema Distrital del Cuidado, la Estrategia Mujeres de la Secretaría de la Mujer (SDMujer) que genera alianzas con empresas privadas y organizaciones para direccionar a las participantes del proceso hacia oportunidades de generación de ingresos (Alcaldía de Bogotá, 2024), las Casa de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres - CIOM que son espacios de encuentro entre mujeres para el conocimiento de sus derechos y el desarrollo de procesos orientados al empoderamiento social y político, ofreciendo servicios como orientación y asesoría socio-jurídica, orientación psicosocial, actividades de empoderamiento y bienestar, centros de inclusión digital, entre otros (Secretaría Distrital de la Mujer, s.f.).

No discriminación y estigma

Muestra un **29%** y se encuentran porcentajes que oscilan del 13 al 30% en sus indicadores de medida. Es de resaltar que es uno de los indicadores cuyos datos se dividen por porcentaje de hombres y porcentaje de mujeres, alineados al enfoque diferencial. En esta información suministrada se compone por ítems dirigidos a el trato respetuoso, adherencia de derechos con enfoque diferencial, experiencias discriminatorias y finalmente cumplimiento con las normas básicas de convivencia en poblaciones como minorías étnicas, afrodescendientes, indígenas y ROM o gitanos; personas de diversa orientación sexual; desplazados por la violencia, reinsertados o desmovilizados, entre otros.

Cabe señalar que dentro de las alternativas implementadas por el distrito que pueden abordar dicho indicador se encuentran “La estrategia integral contra el racismo y la discriminación racial” desde el enfoque de la participación ciudadana y un proceso pedagógico para repensar expresiones racistas y discriminatorias que atentan contra los derechos de las comunidades étnicas (IDPAC, 2022). Otra estrategia es la implementación de la Política Pública de Mujeres y Equidad de Género destinada a reconocer, garantizar y restablecer los derechos de las mujeres en toda su diversidad (Secretaría Distrital de la Mujer, 2023) donde se incluyen la Estrategia prevenir, rechazar, atender y sancionar las violencias basadas en género en el proceso electoral y en las instancias de participación, juntas de acción comunal y organizaciones sociales (Alcaldía de Bogotá, 2023) y la Estrategia Mujeres, Bogotá trabaja para prevenir violencias y construir una cultura libre de sexismo que incluye acciones intersectoriales con las secretarías distritales de Gobierno, Movilidad, Integración

Social; Seguridad, Convivencia y Justicia; Desarrollo Económico, Hábitat, Cultura, Educación, entre otras entidades (Secretaría Distrital de la Mujer, 2024).

Cuidado

Se encuentra un **21%** y cuenta con una cantidad significativa de indicadores de medida donde algunos presentan porcentajes entre el 61 a 89%. Este indicador aborda temas relacionados a la participación de actividades de cuidado adicionales a las labores domésticas o laborales, así como también el parentesco de los cuidadores, la frecuencia de dicha actividad y el interés por la capacitación o formación en labores de cuidado. Durante el análisis de la información se encontró una interrelación importante en el rol de cuidador respecto a la mujer ya que sus porcentajes de participación en dicha labor son considerablemente más significativos respecto a los hombres.

Se reconoce el trabajo realizado desde la Alcaldía Distrital entorno al cuidado resaltando la estrategia reconocida internacionalmente por la ONU del “Sistema Distrital de Cuidado” cuyo objetivo es contribuir a la igualdad de oportunidades para las mujeres a través de la ampliación y cualificación de la oferta institucional de servicios del cuidado, con el fin de reducir su tiempo total de trabajo; redistribuir el trabajo de cuidado no remunerado y contar con mecanismos para su valoración y reconocimiento social (Alcaldía de Bogotá, 2020). De igual manera, pretende promover estrategias de cuidado dentro de las universidades para personas cuidadoras y personas que requieren cuidado, respetando siempre su autonomía universitaria (Alcaldía de Bogotá, 2024).

Así mismo se cuenta con la iniciativa “*Redes de cuidado comunitario*”, por medio de la cual se brinda atención interdisciplinar para promover el cuidado tanto de la persona mayor, como de su red de apoyo mediante espacios pedagógicos y de interacción territoriales (Alcaldía de Bogotá, s.f.) y finalmente la estrategia de “*Manzanas del cuidado*”, espacios físicos dispuestos para personas cuidadoras (quienes desempeñan trabajos de cuidado por más de 6 horas al día) y sus familias pueden encontrar diferentes servicios gratuitos de formación, respiro, generación de ingresos, cuidado y desarrollo de capacidades y transformación cultural. Se cuenta con presencia en las 23 Manzanas del Cuidado y los Buses del Cuidado de Bogotá, donde un equipo de gestoras territoriales que realizan difusión, orientación y registro de cuidadoras, cuidadores y su núcleo familiar a los diferentes programas de las rutas de empleo y de emprendimiento y formalización. Adicionalmente, se realizan talleres de emprendimiento, financiamiento, formalización y empleo (SDDE, s.f.).

8. Interpretación general de los datos obtenidos en la ciudad de Bogotá, D.C.

Luego de analizar la información obtenida a partir de los datos de los indicadores en cada dominio se obtienen los siguientes resultados: Índices Positivos de Salud Mental **54%**, Dominio Individual **52%**, Dominio Familiar **51%**, Dominio Comunitario **40%** y Dominio Social **34%**.

A partir de estos resultados se puede deducir que el alto porcentaje de **Índices Positivos De Salud Mental** se debe al aumento en la cantidad de datos suministrados en las encuestas, al igual se destaca que la mayoría de sus indicadores conservan un alto porcentaje (escala: óptimo y aceptable). Por otro lado, los resultados del **Dominio Individual** dan cuenta de la dedicación de las personas por trabajar de manera intrapersonal resaltando indicadores como resiliencia y no uso de sustancias, mientras que en el **Dominio Familiar** predomina el apoyo al otro destacando las relaciones familiares y cómo éstas son de gran importancia para crear entornos seguros para los niños y niñas. Si bien en las encuestas los ciudadanos afirman participar de diferentes espacios dispuestos para fortalecer la cohesión comunitaria, pueden preferir acciones o herramientas que conlleven un beneficio propio directamente, muestra de ello son los resultados del **Dominio Comunitario y Social** los cuales aunque cuenten con una cantidad considerable de indicadores de medida, sus porcentajes muestran resultados que en su mayoría se posicionan en “nivel regular y aceptable” de la escala. Por lo que se puede inferir que las personas tienden a preocuparse más por las acciones que conlleven un bienestar individual que uno colectivo y no visible de manera inmediata.

Durante el análisis se hizo una exploración que da cuenta de los diferentes espacios, estrategias, iniciativas y herramientas que la Alcaldía de Bogotá D.C. dispone para los ciudadanos de acuerdo a cada indicador, donde una característica es que en el **Dominio Familiar y Comunitario** se encontraron espacios que apuntan a cada indicador de manera integral, por lo que se permite inferir que las estrategias están, sin embargo, los ciudadanos no hacen uso de ellas. Esto se puede explicar a través de diferentes hipótesis que van desde la falta de tiempo que disponen debido a que priorizan los deberes personales e institucionales y dejan los espacios sociales como un *plus* por intereses particulares, ya que las personas evitan involucrarse en espacios que no les conlleva un beneficio propio o que no da respuesta a una solicitud de la comunidad o una problemática directamente visible.

9. Conclusiones

- Desde los **Índices Positivos de Salud Mental** se concluye que un indicador que jugó un papel importante fue el de Bienestar Psicológico por su amplia cobertura en cuanto a datos y porcentajes.
- El indicador de Satisfacción de Vida y los otros indicadores que pertenecen a los **Índices Positivos de Salud Mental** permitieron que su análisis general obtuviera el porcentaje total más significativo.
- En el **Dominio Individual** se concluye que indicadores como “No Violencia” o “No Uso de Sustancias” muestran porcentajes óptimos que superan el 60%. Sin embargo, no hay manera de desconocer que los casos de violencia durante el 2024 han incrementado, por lo cual, es necesario que desde el Observatorio se realicen proyectos de prevención que generen impacto en la sociedad y garanticen las condiciones mínimas para una vida digna libre de violencias.
- Al analizar el **Dominio Familiar**, se concluye que las familias en Bogotá conservan costumbres que fortalecen los vínculos como dialogar, pasar tiempo de calidad y brindar la atención suficiente a sus hijo/as. Sin embargo, se evidencia que la situación económica no es suficiente para brindar una buena calidad de vida a las personas, por lo que es necesario que desde el Observatorio se realicen actividades que permitan entender el trasfondo de esa situación para así crear proyectos que generen cambios positivos.
- Luego de analizar el **Dominio Comunitario** se puede concluir que si bien sólo el indicador de Entorno Construido en el Barrio, se encuentra en “nivel óptimo” es uno de los dominios que cuenta con mayor cantidad de indicadores de medida, De esto se puede inferir que los instrumentos de medida implementados en Bogotá tienen un enfoque comunitario significativo respecto a temáticas dirigidas a la cohesión, trabajo comunitario, cuidado del medio ambiente, sentido de pertenencia, medios de participación, garantía de derechos, y servicios.
- En el **Dominio Social** se puede concluir que el indicador de “nivel óptimo” es el de Participación Política con porcentajes más significativos en épocas electorales. Por el contrario los otros indicadores, aunque se encuentran en “nivel aceptable y regular” cuentan con mayor información permitiendo observar una cobertura más amplia del fenómeno.
- En el **Dominio Social** se observa un enfoque de género que brinda una información más precisa en el monitoreo.

10. Recomendaciones

- En los *Índices Positivos de Salud Mental* es recomendable prestar atención al Bienestar Social debido a que durante la revisión documental no se encontró mayor dato que pudiera dar cuenta de la sensación de bienestar y sentido de pertenencia a su comunidad en Bogotá.
- En el indicador de Felicidad los datos encontrados son pocos por lo que se sugiere utilizar escalas avaladas en Colombia, dirigidas a evaluar la calidad de vida u otros que den cuenta de aspectos alternos, que incluyan el nivel de felicidad expresados por los ciudadanos.
- En el *Dominio Individual* se sugiere implementar estrategias que apunten de manera directa a temas como Afrontamiento, Resiliencia y Espiritualidad con el objetivo de generar impacto en el bienestar de las personas y promover la salud mental positiva debido a que al realiza el rastreo documental por la Web, no fue posible encontrar información al respecto.
- En el *Dominio Familiar* es preciso recomendar a la Alcaldía de Bogotá y entidades relacionadas al tema, la actualización de la encuesta de Caracterización de Familia (ENCAF) y la encuesta Termómetro de la Familia debido a que son insumos fundamentales para conocer la situación en la que se encuentran las familias en Bogotá, con el objetivo de trabajar sobre esos datos y generar conocimiento que contribuya al bienestar de la población.
- En el *Dominio Comunitario* se sugiere evaluar la eficacia de las múltiples estrategias desarrolladas por el Distrito fundamentalmente las enfocadas a la participación comunitaria, apoyo social y ambiente social de barrio, ya que si bien se encuentra una amplia oferta de iniciativas, no están proporcionando unos resultados adecuados.
- Se recomienda contemplar la oportunidad de diseñar una estrategia enfocada a la promoción de un ambiente laboral sano y estable dirigido a todos los gremios sin distinción de entidades públicas o privadas.
- En el *Dominio Social* se sugiere reestructurar las estrategias dirigidas a abordar la discriminación y estigma, así como dar más protagonismo a otros tipos de población étnica y cultural.
- Se recomienda revisar la forma en que se evalúa la equidad en los instrumentos de manera que permitan abordarla no solo desde su aspecto económico, sino contemplar su enfoque que integre lo cultural, social, político y otros.

11. Referencias Bibliográficas

- Alcaldía de Bogotá. (2024). ABC: esto debes saber del modelo de atención primera infancia De la Mano Contigo. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/administracion-distrital/bogota-modelo-de-atencion-primera-infancia-de-la-mano-contigo-2024>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Bogotá avanza en eliminar barreras de acceso a la salud con el Modelo MÁS Bienestar*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/salud-en-bogota-mas-bienestar-avanza-en-eliminar-barreras-de-acceso>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Bogotá, mi Ciudad se compromete con la creación de espacios públicos seguros*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/gobierno/bogota-se-compromete-con-la-creacion-de-espacios-publicos-seguros#:~:text=El%20enfoco%20de%20Bogot%C3%A1%20en,y%20el%20cuidado%20del%20entorno>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Bogotá trabaja para prevenir violencias y construir una cultura libre de sexismo*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/seguridad/mujeres-en-bogota-prevencion-de-violencias-basadas-en-genero>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Distrito en acción para erradicar el castigo físico y promover la crianza amorosa*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/distrito-lanza-estrategia-para-promover-la-crianza-amorosa-en-bogota>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Distrito realiza jornada de prevención de consumo de sustancias psicoactivas*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/prevencion-de-consumo-de-drogas-en-bogota-distrito-lidera-jornada>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *En Bogotá, mi Ciudad, mi Casa se promueve la paz desde los barrios ¡Descúbrelo!*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/barrios-en-bogota-con-cultural-de-paz>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Estas son las 13 unidades operativas para atender a población habitante de calle*. Obtenido de <https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/noticias/98-noticias-aduldez/6180-estas-son-las-13-unidades-operativas-que-tiene-el-distrito-para-atender-a-la-poblacion-habitante-de-calle>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Bogotá lanza la estrategia 'Revitaliza tu Barrio' para renovar espacios públicos*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/habitat/lanza-estrategia-revitaliza-tu-barrio-para-renovar-el-espacio-publico#:~:text=La%20estrategia%20se%20propone%20generar,y%20adaptaci%C3%B3n%20al%20cambio%20clim%C3%A1tico>
- Alcaldía de Bogotá. (2024). *Fortalecimiento de capacidades, igualdad y más oportunidades a mujeres en Bogotá*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/mujeres-en-bogota-fortalecimiento-de-capacidades-y-oportunidades#:~:text=Mujeres%20en%20Bogot%C3%A1%3F->

[.Mujeres%20residentes%20en%20Bogotá%20pueden%20acercarse%20a%20las%20Manzanas%20del,.sdmujer.gov.co.](#)

Alcaldía de Bogotá. (2024). *Plan de Desarrollo: Equidad, fortalecimiento del cuidado y mujeres en Bogotá*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/aprobado-plan-de-desarrollo-bogota-camina-segura-apuestas-en-mujeres>

Alcaldía de Bogotá. (2024). *Con 25 iniciativas, Suba se suma a las 1.000 Acciones por Bogotá en un Día*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/gobierno/1000-acciones-por-bogota-en-un-dia-suba-se-suma-iniciativa#:~:text=j%C3%B3venes%20de%20Bogotá%20A1-Durante%20esta%20jornada%20diferentes%20puntos%20de%20las%2020%20localidades%20de,y%20en%20un%20solo%20d%C3%ADa>

Alcaldía de Bogotá. (2024). *Bogotá lanzó estrategia para la seguridad y salud mental enfocada en movilidad*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/movilidad/bogota-estrategia-integral-para-la-seguridad-y-salud-mental#:~:text=Bogotá%20lanzó%20estrategia%20para%20la%20seguridad%20y%20salud%20mental%20enfocada%20en%20movilidad,-9%C2%B7ABR%C2%B72024&text=El%20distrito%20ha%20abordado%20a,salud%20mental%20y%20la%20seguridad>

Alcaldía de Bogotá. (2024). *Nuevo espacio cultural en Bogotá: pronto llega el Centro Felicidad Chapinero*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/cultura-recreacion-y-deporte/centro-felicidad-chapinero-nuevo-espacio-cultural-para-bogota#:~:text=El%20Centro%20Felicidad%20Chapinero%20ser%C3%A1,se%20beneficien%20de%20sus%20instalaciones>

Alcaldía de Bogotá. (2024). *Las cinco claves del Distrito para mejorar la calidad de vida en Bogotá, mi Casa*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/integracion-social/las-cinco-apuestas-que-garantizaran-la-calidad-de-vida-en-bogota>

Alcaldía de Bogotá. (2023). *Bogotá 50/50: la ruta que promueve la igualdad de género y la participación*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/como-se-promueve-la-igualdad-de-genero-y-participacion-en-bogota#:~:text=Paridad%20es%20democracia,participaci%C3%B3n%20paritaria%20con%20el%2050%25>

Alcaldía de Bogotá. (2023). *Bogotá lanza estrategia para prevenir violencias contra mujeres en elecciones*. Obtenido de <https://www.sdmujer.gov.co/comunicado-prensa/bogota-lanza-estrategia-para-prevenir-y-atender-la-violencia-politica-contras-las-mujeres#:~:text=Esta%20estrategia%20tiene%20como%20objetivos,contra%20las%20mujeres%20en%20pol%C3%ADtica>

Alcaldía de Bogotá. (2023). *Política pública para la superación de la pobreza en Bogotá, 2023-2038*. Obtenido de

https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/doc_conpes_dc_28_pp_pobreza_con_ane_xos.pdf

Alcaldía de Bogotá. (2022). *Bogotá implementa alianza que vela por la salud mental y el acceso a la justicia*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/creacion-de-la-red-de-canales-de-atencion-psicosocial-en-bogota>

Alcaldía de Bogotá. (2022). *¿Cuál es tu idea para reducir el racismo y la discriminación racial en Bogotá?*. Obtenido de <https://historico.participacionbogota.gov.co/cual-es-tu-idea-para-reducir-el-racismo-y-la-discriminacion-racial-en-bogota>

Alcaldía de Bogotá. (2022). *¿Qué son los ecobarrios? Apuesta del Distrito para reverdecer a Bogotá*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/habitat/que-son-los-ecobarrios-de-bogota-y-como-ayudan-al-medioambiente#:~:text=Apuesta%20del%20Distrito%20para%20reverdecer%20a%20Bogot%C3%A1,-17%C2%B7ENE%C2%B72022&text=Los%20ecobarrios%20mitigan%20el%20impacto,el%20sustento%20de%20sus%20familias>

Alcaldía de Bogotá. (2020). *¿En qué consiste la Estrategia Territorial Integral Social (ETIS)?*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/integracion-social/en-que-consiste-la-estrategia-territorial-integral-social>

Alcaldía de Bogotá. (2020). *Sistema distrital de cuidado, logro histórico para mujeres en Plan de Desarrollo*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/mujer/el-sistema-distrital-de-cuidado-un-logro-historico-para-las-mujeres#:~:text=El%20objetivo%20del%20Sistema%20Distrital,remunerado%20con%20los%20hombres%3B%20y>

Alcaldía de Bogotá. (s.f.). *Familiando por los derechos. Portafolio de trámites y servicios dirigido a las familias de Bogotá*. Obtenido de https://www.integracionsocial.gov.co/images/docs/2022/politicas_publicas/Portafolio_Familias.pdf

Alcaldía de Bogotá. (s.f.). *Oportunidades, apoyos, estímulos y empleos de la Alcaldía de Bogotá*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/servicios/oportunidades-y-apoyos>

Alcaldía de Bogotá. (s.f.). *Redes de cuidado comunitario*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/servicios/guia-de-tramites-y-servicios/redes-de-cuidado-comunitario>

Castiblanco, C. (2021). *¿Necesitas orientación sobre cuidado de tu salud mental? Llama a estas líneas*. Obtenido de <https://bogota.gov.co/mi-ciudad/salud/lineas-de-atencion-para-personas-que-sufren-de-ansiedad-y-depresion#:~:text=%E2%98%8E%EF%B8%8F%20L%C3%ADnea%20123&text=Recuerda%20que%20tambi%C3%A9n%20puedes%20consultar,cuidado%20de%20la%20salud%20mental>

- Departamento Nacional de Planeación. (2020). *Observatorio de Familia*. Obtenido de <https://observatoriodefamilia.dnp.gov.co/Sistema-de-monitoreo/Programas-sociales/Paginas/Programas-sociales.aspx>
- Gobierno de Canadá. (2016). *Monitoring positive mental health and its determinants in Canada: the development of the Positive Mental Health Surveillance Indicator Framework*. Health promotion and chronic disease prevention in Canada: research, policy and practice, 36 (1), 1.
- Holt-Lunstad, J. Robles, T. Sbarra, D. (2017). *Advancing Social Connection as a Public Health Priority in the United States*. Sep;72(6):517–530.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2024). *Manual operativo. Somos familia, somos comunidad*. Obtenido de https://www.icbf.gov.co/system/files/procesos/mo31.pp_manual_operativo_somos_familia_somos_comunidad_v1.pdf
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2021). *Conversemos en familia sobre la prevención del consumo de sustancias psicoactivas*. Obtenido de <https://www.icbf.gov.co/mis-manos-te-ensenan/conversemos-en-familia-sobre-la-prevencion-del-consumo-de-sustancias>
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (s.f.) *Consumo de Sustancias Psicoactivas - SPA*. Obtenido de <https://www.icbf.gov.co/programas-y-estrategias/proteccion/programas-especializados-y-otras-estrategias/consumo-de>
- Instituto Distrital de Recreación y Deporte. (s.f.). *Deporte para la Paz “La nueva cara del Deporte Social Comunitario”*. Obtenido de <https://www.idrd.gov.co/recreacion/deporte-para-la-paz>
- Instituto Distrital de la Participación y Acción Comunal. (2024). *Semana de la Participación Ciudadana de Bogotá*. Obtenido de <https://www.participacionbogota.gov.co/noticias/semana-de-la-participacion-ciudadana-de-bogota#:~:text=Del%2021%20al%2026%20de,cultura%20participativa%20de%20la%20ciudad>
- Macy, J. & Brown, M. (1998). *Nuestra vida como gaia*.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). *Encuesta Nacional de Salud Mental Colombia 2015*.
- Ministerio de Salud y Protección social. (2013). Ley 1616 de Salud Mental.
- Ministerio de Salud. (2021). *Minsalud, comprometido con la salud mental de los colombianos*. Boletín de Prensa No 1033.

- Organización Mundial de la Salud. (2023). *Estrés*. Obtenido de https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/stress?gad_source=1
- Observatorio Ambiental de Bogotá. (s.f.). *Proceda – Procesos Comunitarios de Educación Ambiental*. Obtenido de <https://oab.ambientebogota.gov.co/proceda-proyectos-ciudadanos/#:~:text=Los%20procesos%20comunitarios%20de%20educaci%C3%B3n,la%20voluntad%20de%20las%20comunidades>
- Rodríguez Troyano, J. (2023). *El nuevo determinante social de la salud*. Alpocrates.
- Seppala, E. (TEDx Talks) (2014). *The Power & Science of Social Connection*.
- Secretaria Distrital de Salud. (2023). *Política Distrital de Salud Mental, Bogotá, D.C. 2023-2032*. Obtenido de https://www.sdp.gov.co/sites/default/files/decretos-conpes/doc_conpes_34_dc_pp_smental.pdf
- Secretaria Distrital de Gobierno. (2024). *Bienestar y Seguridad: La Visión Integral de Entornos Escolares Inspiradores en Bogotá*. Obtenido de <https://www.gobiernobogota.gov.co/noticias/bienestar-seguridad-vision-integral>
- Secretaria Distrital de Gobierno. (2023). *La estrategia ‘Gobierno en tu barrio’ llegó a Chapinero para escuchar las necesidades de la comunidad*. Obtenido de <https://www.gobiernobogota.gov.co/noticias/estrategia-gobierno-tu-barrio-llego>
- Secretaria Distrital de Gobierno. (s.f.). *Proceso de participación*. Obtenido de <https://historico.gobiernobogota.gov.co/content/proceso-participacion>
- Secretaria Distrital de Integración Social. (2024). *Centros de Desarrollo Comunitario - CDC*. Obtenido de <https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/entidad/informacion-institucional/centros-de-desarrollo-comunitario>
- Secretaria Distrital de la Mujer. (2024). *Estrategia Mujeres, Bogotá trabaja para prevenir violencias y construir una cultura libre de sexismo*. Obtenido de <https://sdmujer.gov.co/comunicado-prensa/estrategia-mujeres-bogota-trabaja-para-prevenir-violencias-y-construir-una-cultura-libre-de-sexismo#:~:text=La%20Estrategia%20Mujeres%20le%20apuesta,g%C3%A9nero%20en%20colegios%20del%20distrito>.
- Secretaria Distrital de la Mujer. (2023). *Bogotá avanza hacia la igualdad, la no discriminación y el fin de las violencias de género*. Obtenido de <https://www.sdmujer.gov.co/noticia/bogota-avanza-hacia-la-igualdad-y-la-no-discriminacion>
- Secretaria Distrital de la Mujer. (s.f.). *Casa de Igualdad de Oportunidades para las Mujeres - CIOM*. Obtenido de <https://www.sdmujer.gov.co/ciom>

- Secretaria Distrital de Seguridad, Convivencia y Justicia. (s.f.). *Participación Ciudadana Bogotá Cuenta Contigo*. Obtenido de <https://scj.gov.co/es/seguridad-y-convivencia/participaci%C3%B3n-ciudadana>
- Secretaria Distrital de Cultura, Recreación y Deporte (SCDR). (2024). *Bogotá potencia su diversidad desde los barrios para ser ventana cultural*. Obtenido de <https://culturarecreacionydeporte.gov.co/es/principal/noticias/bogota-potencia-su-diversidad-desde-los-barrios#:~:text=Bogot%C3%A1%20potencia%20su%20diversidad%20desde%20los%20barrios%20para%20ser%20ventana%20cultural&text=Con%20la%20aprobaci%C3%B3n%20del%20Plan,la%20transformaci%C3%B3n%20de%20la%20ciudad>
- Secretaria Distrital de Planeación. (2024). *Estrategia de participación para el Plan de Desarrollo Distrital en Bogotá*. Obtenido de <https://www.sdp.gov.co/noticias/estrategia-de-participacion-plan-de-desarrollo-distrital-bogota>
- Secretaria Distrital de Planeación. (2023). *La Administración Distrital le cumplió a los hogares más pobres y vulnerables de Bogotá*. Obtenido de <https://www.sdp.gov.co/noticias/la-administracion-distrital-le-cumplio-a-los-hogares-mas-pobres-y-vulnerables-de-bogota#:~:text=Entre%20los%20principales%20resultados%20alcanzados,beneficiarios%20con%20Ingreso%20M%C3%ADnimo%20Garantizado>
- Secretaria Distrital de Desarrollo Económico. (s.f.). *Estrategia territorial Manzanas del Cuidado*. Obtenido de <https://desarrolloeconomico.gov.co/estrategia-territorial-manzanas-del-cuidado/>
- Varin, M., Palladino, E., Lary, T., & Baker, M. (2020). *At-a-glance-An update on positive mental health among adults in Canada*. Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada: Research, Policy and Practice, 40(3), 86.