



Otra Mirada al Modelo de Recuperación

Jornada Anual de la Unidad Docente de Salud Mental

23 de Abril 2025

EVALUACIÓN DE UNA INTERVENCIÓN DE ENFERMERÍA DE SALUD MENTAL PARA LA

PROMOCIÓN DEL BIENESTAR EMOCIONAL EN ADOLESCENTES

Alejandro Bellón Parrado y Tania Berdullas Rey

EIR Salud Mental Área III - Avilés



INTRODUCCIÓN

📌 La adolescencia es un periodo clave en el desarrollo emocional y psicológico.

⚠️ Sin estrategias adecuadas para gestionar emociones y afrontar el estrés, aumenta el riesgo de problemas de salud mental.

🎯 Ante la creciente preocupación: Diseñar una intervención educativa para mejorar estos aspectos.



OBJETIVOS

- ✓ Evaluar la **efectividad** de un taller de enfermería en salud mental.
- ✓ Mejorar la **regulación emocional** y el **afrontamiento del estrés**.
- ✓ Analizar la **satisfacción y utilidad** del taller.
- ✓ Estudiar diferencias según **sexo, instituto y otras variables sociodemográficas**.



METODOLOGÍA

- 📍 **366 estudiantes** de 1º de Bachillerato
- 📍 **6 institutos públicos** de Avilés y Castrillón (Asturias)
- 📍 Diseño **cuasi-experimental**
- 📍 Cuestionarios **pre y postintervención**
- 📍 Análisis de datos con **IBM SPSS Statistics**



RESULTADOS

📊📖 **Aumento significativo de conocimientos** tras la intervención.

📊🎯 **Mayor mejora** en quienes tenían menor percepción inicial de sus habilidades.

📊🌟 **+90% recomendaría el taller.**

📊🤝 **Se identificaron diferencias en bienestar emocional** según sexo e instituto antes de la intervención, pero tras el taller se observó una **tendencia homogeneizadora**.



CONCLUSIONES

✅ El taller mejora la **regulación emocional y el afrontamiento del estrés** en adolescentes.

✅ **Alta aceptación** por parte de los participantes.

✅ La educación emocional debería formar parte del **currículo escolar** como estrategia clave para la salud mental juvenil.

BIBLIOGRAFÍA

