



Universidad Luterana Salvadoreña

Asignatura: Informática

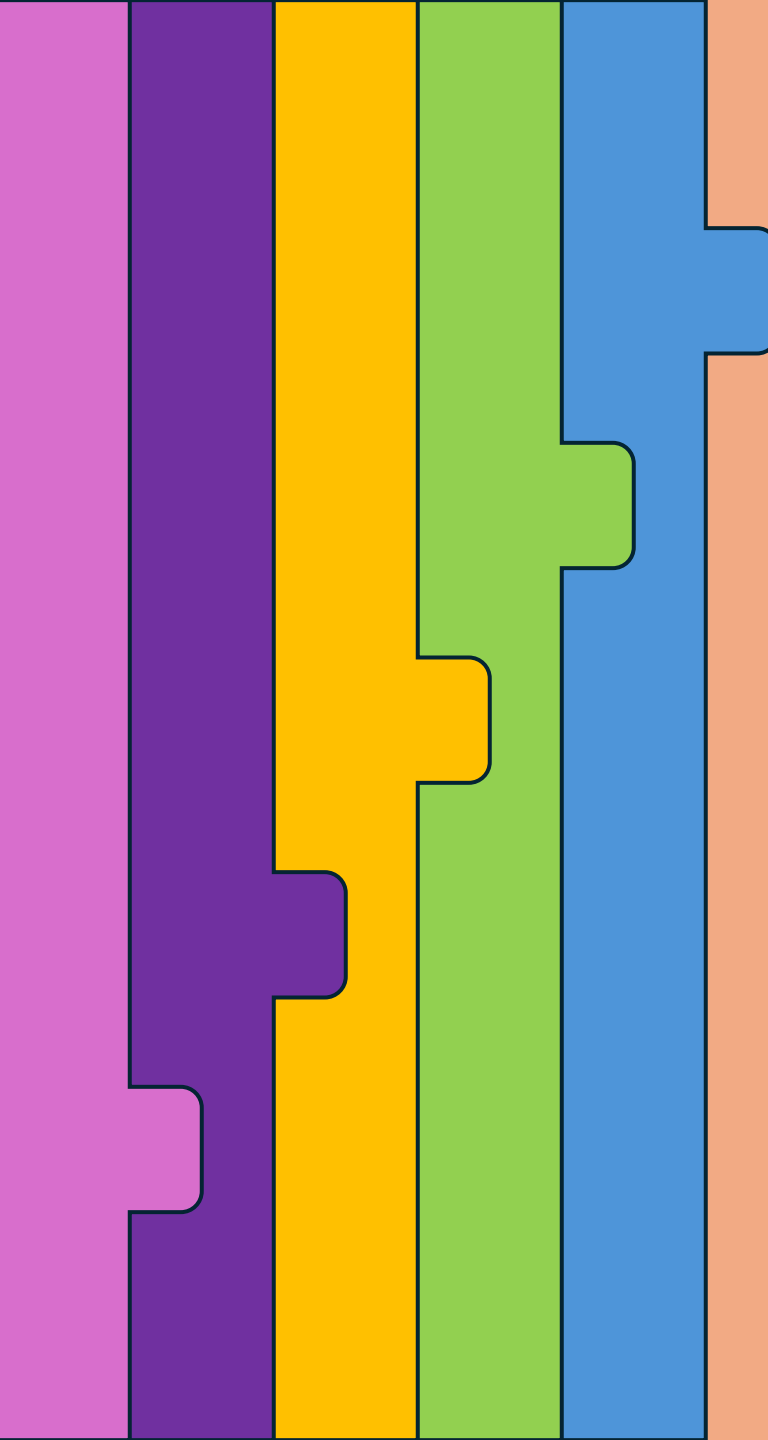
Licenciado: Pedro Noble

Integrantes:

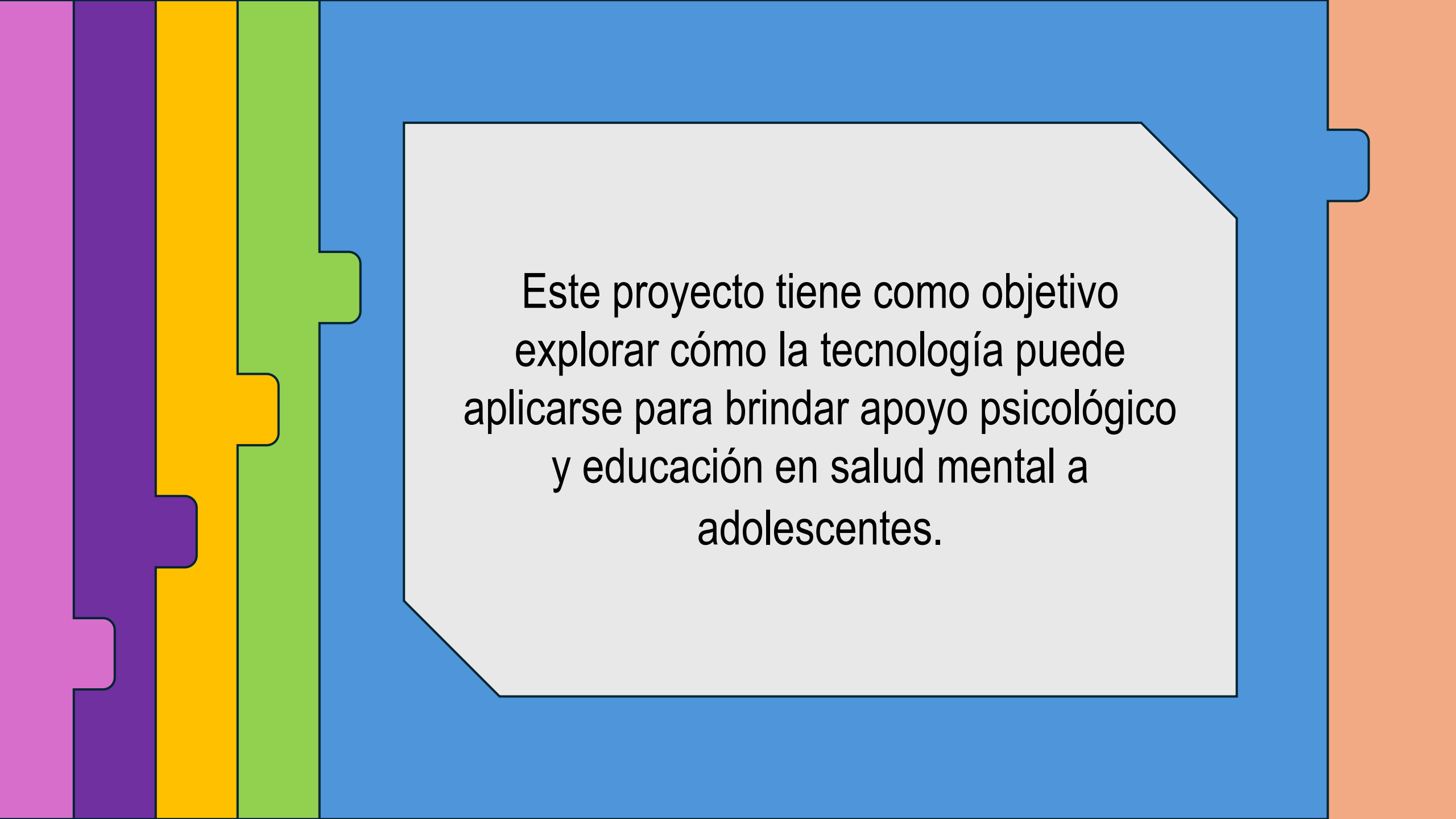
Claudia Patricia Monterroza Zelaya

Zenaida Maricela Reyes de Gonzalez

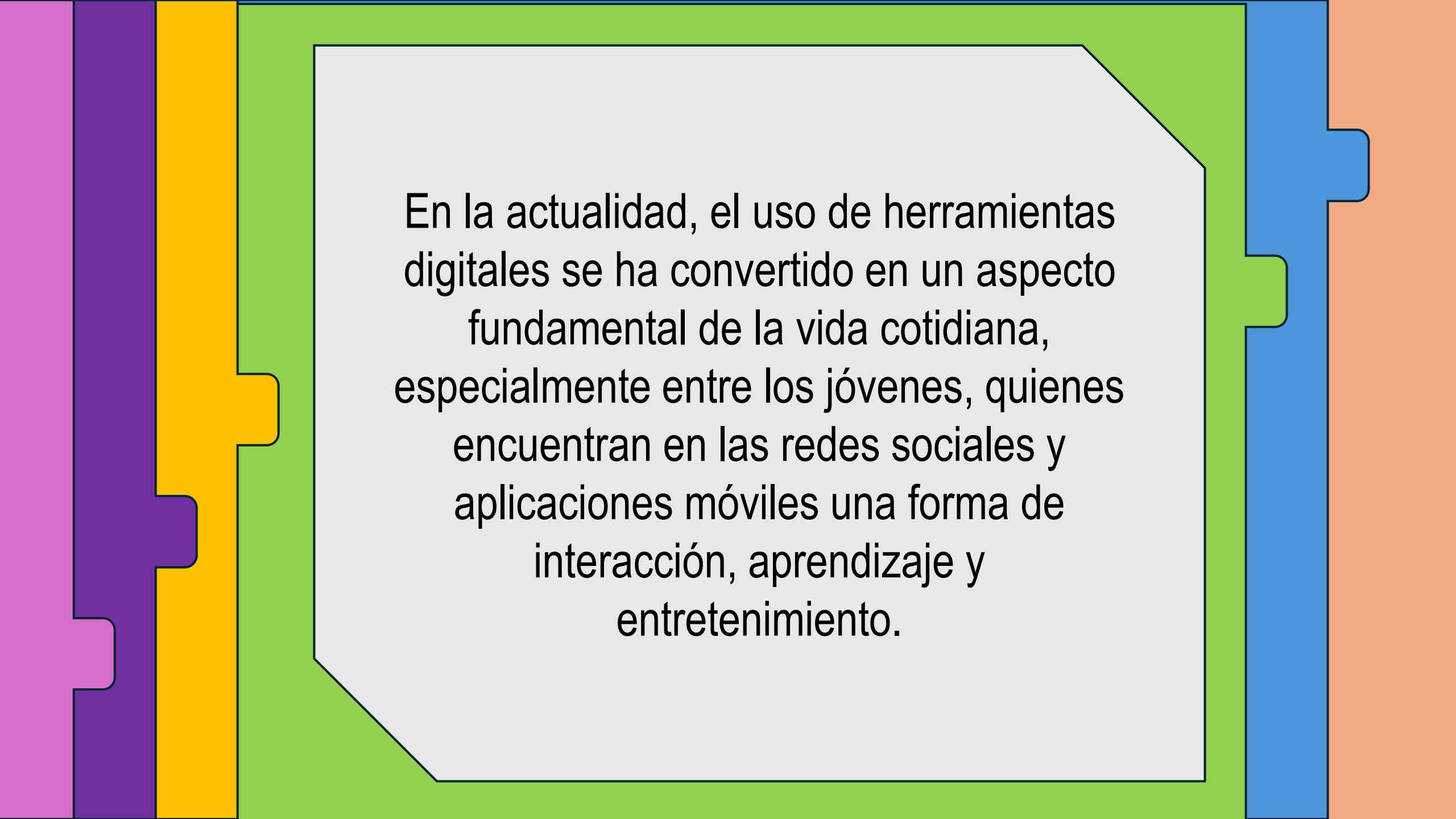
Ciclo: 02-2024



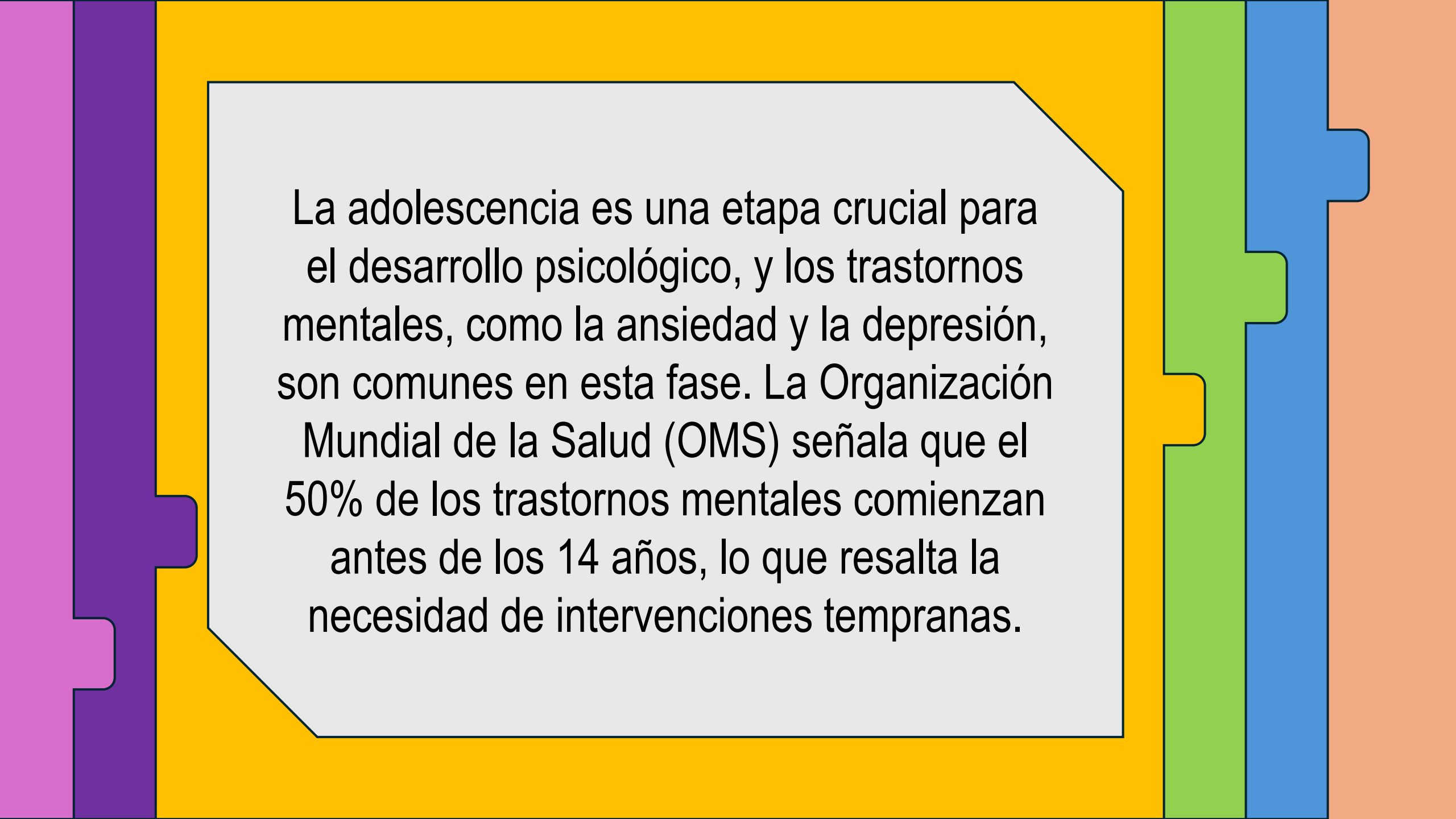
TEMA: Apoyo digital a la salud
mental en los jóvenes.



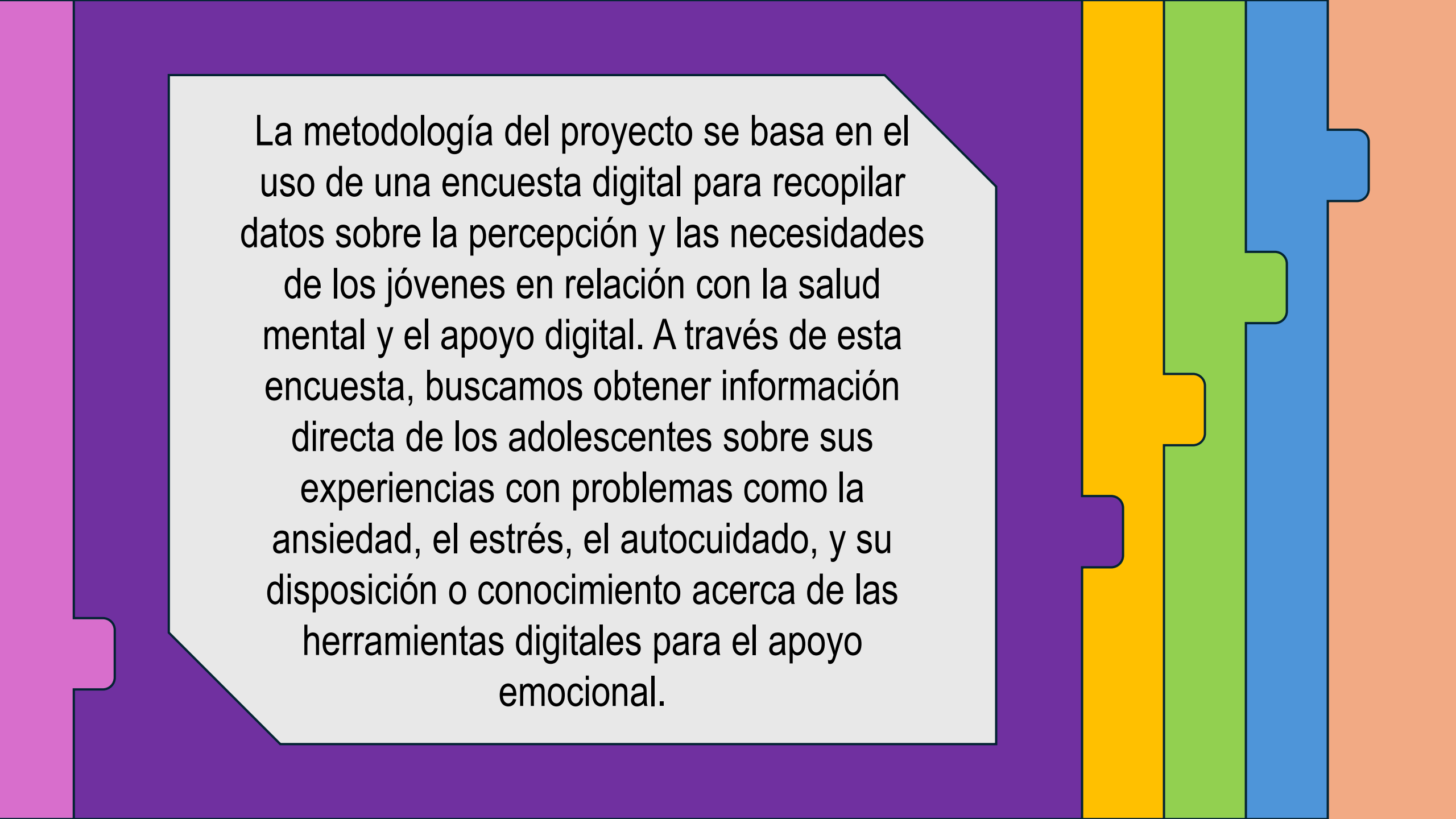
Este proyecto tiene como objetivo explorar cómo la tecnología puede aplicarse para brindar apoyo psicológico y educación en salud mental a adolescentes.



En la actualidad, el uso de herramientas digitales se ha convertido en un aspecto fundamental de la vida cotidiana, especialmente entre los jóvenes, quienes encuentran en las redes sociales y aplicaciones móviles una forma de interacción, aprendizaje y entretenimiento.



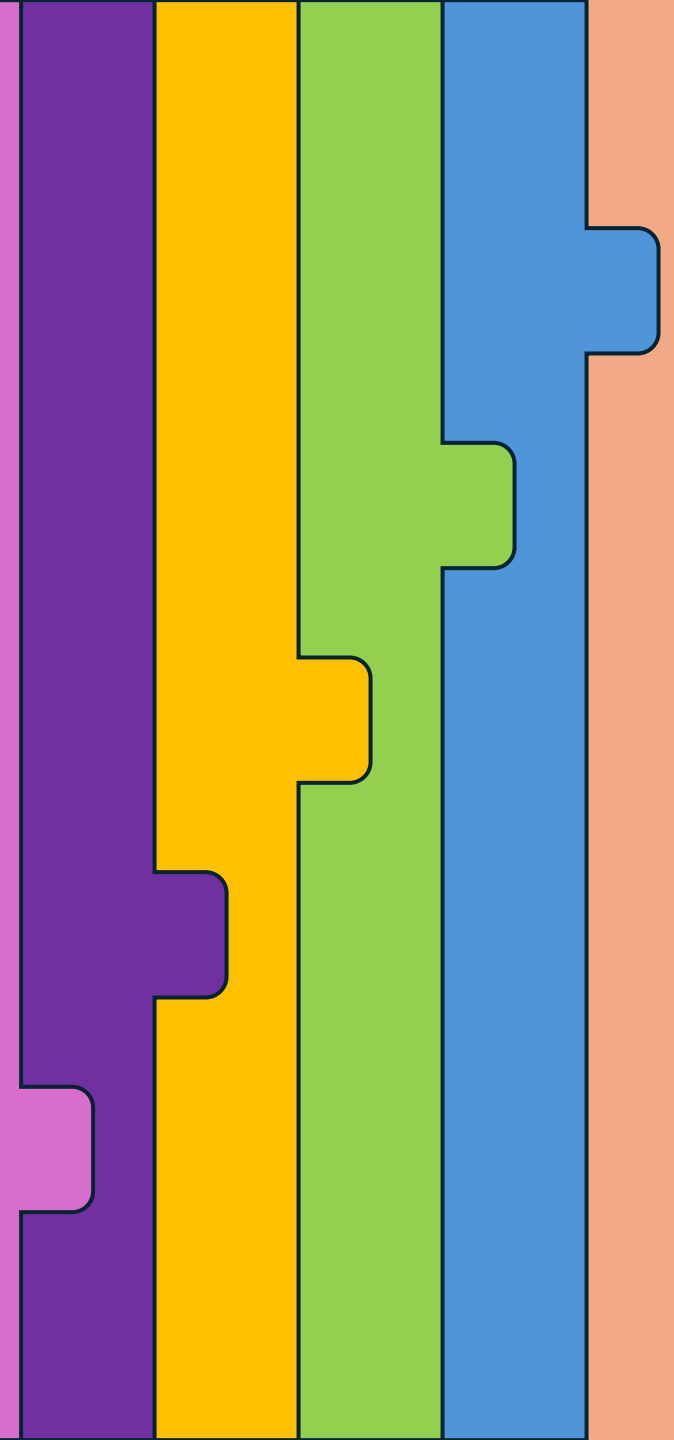
La adolescencia es una etapa crucial para el desarrollo psicológico, y los trastornos mentales, como la ansiedad y la depresión, son comunes en esta fase. La Organización Mundial de la Salud (OMS) señala que el 50% de los trastornos mentales comienzan antes de los 14 años, lo que resalta la necesidad de intervenciones tempranas.



La metodología del proyecto se basa en el uso de una encuesta digital para recopilar datos sobre la percepción y las necesidades de los jóvenes en relación con la salud mental y el apoyo digital. A través de esta encuesta, buscamos obtener información directa de los adolescentes sobre sus experiencias con problemas como la ansiedad, el estrés, el autocuidado, y su disposición o conocimiento acerca de las herramientas digitales para el apoyo emocional.

Descripción del proceso de desarrollo del proyecto:

- Identificación del objetivo y diseño de la encuesta: Se estableció el objetivo de conocer las opiniones de los jóvenes sobre su salud mental y su relación con el apoyo digital.
- Recopilación de datos: Para obtener los datos, se distribuyó el formulario entre los adolescentes mediante enlaces digitales.
- Análisis de datos: Una vez recopilados los datos, se realizará un análisis para identificar patrones comunes sobre las preocupaciones de los jóvenes respecto a su salud mental y el uso de herramientas digitales para recibir apoyo.



Conclusiones:

Este proyecto permitió explorar la relación entre la salud mental de los jóvenes y el uso de herramientas digitales como apoyo emocional. A través de la encuesta realizada, se identificaron patrones significativos en las experiencias de estrés, ansiedad y prácticas de autocuidado de los adolescentes, así como en su disposición hacia las tecnologías digitales como un recurso para mejorar su bienestar.

Anexos

Enlace de la encuesta:

<https://forms.gle/ijJGHdkjcUVApfen7>