

CUADERNO DE ALFABETIZACIÓN EN SALUD MENTAL

Desde tu Cuento



SESIÓN 7 UN IMPULSO QUE SE ESCAPA



CUADERNO DE ALFABETIZACIÓN EN SALUD MENTAL

Desde tu Cuento

SESIÓN 7
UN IMPULSO QUE SE ESCAPA



SESIÓN 7

UN IMPULSO QUE SE ESCAPA

La sociedad actual ofrece mayor libertad, oportunidades, igualdades y acceso al conocimiento que antes. Pero junto con estos avances, también han aparecido problemas propios de estos tiempos, como la necesidad de obtener una recompensa rápida, la poca tolerancia al malestar y un acentuado individualismo.

- ¿Estás de acuerdo con este análisis?, ¿lo ves en tu entorno?
- ¿Crees que los problemas que aquí se mencionan afectan el desarrollo emocional de niños, niñas y adolescentes?

El cuento que leerás está escrito íntegramente en diálogo, es decir, los personajes intervienen directamente, sin la voz de un narrador que informe quién está hablando. Fíjate muy bien lo que dicen y, a partir de ello, infiere quiénes son, dónde están y qué está pasando.

Recuerda que cada guion (—) corresponde al turno de habla de un personaje.

Victoria

Camila Valenzuela



—Victoria, ábreme la puerta.

—¡No!

—Yo no voy a ordenar la cocina.

—¡Y yo tampoco!

—La mamá está a punto de llegar de la pega, ¿cómo creís que se va a poner cuando encuentre todo sucio?

—¡Déjame sola!

—Oye, ¿tú te dai cuenta de cómo te ponís?

—¡Te dije que no lo hicieras!

—Pero si solo lo probé, Victoria, qué onda.

—¡Le metiste el dedo a la masa cruda!

—Que le ponís color. Si hubiera sabido que harías este escándalo ni entro a la cocina.

—¡Pero lo hiciste y la cagaste!

—¿Yo? Si fuiste tú la que botó la comida, me pegó y después se vino a encerrar.

—¡No te pegué!

—Ya, ¿y la mansa patada?

—¡Déjame sola!

—Anda a ordenar primero.

—¡Hazlo voh!

—Ya po, Victoria, córtala.

—¡Déjame tranquila!

—¿Escuchas las llaves en la puerta de entrada? Es la mamá.

—¡Ándateeee weonaaaa!

—Hola, Javiera. ¿Qué le pasa a tu hermana?

—Qué va a ser, lo mismo de siempre.

—A ver, déjame a mí. Victo, soy yo, ¿me abres la puerta?...

¿Victoria?

—Lleva como media hora gritando, botándolo todo, incluso me pegó una patada.

—¿Y por qué pelearon ahora?

—Qué se yo, si cualquier cosa le molesta.

—¡Tú eres la que me molesta!

—Mamá, te prometo que no le hice nada.

—Victo, ábreme para que conversemos.

—¡Solo si la Javiera se va!

—¿Cachái cómo está?

—¡Cáááállate!

—Javi, aprovecha de ordenar el chiquero que está en la cocina.

—Pero, mamá.

—Por favor, anda. Gracias. Ya, se fue tu hermana. ¿Victoria?

—Entra.

—¿Qué pasó?

—Pasó que me tiene chata.

—¿Por qué?

—Estaba preparando un pie de limón, de repente llega, entra a la cocina y mete todo su dedo dentro de la masa, cuando le dije que no lo hiciera.

—¿Y te parece que es como para reaccionar así?

—Así cómo.

—Con gritos, patadas, garabatos...



—Yayayaya.

—Dejar todo tirado, encerrarte en tu pieza, pegarle a tu hermana...

—¡No le pegué!

—Ella dice que sí.

—¡Mentira!

—¿Sí?

—¡Sí! No sé, con suerte la empujé, no fue para tanto.

—Nunca lo es.

—¡Yaaaa! ¡Ya entendí!

—Entonces, tu reacción...

—¡Nada! ¡Fue ella! ¡Le dije que no lo hiciera y lo hizo igual!

—Estoy de acuerdo con que no estuvo bien lo que hizo la Javiera, pero estoy preguntando por ti... ¿No vas a decir nada?

—Ya dije lo que pienso.

—Victo, esto mismo pasa en el colegio.

—Nada que ver.

—Cómo que no. Ya perdí la cuenta de la cantidad de veces que me han llamado porque no haces caso, llegas con las tareas incompletas, interrumpes en clase o de frentón tienes una falta de respeto tras otra con los profesores.

—Eso es porque son todos unos aweonados.

—El vocabulario, Victoria.

—Es lo que pienso.

—Mira, aunque lo hagas, no puedes andar por la vida tratando así a las personas; te peleas con tu hermana o incluso con tus compañeras día por medio.

—No peleo día por medio.

—¿Tengo que recordarte que estás suspendida porque la semana pasada le cortaste el pelo a una de ellas?

—No le corté EL PELO.

—Cómo que no.

—Fue la punta de la trenza nomás.

—Victoria...

—Ya, bueno, sorry. No me di cuenta.

—¿No te diste cuenta de que le cortaste el pelo a una compañera?

—No, o sea, sí, pero después.

—¿Después cuándo?

—Cuando ya tenía el mechón en la mano.

—A eso me refiero, pues, hija. Hay que pensar antes de actuar.

—Y contar hasta 10, respirar, blablá, ya sé.

—Entonces, ¿por qué no lo haces?

—No sé.

—Tú eres muy inteligente, Victo, estoy segura de que sabes.

—No sé qué me pasa, es como agggg, ¡me da tanta rabia de repente!

—¿Has pensado en lo que te propuse el otro día?

—¡No! ¡No necesito ir a terapia!

—Me dieron el dato de una psicóloga que parece ser muy buena.

—¡No quiero!

—¿Por qué no?... Cuéntame.

—Nadie puede ayudarme. Ya soy así.

—¿Así cómo?

—Así po, como dicen en el colegio, como dice mi hermana, como dices tú, como dicen todos.

—¿Y tú?

—Yo qué.

—Qué piensas tú.

—Que soy rara.

—¿Solo eso?

—Y que saqué el mal genio del abuelo.

—Bueno, yo pienso que eres inteligente, entretenida y, además, cocinas como las diosas. De hecho, ya que hablamos de herencias, sin duda sacaste la mano de tu abuela porque ni la Javi ni yo podríamos hacer un pie de limón tan rico como el que preparas tú.

—Gracias.

—¿Sabes qué más pienso?

—No.

—Que una psicóloga te podría ayudar a ver todas esas cosas maravillosas de las que eres capaz. También, te podría dar herramientas para trabajar ese mal genio del que hablas.

—¿Tú crees?

—Probemos. Veamos qué pasa.

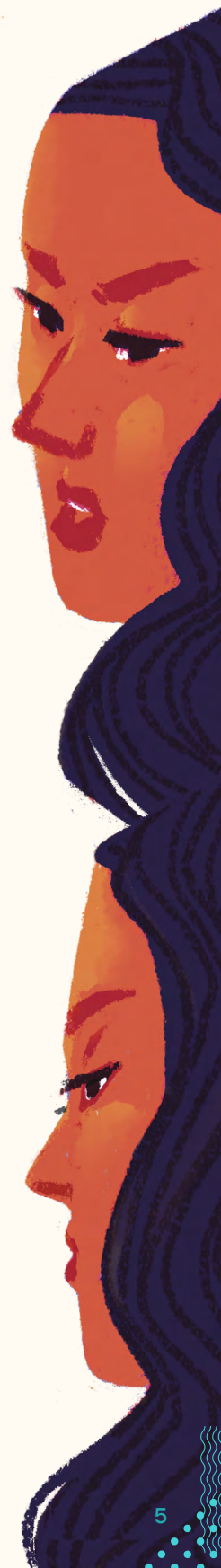
—Bueno.

—¿Sí?

—Sí.

—Genial. Dame un abrazo. ¿Vamos a la cocina para ayudar a la Javi?

—Vamos.



ACTIVIDADES

1. ¿Cuál fue el conflicto entre Victoria y su hermana Javiera? Explícalo con tus palabras integrando todos los elementos que inferiste e imaginaste al leer: dónde ocurre la historia, cómo es el ambiente, cuál es la actitud corporal de cada personaje, el tono en el que hablan, las emociones que expresan y otros que hayan venido a tu mente.



Comenta tu interpretación en un grupo y contrasten las distintas miradas.

2. ¿Te sentiste identificado o identificada con alguno de los personajes? ¿Cuál?, ¿por qué?
3. Cuando la mamá llega a la casa y pregunta qué pasa, Javiera responde:

—Qué va a ser, lo mismo de siempre.

- ¿Qué era "lo mismo de siempre"?
- ¿Qué connotación tienen para ti las palabras "siempre" y "nunca"? ¿crees que ayudan en la resolución de la situación?

4. La emoción que predomina en este cuento es la rabia. ¿Qué debiera pasar para que los personajes logren experimentar estas otras emociones?

Alegría

Entusiasmo

Tranquilidad

- Comparte tu respuesta en un grupo y comenten las distintas propuestas.

5. ¿Cómo crees que esta situación afecta a cada personaje?

Mamá

Victoria

Javiera



Para comprender mejor qué le pasaba a Victoria, lee y comenta la información que se entrega FICHA PSICOEDUCATIVA N.º7 (páginas 81 a 85). Después de hacerlo, desarrolla las actividades más abajo.

6. ¿Tiene Victoria un trastorno externalizante? Justifica apoyándote en información de la ficha.



Comenten en plenario, analicen qué elementos apoyan sus respuestas y elaboren una conclusión.

7. Ponte en el lugar de Victoria. Luego expresa como si fueras ella las emociones y pensamientos que experimenta y cómo esto influye en sus acciones. Escríbelo y compártelo en un grupo.

Los niños, las niñas y los adolescentes del país no están al margen de los problemas que enfrenta nuestra sociedad. Por el contrario, estos repercuten más agudamente en ellos que sobre otros grupos etarios y afectan su desarrollo emocional provocando síntomas como

agresividad

irritabilidad

impulsividad

dificultad para establecer vínculos afectivos

En la adolescencia (10 a 19 años) las personas presentan mayor vulnerabilidad (es decir, están más expuestos) a tener **conductas de riesgo** que pueden generarles dificultades y problemas concurrentes.



Algunas conductas de riesgo son el consumo de drogas y alcohol, la mala alimentación, relaciones sexuales sin protección, entre otras.

Es importante identificar a tiempo este tipo de conductas y trabajarlas para evitar que influyan negativamente en el desarrollo hacia la adultez.

¿A QUÉ NOS REFERIMOS CON EXTERNALIZACIÓN?

La externalización en psicología se relaciona con el lugar donde se sitúan los problemas: dentro del individuo o volcados hacia el exterior. En este último caso se relaciona con problemas como la agresividad, la falta de atención, la desobediencia y las conductas delictivas.

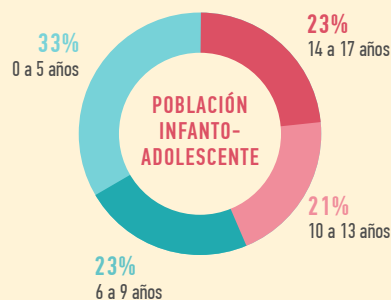
La población infantil y adolescente (entre 0 y 17 años) representa el 24,2% del total de la población de Chile.



El 43,5% de los hogares cuenta con niños, niñas y adolescentes entre sus integrantes.



La población infanto-adolescente del país se compone de la siguiente manera:



Datos de Unicef, año 2020.

PERO...

CÓMO LA EXTERNALIZACIÓN SE TRADUCE EN TRASTORNOS

En relación con el ambiente es importante mencionar que los estilos de crianza tienen implicaciones. Por ejemplo, se ha comprobado que el control severo, el control psicológico, la crianza autoritaria, permisiva o negligente se asocian con niveles más altos de problemas de externalización.

El estatus socioeconómico también es un factor de riesgo, pues está demostrado que los jóvenes de entornos más aventajados tienen menor probabilidad de desarrollar algún trastorno externalizante.

No existe una respuesta acabada frente a esta pregunta. Se sabe que en adolescentes los trastornos externalizantes pueden presentarse como resultado de influencias **genéticas** y **ambientales**, es decir, pueden provenir tanto de los **genes o herencia** como del **entorno** en que la persona ha crecido.

Crianza con métodos violentos



En nuestro país un 31,7 % de los cuidadores principales dice haber utilizado solamente métodos de disciplina no violenta, en contraste con el 62,5 % que reconoce el uso de métodos de disciplina violentos en la crianza.

Otras causas posibles de problemas de externalización en la adolescencia son:

- La discriminación y los cambios en los entornos familiares
- La experimentación de un trauma en la infancia



El lenguaje emocional tiene un rol importante en la regulación de las emociones en niños, niñas y adolescentes con problemas de externalización. La evidencia demuestra que sus respuestas se relacionan más intensamente con eventos de ira y tristeza, por lo que su lenguaje emocional en una situación de amenaza —esto es, el modo en que expresan sus emociones— se orienta más a términos afectivos directos.



¿Sabías que los adolescentes con un trastorno externalizante consumen más tabaco que aquellos sin este tipo de trastornos?

- Aunque el tabaco es una sustancia aceptada legalmente, se reconoce su daño a la salud. El tratamiento de adolescentes con esta práctica de consumo evidencia que esta se relaciona con la externalización de los comportamientos.
- En el caso del alcohol se evidencia una relación entre trastornos por consumo en la edad adulta joven y problemas de comportamiento tempranos.

Mujeres y hombres se diferencian significativamente en los problemas externalizantes.

En las mujeres destaca el amenazar con hacer daño y tener una preocupación excesiva.



En hombres las conductas más frecuentes son escaparse de la casa, robar cosas en la propia casa, faltar a clases y discutir.

En ambos géneros se observa impulsividad, esto es, actuar sin pensar ni cuidarse, dejándose llevar por lo que pasa en el momento.



Cuando un trastorno mental provoca que una persona vea impedida o restringida su participación en la sociedad, en igualdad de condiciones con las demás, nos encontramos frente a un caso de discapacidad por salud mental. Una mirada inclusiva y desde la perspectiva de los derechos humanos exige tomar medidas para que estas personas puedan desarrollar una vida digna y plena, como cualquier ser humano. Así lo consagra la *Convención Internacional sobre los Derechos de las Personas con Discapacidad* (Naciones Unidas 2006), de acuerdo con la cual es deber de los Estados:

- adoptar una legislación antidiscriminatoria y eliminar leyes y prácticas que establezcan cualquier tipo de discriminación hacia la discapacidad;
- consultar a las personas con discapacidad para generar nuevos programas o políticas y contar con su colaboración para implementarlas;
- poner en marcha campañas de sensibilización pública para combatir los estereotipos y fomentar percepciones positivas de las personas con discapacidad.

¿Cómo podrían estas obligaciones aportar a la integración de las personas con discapacidad mental?

¿CUÁLES SON LOS TRASTORNOS EXTERNALIZANTES

- Trastorno por déficit de atención con hiperactividad
- Trastorno de oposición desafiante
- Trastorno de conducta.

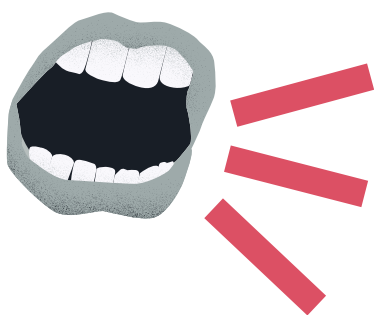
Trastorno por déficit de atención con hiperactividad (TDAH)

El TDAH es un trastorno con un fuerte componente genético, aunque también inciden factores ambientales, los que tienen un papel importante en el aumento del riesgo. El conjunto de conductas que se inician en la infancia se caracteriza principalmente por dificultad para mantener la atención, hiperactividad o excesivo movimiento e impulsividad.

Este trastorno puede estar presente en la vida de una persona en conjunto con otros, como, por ejemplo, el trastorno de ansiedad o trastornos afectivos, muy prevalentes en la infancia, y el trastorno por uso de sustancias en la adolescencia.

Trastorno de oposición desafiante

El patrón principal para identificar esta situación es el comportamiento negativista, desafiante, desobediente y hostil que se dirige a las figuras de autoridad de manera persistente y por lo menos durante seis meses. Además, se requiere la aparición de, a lo menos, cuatro de los siguientes comportamientos:



accesos de cólera

discusiones con adultos

desafiar activamente o negarse a cumplir las demandas o normas de los adultos

llevar a cabo deliberadamente actos que molestarán a otras personas

acusar a otros de sus propios errores o problemas de comportamiento

ser quisquilloso o sentirse fácilmente molestado por otros

mostrarse iracundo y resentido

ser rencoroso o vengativo

Trastorno de conducta

El patrón principal es el comportamiento persistente y repetitivo en el que se afectan los derechos básicos de los otros o importantes normas sociales. Estos comportamientos pueden presentarse como agresivos o no agresivos:

- los agresivos causan daño físico o amenaza tanto para sí mismo como para otras personas o animales;
- los no agresivos causan pérdidas o daños a la propiedad, fraudes o robos y violaciones graves de las normas.

La aparición de alguno de estos comportamientos puede ocurrir en el hogar, la escuela o la comunidad y debe provocar un deterioro clínicamente significativo de la actividad social, académica o laboral del niño o adolescente.

¿POR QUÉ DEBEMOS ABORDAR LOS TRASTORNOS EXTERNALIZANTES?

- Si no actuamos a tiempo el pronóstico puede empeorar y, con ello, el sufrimiento de la familia, provocando una dinámica familiar disfuncional.
- Además, si las situaciones no son tratadas, terminan acarreando un alto coste tanto en los servicios sanitarios, como en los sociales y judiciales.
- Los trastornos externalizantes desarrollados en la trayectoria infantil se relacionan con psicopatologías de índole afectiva en la etapa adulta.
- Los trastornos de externalización se asocian con lesiones concurrentes, lo que aumenta las posibilidades de dañar la propia integridad.
- En el plano individual, el trabajo de la empatía es un factor importante para prevenir el desarrollo o aliviar los síntomas en trastornos conductuales.



¿Qué podemos hacer cuando presentamos algún comportamiento externalizante?

Personas indicadas para detectar y manejar estas problemáticas en niños, niñas y adolescentes

Pediatras
Educadores
Padres y madres
Profesionales de la salud mental

La posibilidad de una detección en los primeros años de vida permite prevenir dificultades de mayor complejidad en el futuro.

TRATAMIENTO

Existe una robusta evidencia científica sobre la eficacia de la terapia sistémica para niños, niñas y adolescentes (y sus familias) diagnosticados por trastornos por déficit de atención con hiperactividad, trastornos de conducta y trastornos por uso de sustancias. Otra alternativa, también respaldada por un cuerpo sustancial de evidencia empírica, es la terapia cognitiva conductual.



REFERENCIAS

Para elaborar esta sesión, consultamos las siguientes fuentes:

- Agnafors, S.; Torgerson, J.; Rusner, M.; Kjellström, A. (2020). Injuries in children and adolescents with psychiatric disorders. *BMC public health*, 20(1), 1273. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09283-3>
- Agniel, D.; Almirall, D.; Burkhart, Q.; Grant, S.; Hunter, S.; Pedersen, E.; Ramchand, R.; Griffin, B. (2020). Aklin, W.; Moolchan, E.; Luckenbaugh, D.; Ernst, M. (2009). Early tobacco smoking in adolescents with externalizing disorders: Inferences for reward function. *Nicotine & tobacco research: official journal of the Society for Research on Nicotine and Tobacco*, 11(6), 750–755. <https://doi.org/10.1093/ntr/ntp059>
- Alarcón, D.; Bárrig, P. (2015). Conductas internalizantes y externalizantes en adolescentes. *Liberabit*, 21(2), 253–259. http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272015000200008&lng=es&tlng=es.
- Besser, A.; Döhnert, M.; Stadelmann, S. (2019). Various socioeconomic factors as predictors of internalizing and externalizing disorders in children and adolescents. *Zeitschrift für Kinder- und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie*, 47(4), 345–358. <https://doi.org/10.1024/1422-4917/a000668>
- Burrow-Sánchez, J.; Totsky, J.; Ratcliff, B.; Corrales, C. (2021). Generalizing treatment outcomes to externalizing behaviors for Latino/a adolescents with substance use disorders: A secondary analysis. *Psychology of addictive behaviors: journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 35(7), 797–802. <https://doi.org/10.1037/adb0000713>
- Carliner, H.; Gary, D.; McLaughlin, K.; Keyes, K. (2017). Trauma Exposure and Externalizing Disorders in Adolescents: Results From the National Comorbidity Survey Adolescent Supplement. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 56(9), 755–764.e3. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2017.06.006>
- Chai, Y.; Chimelis-Santiago, J.; Bixler, K.; Aalsma, M.; Yu, M.; Hulvershorn, L. (2021). Sex-specific frontal-striatal connectivity differences among adolescents with externalizing disorders. *NeuroImage. Clinical*, 32, 102789. <https://doi.org/10.1016/j.nicl.2021.102789>
- Cosgrove, V.; Rhee, S.; Gelhorn, H.; Boeldt, D.; Corley, R.; Ehringer, M.; Young, S.; Hewitt, J. (2011). Structure and etiology of co-occurring internalizing and externalizing disorders in adolescents. *Journal of abnormal child psychology*, 39(1), 109–123. <https://doi.org/10.1007/s10802-010-9444-8>
- Guerra, C.; Pereda, N.; Guilera, G. (2021). Poly-Victimization and Coping Profiles: Relationship with Externalizing Symptoms in Adolescents. *Journal of interpersonal violence*, 36(3–4), 1865–1882. <https://doi.org/10.1177/0886260517744184>
- Kostić, J. S.; Nešić, M.; Stanković, M.; Žikić, O.; Marković, J. (2016). Evaluating empathy in adolescents with conduct disorders. *Vojnosanitetski preglod*, 73(5), 429–434. <https://doi.org/10.2298/vsp150121031k>
- Leiva, L.; Rojas-Andrade, R. (2018). Validación de la Escala de Problemas Emocionales y del Comportamiento Youth Self Report (YSR/11-18) en una muestra de adolescentes chilenos. *Terapia psicológica*, 36(1), 27–36. <https://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082017000300023>
- Loth, A.; Drabick, D.; Leibenluft, E. (2014). Do Childhood Externalizing Disorders Predict Adult Depression? A Meta-Analysis. *J Abnorm Child Psychol* 42, 1103–1113. <https://doi.org/10.1007/s10802-014-9867-8>
- Matalí, J. (2016). *Adolescentes con trastornos de comportamiento. ¿Cómo podemos detectarlos? ¿Qué se debe hacer?* Barcelona: Hospital Sant Joan de Déu. https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/4856_d_adolescentes-con-trastornos-de-comportamiento.pdf
- McNeilly, E.; Peverill, M.; Jung, J.; McLaughlin, K. (2021). Executive function as a mechanism linking socioeconomic status to internalizing and externalizing psychopathology in children and adolescents. *Journal of adolescence*, 89, 149–160. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.04.010>
- Meque, I.; Dachew, B. A.; Maravilla, J. C.; Salom, C.; Alati, R. (2019). Externalizing and internalizing symptoms in childhood and adolescence and the risk of alcohol use disorders in young adulthood: A meta-analysis of longitudinal studies. *The Australian and New Zealand journal of psychiatry*, 53(10), 965–975. <https://doi.org/10.1177/0004867419844308>

- Moreno, J.; Martínez, N. (2010). Conductas externalizantes, rendimiento académico y atención selectiva en niños con y sin hiperactividad. *Psychologia*, 4(1), 39-53. <http://revistas.usbbog.edu.co/index.php/Psychologia/article/view/1157/949>
- Moriyama, T.; Cho, A.; Verin, R.; Fuentes, J.; Polanczyk, G. (2017). Trastorno por Déficit de Atención con Hiperactividad. En M. Irrázaval & A. Martín (Ed.), *Manual de Salud Mental Infantil y Adolescente de la IACAPAP*. Ginebra: Asociación Internacional de Psiquiatría del Niño y el Adolescente y Profesiones Afines. https://iacapap.org/_Resources/Persistent/cd900cb0ccdc2b7b1d448f1f5cbce61c33766a52/D.1-ADHD-Spanish-2017.pdf
- O'Kearney, R.; Dadds, M. R. (2005). Language for emotions in adolescents with externalizing and internalizing disorders. *Development and psychopathology*, 17(2), 529-548. <https://doi.org/10.1017/s095457940505025x>
- Pinquart M. (2017). Associations of parenting dimensions and styles with externalizing problems of children and adolescents: An updated meta-analysis. *Developmental psychology*, 53(5), 873-932. <https://doi.org/10.1037/dev0000295>
- Ponting, C.; Lee, S.; Escovar, E.; Rapp, A.; Camacho, A.; Calderon, I.; Chavira, D. (2018). Family factors mediate discrimination related stress and externalizing symptoms in rural Latino adolescents. *Journal of adolescence*, 69, 11-21. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.08.007>
- Riise, E.; Wergeland, G.; Njardvik, U.; Öst, L. G. (2021). Cognitive behavior therapy for externalizing disorders in children and adolescents in routine clinical care: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 83, 101954. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101954>
- Sörberg, A.; Koupil, I.; Gustafsson, J.; Zammit, S.; Allebeck, P.; Falkstedt, D. (2019). Academic performance, externalizing disorders and depression: 26,000 adolescents followed into adulthood. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 54(8), 977-986. <https://doi.org/10.1007/s00127-019-01668-z>
- UNICEF. (2020). *Niños, niñas y adolescentes en Chile 2020*. <https://www.unicef.org/chile/media/3636/file/Cifras%20de%20infancia.pdf>
- Von Sydow, K.; Retzlaff, R.; Beher, E.; Haun, M.; Schweitzer, J. (2013). The Efficacy of Systemic Therapy for Childhood and Adolescent Externalizing Disorders: A Systematic Review of 47 RCT. *Family Process*, 52(4), 576-618. <https://doi.org/10.1111/famp.12047>

Desde tu cuento. Cuadernos de alfabetización en salud mental es una obra colectiva, creada y diseñada por un equipo multidisciplinario en el contexto del proyecto **Desde tu cuento**.

Programa de alfabetización en salud mental para adolescentes y jóvenes, financiado por el **Ministerio de Ciencia, Tecnología, Crecimiento e Innovación** y ejecutado desde la Dirección de Vinculación con el Medio de la Universidad Academia de Humanismo Cristiano (UAHC).

DIRECTOR DEL PROYECTO

RODRIGO ROJAS-ANDRADE

EQUIPO DE CONTENIDOS

Antonieta Lanas Canales

Francisca Jaque Morales

Macarena Pi Davanzo

Rodrigo Rojas-Andrade

EQUIPO PEDAGÓGICO

Claudia Dueñas Santander

Hugo Hinojosa Lobos

ENCARGADA DERECHOS HUMANOS

Isabel Plaza Lizama

EQUIPO DE COMUNICACIONES

Diego Jiménez Mundaca

Angelina Astete Alcaíno

Juan Eduardo Bustamante Molina

Mónica Fuentealba Martínez

Daniela González Canales

Catalina Schneider Errázuriz

EDICIÓN

Claudia Dueñas Santander

DISEÑO Y DIAGRAMACIÓN

Sebastián Lagunas López

ILUSTRACIONES

Jorge Roa

El cuento que se incluye en esta sesión fue creado especialmente para este programa y es propiedad intelectual de su autora.

Queda rigurosamente prohibida la reproducción total o parcial de esta obra sin la autorización escrita de los titulares del *copyright*, bajo las sanciones establecidas en las leyes.