

**UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LAS AMÉRICAS**

**ESCUELA DE PUBLICIDAD**

**IDENTIFICACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE COMUNICACIÓN  
INSTITUCIONAL DEL MINISTERIO DE SALUD RELACIONADAS CON LA  
PREVENCIÓN DEL SUICIDIO EN HOMBRES, PARA LA PROPUESTA DE UNA  
APLICACIÓN MÓVIL DEDICADA A LA POBLACIÓN DE HOMBRES  
ADULTOS DE 20 A 30 AÑOS EN EL DISTRITO DE LOS YOSÉS DURANTE EL  
PRIMER SEMESTRE DEL 2026.**

**MODALIDAD DE TESINA PARA OPTAR POR EL GRADO DE BACHILLERATO EN  
PUBLICIDAD**

**ESTUDIANTE**

**ALEJANDRA URBINA TORRES**

**TUTOR: KATHERINE ZÚÑIGA VILLAPLANA**

**SAN JOSÉ COSTA RICA, 2026**

## Tabla de contenido

|                                                          |    |
|----------------------------------------------------------|----|
| HOJA DE CALIFICACIÓN DEL TUTOR FIRMADA .....             | 9  |
| HOJA DE CONSTANCIA DE REVISIÓN DE FILÓLOGO FIRMADA ..... | 16 |
| DECLARACIÓN JURADA FIRMADA POR EL ESTUDIANTE.....        | 17 |
| SOLICITUD DE DEFENSA DEL ESTUDIANTE .....                | 18 |
| CÉDULA VIGENTE.....                                      | 19 |
| AGRADECIMIENTOS.....                                     | 20 |
| DEDICATORIA .....                                        | 21 |
| RESUMEN .....                                            | 22 |
| TEMA DE INVESTIGACIÓN DELIMITADO .....                   | 24 |
| CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....              | 25 |
| Objetivos.....                                           | 29 |
| Objetivo general.....                                    | 29 |
| Objetivos específicos .....                              | 29 |
| Justificación .....                                      | 30 |
| Antecedentes.....                                        | 34 |
| Antecedentes Nacionales .....                            | 34 |
| Antecedentes Internacionales.....                        | 40 |
| Proyecciones .....                                       | 47 |
| CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO.....                          | 48 |
| Salud mental .....                                       | 48 |
| Enfermedad mental .....                                  | 50 |
| Suicidio .....                                           | 52 |
| Causas de suicidio: Factores y actitudes .....           | 54 |
| Repercusiones de la salud mental .....                   | 57 |
| Tratamientos actuales para el bienestar mental .....     | 59 |
| Instituciones públicas de salud .....                    | 62 |
| OMS.....                                                 | 65 |
| Tareas y roles de instituciones públicas de salud .....  | 67 |
| Manejo de crisis .....                                   | 69 |
| Comunicación.....                                        | 71 |
| Comunicación institucional .....                         | 73 |

|                                                             |     |
|-------------------------------------------------------------|-----|
| Comunicación estratégica .....                              | 75  |
| Comunicación social .....                                   | 77  |
| Medios digitales .....                                      | 79  |
| Experiencia de usuario.....                                 | 81  |
| Fundamentos y principios de la experiencia de usuario ..... | 84  |
| Etapas de desarrollo .....                                  | 86  |
| Prototipos .....                                            | 89  |
| Análisis de usuarios .....                                  | 91  |
| CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO .....                      | 93  |
| Enfoque de investigación.....                               | 93  |
| Diseño .....                                                | 94  |
| Fuentes de información .....                                | 95  |
| Población y muestra .....                                   | 96  |
| Ejemplo de un tamaño de la muestra según la población ..... | 98  |
| Tamaño de la muestra .....                                  | 99  |
| Características de inclusión y exclusión.....               | 100 |
| Instrumento de recolección de datos .....                   | 105 |
| Procedimiento de recolección de datos .....                 | 107 |
| Métodos de análisis de datos .....                          | 108 |
| CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS .....                   | 109 |
| Análisis muestra A. ....                                    | 110 |
| Análisis muestra B.....                                     | 119 |
| CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....            | 143 |
| Conclusiones.....                                           | 143 |
| Recomendaciones .....                                       | 152 |
| CAPÍTULO VI: PROPUESTA .....                                | 155 |
| Análisis situacional.....                                   | 155 |
| Estrategia de Mercadeo .....                                | 159 |
| Competencia .....                                           | 162 |
| Monitoreo Publicitario.....                                 | 167 |
| Estrategia de comunicación.....                             | 170 |
| Estrategia Creativa.....                                    | 172 |

|                                                     |     |
|-----------------------------------------------------|-----|
| Estrategia de Medios .....                          | 192 |
| Media Flow Chart.....                               | 204 |
| Presupuesto .....                                   | 205 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....                    | 207 |
| ANEXOS .....                                        | 214 |
| Apéndice 1: Entrevista a un psicólogo clínico.....  | 214 |
| Apéndice 2: Entrevista a un desarrollador web. .... | 223 |
| Apéndice 3: Encuesta.....                           | 231 |

## ÍNDICE DE CUADROS

|                                                                                                          |     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| Cuadro 1. Cuadro de variables .....                                                                      | 101 |
| Cuadro 2. Muestra A. ....                                                                                | 107 |
| Cuadro 3. Muestra B.....                                                                                 | 107 |
| Cuadro 4. Análisis FODA .....                                                                            | 157 |
| Cuadro 5. Estrategia Creativa.....                                                                       | 172 |
| Cuadro 6. Estrategia en redes sociales.....                                                              | 198 |
| Cuadro 7. Estrategia en Exteriores .....                                                                 | 199 |
| Cuadro 8. Estrategia en Merchandising.....                                                               | 201 |
| Cuadro 9. Estrategia en Merchandising.....                                                               | 204 |
| Cuadro 10. Presupuesto de producción y pauta en redes sociales.....                                      | 205 |
| Cuadro 11. Presupuesto por producción, impresión e instalación de material publicitario en exterior .... | 205 |
| Cuadro 12. Estrategia en Merchandising.....                                                              | 206 |
| Cuadro 13. Presupuesto total.....                                                                        | 206 |

## ÍNDICE DE FIGURAS

|                                                                  |     |
|------------------------------------------------------------------|-----|
| Figura 1. Análisis demográfico de San Pedro .....                | 97  |
| Figura 2. Anterior logo del ministerio de salud.....             | 160 |
| Figura 3. Logo actual del ministerio de salud .....              | 160 |
| Figura 4. Collage de publicaciones del Ministerio de Salud ..... | 167 |
| Figura 5. Collage de publicaciones del Ministerio de Salud ..... | 169 |
| Figura 6. Arquetipo. Target .....                                | 171 |
| Figura 7. Propuesta de logo de GOAMI.....                        | 174 |
| Figura 8. Propuesta de colores.....                              | 174 |
| Figura 9. Propuesta de tipografía.....                           | 175 |
| Figura 10. Propuesta de GOAMI.....                               | 175 |
| Figura 12. Propuesta de aplicación.....                          | 176 |
| Figura 12. Posteo de Facebook.....                               | 177 |
| Figura 13. Montaje de posteo de Facebook .....                   | 178 |
| Figura 14. Posteo de Instagram .....                             | 178 |
| Figura 15. Montaje de posteo de Instagram .....                  | 179 |
| Figura 16. Carrusel de Instagram .....                           | 179 |
| Figura 17. Montaje de carrusel de Instagram .....                | 180 |
| Figura 18. Diseño Historia (V1).....                             | 181 |
| Figura 19. Montaje Historia (V1).....                            | 181 |
| Figura 20. Diseño Historia (V2).....                             | 182 |
| Figura 21. Montaje Diseño Historia (V2).....                     | 182 |
| Figura 22. Montaje diseño valla publicitaria (V1) .....          | 183 |
| Figura 23. Montaje diseño valla publicitaria (V1) .....          | 183 |
| Figura 24. Diseño valla publicitaria (V2).....                   | 184 |
| Figura 25. Montaje diseño valla publicitaria (V2) .....          | 184 |
| Figura 26. Diseño Mupi (V1) .....                                | 185 |
| Figura 27. Montaje Diseño Mupi (V1).....                         | 186 |
| Figura 28. Diseño Mupi (V2) .....                                | 186 |
| Figura 29. Montaje Diseño Mupi (V2).....                         | 187 |
| Figura 30. Diseño Mupi (V3) .....                                | 187 |
| Figura 31. Montaje Diseño Mupi (V3).....                         | 188 |
| Figura 32. Pelota Anti estrés.....                               | 188 |
| Figura 33. Jabón corporal .....                                  | 189 |
| Figura 34. Botella .....                                         | 189 |
| Figura 35. Folleto: Paso a paso para cuidarme.....               | 190 |
| Figura 36. Tote bag.....                                         | 190 |
| Figura 37. Lapicero.....                                         | 191 |
| Figura 38. Cuaderno .....                                        | 191 |
| Figura 39. Stickers.....                                         | 192 |

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

|                                                                                                 |     |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Gráfico 1.</b> Rango de edad. ....                                                           | 120 |
| <b>Gráfico 2.</b> Género .....                                                                  | 121 |
| <b>Gráfico 3.</b> Lugar de Residencia .....                                                     | 123 |
| <b>Gráfico 4.</b> Aspectos que afectan la salud mental .....                                    | 124 |
| <b>Gráfico 5.</b> Cuidado de la salud mental.....                                               | 127 |
| <b>Gráfico 6.</b> Medios para buscar información sobre salud mental y suicidio.....             | 129 |
| <b>Gráfico 7.</b> Hablar de salud mental con hombres en la actualidad .....                     | 130 |
| <b>Gráfico 8.</b> Visualización de campañas de salud mental o prevención del suicidio .....     | 132 |
| <b>Gráfico 9.</b> Iniciativas enfocadas en la prevención del suicidio en hombres.....           | 134 |
| <b>Gráfico 10.</b> Frecuencia de uso de medios para buscar información sobre salud mental ..    | 136 |
| <b>Gráfico 11.</b> Utilización de una aplicación móvil enfocada en prevención del suicidio .... | 138 |
| <b>Gráfico 12.</b> Características para la aplicación móvil .....                               | 141 |

## ÍNDICE DE TABLAS

|                                                                                               |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Tabla 1.</b> Rango de edad .....                                                           | 119 |
| <b>Tabla 2.</b> Género .....                                                                  | 121 |
| <b>Tabla 3.</b> Lugar de Residencia .....                                                     | 122 |
| <b>Tabla 4.</b> Aspectos que afectan la salud mental .....                                    | 124 |
| <b>Tabla 5.</b> Cuidado de la salud mental.....                                               | 126 |
| <b>Tabla 6.</b> Medios para buscar información sobre salud mental y suicidio.....             | 128 |
| <b>Tabla 7.</b> Hablar de salud mental con hombres en la actualidad.....                      | 130 |
| <b>Tabla 8.</b> Visualización de campañas de salud mental o prevención del suicidio .....     | 132 |
| <b>Tabla 9.</b> Iniciativas enfocadas en la prevención del suicidio en hombres .....          | 134 |
| <b>Tabla 10.</b> Frecuencia de uso de medios para buscar información sobre salud mental ..... | 136 |
| <b>Tabla 11.</b> Utilización de una aplicación móvil enfocada en prevención del suicidio..... | 138 |
| <b>Tabla 12.</b> Características para la aplicación móvil .....                               | 140 |
| <b>Tabla 13.</b> Estrategia de Aplicación móvil.....                                          | 196 |

## HOJA DE CALIFICACIÓN DEL TUTOR FIRMADA

|                                                                                   |                                                             |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                        | Emisión. 18 de marzo 2024 |

### Carta de resolución del tutor del TFG

San José, 2 de Julio del 2026.

(Fecha de entrega del documento en el Departamento de Registro)

Señores.

Departamento de Registro

Universidad Internacional de las Américas

Estimados señores,

Por este medio notifico formalmente que el trabajo final de graduación del estudiante Alejandra Urbina Torres cédula 117780462, titulado Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026. cumple con los requisitos para la defensa final.

Hago constar que he revisado y aprobado el documento. A continuación, adjunto la nota del documento escrito del TFG:



### UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LAS AMÉRICAS

#### Evaluación del tutor para el escrito del Trabajo Final de Graduación

|                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Nombre del tutor:           | <u>Katherine Zúñiga Villaplana</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| Nombre del Estudiante:      | <u>Alejandra Urbina Torres</u>                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| Título de la Investigación: | <u>Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026</u> |

Fecha: 2 de julio del 2026

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

| <b>Criterios de evaluación para el documento escrito del TFG</b> |                                                                                                                                                                                                                                      |   |
|------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Excelente                                                        | Cumple con <b>todos</b> los elementos necesarios para poder desarrollar la investigación de manera integral y apegada al método científico.                                                                                          | 2 |
| Adecuado                                                         | Cumple con <b>todos</b> los elementos necesarios para desarrollar la investigación de manera satisfactoria, <b>pero existen algunos errores u omisiones</b> relacionados con discrepancias en aspectos metodológicos o de contenido. | 1 |
| Insuficiente                                                     | No cumple con los elementos necesarios para poder desarrollar la investigación con muchos errores u omisiones relacionados con discrepancias en aspectos metodológicos o de contenido.                                               | 0 |

| <b>Evaluación del tutor para Trabajos Finales de Graduación</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                |                       |                         |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| <b>Criterio: Título de la Investigación</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |                       |                         |
| <p>El título de la investigación debe ser claro y alineado a las líneas de investigación en caso de que haya, o al perfil profesional de la carrera. La evaluación del título de un TFG implica considerar diversos aspectos que contribuyen a la claridad, relevancia y precisión de la declaración del tema de investigación.</p> <p>Para la evaluación de la delimitación del título de la investigación, se tomarán en cuenta los siguientes aspectos:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contenido original: es necesario que la investigación permita satisfacer una necesidad del área del conocimiento a la que pertenece, y por lo tanto a la sociedad.</li> <li>2. Se ajusta a las líneas de investigación o al perfil profesional de la carrera.</li> <li>3. El tema es factible: entendiendo la factibilidad como la conciencia de las limitaciones en cuanto a: tiempo, acceso a la información, recursos humanos, físicos o financieros, que permitan la ejecución de la investigación.</li> <li>4. Correcta delimitación espacio- temporal.</li> </ol> |                |                       |                         |
| Excelente (2 pts.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                |                       |                         |
| <b>Criterio: Introducción</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                |                       |                         |
| La introducción es la sección inicial del TFG que presenta de manera general el tema de                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                |                       |                         |

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

investigación, contextualiza el problema, y proporciona una visión panorámica del trabajo que se desarrollará. Para la evaluación de la introducción se deben cumplir con los siguientes criterios:

1. Enuncia la idea general del tema con claridad.
2. Expone el problema de estudio que guiará la investigación.
3. Hace alusión de la justificación del tema.
4. Señala de manera introductoria, el tipo de abordaje teórico y metodológico que será efectuado.
5. Expone el objetivo general planteado de forma explícita

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

#### **Criterio: Planteamiento del Problema**

El planteamiento del problema identifica y describe de manera precisa la situación o fenómeno a investigar, destacando su relevancia y las posibles brechas en el conocimiento existente.

Se evalúan aspectos como:

1. Formulación clara, precisa y medible del problema de investigación.
2. Coherencia entre el problema y los objetivos de la investigación.
3. Contiene una pregunta de investigación acorde al objetivo general.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

#### **Criterio: Justificación**

Expone las razones y argumentos que respaldan la necesidad de realizar la investigación, destacando la importancia teórica, práctica o social del tema a investigar. Posee un carácter subjetivo y objetivo donde se respalda el interés de la persona investigadora. Se consideran aspectos como:

1. La importancia del contexto de la investigación, aportando información concreta de carácter económico, cultural, histórica o social.
2. La importancia disciplinar de abordar dicha problemática de investigación.
3. En caso de existir y considerar necesarias, las motivaciones de índole personal que han llevado a la persona estudiante a desarrollar la investigación.
4. Es de especial interés indicar los aportes y beneficios que tendrá la investigación para la institución y/o la comunidad o empresa donde se desarrolla.
5. También debe evidenciar el carácter novedoso de la investigación.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

#### **Antecedentes**

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

Los antecedentes de un TFG se refieren a la revisión y análisis exhaustivo de investigaciones, estudios, teorías, proyectos o eventos previos que guardan relación directa con el tema de investigación abordado.

Los aspectos que se consideran son los siguientes:

1. Se vinculan con las variables o categorías de estudio.
2. Incluye estudios históricos, internacionales y nacionales.
3. Los antecedentes contienen una breve descripción de la problemática que dio origen al estudio y el área disciplinar donde se llevó a cabo.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

#### **Criterio: Objetivo General**

El objetivo general establece la meta principal que se busca alcanzar con la investigación, proporcionando una visión global de los resultados esperados. Se consideran aspectos como:

1. Su elaboración se basa en la taxonomía de Bloom: comienza con un verbo de acción.
2. Especifica un resultado simple, es decir define el ¿Qué? y ¿Para qué?
3. El objetivo es concreto, directo, y detallado (sin ambigüedades).
4. El objetivo se construye a partir de datos o fuentes medibles, definiendo tiempo y metas coherentes.
5. El objetivo contiene metas claras y probables de alcanzar.
6. El objetivo es realista con relación a los recursos de los que se dispone para medirlo.
7. El objetivo puede cumplirse en un tiempo delimitado, este tiempo debe establecerse de forma clara de acuerdo con los requerimientos de la universidad.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

#### **Criterio: Objetivos Específicos**

Desglosan el objetivo general en metas más concretas y alcanzables, guiando el desarrollo de la investigación. Se consideran aspectos como:

1. Su elaboración se basa en la taxonomía de Bloom: comienza con un verbo de acción.
2. Especifica un resultado simple, es decir define el ¿qué? y ¿para qué?
3. Los objetivos son concretos, directos y detallados (sin ambigüedades).
4. Los objetivos se construyen a partir de datos o fuentes medibles, definiendo tiempo y metas coherentes.
5. Los objetivos contienen metas claras y probables de alcanzar.
6. Los objetivos son realistas con relación a los recursos de los que se dispone para medirlo.
7. Los objetivos pueden cumplirse en un tiempo delimitado, este tiempo debe establecerse de forma clara de acuerdo con los requerimientos de la universidad.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt.) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|-----------------|-----------------------|-------------------------|
|--------------------|-----------------|-----------------------|-------------------------|

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                       |                              |                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|------------------------------|--------------------------------|
| <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                       |                              |                                |
| <p><b>Criterio: Marco Teórico</b><br/> El marco teórico presenta las teorías, conceptos y modelos que sustentan y contextualizan la investigación, proporcionando un fundamento teórico para el estudio. Se consideran aspectos como:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Contiene conceptos y categorías que permiten la adecuada interpretación de la teoría del objeto de estudio.</li> <li>2. Se concentra en aquellas teorías que resulten más pertinentes de acuerdo con el tema central de la investigación planteado.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                       |                              |                                |
| <b>Excelente (2 pts.)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Adecuado (1pt)</b> | <b>Insuficiente (0 pts.)</b> | <b>Observaciones del tutor</b> |
| <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                       |                              |                                |
| <p><b>Criterio: Marco Metodológico</b><br/> Describe el diseño de la investigación, detallando los métodos y procedimientos que se utilizarán para recopilar y analizar la información. Se recomienda que contenga:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Describe el tipo y diseño de investigación: se señala cuáles tipos de enfoques serán desarrollados, sean estos de corte cuantitativo, cualitativo, mixto.</li> <li>2. Menciona el alcance de la investigación: ya sea exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo.</li> <li>3. Detalla los tipos de fuentes de información a las cuales se recurrirá (sean estas de datos primarios o secundarios).</li> <li>4. Determina los criterios de búsqueda, inclusión y exclusión de la investigación.</li> <li>5. Señala la estrategia de búsqueda utilizada de acuerdo con los parámetros con los que se realizará la recolección de información.</li> <li>6. Incluye la muestra o población con la cual se va a trabajar.</li> <li>7. Describe las consideraciones éticas relacionadas con el desarrollo de la investigación.</li> <li>8. Contiene las técnicas de recolección, sistematización y análisis de datos.</li> </ol> |                       |                              |                                |
| <b>Excelente (2 pts.)</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <b>Adecuado (1pt)</b> | <b>Insuficiente (0 pts.)</b> | <b>Observaciones del tutor</b> |
| <b>2</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                       |                              |                                |
| <p><b>Criterio: Resultados de la Investigación</b><br/> En esta sección se presentan y analizan los datos obtenidos durante la investigación, proporcionando respuestas a los objetivos planteados. Se recomienda que contenga:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Responder directamente a la pregunta de investigación y los objetivos planteados.</li> <li>2. Se muestra un análisis crítico entre la teoría y la información recolectada a través de instrumentos.</li> <li>3. Presenta información clara y organizada utilizando redacción argumentativa.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                       |                              |                                |

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

| Excelente (2 pts.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                       |                         |
| <b>Criterio: Conclusiones y Recomendaciones</b><br>Las conclusiones resumen los hallazgos de la investigación, destacando los resultados más significativos, mientras que las recomendaciones sugieren acciones futuras basadas en los resultados obtenidos. Se recomienda que contenga: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Existe concordancia entre los resultados y las conclusiones descritas.</li> <li>2. Permite la generación de nuevas hipótesis para futuras investigaciones con relación a la problemática planteada.</li> <li>3. Indica recomendaciones alcanzables en términos de recursos y tiempo de acuerdo con los resultados y el contexto de la investigación.</li> </ol>                                                                                                          |                |                       |                         |
| Excelente (2 pts.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                       |                         |
| <b>Criterio: Referencias Bibliográficas</b><br>La sección de referencias bibliográficas incluye todas las fuentes citadas o consultadas durante la investigación, siguiendo un formato de citación específico (por ejemplo, APA).                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                       |                         |
| Excelente (2 pts.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                       |                         |
| <b>Criterio: Formato APA/Vancouver</b><br>Esta sección evalúa la correcta aplicación del estilo de citación y formato APA/Vancouver a lo largo del TFG, abarcando desde la estructura del texto hasta la presentación de tablas y gráficos. Se recomienda que contenga: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Se utiliza el formato de citación que define la normativa institucional para la carrera.</li> <li>2. Se realizan las citas y referencias bibliográficas de acuerdo con la normativa vigente.</li> <li>3. El formato del texto se ajusta a la normativa institucional para la carrera (márgenes, tamaño de hoja, interlineado, alineación, sangrías, etc.)</li> <li>4. Las tablas, gráficos y figuras corresponden a las especificaciones del formato indicado para la carrera.</li> </ol> |                |                       |                         |
| Excelente (2 pts.)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
| 2                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                |                       |                         |
| <b>Criterio: consideraciones éticas</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                |                       |                         |

|                                                                                   |                                                                    |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | <b>Apéndice F. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación</b> |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                               | Emisión. 18 de marzo 2024 |

Toda investigación debe apegarse al marco ético- legal de la legislación costarricense y las normativas institucionales de la Universidad.

Se recomienda que contenga:

1. La investigación responde a los derechos de autor, no evidenciando plagio en la ejecución de esta.
2. Durante el proceso de recolección de información, en caso de investigaciones **no biomédicas** que requieren participación de seres humanos, se aplica consentimiento informado.
3. El consentimiento informado (cuando aplica), contiene la información sobre el proceso que se está realizando y la voluntariedad de participación, así como el cumplimiento de la Ley de Protección de la Persona frente al Tratamiento de sus Datos Personales n.º 8968.
4. **En caso de investigaciones biomédicas, donde se requiere la participación de pacientes**, se presentan los documentos de aprobación de un Comité Ético Científico certificado.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

**Criterio: Anexos**

Los anexos contienen información adicional que complementa la TFG, como cuestionarios, entrevistas, datos crudos, o cualquier material que apoye la comprensión del trabajo. Se evalúan aspectos como: Pertinencia y utilidad de los anexos para respaldar la investigación, Organización clara y etiquetado adecuado de cada anexo.

| Excelente (2 pts.) | Adecuado (1pt) | Insuficiente (0 pts.) | Observaciones del tutor |
|--------------------|----------------|-----------------------|-------------------------|
| 2                  |                |                       |                         |

**Nota del documento de TFG:**

|                   | Totales | Obtenidos |
|-------------------|---------|-----------|
| <b>Puntos</b>     | 30 pts. | 30        |
| <b>Porcentaje</b> | 40%     | 40        |

Sin otro particular se despide,

**Katherine  
Zuñiga  
Villaplana** Digitally signed  
by Katherine  
Zuñiga Villaplana  
Date: 2026.07.02  
23:05:16 -06'00'

Tutor del TFG

# HOJA DE CONSTANCIA DE REVISIÓN DE FILÓLOGO FIRMADA

## CARTA DE REVISIÓN FILOLÓGICA

San José 2 de julio del 2026

Departamento de Registro  
UNIVERSIDAD INTERNACIONAL DE LAS AMÉRICAS  
Escuela de Publicidad

Estimados señores:

Por este medio hago constar que he revisado el Trabajo Final de Graduación titulado: *“Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026”*, presentado por la sustentante Alejandra Urbina Torres, con cédula No 1 1778 0462, para optar por el grado académico de Bachillerato en Publicidad, en el cual he corregido los errores de redacción, estructura, gramática, estilo, puntuación y punto de vista del discurso científico.

Cordialmente:

ERIC  
GONZALEZ  
CONDE (FIRMA)



Firmado digitalmente  
por ERIC GONZALEZ  
CONDE (FIRMA)  
Fecha: 2026.08.11  
08:38:07 -06'00'

Eric González Conde  
Lic. En Filología Universidad Central, Marta Abreu, Cuba  
Lector Externo del Consejo Editor de la Editorial EUNED  
Su obra se ha publicado en seis países de dos continentes  
Cédula: 119200332703 Carné: 1855

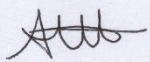
## DECLARACIÓN JURADA FIRMADA POR EL ESTUDIANTE

|                                                                                   |                                                             |                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------|---------------------------|
|  | Apéndice N. Instructivo para Trabajos Finales de Graduación |                           |
| Elaborado por: Departamento de Investigación e Innovación                         | Aprobado por: VIECAI                                        | Emisión. 18 de marzo 2024 |

### Declaración jurada del estudiante

Yo Alejandra Urbina Torres mayor de edad, portador de la cédula de identidad número 117780462 hago constar por medio de este acto y debidamente apercibido y entendido de las penas y consecuencias con las que se castiga en el Código Penal el delito de perjurio, ante quienes se constituyen en el Tribunal Calificador de mi trabajo de investigación para optar por el grado de Bachillerato, en Publicidad juro solemnemente que mi trabajo de investigación titulado: Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026, es una obra original e inédita que ha respetado todo lo preceptuado por las leyes penales, así como la Ley de Derecho de Autor y Derecho Conexos número 6683 del 14 de octubre de 1982 y sus reformas, publicada en la Gaceta número 226 del 25 de noviembre de 1982; incluyendo el numeral 70 de dicha ley que advierte; Artículo 70. Es permitido citar a un autor, transcribiendo los pasajes pertinentes siempre que éstos no sean tantos y seguidos, que pueda considerarse como una producción simulada y sustancial, que redunde en perjuicio del autor de la obra original. Asimismo, quedo advertido que la Universidad se reserva el derecho de protocolizar este documento ante Notario Público.

En fe de lo anterior, firmo en la ciudad de San José, a los 2 días del mes de julio del 2026



117780462

Firma y cédula del estudiante

## SOLICITUD DE DEFENSA DEL ESTUDIANTE



### Solicitud de defensa del estudiante

San José, 2 de julio de 2026

Señores.

Departamento de Registro

Universidad Internacional de las Américas

Estimados señores,

Por este medio les solicito por favor otorgarme fecha para la presentación de mi proyecto final de graduación titulado Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026. Para optar por el grado de Bachillerato en Publicidad. Lo anterior debido a que considero que el documento se encuentra listo para su defensa.

Sin otro particular se despide,

Alejandra Urbina Torres 117780462

Nombre y cédula del estudiante

## CÉDULA VIGENTE

 **REPÚBLICA DE COSTA RICA**  
**Tribunal Supremo de Elecciones**  
**Cédula de Identidad**

**1 1778 0462**

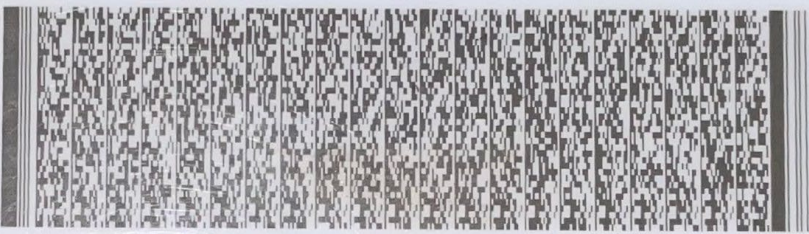


  
**1 1778 0462**

Nombre: **ALEJANDRA**  
1° Apellido: **URBINA**  
2° Apellido: **TORRES**  
C.C:

Número de Cédula: **1 1778 0462**  
Fecha de Nacimiento: **27 05 2000**  
Lugar de Nacimiento: **CARMEN CENTRAL SAN JOSE**  
Nombre del Padre: **ADOLFO URBINA VARGAS**  
Nombre de la Madre: **ADRIANA TORRES CHANTO**  
Domicilio Electoral: **LOURDES MONTES DE OCA SAN JOSE**  
Vencimiento: **25 05 2028** Sexo: **F**



  
**001420130**

## AGRADECIMIENTOS

Primero, antes que todo, agradecerle a Dios, porque si hoy estoy escribiendo esto, es porque Él sabía que algún día llegaría este momento. Le agradezco porque siempre me ha acompañado, me ha dado tantas bendiciones y cada día me recuerda que nunca estoy sola.

También agradezco por mí, por haber llegado hasta acá, de tantas veces que tal vez pensaba que ya no podía más. Hoy agradezco por mi cuerpo, mente, alma y corazón permitirme completar un proceso tan especial como lo es mi carrera. A todas mis mascotas, por darme un amor tan único y acompañarme tantos momentos durante estos años.

Agradezco a mi familia, a mi mami, mi papi y mi hermano por siempre ayudarme en todos estos años, porque al final este logro es gracias a todos nosotros juntos. Agradezco a mis abuelos, mis tías y tíos, mis tías abuelas, mis primas y cada una de las personas en mi familia que me ha ayudado en todos estos años, porque no estaría aquí sin ustedes.

No pueden faltar todas esas personas especiales que me han acompañado en este proceso, desde Malu, Annia, hasta Jime, Jaz, Kike, Pau. Después llegaron Cami, Sami y Giank, hasta llegar con Kris, Nico, Marvin y Cata. Además de todos los demás que estuvieron en cada uno de los cursos, gracias por ser parte de una etapa tan linda. De cada uno de los profes, también me llevo algún conocimiento y recuerdo, gracias por confiar en mí.

Para este trabajo, agradezco a Cami y Ana por ayudarme, les aseguro que no encuentro las palabras para agradecerles su tiempo y ayuda. También a la profe Kath, por confiar en mí y en la visión que tenía para este proyecto. Gracias por ayudarme a entregar un trabajo tan especial.

Finalmente, a todas las personas que han sido parte y me han ayudado, todas mis amistades del cole que estuvieron en este proceso, los de Equifax y los de Amazon, porque siempre me han dado la mano. Y para todas las personas que ayudaron de alguna manera a este trabajo. Mil gracias desde el fondo de mi corazón.

## DEDICATORIA

Primero, dedico este trabajo a mí misma, porque nunca había pensado en este momento hasta hoy que se está haciendo realidad, que el esfuerzo y dedicación, más ese corazón que me gusta poner en todo lo que hago, me ha llevado hasta aquí.

También se lo dedico a mis ángeles en el cielo, esas personas que no me acompañan hoy, pero me cuidan desde arriba. A mis dos abuelitos y a Mari, espero estén orgullosos en el cielo.

Seguidamente, se lo dedico a mis familiares que nunca terminaron o no iniciaron su carrera universitaria. A mi mami, mi abuelita y mi tía Olgui. Ustedes no tuvieron la oportunidad, pero yo entrego este trabajo por todas nosotras.

Hay una frase que dice: “ en el mundo hay una mujer con mis mismas habilidades, pero no tuvo mis oportunidades”. Este trabajo va dedicado a todas las mujeres y niñas en medio oriente especialmente y en el mundo, que no tuvieron o no tienen la oportunidad de estudiar. Seguimos luchando por cada una de ellas.

Esto también va dedicado a todos ellos que han pasado por mi vida que han sido diagnosticados con ansiedad, depresión, han pasado por medicación, terapias e incluso han tratado de suicidarse. Ojalá hubiera existido algo como esto antes. Esto es por ustedes.

Con amor, A

## RESUMEN

Esta investigación se desarrolla bajo el objetivo de Identificar las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer cuatrimestre del 2026. La investigación, se compone de seis partes diferentes, cada una abarcando temas que ayudan a consolidar y poner en práctica el fenómeno estudiado.

El primer capítulo abarca temas como el planteamiento de problema, y se desarrolla en torno al contexto actual, en este caso, expone la problemática del suicidio en el país, sobre las estadísticas que hay con respecto a esta situación y como el Ministerio de Salud ha presentado leyes, más sin embargo no dispone de estrategias de comunicación para combatir un tema tan delicado como este.

Seguidamente se desarrollan los objetivos que son la línea que va a proponer la dirección de la investigación y los principales ejes a desarrollar. Adicionalmente se desarrolla la justificación, que versa sobre la importancia de investigar un tema tan complejo, en el contexto costarricense, donde se expone por qué es necesario trabajar en problemáticas de enfoque social, para así brindar conciencia en la población nacional.

También se encuentran los antecedentes nacionales e internacionales, lo cuales brindan la primera base investigativa para el desarrollo de este proyecto, en este caso sobre el suicidio a nivel nacional e internacional. Finalmente, se concluye con las proyecciones, que permiten determinar cuáles son las expectativas al finalizar la investigación.

El segundo capítulo es el marco metodológico. Su propósito es proporcionar al lector las definiciones y conceptos clave necesarios para comprender el estudio. Este apartado es importante porque permite tener conocimiento de lo que se habla y resolver cualquier duda en torno a conceptos o palabras que se utilizan en la investigación. Entre los términos definidos se encuentra: salud mental, instituciones públicas de salud, comunicación y

experiencia de usuario. Cada tema mencionado, se subdivide en diferentes subtemas que ayudan a profundizar en la investigación.

En el tercer capítulo, se presenta el marco metodológico. En este se describe el enfoque, diseño, muestra e instrumentos de recolección de información utilizados en la investigación, para así justificar la validez de los resultados obtenidos.

El cuarto capítulo se enfoca en analizar los datos recolectados gracias a lo establecido en el capítulo anterior. Aquí presenta el análisis de los datos recolectados a partir de entrevistas a expertos en diferentes especialidades profesionales y también de una encuesta aplicada al público meta. Los resultados se organizan mediante gráficos y tablas que permiten visualizar la información de forma clara y estructurada, facilitando su interpretación y comprensión.

Una vez analizados los resultados, se continúa con el capítulo número cinco, de conclusiones y recomendaciones. Se organizan por variable y se expresan según la interpretación del investigador con base en el análisis previo. Mientras que las recomendaciones proponen acciones específicas que pueden implementarse a futuro, en próximas investigaciones o campañas, a partir de los resultados obtenidos.

Como último capítulo, en el sexto, se muestra la estrategia publicitaria. La cual constituye la propuesta final de la investigación. Esta se compone del análisis situacional de la marca y el producto, la competencia, el target, la estrategia creativa con sus representaciones visuales y un presupuesto estimado para su implementación, todo ello sustentado en la información recolectada y analizada en los capítulos anteriores.

## **TEMA DE INVESTIGACIÓN DELIMITADO**

Identificación de las Estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026.

## **CAPÍTULO I: PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La salud mental es un tema que ha tomado relevancia hace algunos años, siendo un componente fundamental para un sistema donde las personas puedan integrarse para formar parte de la sociedad costarricense, de manera que puedan tener un ambiente inclusivo y saludable, para poder desarrollarse como parte de la comunidad. Para esto, instituciones públicas han tratado de promover nuevas metodologías de convivencia y actividades informativas sobre estos temas, con el fin de brindar espacios seguros para las personas.

Como parte de estos esfuerzos, el Ministerio de Salud logra presentar una nueva política con respecto a la salud mental, si bien ya Costa Rica contaba con una política de salud mental, fue necesario una reformulación de ésta, ya que anteriormente no había podido ser desarrollada en su periodo establecido del 2012-2021. Para esto el Ministerio presenta la siguiente política: Política Nacional de Salud Mental 2024-2034, la cual presenta cambios sociales, económicos y culturales del país.

Si bien, el gobierno y las instituciones nacionales han trabajado para identificar y ayudar a personas que presentan trastornos mentales, los números siguen subiendo y para esto, hay que identificar uno de los pilares que más ha afectado a las personas en términos de estabilidad emocional, como ha sido la pandemia por el COVID-19.

Seguidamente, se puede determinar la cantidad de casos que ha trabajado la CCSS, según lo que expresa Coto (2025) en su artículo para CCSS Noticias:

La Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS) reportó 139 950 atenciones en los servicios de emergencias debido a trastornos mentales y del comportamiento durante 2024. Esto representa un incremento del 44% con respecto al 2020, cuando se contabilizaron 97 288 atenciones. (párr. 1)

Dentro del país, se pueden encontrar altos niveles de casos con distintos trastornos de la salud mental como lo puede ser la depresión, trastorno de ansiedad, esquizofrenia, trastorno obsesivo-compulsivo (TOC) y trastorno bipolar.

No obstante, no todas las áreas han sido abordadas de manera eficiente, por lo que muchas personas llegan a tomar decisiones muy fuertes y violentas basadas en estas afectaciones mentales, como lo es el suicidio. Esta es una de las expresiones que demuestran el deterioro en la salud mental que se vive actualmente en Costa Rica.

La naturaleza de la investigación nace de esta problemática en el sector de la salud que menciona Porras (2025) en su artículo para CCSS Noticias, donde se establece que: “Los datos evidencian que, tanto a nivel mundial como en Costa Rica, el 80 % de las muertes por suicidio corresponde a hombres.”(párr. 6), donde de parte de las instituciones nacionales, no se ha evidenciado una solución o un acercamiento a la comunidad para poder tratar a mayor profundidad estos acontecimientos tan fuertes.

Mas allá del gran avance que se ha tenido con respecto a la salud mental, como por ejemplo la formulación de políticas, el tema del suicidio y sus afectaciones siguen generando un número alto de casos en el país.

Se ha determinado que este no es un tema fácil de hablar, tanto en las escuelas y colegios, como entre la misma familia, lo cual lo convierte en una problemática, dado que se carece de espacios de diálogos e información, donde las personas y jóvenes puedan educarse de manera segura, por lo que sigue convirtiéndose en un tema poco conocido para muchos, lo cual puede afectar a la hora de localizar patrones o conductas en las personas que no logran pedir ayuda.

El suicidio, además de ser uno de los temas menos conversados en la sociedad, hay muchos factores a nivel nacional, tanto sociales, económicos, políticos; que afectan las conductas emocionales de las personas. Estas ya han sido evaluadas e identificadas por especialistas, sin embargo, todavía hay mucho que recorrer para lograr erradicar estas

conductas en los jóvenes, más ahora que tienen acceso a mucha información, y muchos de ellos se sienten sobre estimulados.

Dentro de la actualidad, muchos jóvenes se encuentran en un mismo punto, que lastimosamente se divide en distintas situaciones, que pueden afectarlos emocionalmente, como lo es el sentimiento de prisa, el sentimiento de piloto automático, y la normalización del cansancio.

El sentimiento de prisa nace dentro de muchas preguntas que se realizan los jóvenes en comparación con sus compañeros, pero también ha ido creciendo con respecto a la información que reciben en redes sociales, donde ven personas de todos los lugares cumpliendo sus sueños, en sus trabajos soñados, viajando por el mundo; por lo que el punto de comparación es muy fuerte y lastimosamente se desarrolla el pensamiento: “estoy atrasado en la vida”.

Este ha sido un limitante muy fuerte que puede empezar a afectar emocionalmente a las personas, más si el consumo de redes sociales no es regulado, o más que todo en los jóvenes que no cuentan con la madurez todavía de identificar que cada camino es distinto, y no por ende están atrasados.

Seguidamente con esta misma pregunta, nacen ciertas inquietudes que también se han desarrollado luego de la pandemia, que es querer tener estabilidad en muchos ámbitos, entre ellos educativo, profesional, financiero, entre otros, los cuales genera no solo una sensación de siempre ser productivos, para ir escalando hacia sus objetivos, pero no logran separar o delimitar la energía o la dedicación, y logran normalizar su rutina, pero adicional a esto, consideran el cansancio algo que se puede reponer después, sin saber que puede llegar a tener afectaciones en el futuro si no se establecen periodos de descanso.

En el país hay demasiados factores que pueden afectar la salud mental de las personas, en cualquier edad se pueden presentar casos muy complejos, pero en este momento, los principales afectados con respecto al suicidio, basados en los factores mencionados

anteriormente son adolescentes y jóvenes adultos, que luego de la pandemia han establecido nuevas maneras de vida, y junto con todas las redes sociales, pueden llegar a verse muy afectados, tanto que el caso puede llegar a un suicidio si no se evalúa a tiempo.

Según lo mencionado anteriormente, se genera la siguiente pregunta de investigación a resolver: ¿Cuáles son las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026?

## **Objetivos**

### **Objetivo general**

- Identificar las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer semestre del 2026.

### **Objetivos específicos**

- Determinar las tendencias y situaciones culturales que presentan los hombres en casos de estudio relacionados con el suicidio
- Definir las estrategias de comunicación del Ministerio de Salud con respecto a temas de suicidio en Costa Rica
- Evaluar las principales características y funciones que deben de cumplir las aplicaciones móviles basado en los principios de experiencia de usuario.

## **Justificación**

La comunicación es un factor importante en la sociedad y la utilización de los medios para la distribución de información ha ido evolucionando durante los años, ya no solo las maneras tradicionales como televisión y radio, la era digital ha sido revolucionaria y ha traído nuevas maneras de interacción y permanencia del mensaje.

Para presentar la relevancia de la comunicación en el entorno psicológico, Zúñiga (2024) en su artículo para la revista Ciencia Latina, menciona lo siguiente:

La necesidad innata de comunicarse, compartir información y expresar emociones ha sido un motor que ha impulsado el desarrollo de diversas formas de comunicación a lo largo de la historia. Sin embargo, en la era actual, la llegada de la comunicación digital ha redefinido drásticamente cómo interactuamos y nos relacionamos, introduciendo un conjunto de oportunidades y desafíos que impactan directamente en nuestro bienestar psicológico, para lo cual se proponen estrategias para promover un uso saludable de la comunicación digital. (p.5)

Gracias a que las personas han tenido mayor acceso a la información y se han favorecido por espacios para educarse en tema de bienestar emocional, se ha logrado que en la sociedad se presenten conversaciones de manera más abierta y consciente, como lo es con los temas de la ansiedad y depresión, pero hay un tema que sigue quedando atrás, que todavía es un tema delicado y muy pocas veces se abarca con la prioridad y relevancia que necesita, especialmente en la población joven, y es el suicidio.

Dentro del contexto nacional, es importante analizar la situación actual del país sobre este tema, para así poder contribuir al desarrollo de estrategias comunicacionales que promuevan una visión constante y activa del cuidado de la salud mental, reconociendo que

cada persona enfrenta realidades emocionales distintas que deben ser atendidas de manera adecuada, ya que cada escenario es distinto y requiere ser abordado de la manera más eficiente y profesional posible.

Este es un pilar fundamental, ya que la comunicación y sus distintos medios se vuelven necesarios para poder tratar estas situaciones tan específicas, porque no requiere de campañas de alto impacto comercial, requiere de un acompañamiento por parte del sector público hacia los costarricenses.

La importancia de entender la situación actual de la sociedad costarricense con respecto al suicidio, será vital para el desarrollo de mensajes claros y directos, ya que se necesita de una estrategia que pueda crear impacto, para así evitar limitar estas acciones a medios convencionales o campañas de corta duración que resultan insuficientes, y al contrario, logren mantenerse presentes en la cotidianidad de las personas y contribuyan a la reducción de los índices de suicidio, especialmente en la población masculina, que presenta los porcentajes más altos.

Adicionalmente, no solo se busca poder traer información o maneras en las que se pueda tratar esta problemática, ya que durante muchos años se han trabajado campañas publicitarias enfocadas a promocionar el bienestar social emocional.

Todas estas, si bien han tenido su relevancia, no han sido tan efectivas como para permanecer dentro de la mente de los consumidores, ya que usualmente presentan mensajes que no logran permanecer en la mente de las personas, y esto no genera los resultados esperados dado que el número de casos sigue aumentando cada año.

Dentro del marco tecnológico, es importante desarrollar medios que permitan brindar apoyo más directo a las personas y a las instituciones, a fin de disponer de medios que permitan beneficiar tanto a los usuarios como a los profesionales para crear maneras más eficientes de tratar esta problemática.

Dentro del contexto nacional, se ha podido evidenciar cómo una aplicación móvil puede ser utilizada en todo el país y brindar ese soporte que se necesita para esta situación, y para eso se ha trabajado en el Expediente Digital Único en Salud (EDUS) por más de 10 años, por lo que es una base, ejemplo y pilar que permite sostener la idea y lo que sería la necesidad de crear una aplicación para poder adquirir data.

En este orden de ideas, Blanco (2024) en su artículo para Gestión en Salud y Seguridad Social argumenta:

El EDUS es una plataforma integral, que no solo centraliza y digitaliza los datos de los pacientes; también cuenta con otras funcionalidades diseñadas para satisfacer las necesidades de los distintos actores del sector salud. De tal manera, este sistema ha transformado la gestión de los servicios de salud, permitiendo una atención más ágil, eficiente y centrada en el paciente, además de una optimización de recursos y la mejora en la calidad y en la oportunidad de la atención en todo el territorio nacional. (p.2)

Para sintetizar la importancia de estos conceptos, se logra determinar tres pilares principales, que son los que guiarán a un complejo desarrollo de una comunicación más directa y eficaz hacia la población costarricense masculina: primero, la creación de un mensaje estratégico, con la intención de lograr un impacto en la conducta de los adolescentes y jóvenes adultos masculinos, en un momento donde la información cada día puede llegar a olvidarse dentro de largas horas de exposición de redes sociales y medios comunicativos.

Seguidamente, la creación de una campaña que busca mantenerse en la mente de los consumidores, generando un impacto y cambio de conducta, donde se promueva el bienestar emocional como un factor necesario de la cotidianidad, para así poder identificar patrones dentro de las personas con conductas suicidas y lograr trabajar con casos específicos a tiempo.

Para finalizar, lo más importante será lograr identificar las mejores herramientas para la creación de una aplicación móvil, con la cual los hombres cuenten con un medio para ayudarse en situaciones con sensaciones suicidas y depresivas, para que así también el Estado y las instituciones nacionales puedan tener un registro tan robusto como el EDUS, para una problemática tan compleja como lo está siendo el suicidio en el país.

Todo esto permite abordar una problemática que viene afectando desde hace unos años atrás, pero su impacto principal ha sido después de la pandemia. Si bien, el Estado ha empleado estrategias para mejorar la situación, no ha logrado tener los resultados deseados, la creación de una campaña con una dirección y estrategia más enfocada en la población afectada, además de una solución como una aplicación móvil, puede generar la reducción en los números de casos de suicidio en el país, logrando gradualmente una mejora en el bienestar emocional de los costarricenses.

## **Antecedentes**

### **Antecedentes Nacionales**

La primer Tesis Nacional consultada es un trabajo de graduación de la Universidad de Costa Rica, realizado por Fernández y Vargas (2023), para optar por el título de Licenciatura en Psicología. Este se titula: “Análisis psicosocial de factores de riesgo y de protección ante el comportamiento suicida en población universitaria: un trabajo realizado en la Universidad de Costa Rica, sede de Occidente”.

El objetivo general de la investigación es analizar desde una perspectiva psicosocial los factores de riesgo y de protección asociados al comportamiento suicida en la población universitaria de la Sede de Occidente.

Los siguientes objetivos específicos son: Describir los factores de riesgo y de protección ante la conducta suicida identificados por estudiantes de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. Describir los factores de riesgo y de protección ante la conducta suicida identificados por personal administrativo de Vida Estudiantil de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. Contrastar los factores de riesgo y de protección ante la conducta suicida inidentificados por el personal administrativo de Vida Estudiantil y por estudiantes de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente.

Basado en la investigación, donde se utiliza una metodología mixta, logra la recolección de datos cuantitativos de manera gradual, con respeto al uso de un instrumento en línea, pero también de manera cualitativa, con grupos focales, dando respuesta al caso de estudio, se logra definir que una parte de la población evidencia situaciones psíquicas que impactan, generando así sentimientos de deseos de morir o soledad, además de que todo esto viene acompañado de factores adicionales que viven de manera personal en cada mente de las personas.

Además, el estudio se realiza dentro de la Universidad de Costa Rica, que evidencia un ambiente académico que también se convierte en un factor importante de estudio, que

académicamente puede afectar a los estudiantes causando frustración y desesperanza cuando no pueden cumplir con las excelencias académicas, pero también se brindar un servicio psicológico no enfocado en las necesidades del miembro estudiantil.

Como cierre, se logra determinar que la investigación de Fernández y Vargas ha sido un gran punto de partida para el estudio de casos de suicidio en una institución educativa y tan importante como la Universidad de Costa Rica, dado que mencionan como siendo un espacio educacional, se convierte en un segundo hogar y debería de poder brindar las mejores herramientas y servicios a sus estudiantes, además de un estudio de factores que comparten los estudiantes con pensamientos suicidas y cómo poder trabajar cada uno de manera específica.

La segunda tesis nacional consultada es para optar por el grado de Licenciatura realizado por Mora (2022) en la Universidad Nacional de Costa Rica. Esta se titula: “Influencia del fenómeno del suicidio por salto al vacío en las dinámicas cotidianas de las organizaciones comunitarias de los alrededores del puente sobre el río Virilla en la ruta 32 (Puente Saprissa), año 2021”

El objetivo general definido es analizar la influencia del fenómeno del suicidio por salto al vacío en las dinámicas cotidianas de las organizaciones comunitarias de los alrededores del puente sobre el Río Virilla en la Ruta 32, conocido como Puente Saprissa, en el año 2021.

Los objetivos específicos que se plantean son los siguientes: Identificar las percepciones de las personas que integran las ADIS existentes en las comunidades cercanas al Puente Saprissa sobre el fenómeno del suicidio por salto al vacío presente en su comunidad. Detallar el imaginario colectivo que se ha construido sobre la infraestructura del Puente Saprissa según el valor simbólico que integrantes de las ADIS de las comunidades le hayan otorgado. Determinar las modificaciones en las dinámicas cotidianas organizacionales e individuales de las personas integrantes de las ADIS a raíz del fenómeno del suicidio por salto al vacío.

En esta investigación, se decide utilizar un enfoque más cualitativo, ya que este tipo de investigaciones se enfocan en comprender y profundizar fenómenos, y en este caso se quiere generar un entorno de confianza para lograr trabajar con la población de estudio. Uno de los principales hallazgos, es la situación que presenta el Puente Saprissa y su imagen dentro de la perspectiva del costarricense.

Como las personas que viven cerca del puente al escuchar sirenas, generan ese sentimiento de alerta de que puede ser por un suicidio, además de evidenciar todos los procesos de prevención o lastimosamente, en la recolección de los cuerpos, y cómo los medios digitales también han sido mal empleados para transmitir estas situaciones. Además de concluir con el hecho de que la nueva infraestructura de barrera permite que las personas no salten, más sin embargo, no evita la muerte.

Para finalizar, la investigación de Mora, también se vuelve un punto importante en el tema del suicidio a nivel nacional, como desde los medios normalizamos y transmitimos situaciones como estas, pero también tener una idea asociada a un mismo lugar como lo es el Puente Saprissa, y como teniendo esto presente, se debe de realizar más investigaciones a fondo sobre esta problemática, y cómo el gobierno y la comunidad costarricense debe de empezar a enfocarse y brindar apoyo en este tema.

La tercera tesis nacional consultada, es para optar por el grado de Licenciatura en Filosofía, elaborada por Rodríguez (2023) en la Universidad Nacional de Costa Rica, con el siguiente tema: “Repensar el Suicidio: Una Discusión Ética y Crítica de la Intervención Preventiva de la Organización Mundial de la Salud Desde la Teoría de Michael Foucault y Thomas Szasz”.

Esta investigación, se formuló el siguiente objetivo general: Crear desde el análisis crítico del suicidio, una alternativa filosófica sobre la prevención del suicidio, según la hermenéutica de T. Szasz y M. Foucault.

Seguidamente se logra presentar los siguientes objetivos específicos que ayudarían a solucionar el objetivo general: Evidenciar desde una hermenéutica crítica sobre los protocolos de la OMS cómo se han estandarizado los discursos de poder-saber en relación con el suicidio. Proponer una respuesta filosófica sobre el tema del suicidio tomando en cuenta el pensamiento de Michel Foucault y Thomas Szasz. Demostrar que pueden desarrollarse concepciones autonómicas sobre la decisión de morir, tomando las definiciones de pensadores varios.

Desde un enfoque filosófico, se permite la realización de una investigación bibliográfica, donde se comprende el análisis más ético y moral. Se logra determinar entre los hallazgos más relevantes, como las instituciones han buscado promocionar campañas para la prevención del suicidio, y como desde practicas psicológicas y psiquiátricas, ayudan a minimizar estas experiencias que pueden generar un evento traumático tanto a la persona como los familiares, ya sea con atención psicología o la reducción de acceso a medios letales, lo cual también se promueve con acciones o frases que de cierta manera tratan de ayudar mentalmente, pero deben de ser elaborados de la mejor manera para no caer en manipulaciones disfrazadas.

Finalmente, Rodríguez promueve el estudio del suicidio desde un enfoque distinto al que usualmente se trabajaría, dado que la primera intervención es psicológica, pero como otras áreas también han ido trabajando este tema dado que se vuelve una problemática social, donde cada ciencia o disciplina tiene su punto de vista, y cómo esto puede ayudar a trabajar cada uno de los escenarios que se presentan en casos de personas con ideas suicidas, y cómo desde un enfoque filosófico, también se puede promover conductas que ayuden a solucionar y mejorar la calidad de la vida de las personas.

Seguidamente, la cuarta Tesis Nacional consultada, es para optar para una Licenciatura en Informática y Tecnología Multimedia en la Universidad de Costa Rica desarrollada por Barrantes, Díaz, Granados, Jiménez, Monge y Rodríguez (2021), esta se titula: “Aplicación de la experiencia de usuario (UX) para actualizar la gestión de las ONG costarricenses con orientación humanitaria.”

Para esta investigación, se determina el siguiente objetivo general: Diseñar una propuesta de solución tecnológica a través de la experiencia de usuario que atienda las necesidades de las personas colaboradoras de ONG's costarricense con orientación humanitaria.

Adicional a esto, se desarrollan los siguientes objetivos específicos: Determinar las actividades fundamentales de las ONG's objeto, mediante métodos y técnicas de investigación propias de las experiencias del usuario, estableciendo posibilidades de mejora mediante la digitalización. Proponer soluciones digitales en forma de prototipos para la validación posterior por parte de las personas usuarias. Evaluar las propuestas mediante procesos iterativos de usabilidad de las personas usuarias, optimizando las prestaciones de la solución digital.

Buscando dar respuesta al objeto de estudio de la investigación, se utiliza un enfoque cualitativo, con el fin de recopilar datos en distintas entrevistas conforme va evolucionando la aplicación y analizándolo basado en lo que necesiten los usuarios. Se desarrollaron distintas conclusiones basadas en las diferentes etapas del proyecto, pero el más llamativo es el de la primera fase: Empatizar.

Esto dado que antes de trabajar la experiencia de usuario, hay que entender al usuario. Los autores mencionan como muchas personas que trabajan en ONG presentan distintos contextos y razones por las que realizan ayudas voluntarias, pero no todos cuentan con el mismo conocimiento tecnológico, por lo que aquí entra la experiencia de usuario, y como esta, desde su principio, debe de ser funcional, pero también fácil de usar para cualquier persona, lo cual es importante al crear aplicaciones que luego generen resultados. Además de seguir involucrando a los futuros usuarios en el proceso, para así poder trabajar en mejores propuestas hasta entregar el resultado ideal.

Para finalizar, se puede determinar como la experiencia del usuario es vital en el proceso de creación de aplicaciones, no se trata solo de desarrollarlas basado en lo que se

considera correcto o con diseños complejos que visualmente se vean bien elaborados o funcionales, hay que desarrollar un proceso de investigación previa y trabajar de la mano con el mismo usuario final, además de pasar por las distintas etapas, desde Definir las propuestas basados en los comentarios y necesidades de los usuarios, como el proceso de diseño y prototipos, para llegar hasta las evaluaciones y poder implementar la aplicación de manera definitiva.

La quinta y última tesis nacional consultada, es un Proyecto de Graduación para optar por el título de Bachillerato de Diseño Industrial, realizado por Rojas (2018), titulado: “Diseño de un producto digital para dar acompañamiento a pacientes con problemas en su salud mental, familiares y terceros.”

Esta investigación lleva por objetivo general diseñar y validar un producto digital para dar acompañamiento a pacientes con problemas en su salud mental, familiares y terceros.

Además de plantear los siguientes objetivos específicos: Proponer una arquitectura de la información amigable para el usuario de manera que éste pueda encontrar la información de manera fácil y rápida. Brindarle al usuario un ambiente de confianza por medio del uso de una nomenclatura sencilla y familiar, de manera que la aplicación se perciba amigable sin uso de vocabulario técnico complejo. Desarrollar un prototipo funcional del sistema y generar la documentación necesaria para su futura implementación.

Para la investigación, se menciona que no hay un enfoque para el análisis de experiencia de usuario en aplicaciones, por lo que se decide trabajar con una serie de conceptos, basado en el siguiente libro: “Metodología de análisis y diseño de usabilidad”, Usability Cookbook, del profesor Ph.D. Franklin Hernández-Castro.

La idea principal fue el desarrollo de una aplicación donde se obtuvieron resultados positivos, donde la información se brindó y se organizó de la manera más eficiente y beneficiosa para el usuario, pero también, hay un detalle importante, que es la utilización de información brindada por la Organización Mundial de la Salud y el Ministerio de Salud, con

lo que se realizaron ajustes en textos, para poder presentar un vocabulario más acorde, dado que muchas veces, al no ser especialistas en el tema, se suponen ciertos términos o frases, y esto ayudó a desarrollar una aplicación más inclusiva y dedicada especialmente a esta población.

Finalizando el análisis, se logra analizar como Rojas plantea una propuesta muy beneficiosa para la salud mental, dado que la tecnología, a pesar de sus desventajas, también ha ayudado a solucionar y promover ideas o herramientas que permiten conectar más a las personas y ayudarlas dentro de su cotidianidad, por lo que una aplicación de esta magnitud se vuelve un beneficio tanto para las personas que necesitan ayuda emocional, como para los familiares poder entender y ayudar, desde una aplicación que busca estar para cada persona que la necesite.

### **Antecedentes Internacionales**

La primera tesis internacional consultada, fue realizada como un Trabajo Final de Grado realizada por Ruibal (2023) con el tema Diseño de experiencia de usuario (UX/UI) en aplicaciones móviles. Caso de estudio Nclub, realizada para la Universidad Rey Juan Carlos, España.

El objetivo general que se establece para esta investigación es aplicar las técnicas conocidas y proponer unas nuevas, evolución del modelo cumpliendo con Las leyes de la interfaz: diseño, ecología, evolución, tecnología (Scolari)

Los objetivos específicos que se definen son: Proponer un rediseño de una aplicación conocida pero poco extendida para obtener un modelo de interfaz más acertado para su público. La adquisición de nuevos conocimientos teóricos y prácticos sobre el diseño de interfaces, en concreto en el campo de las apps y las redes sociales a través de los autores Peter Morville y Jakob Nielsen. Comparar las directrices dictadas por Material.io y Human Interface Guidelines y aplicarlas al desarrollo de interfaces.

La investigación contó con una metodología de análisis de la experiencia de usuario, con la cual se logró determinar las variables necesarias para la una nueva reformulación de la aplicación Nclub. Luego de haber realizado varios análisis de lecturas de distintos autores, se logra concluir que dentro del estudio y el diseño de la interfaz para a experiencia de usuario, no es solo el realizar una interfaz para una aplicación y ya, según los principios para la creación de esta, sino que también hay que tener presente que ésta también debe de perdurar en el tiempo y de esta manera genere una evolución con el usuario.

Para finalizar, Ruibal dentro de los análisis que realiza en los tres libros que utiliza como base para su investigación, destaca los siguientes puntos que se vuelve los pilares para la creación de las interfaces que puedan cumplir con los principios para brindar una buena experiencia de usuario: primero, debe buscar satisfacer las necesidades de los clientes, seguidamente, hay acciones o ideas que se deben de realizar y otras que no para buscar generar una interfaz que sea eficiente, y finalmente, debe de poder seguir siendo útil con el pasar el tiempo y debe de ir mejorando progresivamente conforme el usuario vaya utilizándola.

La segunda tesis internacional consultada es para optar por el grado de Doctorado, realizada por Soto (2023) la cual se titula La conducta suicida y su relación con factores psicosociales vinculados a la salud mental, en población juvenil chilena. Un análisis para la generación de programas de prevención, para la Universidad de Córdoba, España.

Para esta investigación se desarrolla el siguiente objetivo general “ Realizar una revisión sistemática de ensayos clínicos aleatorizados y estudios observacionales de programas de intervención clínica (tratamientos psicológicos), educativos (acciones de capacitación y educación formalizadas) y psicosociales (intervenciones comunitarias o masivas) de prevención de suicidio ejecutados con jóvenes y adolescentes en contextos clínicos y educativos

Adicional, se definen los siguientes objetivos específicos: Establecer indicadores psicológicos en relación con riesgo suicida en una muestra de universitarios chilenos. Conocer si existen diferencias entre los universitarios chilenos en riesgo de CS y los que no lo están, en relación con variables psicológicas tales como la desesperanza, autoestima, depresión, impulsividad, ansiedad y el estrés.

En la investigación, se realizó un estudio de corte transversal encaminado a descubrir en qué medida factores de corte individual como la impulsividad, desesperanza, síntomas depresivos, el estrés o la autoestima, que pueden predecir el comportamiento suicida.

Las conductas suicidas analizadas en la investigación, más allá de tener factores económicos o sociales, se enfoca en el ambiente educativo principalmente en el universitario, dado que es en el momento en el que la persona empieza con problemas de identidad por la migración de la adolescencia a la adultez. De esta manera, el sistema educativo ha tratado de generar programas para lograr identificar estas conductas, pero también recalca como se vuelve un tema de salud pública.

Como cierre de la investigación, Soto se enfocó en realizar un análisis no solo del suicidio, sino que también brinda un punto de partida importante para los gobiernos, y es entender cuáles son las principales etapas y edades que presentan estas conductas suicidas, más allá de las restricciones que el gobierno le pide para realizar esta investigación, propone cuál podría ser el primer punto para estudiar estas actitudes, y es el ambiente educativo, principalmente el universitario.

La tercera tesis internacional consultada fue realizada por Amado (2024), con el tema: Prototipo aplicación móvil para la gestión de atenciones en salud mental en la Universidad Autónoma de Bucaramanga, Colombia.

Para esto, se desarrolla el siguiente objetivo general para su Investigación: Construir un prototipo de aplicación móvil en plataforma Android que permita la comunicación entre usuarios y psicólogos mediante la gestión y asignación de citas. Seguidamente, se establecen

los siguientes objetivos específicos: Definir los requisitos clave para la aplicación móvil, elaborando un documento de los requerimientos de la aplicación. Diseñar la interfaz de usuario de la aplicación, elaborando mockups. Construir un sistema de historial de sesiones, utilizando una base de datos adecuada para el historial. Implementar la funcionalidad del chat, utilizando un API de comunicación. Realizar pruebas de experiencia de usuario para obtener retroalimentación de público objetivo.

Se presentan 3 aspectos importantes como lo es: la pandemia como punto de partida, dado que fue uno de los momentos que desencadenaron más problemas emocionales en las personas, seguidamente, a la hora de realizar un tipo de aplicación con información tan sensible, es necesario contar con un cifrado de extremo a extremo que garantice la protección de la privacidad, además de disponibilidad las 24 horas y finalmente, entender cuál es el ambiente que más se utiliza en el país, en este caso Colombia usa más Android, por lo que es mejor desarrollar aplicaciones para estos ambientes. Para la metodología de la investigación, se realizó el Modelo en Cascada, el cual permitiría analizar la aplicación en cada etapa de creación, lo cual ayuda a llevar el proceso con mayor control.

Gracias a la investigación de Amado, se logró aportar distintos pilares o ideas base para lo que es la atención mental por medio de plataformas digitales con la creación de un prototipo que puede servir como principio para poder desarrollar este proyecto, no solo en Colombia, dado que después de la pandemia, muchos países han notado el aumento en casos de estudio con situaciones mentales, por lo que poder brindar un apoyo desde la tecnología, puede ayudar al sistema de salud para obtener mejores datos a fin de poder tratar estos casos con mayor profundidad.

La cuarta Tesis Internacional consultada, para Universidad Complutense de Madrid, realizada por Montes y Pacheco (2024), titulada “Integración de IA y Salud Mental: Implementación de un Sistema de Asistencia Virtual para la Detección y Atención de Problemas Psicológicos”.

Para esta investigación, se presenta el siguiente objetivo general: “Diseñar un asistente virtual basado en inteligencia artificial que identifique rasgos de depresión y ansiedad en el proceso de adaptación académica de los estudiantes de primera matrícula en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Además, se mencionan los siguientes objetivos específicos: Identificar los requerimientos funcionales y no funcionales necesarios en el diseño de un asistente virtual para el reconocimiento de los rasgos de ansiedad y depresión en estudiantes de primera matrícula de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Proponer un modelo de interacción, comunicación y procesamiento de lenguaje natural en el diseño de un asistente virtual apoyado en inteligencia artificial. Crear un diseño para un asistente virtual inteligente mediante una arquitectura software cliente servidor garantizando una experiencia de usuario amigable y accesible.

Esta investigación adopta un enfoque tecnológico de tipo descriptivo. El diseño sigue el modelo en cascada, limitado a las fases de análisis y diseño, lo que permite estructurar y documentar de manera sistemática los requerimientos y procesos necesarios para conceptualizar un asistente virtual.

La necesidad de una base estratégica y sólida a nivel de arquitectura del asistente virtual, dado que se necesita mantener la eficiencia, pero también poder brindar soporte a un volumen de usuarios sin tener que afectar su rendimiento. Además de tener presentes principios de experiencia de usuarios como la simplicidad y accesibilidad. Incluso brindar una alta seguridad por el manejo de información de datos sensibles.

Finalmente, Montes y Pacheco ofrecen una aplicación que permite poder evaluar de manera más directa la temática del suicidio en los adolescentes, que son un público que cuentan con alto número de casos de suicidio, por lo que sí ayudará para poder tratar estos casos con anticipación gracias a que se podrían detectar conductas suicidas, pero también ayudar a dar un gran paso en la tecnología, especialmente en términos de salud mental.

La quinta y última Tesis Internacional consultada, es un trabajo Final de Grado, realizado por García (2022), titulado:” Aplicación interactiva para la intervención y

monitorización psicológica de síntomas de depresión y ansiedad en población adolescente. TFG interdisciplinar.” para la Universidad Miguel Hernández de Elche, España.

Para resolver el tema de estudio, para la investigación se propone los siguientes objetivos generales: Mejorar síntomas de depresión, ansiedad y estrés en adolescentes mediante el fomento del autocuidado y la técnica de Mindfulness a través de una aplicación interactiva. Implementar una aplicación innovadora 3D en un entorno Web que ayude a los profesionales de la salud mental a monitorizar y contactar con sus pacientes. Integrar estética y narrativa que generen efectos positivos en los adolescentes a nivel de salud mental.

También presenta los siguientes objetivos específicos: Dirigir la parte de IT del equipo: liderar las reuniones con las compañeras de Psicología y Comunicación Audiovisual ayudándolas a orientar los conocimientos de sus disciplinas a un desarrollo software. Realizar un proceso de extracción de requisitos y análisis de diseño para su posterior implementación. Análisis del estado del arte y tecnologías relacionadas: realizar un análisis exhaustivo del estado actual de la cuestión para identificar aplicaciones relacionadas, determinar la tecnología de desarrollo y los frameworks más adecuados para implementar la aplicación requerida en este caso específico. Implementación de la aplicación web: implementar un prototipo funcional accesible y amigable utilizando una metodología de desarrollo de software que cumpla en la mayor medida con los requisitos y los requerimientos extraídos en los dos puntos anteriores. Este primer prototipo deberá ser extensible en un futuro, personalizable por el usuario y permitir la comunicación entre el psicólogo y su paciente.

Para lograr alcanzar los objetivos, se desarrolla una investigación con metodología Srcum, ésta es utilizada en el análisis de la experiencia de usuario, ya que permite flexibilidad para adaptarse a cambios frecuentes. Como el entorno 3D digital creado, se termina convirtiendo no solo en una actividad adicional que se puede brindar a pacientes con ansiedad y depresión, sino que se termina volviendo una herramienta complementaria para estos casos.

Para esto, se buscaba poder brindar acompañamiento psicológico a los pacientes de manera virtual, para no tener que disponer de citas presenciales, pero para esto, también se

desarrollaron distintas acciones extras, como entornos personalizados según las necesidades del paciente, pero también el probar en distintos navegadores Google Chrome, Microsoft Edge, Opera GX y Firefox. (p.74)

Como cierre, esta investigación logra generar una idea de partida en lo que sería un prototipo funcional para ayudar a personas con ansiedad, estrés y depresión en adolescentes, dado que es una de las principales problemáticas que enfrenta la sociedad, pero también busca poder brindar al usuario una experiencia dentro de la aplicación, que le permita acomodarse a sus necesidades, por lo que es necesario trabajar de la mano con los usuarios en la práctica, para así poder ir mejorando la aplicación hasta poder generar un entorno beneficioso para los pacientes y psicólogos.

## **Proyecciones**

La investigación propone realizar un análisis de las estrategias de comunicación implementadas por el Ministerio de Salud en relación con el suicidio a nivel nacional. Con la finalidad de lograr identificar, en cuáles de estas estrategias, pueden implementarse mejoras a nivel de comunicación, y trabajar en base a ellas para también, basado en la situación actual del país con respecto a la salud mental, crear un mensaje que pueda ser bien recibido por la población meta.

Seguidamente, se realizará un estudio con hombres jóvenes adultos de entre 20 a 30 años, para así poder determinar principales actitudes y factores externos que pueden afectar a personas con conductas suicidas. Se desea entender el contexto en el que viven y cómo dentro de la cotidianidad, se puede brindar asistencia a estas personas, con la intención de llevar un control más directo de los casos y así también identificar cuál es la mejor manera para comunicarse con la población afectada.

Según los estudios que se realizarán en los jóvenes masculinos de 20 a 30 años, se podrá concluir con una estrategia más directa y así poder crear una campaña que pueda destacar en la actualidad, esperando un cambio de comportamiento en las personas, ya sea tanto con conductas suicidas, como también la creación de conciencia en la población costarricense sobre esta problemática.

La recopilación de los datos será de utilidad para el desarrollo tanto de una campaña para el Ministerio de Salud como la creación de una aplicación móvil que se pueda desarrollar basada en las necesidades del usuario. Partiendo de los principios de la experiencia de usuario, se desea realizar un medio adicional que pueda ser una ayuda directa a estos jóvenes durante su día y más en una sociedad donde lo digital puede convertirse en una herramienta para salvar vidas.

## **CAPÍTULO II: MARCO TEÓRICO**

### **Salud mental**

Dentro del área de salud, hay múltiples ramas de estudio, tomando en cuenta el cuerpo de una persona, hay una variedad de partes que se estudian individualmente. Estas abarcan distintas zonas, cada una de las secciones a nivel muscular, todo el sistema nervioso y sus reacciones ante estímulos, el sistema sanguíneo y el recorrido por todo el cuerpo, el digestivo, respiratorio, y cada uno de estos sistemas cumple un rol fundamental en el funcionamiento integral del ser humano.

Sin embargo, el análisis del cuerpo humano es muy complejo, pero dentro de todo este estudio, también hay que tener en cuenta un aspecto fundamental para el desarrollo de las personas, y es el enfoque mental. Si bien la salud mental no había sido tan abordada con la misma relevancia, a pesar de las regulaciones y legislaciones sobre la misma, no tenía tanto reconocimiento, dado que siempre se había priorizado la atención a un cuerpo sano solo desde su físico y no desde su mente.

Luego de la pandemia, después de una situación que alteró la química del cerebro de muchas personas, en aspectos negativos, este término se vuelve una nueva preocupación, de manera que logra posicionarse en la actualidad como uno de los principales cuidados que tienen las personas.

Ya no es solo una frase, la salud mental se vuelve un pilar importante en la vida de las personas, que cubre desde su vida personal, hasta su desarrollo educativo y profesional.

Para un mejor análisis, la Organización Mundial de la Salud (2025) define a la salud mental en los siguientes términos:

La salud mental es un estado de bienestar mental que permite a las personas hacer frente a los momentos de estrés de la vida, desarrollar todo su potencial, aprender y trabajar adecuadamente y contribuir a su comunidad. Tiene un valor intrínseco e instrumental y es un derecho humano fundamental. (párr.1)

Actualmente, la salud mental ha logrado posicionarse en la mente de las personas, ya no como una tendencia, sino como algo fundamental dentro del estilo de vida actual. Las personas siguen cuidando de su salud física, ya sea realizando deporte o con una alimentación adecuada, pero también tienen presente el aspecto mental y su importancia para tener un desempeño óptimo personal en su vida diaria

Para esto, la sociedad ha tenido un cambio de perspectiva, y ha llevado a una mayor atención, ya sea en ámbitos profesionales, educativos, familiares e incluso personales. Se observa con mayor conciencia la necesidad de tener más límites en espacios donde se violenta el bienestar mental, pero también son más abiertos a pedir asistencia psicológica para lograr afrontar experiencias pasadas o trabajar áreas de mejora personal.

Ahora se busca un balance entre una mente sana y tranquila con un cuerpo sano y funcional. Porque la salud no es solo algo inherente a la condición humana, es un derecho, como menciona García (2024) en La importancia de la salud mental:

La salud mental no es un lujo ni un tema secundario; es un derecho humano fundamental. Todas las personas deberían tener acceso a recursos y servicios que les permitan mantener una buena salud mental, independientemente de su situación económica o social. (párr. 14)

La relevancia del tema para la investigación es que constituye un pilar fundamental con respecto al tema de salud en general. A partir de su definición, se determina que para el buen desarrollo integral de las personas, se reconoce la necesidad de un balance desde lo

interno, en este caso desde el bienestar mental, que influye directamente en la capacidad de completar nuestras tareas diarias y a interactuar de manera adecuada en la sociedad.

Se establece la salud mental como un derecho que tiene cada individuo para lograr desarrollarse de manera integral dentro de la sociedad. No es la ausencia de condiciones o trastornos mentales, sino un estado de equilibrio que le permite lograr cumplir sus objetivos de manera saludable y consciente.

La salud mental ha ido evolucionando y tiene más presencia en la sociedad, lo que permite tener personas que cuidan su salud en todos los ámbitos, donde el cuidado de la mente resulta tan esencial como el del cuerpo, al ser esta la base de los comportamientos y conductas que guían la vida diaria.

## **Enfermedad mental**

Las alteraciones en los procesos mentales se definen como enfermedades mentales, ya sea en el procesamiento de emociones, percepciones, comportamientos del individuo, que pueden llegar a dificultar las relaciones con las demás personas. Las enfermedades mentales no vienen de una única causa, son el resultado de factores biológicos, sociales y psicológicos.

Las enfermedades mentales corresponden al área de estudio de profesionales enfocados en Psicología y Psiquiatría, dado que ambas disciplinas requieren un análisis de las conductas mentales de los pacientes, hay situaciones no solo un estudio tan complejo como lo pueden brindar los psicólogos puede lograr determinar la causa de la enfermedad mental, sino que hay veces donde se requiere un tratamiento más avanzado como lo sería involucrar tratamientos farmacológicos, que es donde entraría con mayor presencia un psiquiatra.

Asimismo, es clave diferenciar ciertos términos, ya que el tema de la salud mental tiene más presencia en las conversaciones actuales, se han identificado conceptos que se

emplean de manera incorrecta, sin embargo, en el área de la salud es importante su comprensión para lograr comunicar la situación de la manera más adecuada y precisa.

El primer término, sería que el punto clave para identificar una enfermedad mental, es la presencia del factor biológico, las personas desarrollan esta condición por un disfuncionamiento del sistema nervioso, como lo sería la esquizofrenia. A diferencia de un trastorno mental, que son condiciones que se adquieren por la forma en que la persona actúa y los pensamientos que se tienen en diferentes contextos, como por ejemplo las fobias y la ansiedad.

De igual manera, en distintas áreas de salud, el término más utilizado es el de trastorno mental. La Organización Mundial de la Salud (2025) propone la siguiente definición: “Los trastornos mentales se caracterizan por una alteración clínicamente significativa de la cognición, la regulación de las emociones o el comportamiento de un individuo. Por lo general, van asociados a angustia o a discapacidad funcional en ámbitos importantes.” (párr. 1)

Dado que no son tan fáciles de diagnosticar, para lograr determinar la enfermedad mental, se requiere de tiempo para una evaluación completa de los síntomas y así identificar cuál es la que presenta el paciente.

Muchas de estas enfermedades como se mencionaba, pueden llegar a tratarse con tratamientos farmacológicos, los cuales ayudan a la regulación de los síntomas, que a diferencia de los trastornos, pueden llegar a trabajarse desde un enfoque clínico y pueden llegar a superarse adecuadamente con el tiempo

Seguidamente, hay dos términos, y es fundamental no confundirlos. Entender que no es lo mismo salud mental que las enfermedades mentales, no son condiciones que permitan definir a la una como la ausencia de la otra, sino que ambas reflejan distintos tipos de bienestar o deterioro psicológico.

Es necesario desarrollar de manera amplia el concepto de enfermedad mental, porque hay varias de ellas que pueden ser factores comunes en personas que pueden tener conductas suicidas, y es importante tener presentes cuáles son las más comunes en los pacientes en la actualidad, entre ellos Nagles (2022) menciona en su artículo:

Algunos ejemplos de trastornos mentales son: los trastornos de ansiedad, los trastornos del estado de ánimo (como la depresión), los trastornos alimentarios, los trastornos de afecto bipolar, los trastornos de consumo de sustancias, los trastornos psicóticos y la esquizofrenia, y los trastornos del neurodesarrollo como el autismo, entre otros. (párr.4)

Las enfermedades y trastornos mentales constituyen un amplio campo de estudio, caracterizado por su diversidad y complejidad. Como se mencionaba, no tienen una causa única, y varían en cada persona según su entorno social pero también por factores biológicos.

Es necesario tener presente que las personas pueden padecer de ellos y que esto puede afectar su desarrollo en la comunidad, es importante el estudio de estas enfermedades para tener un mayor entendimiento de cómo ser conscientes con las personas y como se pueden formar cuidadores y especialistas que velan por los derechos y tratamientos de los pacientes.

## **Suicidio**

Actualmente se puede enumerar múltiples causas de muerte que afectan a la población mundial, se pueden diferenciar ya sea por causas biológicas, como por un enfermedad o muerte natural por vejez, a como también se presentan causas sociales, entre las que se pueden mencionar fallecimientos por asesinatos o situaciones específicas como actividades de alto riesgo.

Dentro de las causas reportadas sobre muertes en el mundo, el suicidio, con el pasar de los años, debido a su persistencia, se ha convertido en una problemática social y de salud.

Jurado y Rangel (2020) definen el suicidio en su artículo, citando la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud (WHO-PHO) (1998), como: “el acto de quitarse la vida deliberadamente, iniciado y realizado por la persona, en pleno conocimiento o con la expectativa de un resultado fatal.” (p. 41)

Estos no se tratan como un fenómeno aislado o exclusivo de determinadas regiones, el suicidio ocurre en todos los países, ya que esta decisión, puede ser tomada en cualquier momento y lugar. Para eso, el suicidio es un tema tan amplio para abordar, es una problemática compleja y multifactorial, que puede ir relacionado desde una religión, pasando por la visión del mundo y el propio concepto de lo que es la vida, y el “sentido de la vida” que pueda tener una cultura o persona particular.

En cuanto a población afectada, si bien hay mayores índices de suicidio en adolescentes y adultos jóvenes, el suicidio puede pasar en cualquier edad. Se reportan edades desde los 15 años, donde la adolescencia juega un papel limitante y factores sociales donde se desarrolla la persona, hasta la vejez, donde adultos mayores pueden intervenir sentimientos de soledad, pérdida de autonomía o enfermedades crónicas.

Según datos de la Organización Mundial de la Salud, cada año pierden la vida a causa del suicidio, aproximadamente 727.000 personas según un informe del 2021, lo cual tiene como contexto social la salida de la pandemia del COVID-19. Mientras que en Costa Rica, según un análisis de la OMS para el 2024, demostró que, en el país, por cada 100 000 habitantes, hay aproximadamente 7 personas que fallecen por suicidio, esto reportado para el año 2020.

Para el suicidio, no hay una distinción entre edad o género, ya que puede llegar a afectar a toda la población, pero según los datos reportados por el Ministerio de Salud de Costa Rica, en su informe anual de casos de suicidio del 2024, menciona lo siguiente: “Igual que las cifras globales, en las Américas, las tasas de suicidio en hombres continúan siendo superiores a las observadas en las mujeres, y representan alrededor del 79% de todas las defunciones por suicidio.” (p. 5)

Par realizar un análisis complejo del suicidio en la sociedad, es vital comprender la situación actual social en la que se vive, cómo se estudia y qué hacen las instituciones de salud para lograr combatir esta problemática.

Para esto, se debe de empezar a tomar la salud mental como una problemática de salud que demanda igual atención prioritaria que una emergencia por accidentes o factores biológicos, porque si no se trata de manera rápida, el suicidio es igual de importante que cualquier muerte, se debe de evitar en todo momento.

### **Causas de suicidio: Factores y actitudes**

Cada persona es un cuerpo distinto, de igual manera funciona la mente. Todas las personas nacen y crecen en entornos distintos, y son resultado de las decisiones que toman todos los días. Al final, la vida se resume en cómo se reacciona a los factores en los que el individuo se desarrolla, de ahí la importancia de un análisis mental para comprender su razonamiento y el porqué de sus acciones.

Dentro de los estudios sobre el suicidio, hay que comprender dos puntos importantes, el contexto geográfico y el sociocultural, que son los factores externos e internos que pueden afectar a la persona. Con esto, podemos determinar cómo el país o el sector regional pueden ser un determinante ya sea por cultura, por lo que el país en el que viven las personas si es un limitante importante, ya que también hay que comprender qué acciones realizan las instituciones públicas para solucionar esta problemática.

Para esto, la Organización Panamericana de la Salud menciona en su artículo, datos del 2021 con respecto a las regiones y la cantidad de suicidios:

Aproximadamente 100.760 personas en la Región de las Américas murieron por suicidio en 2021, con una tasa de mortalidad estandarizada por edad de 9,2 muertes por cada 100.000 habitantes. Norteamérica tuvo la tasa de

mortalidad por suicidio más alta en 2021 (13,5 por 100.000 habitantes), mientras que la Región Andina registró la más baja (5,1 por 100.000 habitantes). Por cada muerte por suicidio, se producen aproximadamente ocho intentos de suicidio. (párr.5)

De la misma manera, los factores sociales y biológicos pueden también convertirse en pilares importante de estudio, dado que no se rigen solo por el país, sino por el entorno en el que la persona crece y se desarrolla, ya sea el estatus social, educación, convivencia, profesional, pero también hay que comprender el enfoque mental y el componente biológico.

Para lograr identificar los principales factores y actitudes que presentan los pacientes, es importante definir un término que va a ser utilizado durante todo el tema del suicidio, y es el proceso o conducta suicidas. Para esto, Galvis-Rada (2020), cita al Ministerio de Salud de Colombia (2018), para su proyecto de diplomado y establece la siguiente definición:

Es considerada como una secuencia de sucesos que son definidos como procesos suicidas, los cuales se llevan a cabo de manera progresiva, partiendo en muchos casos desde los pensamientos e ideas, los cuales son precedidos por planes y múltiples intentos de suicidio con un aumento paulatino, hasta el punto de consumir el acto suicida. (p. 5)

El proceso suicida, como se menciona, es el conjunto de situaciones dentro de su entorno que presentan pacientes, si bien cada escenario es distinto y requiere de un análisis personal, dentro de varios estudios se pueden determinar similitudes en situaciones que comparten las personas.

Para el análisis del suicidio, el término a utilizar son Factores de Riesgo, los cuales se dividen en: factores individuales, sociofamiliares y contextuales, protectores, precipitantes y señales de alerta.

Los factores individuales se resumen en trastornos mentales, como lo pueden ser la depresión, esquizofrenia, o bipolar, hasta el abuso de sustancias. Además de antecedentes de intentos suicidas previos. También factores psicológicos y de personalidad, como la desesperanza, perfeccionismo e impulsividad. A nivel biológico, pueden intervenir enfermedades físicas crónicas, discapacidad o predisposición genética.

De la misma manera, los factores sociofamiliares y contextuales abarcan antecedentes de familiares con conductas suicidas o suicidio, la falta de apoyo en el ambiente familiar y el nivel socioeconómico y situación laboral puede convertirse en un elemento determinante en la aparición o intensificación del riesgo.

Los factores protectores se enfocan en la persona, en su manera de resolución de conflictos y capacidad de enfrentamiento, pero también desde un entorno sociofamiliar y contextual, como lo es el acceso a servicios de salud y una buena red de apoyo en casa. Además de la facilidad a medios letales y las prácticas religiosas también se vuelven un punto importante.

Adicional, los factores precipitantes se relacionan con situaciones de estrés intenso que pueden ser determinantes, entre ellas están: situaciones de conflicto a nivel familiar o profesional, la desesperanza, el acoso o bullying, maltrato físico o abuso sexual, además de violencia de género.

Finalmente, las señales de alerta pueden manifestarse a nivel conductual, como lo son las señales de comportamiento y verbales. Las señales de comportamiento o cognitivas, se basan especialmente en los siguientes síntomas: sensación de vacío, frustración, malestar, tristeza, dolor, culpabilidad, vergüenza, preocupación excesiva y manifiesta cambios drásticos de humor, problemas para distraerse o pensar en otra cosa.

También, desde una perspectiva verbal o social, se pueden analizar los siguientes comentarios o situaciones: habla abiertamente sobre su deseo de suicidarse, de morir, o de no haber nacido, se puede considerar una “carga”, hace referencias habituales a la muerte, comienza a regalar sus pertenencias y bienes sin motivo y habla con personas de su entorno y se despide de ellas como si fuera la última vez, también escritura de cartas, mensajes o llamadas.

El suicidio, debe de ser comprendido como una manifestación de dolor emocional, que debe ser prevenido y siempre se debe de estar alerta a las señales de alarma.

Hay otro componente importante, y es que el aliado del suicidio es el silencio, de ahí la importancia del poder traer estos temas a las personas, para poder identificar esos síntomas, pero también si hay una persona que necesita ayuda, puede pedirla sin sentirse vulnerable, sino contar con una red de apoyo sólida que va a estar ahí para ellos.

## **Repercusiones de la salud mental**

Dentro de todo lo que conlleva el bienestar mental, hay que comprender que hay muchos limitantes para que las personas logren sentirse bien emocionalmente, ya sea por componentes biológicos, sociales, culturales, políticos, económicos, psicológicos, entre otros, por lo que es necesario comprender cuáles son los principales aspectos que pueden afectar la salud mental de las personas.

Primero, hay que considerar qué es una repercusión, y luego también desde un enfoque mental. Desde una connotación negativa, una repercusión se considera algo que impacta o genera un efecto, también puede ser una consecuencia. Hay muchas variantes en la sociedad que logran influir en las personas en varios aspectos de su vida, entre ellas la salud y sus emociones.

Para esto, es mejor identificar qué puede llegar a pasar si una persona no se encuentra en un estado controlado sobre su salud mental. Es importante señalar que la salud mental no

es uniforme o analizada de igual manera en todas las personas, ya que cada uno interpreta un análisis distinto del contexto que afronta del individuo, sobre qué es correcto y lo que no.

Se puede analizar desde una mejor perspectiva según el Informe del proyecto La mente mundial, de Sapiens Lab y Newson (2024) dice: “Para una persona esto puede significar poder desarrollar un tipo particular de trabajo cognitivo, mientras que para otra puede significar administrar el hogar o realizar una labor física.” (p. 7)

Se crea un impacto negativo en la vida de las personas cuando no se tiene un equilibrio entre la salud mental y el entorno en el que la persona se desarrolla, entre las repercusiones que pueden analizar a corto plazo, se puede analizar 4 áreas que se pueden ver afectadas: emocional, conductual, físicas y cognitivas.

Para la emocional, se puede encontrar estrés, cambios de humor, pérdida de ganas de vivir, mientras que las conductuales es más como aislamiento social y puede asociarse con nuevos hábitos maliciosos, como el consumo de sustancias. Las cognitivas se ven en dificultad para concentrarse y pérdida de memoria, y las físicas se vuelven trastornos de sueño, dolores o tensión muscular.

Las afectaciones de la salud mental puede llegar a perjudicar desde su círculo social y sus relaciones con las demás personas ya sean su propia familia, amigos o compañeros estudio, también se refiere a cómo se desenvuelve en un entorno laboral, porque la mente está presente en todo momento y es importante tener espacios para cuidar de ella dado que puede haber escenarios no deseados por una respuesta emocional que no sea bien recibida, ya sea por un factor que puede ser analizado desde la salud mental y falta de control sobre esta.

Para esto es importante contar con dos redes de apoyo importantes, entre ellas primero es una social-familiar, donde personas cercanas o de asistencia puedan estar presentes para los pacientes, como menciona Arce (2022) en su investigación: “La persona joven como un ente en desarrollo debe adquirir herramientas psicológicas que le permitan enfrentarse a las

situaciones adversas o estresantes; y esto se relaciona con contar con redes de apoyo, como lo son la familia, sus amigos.” (p. 5)

Es de suma importancia poder brindar compañía y ayuda emocional a los pacientes, por más que el ser humano sea individual, se sabe que es un ser social y necesita de sus compañeros para lograr ser estable tanto en la sociedad como mental y físicamente.

Asimismo, el ámbito laboral representa un espacio relevante para la promoción del bienestar mental, ya que muchas más empresas empiezan a priorizar la salud mental de sus empleados, dado que esto no solo va a brindar mejores resultados a nivel de producción y rendimiento, también es comprender que los empleados son personas y no máquinas sin emociones, promoviendo entornos más saludables.

La salud mental lleva muchos años de estudio, dado que cada paciente tiene escenarios y situaciones diferentes a las cuales se enfrenta cada día. Es importante destacar que las repercusiones de la salud mental abarcan dimensiones emocionales, conductuales, cognitivas y físicas, afectando tanto al individuo como a su entorno social.

Finalmente, es necesario el desarrollo de seres conscientes de que cada persona tiene una realidad distinta y se debe de luchar por espacios donde las personas puedan desarrollarse de manera completa y seguros.

### **Tratamientos actuales para el bienestar mental**

El cuerpo humano tiene varias áreas y sistemas, por lo que se debe velar por el buen funcionamiento integral del mismo, dado que es el medio por el cual se realizan las acciones todos los días. Para esto muchas personas cuidan de su salud física, con ejercicio y buena alimentación, además de los entornos sociales como pasar tiempo con la familia y amigos, que eso también ayuda a la liberación de hormonas y emociones, como también realizando actividades de realización personal.

Para que cada persona, pueda tener un cuerpo útil y funcional dentro de sus actividades y tareas cotidianas, debe de velar también porque el estado mental también esté trabajando de la mejor manera, por ejemplo, utilizando estrategias orientadas a la regulación emocional, la toma de decisiones y el adecuado desempeño en la vida cotidiana. Con este no solo se regulan las emociones y sentimientos, sino que aporta en la toma de decisiones y las acciones que se realizan durante el día.

Es muy importante comprender tres áreas en las cuales se puede trabajar la salud mental, y es desde pequeñas acciones que se pueden completar todos los días para ayudar a regular las emociones y ayudar a estimular la mente de manera sana. Así como hay ciertos escenarios donde la psicología debe de entrar para desarrollar terapias personales donde el factor farmacológico puede ser parte en caso de ser necesario también.

Dentro la cotidianidad, se han establecido ciertas actividades que ayudan a estimular la mente, las que se determinan como autocuidado, y se pueden mencionar: dormir al menos 8 horas, hacer ejercicio diario o caminatas de 30 minutos, mantener una dieta balanceada reduciendo azúcar y cafeína, y fortalecer la conexión social.

Además, hay otros cuidados más específicos como: utilizar una guía de manejo emocional para realizar preguntas de introspección sobre las emociones, técnicas de respiración, trabajo de autoestima y manejo de ansiedad. Si bien cada persona es un mundo distinto, muchas personas encuentran dificultad en el manejo emocional, por lo que acuden a especialistas en el área de psicología para poder optar por asesoramiento y terapias psicológicas conductuales y clínicas.

Para esto, se utilizar la definición de Cascal y Continuo (2024) en su artículo para la Universidad de Montevideo:

La consulta psicológica implica el encuentro entre el profesional de la psicología y el otro, en el que metodológicamente se instrumentan diversas modalidades de intervención psicológica. Este encuentro se ve facilitado por

un encuadre de trabajo propiamente clínico. El abordaje que se implemente tiene de base un método, llamado método clínico. (p.25)

Adicional, el área de la psicología es inmensa, dado que hay distintas áreas de enfoque y tratamientos experimentales en los cuales los profesionales pueden dedicarse para así proporcionar un tratamiento adecuado a cada escenario dependiendo de los pacientes, para eso Luna, Muñoz, Román, (2025) en su artículo para Revista Sociedad & Tecnología, establecen lo siguiente:

Las nuevas generaciones de psicoterapias conductuales están revolucionando el campo de la psicología clínica desde un enfoque que ha demostrado su efectividad a lo largo del tiempo en varios ámbitos de la actividad humana, desde la integración de terapias basadas en mindfulness hasta la aplicación de enfoques biopsicosociales y arteterapia, los cuales mejoran significativamente la efectividad del tratamiento psicológico. (p.9)

Finalmente, más allá de enfoque psicológico y de su gran aporte como una terapia de asistencia emocional, muchos de los trastornos no se pueden tratar con terapias de este tipo, hay que comprender que la mente es el cerebro de una persona y este funciona como órgano, el cual también puede necesitar regularse por medio de sustancias, por lo que esta especialidad médica es la que está a cargo de un psiquiatra. Por ejemplo, entre algunos medicamentos que se pueden mencionar están los: antidepresivos, ansiolíticos, estabilizadores del ánimo, antipsicóticos y estimulantes.

Es de vital importancia comprender que tanto estos medicamentos, como la asistencia psicológica es un derecho que se debe de proteger y ser garantizado para todas las personas, para esto hay que hacer conciencia de la importancia de instituciones de salud, ya sean públicas o privadas, que puedan proporcionar estos espacios, no solo de asistencia, sino

información clara y accesible, para todas las personas y conocer más sobre estas condiciones que muchas veces no son analizadas a tiempo y necesitan de igual asistencia como cualquier intervención médica.

### **Instituciones públicas de salud**

Los gobiernos de los países tienen la obligación de velar por el derecho de la salud de los habitantes de su región, para esto deben de otorgar un servicio que pueda abastecer a todo el país y sus necesidades, esto mediante la creación, regulación y supervisión de instituciones públicas por parte del Estado, que ofrecen asistencia y acceso en casi todas las áreas y especialidades, para así poder mantener el bienestar de las personas, solidaridad y acceso oportuno a servicios sanitarios.

En el contexto costarricense, hay varias instituciones que cumplen con estas labores, primero se puede definir qué es una institución pública de salud, basado en el Perfil del sistema de servicios de salud de Costa Rica (2023) de la Central del Movimiento de Trabajadores Costarricenses:

Según el decreto ejecutivo 38536-MP-PLAN, publicado en La Gaceta 159 del 20 de agosto de 2014, la rectoría en Salud, Nutrición y Deporte, le corresponde al Ministerio de Salud. El Sector Salud está conformado por un conjunto de entidades públicas, centralizadas y descentralizadas, que tienen una competencia explícita y legal dirigida a proteger y mejorar la salud de la población. (p.1)

Dentro de las instituciones públicas en Costa Rica, se tiene una amplia variedad que entidades que responden y velan por la salud de la Nación, entre ellas se destacan: Ministerio de Salud, Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS), Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA), Instituto Nacional de Seguros y el Instituto Costarricense de

Investigación y Enseñanza en Nutrición y Salud (INCIENSA).

Adicional, hay otras administraciones que igual velan por la atención integral de poblaciones vulnerables, como la niñez, se presentan los Centros de Educación y Nutrición y de Centros Infantiles de Atención Integral (CEN-CINAI). Seguidamente, hay otros pilares de la salud que también están presentes en el país como la Organización Panamericana de la Salud y la Oficina Regional de la Organización Mundial de la Salud.

Si bien hay que comprender que la existencia de abastecimientos para asistencia médica tiene una larga trayectoria, desde el periodo colonial, los reyes españoles solicitan la creación de sitios para atender las enfermedades que traen desde España como las que también se encuentren en el nuevo continente.

Luego del periodo de los reyes, llega la creación del Hospital San Juan de Dios, que marcó un precedente en la atención médica organizada en el país. Uno de los pilares en tema de salud, tal como lo señala Gonzales (2024) en su artículo para la Asamblea Legislativa:

En 1855, se concluyó la construcción del Hospital y se abrieron sus puertas para recibir a todo costarricense que recurriera a él, en busca de salud. Durante la heroica gesta de 1856, el Hospital San Juan de Dios multiplicó sus esfuerzos y desvelos para salvar las vidas de numerosos compatriotas. (párr. 3)

Años después con la oficialización de la Constitución Política, llegan las Garantías Sociales y la creación de la Caja Costarricense del Seguro Social, institución que se convirtió en el eje central de la seguridad social y la prestación de servicios médicos. Con el pasar de los años se han ido construyendo centros como Ebais y Hospitales en todo el país según los medios que se fueran teniendo en esa época.

Seguidamente, se ha determinado cierta estructura en la organización de las instituciones de la salud en el país, por ejemplo, para la CCSS podemos determinar tres

niveles según la capacidad y las tareas que se realicen en los establecimientos. Por ejemplo, se establecen para el primer nivel, lo que son Áreas de Salud, Sedes de Ebais y Puesto de visita periódica.

Para el segundo nivel, se mencionan los Hospitales Periféricos y Regionales, mientras que el tercer nivel, son los Hospitales Nacionales Generales y Especializados, además de las Unidades y Centros Especializados. Esta organización permite una distribución escalonada de los servicios, favoreciendo la referencia y contrarreferencia de pacientes según su condición

Las instituciones más allá de ser reguladas por el Estado, también tienen un aspecto político, donde se vela por el bienestar de los costarricenses, con leyes y regulaciones que ayudan a velar por este derecho. Para esto, se presenta la Política Nacional de Salud (2023-2033), con un plan de acción del 2024-2028, donde se menciona:

La Ley General de Salud (vigente desde el 30 de octubre de 1973) dispone, en el numeral 1º, que “la salud de la población es un bien de interés público tutelado por el Estado”, y establece, en el artículo 2, que “es función esencial del Estado velar por la salud de la población”; esta función corresponde al Poder Ejecutivo por medio del Ministerio de Salud Pública (Asamblea Legislativa, Ley 5395, Ley General de Salud, 1973).

Las instituciones públicas de salud desempeñan un papel fundamental en la garantía de la medicina nacional, dado que la atención a la salud es un derecho que ostentan todas las personas, y deben de poder tener acceso a servicios de calidad, que velen por el bienestar, tanto físico como mental, esto desde un análisis organizacional y su capacidad ante problemáticas con respecto a la salud.

Es importante determinar qué instituciones son los pilares en el país, para así lograr identificar cuáles son las indicadas para realizar un análisis tan complejo como lo es el estudio del caso de los suicidios, para así también identificar cuáles lideran la prevención, detección, atención e intervención en crisis de salud mental y la asistencia que brindan a las personas, para lograr cumplir con sus funciones como institución pública, y también desde lo jurídico y respetando el componente humano.

## **OMS**

La salud no constituye únicamente una responsabilidad individual, sino un derecho humano que gozan todas las personas en el planeta y debe ser protegido. Un bien como éste puede ser regulado por los propios sistemas de salud de cada país, al final por medio de la interconexión global, logran trabajar en conjunto para el buen desarrollo de la sociedad, y para esto es necesario organizaciones internacionales que velen por la salud.

Hay muchos organismos alrededor del mundo enfocados en la salud, y para una mejor organización, trabajan por regiones, pero cuando suceden situaciones a nivel mundial, siempre se nombra la Organización Mundial de la Salud (OMS).

Asimismo, la OMS (2026) se define en los siguientes términos: “La OMS es el organismo de las Naciones Unidas que pone en contacto a naciones, asociados y personas a fin de promover la salud, preservar la seguridad mundial y servir a las poblaciones vulnerables” (párr. 1)

La Organización Mundial de la Salud no fue una idea al azar dentro de las revoluciones de hace unas décadas atrás, fue una reunión de diplomáticos interesados en buscar el bienestar de sus naciones, y entre ellas velar por poder tener un buen régimen de salud. Todo empieza en 1945 cuando se reúnen las Naciones Unidas en busca de crear una organización mundial dedicada a la salud.

Su constitución entra a regir en 1948 que es cuando se conmemora su creación y hasta el momento vela por cumplir los siguientes objetivos: Promover el desarrollo sanitario en grupo vulnerables, fomentar la seguridad sanitaria, fortalecer los sistemas de salud y potenciar investigaciones y datos de salud y potenciar alianzas con organizaciones en el mundo.

Una organización de tanto prestigio y responsabilidad, si bien está a cargo de muchas áreas con respecto a la salud a nivel mundial, hay que entender que está dirigida y estructurada por personas que trabajan arduamente para mantener los estándares de salud.

Hay un factor importante y es entender hasta dónde puede involucrarse una organización tan robusta como esta, ya que de igual manera la OMS debe de respetar la legislación de los Estados que la forman y no puede intervenir en decisiones directas, para esto Louis (2020) entrevista a Auriane Guilbaud quien responde que: “la OMS sigue siendo una organización intergubernamental y dispone solamente de la autoridad que sus Estados miembros han querido otorgarle. En particular, debe respetar su soberanía y no puede dar muestras de injerencia en sus asuntos internos.” (párr. 12)

La OMS se vuelve un pilar para la investigación, no solo desde la definición estándar que se puede utilizar para el suicidio, sino también porque desarrolla análisis y recolecta datos sobre conductas suicidas a nivel mundial que se vuelven fundamentales para el estudio de estos escenarios tan complejos en los pacientes.

Hay muchas instituciones que colaboran con la finalidad de proteger y brindar acceso a sistemas de salud los cuales son de suma importancia en la vida de las personas porque siempre se puede estar expuesto a situaciones sanitarias que afecten el bienestar a como también se necesitan de entidades que protejan a nivel mundial como lo puede ser una pandemia.

## **Tareas y roles de instituciones públicas de salud**

Dentro de la estructura organizativa del Estado, las diferentes instituciones tienen una serie de responsabilidades fundamentalmente orientadas dentro de un marco legal donde deben cumplir obligaciones específicas para mantener el adecuado funcionamiento de estos organismos establecidos por los gobiernos.

Seguidamente, la Organización Panamericana de Salud establece una definición donde menciona cuáles son las funciones de la salud pública:

Para hacerle frente a estos desafíos, las autoridades de salud, en todos los niveles institucionales y junto con la sociedad civil, apuestan a desarrollar un conjunto de capacidades para fortalecer los sistemas de salud y garantizar un ejercicio pleno del derecho a la salud. (párr 3).

Dentro de las instituciones públicas de salud, hay un amplio margen de tareas a cumplir o de roles que se les asignan para velar por el ejercicio pleno del derecho a la salud, las cuales se dividen en tres puntos: poblaciones vulnerables, mantenimiento de centros médicos y accesibilidad a servicios de salud de calidad.

Para el primer punto, las poblaciones vulnerables se pueden entender desde niños, adultos mayores, personas en condición de calle o extrema pobreza y comunidades indígenas, los cuales requieren de estrategias diferenciadas que velen por su salud, no solo se trata de brindar atención médica directa, sino también el acceso oportuno a información y programas de medicamentos necesarios para mantener el bienestar de estas personas y su respectivo seguimiento.

De igual manera, se debe de mantener en buen estado la infraestructura y lugares de servicio médico, ya que estas son inversión pública del Estado destinada a la protección de

la vida y el bienestar colectivo, por lo que el personal que trabaje en estas instancias debe de trabajar no solo en el servicio médico, sino que también debe cuidar estos espacios, a fin de mantener las mejores condiciones de seguridad y óptimas de higiene para que no comprometan el sistema de salud.

Más allá de disponer de una infraestructura para servicios en torno a la salud y al bienestar de los pacientes, las instituciones públicas de salud deben velar porque todas las personas dispongan de accesibilidad a estos servicios de salud, ya que esto es un derecho establecido en la Constitución.

También deben brindar información sobre las situaciones de salud que pasen en el país, promover el mejor trato de manera que no se excluya ninguna persona por razones económicas o sociales, y además de reducir barreras administrativas y a tener una pronta respuesta en caso de escasez de recursos o medicación.

Dentro del contexto costarricense, se puede considerar el papel que desempeña la Caja Costarricense del Seguro Social, como mencionan los objetivos de las Juntas de Salud, que son los grupos de asegurados, patronos y asociados prosalud que velan por el cumplimiento de los valores que promueve la CCSS.

Asimismo, se puede citar una de las obligaciones que cumplen estas Juntas de Salud según lo establecido por la Caja Costarricense de Seguro Social: “Fomentar la salud integral de los habitantes del territorio nacional de acuerdo con los componentes de atención de la salud: promoción de la salud, prevención de la enfermedad, curación y rehabilitación, con base en las necesidades locales.” (párr 2)

Finalmente, es necesario reconocer que el acceso a la salud pública no debe entenderse como un privilegio, como lo es el fácil acceso que se tiene a atención médica como a medicamentos, pero también se ha dejado de lado la importancia que tienen en el ambiente social y como hay una gran cantidad de personas que dependen exclusivamente de estos servicios para poder seguir viviendo, y su labor trasciende la prestación de servicios de

salud, constituyéndose en un pilar esencial para la protección del bienestar físico y mental de la población.

### **Manejo de crisis**

Dentro del conjunto de responsabilidades que asumen las instituciones de salud pública, más allá de administrar los servicios y asistencia médica en el país, deben tener presente que en un plan de desarrollo, se deben analizar posibles acontecimientos que afecten el orden e identificarlos desde antes para elaborar planes de contingencia.

Para eso, es necesario considerar que todo el sistema de salud público se administra bajo principios de organización y administración, lo cuales tienen a cargo roles y responsabilidades de los departamentos y trabajadores.

Como se mencionaba, además de esta estructura, se debe contar con planes de acción en caso de situaciones adversas que atentan con la salud del país y deben estar bien definidos los protocolos, además de brindar la correcta capacitación para que los empleados y las personas afectadas puedan seguirlo en caso de ser necesario.

Desde esta perspectiva, es necesario comprender el objetivo de estos planes, no son solo acciones resumidas en pocos pasos, son documentos complejos con información precisa donde se hablan de temas de salud a nivel nacional.

Según lo establecido por la Organización Panamericana de Salud: “La meta es que cada Estado Miembro forme su propia capacidad permanente de prevenir, prepararse, responder y recuperarse de emergencias humanitarias y brotes de gran magnitud.” (párr. 5)

En el abordaje de una crisis, es necesario entender la situación como un suceso, el cual se puede dividir en tres fases: previa al incidente, durante y después. Haciendo esta división se puede determinar qué tareas se deben realizar en cada una de ellas para que se pueda abordar de manera ordenada y que no se convierta en un caos dado que se está

hablando de temas de salud pública y que su impacto perjudique a la menor cantidad de personas.

En la primera fase, en la que anticipa la emergencia, es necesario el desarrollo de un plan de incidentes o de contingencia basado en los distintos escenarios a los que las organizaciones de salud pública se puedan ver afectadas. Para esto se puede trabajar con una serie de mecanismos de evaluación por secciones que debe disponer este plan como lo es: identificación de y evaluación de riesgos y recursos, planes de acción o respuesta, estrategias de recuperación, y evaluación, actualización y comunicación.

Seguidamente, en caso de presentarse una crisis, se realiza la aplicación del plan de contingencia como se establece, asignando responsabilidades y coordinando acciones en momentos y tiempos definidos, si bien muchos planes de contingencia abordan la mayoría de las aristas de un incidente, siempre se puede replantear ciertas acciones en el momento por medio de decisiones que se adapten, basados en qué tan fuerte puede llegar a impactar la crisis.

Posteriormente, después de haber solucionado o abordado la crisis, es esencial realizar un informe o reporte, dado que todas las acciones y situaciones deben de ser documentadas para trabajarlas en un proyecto de análisis del acontecimiento y de mejora sobre escenarios en los que se pudieron dar una respuesta más eficiente o si hay que realizar cambios.

De esta manera se logra documentar el suceso, pero también un estudio de cómo se puede mejorar en caso de que se tenga que atender crisis similares, para tener presente la experiencia y lograr coordinar de manera más eficiente. Para esto la Organización Panamericana de Salud junto la OMS establecen en su Plan de contingencia para emergencias de salud y desastres para el 2023 lo siguiente:

La planificación de contingencias es el proceso de gestión que establece con antelación las acciones de preparación específicas necesarias para dar una respuesta oportuna, eficaz y apropiada a los riesgos de las emergencias de

salud y desastres antes detectados e identificados. (p. 7)

Para lograr todo lo mencionado, es necesario reducirlo en los siguientes puntos establecidos por la OPS que se relacionan con la cita anterior: institucionalización de un plan nacional de manejo de emergencias de salud, elaboración y ejecución del plan de preparación y respuesta ante múltiples amenazas para la salud, identificación y capacitación de equipos multidisciplinarios de respuesta de salud, elaboración de guías, materiales didácticos y procedimientos normalizados de trabajo y ejecución de la iniciativa por parte de equipos médicos de emergencia.

Este tipo de documentación se vuelve un componente esencial de la administración de las instituciones porque se realiza un arduo estudio de situaciones que pueden afectar no solo a nivel de nación, sino a nivel internacional, y no hay que esperar a experimentarlas para proponer resoluciones, lo mejor es anticipar medidas, que pueda ayudar a anticipar riesgos de manera rápida y concisa, para evitar perjudicar tanto al sistema como las personas que utilizan estos organismos.

## **Comunicación**

El ser humano ha evolucionado de distintas maneras, según sus necesidades y los contextos socioculturales en los que se desenvuelve. La comunicación como capacidad inherente a la persona, se ha transformado con los años, desde el contenido del mensaje hasta los medios y canales que se utilizan para transmitirlo.

Seguidamente es importante definir qué es la comunicación, como una acción que utilizan los individuos para dialogar y compartir ideas o inquietudes. Este concepto que define la UNICEF en su Manual de comunicación de la edición del 2024, donde dice: “la comunicación es la capacidad de intercambiar información, como observaciones, emociones, necesidades y peticiones, con otras personas de manera asertiva y compasiva.” (p. 5)

Con el objetivo de que el flujo de información pueda ser recibido, analizado y procesado, es necesario comprender también el proceso de comunicación y los elementos que lo conforman. Para esto es fundamental identificar los principales participantes de este flujo de información. Creando un análisis de esta acción, hay que tener presente un emisor, un receptor, quien recibe contenido de la comunicación, lo que se conoce como mensaje.

Seguidamente, tanto el emisor, el receptor y el mensaje funcionan de manera dinámica y no aislada, donde ambas partes comparten información en modo de conversación, donde haya interacción e intercambio, ya sea brindar ideas u opiniones, además de preguntas que son las que fomentan esta serie de respuestas y se vuelve continua hasta que alguno de los dos lados deja de responder al mensaje.

Tal y como lo indica Salazar (2024) en su proyecto de tesis para posgrado, se logra ampliar un poco el proceso de comunicación:

Por tanto, la comunicación se lleva a cabo enviando el mensaje a través de un canal. Para comprender el significado de la comunicación, el destinatario decodifica las señales y, por último, la retroalimentación se produce cuando el destinatario devuelve un mensaje en respuesta a la comunicación del emisor. Este es el método más eficaz para demostrar que se ha recibido un mensaje e indicar si se ha entendido. (p. 27)

Con cierta relación, dentro del proceso de comunicación, se encuentra tanto el mensaje, como los distintos medios por los cuales se envía el mensaje, con el tiempo las distintas formas de comunicación se han ido actualizando basadas en las tecnologías y contextos en los que el ser humano se ha ido relacionando con su entorno.

Empezando desde un pilar importante para la comunicación, se encuentra la creación de los dialectos e idiomas, que con el tiempo se fueron perfeccionando y utilizando en

distintas zonas del mundo. Tiempo después, la invención de la imprenta, que termina siendo un medio para realizar el proceso de comunicación de manera escrita que permite llevar mensajes a distintas partes y receptores.

Luego de esto empieza la creación de medios masivos, como lo es la televisión y radio, además de la propaganda y publicidad en años de guerras mundiales, junto con medios exteriores como vallas publicitarias. Seguidamente el acceso al internet y los medios digitales, se volvieron medios de comunicación que unen a las personas a nivel global hasta la actualidad y revolucionaron el panorama comunicativo.

La comunicación es algo cotidiano, y aunque la actualidad sea una era digital, se sabe que este proceso puede seguir evolucionando y pueden llegar nuevas maneras de enviar mensajes. Es importante recalcar que, sin importar el medio, es necesario siempre contemplar los principales participantes en un proceso de comunicación y su objetivo central, porque lo ideal siempre es la emoción y recepción de un mensaje de manera que ambas partes puedan comprenderlo, generando un intercambio significativo.

### **Comunicación institucional**

La comunicación como se ha señalado anteriormente, no se limita únicamente a los participantes en el proceso de comunicación y los distintos medios para transmitir los mensajes. Se ha determinado que la comunicación también tiene distintos tipos, según el contexto y en donde se realiza la comunicación, se necesita cierto flujo y vocabulario que brinda otra perspectiva dentro de los temas que se comparten.

Uno de los tipos de comunicación es la institucional, ya que es muy distinta la comunicación cotidiana con familiares y amistades, y otro tipo de lenguaje es utilizado en un entorno profesional. También hay que determinar que no solo es la comunicación que utilicen los empleados en las empresas, sino también cómo estas se expresan ante el mundo, ya sea por ejemplo en comunicados institucionales o publicidades.

Desde esta perspectiva, se puede obtener la definición de comunicación institucional donde García y Pacheco (2020) citan a Nosnik (2016), en su artículo para la Revista Metropolitana:

Un proceso por medio del cual una persona se coloca en contacto con otra a través de un mensaje, y espera que ésta última de una respuesta, sea una opinión, actitud o conducta. Es una manera de establecer con las empresas contactos con los de más, por medio de ideas, hechos, pensamientos y conductas, buscando una reacción al comunicado que se ha enviado, para cerrar así el círculo. (p.4)

Este tipo de comunicación engloba distintos componentes, no solo el tipo de lenguaje, sino qué contenido del mensaje se transmite. La comunicación institucional ayuda a compartir valores de la empresa, misión y visión, tanto, comunicación con clientes de manera interna y externa, además de objetivos empresariales. Todo esto con la finalidad de mantener una reputación y buena imagen corporativa en el mercado.

De lo anterior, se puede identificar dos vertientes de la comunicación institucional, y es que, si bien debe de ser constante en la forma en que comunica las ideas, hay dos situaciones a considerar y son los clientes internos y externos. Los internos se conocen como miembros dentro de la empresa que ayudan a promover la interacción de valores y objetivos, mientras que la externa son clientes y empresas externas con la que se tiene relación.

Asimismo, se puede identificar un ejemplo de este tipo de comunicación en empresas tanto públicas como privadas, y se puede mencionar a la Universidad de Costa Rica, y cómo presenta desde un reglamento, hasta la Oficina de Comunicación Institucional.

Se puede mencionar la definición de Comunicación Institucional establecida en este reglamento publicado en Alcance a La Gaceta Universitaria del 2024, donde se define en el

artículo 2: “procesos estratégicos y operativos que se coordinan y articulan entre las unidades académicas, unidades académicas de investigación, sedes regionales y unidades administrativas de la Institución, tomando en cuenta a la comunidad universitaria, la comunidad nacional y actores específicos.” (p. 1)

En este reglamento no solo se establecen las obligaciones de la Oficina de Comunicación Institucional, también se encuentran los objetivos de comunicación, además de los roles de esta oficina, y su trabajo con los pilares de la institución como lo son la Rectoría, el Consejo Universitario, Vicerrectorías, sedes y recintos y toda organización que tenga relación con la UCR.

La relevancia de este tipo de comunicación dentro de la investigación es comprender cuál es la forma en que el Ministerio de Salud debe comunicarse como institución hacia los distintos públicos a los que debe referirse, basado en su contexto y el propósito con el que lo realice, incluso considerando el lenguaje a usar en las distintas campañas publicitarias y los distintos canales o medios.

Es fundamental comprender el uso de la comunicación dentro de las instituciones, dado que con este se demuestra cuáles son las bases de las empresas, como lo son sus valores y el trato que se brinda tanto dentro como con las relaciones que se establecen fuera de ellas, a fin de obtener un clima organizacional saludable, y que puedan compartir sus ideas y objetivos tanto con clientes como empresas con las que colaboran.

### **Comunicación estratégica**

Las empresas operan basadas en estructuras y asignaciones específicas, donde cada departamento tiene su finalidad y objetivos. Para lograr alcanzar las metas, es indispensable que se realice una comunicación con estrategia, que permitan lograr estas proyecciones, las cuales necesitan ser redactadas de manera que puedan analizarse y ayuda a que el trabajo se base en cumplir estas responsabilidades.

De acuerdo con Arroba, Toapanta y Toscano (2023), citados en Gutiérrez- García y Sandi (2020) en su investigación, donde se define la comunicación estratégica: “la comunicación estratégica es un enfoque sistemático y planificado para la comunicación organizacional, que busca maximizar el impacto y la eficacia de la comunicación en la consecución de los objetivos estratégicos” (p.3).

De forma complementaria, más allá de buscar dar solución a los objetivos de la investigación, la comunicación estratégica debe de ir alineada con la estrategia general de la organización en todo momento, y debe de ser coherente. Para alcanzar esto, es necesario una constante revisión, con la intención de evaluar y realizar ajustes con la intención de lograr los objetivos de comunicación establecidos.

Dentro del marketing, las agencias deben buscar la originalidad en sus propuestas, las cuales deben coherentes con las metas diseñadas para sus campañas. Para lograr esto, es necesario de un equipo estratégico que brinde herramientas de análisis y fuentes de información sobre tendencias y actualizaciones de manera constante. Un gran ejemplo de esto es el equipo de creatividad, que trabaja con datos de investigaciones lo que ayuda a obtener mejores resultados.

En la publicidad, el desarrollo de las estrategias publicitarias se basa en una serie de pasos que permite determinar estrategias coherentes y viables, como lo es la creación del concepto estratégico junto con sus objetivos, la formulación de tácticas de implementación de la campaña, la calendarización y presupuesto, para finalmente disponer de un sistema de supervisión y control a fin de evaluar los objetivos establecidos.

Adicionalmente, es importante resaltar que esta comunicación es relevante dentro de la organización porque permite trabajar de manera interdisciplinaria con distintos equipos, de ahí la relevancia que su redacción sea clara y concisa para todos los empleados.

De esta manera, Quiñoy (2024) establece en su artículo esta importancia:

La colaboración entre equipos y departamentos, que es la base de la comunicación estratégica, fomenta la creatividad y el intercambio de conocimientos. Este flujo de información, sumado a que los equipos tienen claros los objetivos de la organización, facilita la implementación de programas de desarrollo profesional y capacitación en nuevas habilidades y tecnologías. (párr. 15)

Finalmente, la comunicación estratégica es un pilar para el éxito de las organizaciones y empresas, en ella se establecen las líneas que guían a la empresa al cumplimiento de sus objetivos, los cuales ayudan a crecer en el mercado y establecer relaciones sólidas con sus clientes, de ahí la importancia de que estos sean constantemente revisados para lograr completar estas metas que ayudan al desarrollo de las marcas.

## **Comunicación social**

La comunicación constituye el medio por el cual las personas logran relacionarse con las demás para crear vínculos y así desarrollarse dentro de la sociedad. Es tan importante que los individuos puedan interactuar y compartir desde sus necesidades hasta nuevas ideas o situaciones en la cuales ayudan a seguir creciendo como comunidad.

En este contexto, es necesario comprender que la utilización de medios ayuda a compartir mensajes de manera masiva, pero también hay que considerar que estos no solo transmiten información, sino que pueden terminar impulsando desde conductas hasta nuevos hábitos, tanto en la vida personal como en el proceso de compra.

A su vez, se puede señalar esta definición que cita Bardales-Vásquez (2022), en su investigación para la Universidad Privada César Vallejo, donde menciona a Rivadeneira y

Montoya (2017), que establecen la siguiente definición de comunicación social: “conjunto de relaciones que van a estudiar los actos comunicativos tanto de los individuos como seres sociales por naturaleza y los actos que se presentan en la sociedad en general que muchas veces conllevan a modificar ciertas actitudes” (p. 4)

Es importante destacar en cuáles áreas se utiliza la comunicación social, ya que esta se especializa en transmitir mensajes al público que ayuden al desarrollo de la opinión pública. Para esto hay distintas especialidades que trabajan mucho con este tipo de comunicación como se pueden mencionar: la antropología, filosofía, sociología, y también la psicología y el periodismo. La comunicación ha sido fundamental para lograr tener la sociedad como se conoce en la actualidad, con tanta diversidad y avances tecnológicos e históricos.

Esto gracias a que la comunicación no se limita a un acto individual, sino que es colectiva, esto lo explica Prieto (2025), en su artículo para la Southern New Hampshire University:

La comunicación social tiene múltiples funciones y propósitos, tanto a nivel individual como colectivo. En este sentido, sirve para informar, educar, conectar, influir, participar y promover el cambio, siendo fundamental para el desarrollo individual y colectivo, así como para el bienestar y progreso de la sociedad. (párr. 5)

Finalmente, la comunicación social constituye un componente esencial en la actualidad, porque su finalidad es fomentar el intercambio de información de manera veraz y participativa, donde todas las personas tengan acceso y contribuye a la participación en medios de opinión pública, logrando el desarrollo de comunidades y promover estrategias que permitan el derecho de expresión.

## **Medios digitales**

A lo largo de la historia, el ser humano ha tratado de solucionar sus problemas y realizar acciones de maneras más eficientes. Dentro de todo esto, el ámbito tecnológico ha tenido un gran impacto, desde la industrialización y medios de transporte, hasta las distintas formas de comunicación.

Desde la aparición del internet, los teléfonos y celulares, computadoras, hasta la televisión, se ha visto un cambio radical en el que las personas consumen información. Desde un enfoque publicitario, antes se utilizaba los medios tradicionales, como el radio, la televisión, hasta vallas publicitarias y mupis, que, si bien son igual de tecnológicos, permiten ciertos alcances, pero los medios digitales han llegado a compartir información de manera global en segundos a una velocidad exponencial.

Es importante definir qué se considera un medio digital, y Palomino (2025), en su artículo para la Southern New Hampshire University, define lo siguiente:

Son los espacios en los cuales se genera la comunicación y el intercambio de información, entre usuarios y productores de contenido digital. Es decir, todas aquellas plataformas que se encuentran disponibles en internet. Generalmente, los medios digitales de comunicación incluyen software, imágenes, vídeos, archivos, base de datos y sonidos. (párr. 5)

Seguidamente, entre los principales medios digitales utilizados en la cotidianidad, se pueden mencionar los sitios o páginas web, ya sean de marcas o servicios donde las personas realizan compras, hasta blogs y páginas informativas o institucionales. Asimismo, se destacan las aplicaciones móviles diseñadas para dispositivos inteligentes, desde redes sociales, hasta cuentas bancarias, con fines educativos o de recreación.

En relación con lo anterior, no basta con el fácil acceso que se dispone de estos medios, sino también hay que resaltar qué características o beneficios adicionales se pueden encontrar en estos medios, como por ejemplo, la integración multimedia, estos medios permiten transmitir desde imágenes, videos y sonido al mismo tiempo, lo que determina la siguiente característica que es la interactividad, desde la información que se recibe hasta cómo relacionarse con ella, como lo son los comentarios o compartiéndola con otras personas.

Además, permite una distribución masiva e inmediata, y no sólo en relación a cuánto tiempo dura en llegar, sino que su alcance es potencialmente global, lo que permite la interacción de millones de personas al mismo tiempo. Finalmente, permite la creación de contenido personalizado, por ejemplo, las redes sociales permiten la creación de un algoritmo basado en las preferencias y comportamientos del consumidor.

Dentro de la investigación, la relevancia radica en que los medios digitales ayudan a brindar espacios de accesibilidad a información a muchas personas, en este caso, desde una aplicación móvil, se puede brindar asistencia a personas con necesidades, como sería desde un enfoque psicológico.

Los medios digitales son un punto determinante dentro de la sociedad tecnológica actual, por lo que es necesario reconocer su importancia, para esto Campines (2023) establece en su artículo para la Revista Ciencia Latina que: “estos medios digitales, no solo se han quedado a formar parte de los países desarrolladores, sino que han trascendido sus fronteras para llegar a otras partes del mundo, todo esto ha sido producto, principalmente de la globalización”. (p. 4)

Finalmente, la digitalización de los medios ha permitido ofrecer información de manera inmediata en todos los países y en todo momento, donde no solo soluciona el problema de la eficacia que se plantea al principio, sino que ha acostumbrado a las personas a ese ritmo de consumo de información.

Es necesario disponer de especialistas que analicen estos movimientos desde un enfoque crítico, para comprender cómo está evolucionando la sociedad, como también elaborar proyectos y marcos normativos que permitan la regulación de estos medios respetando la integridad de las personas y los procesos comunicativos actuales.

## **Experiencia de usuario**

En el contexto de los avances tecnológicos, desde los distintos medios de comunicación, hasta la información que se envía, hay mucho desarrollo interno de los dispositivos y las interfaces con las que interactúan todos los días, como las aplicaciones y redes sociales, hasta acciones como transferencias bancarias y compra de productos o servicios.

Cuando las personas acceden a estos sitios, no solo su contenido es importante, también hay que comprender todo el proceso que realiza la persona desde que busca la página o aplicación, hasta cómo se comporta o navega dentro de ella, esto es lo que se conoce como experiencia de usuario.

Dentro del proceso de navegación, es importante considerar qué elementos u opciones van a permitir interactuar con las distintas interfaces, desde los buscadores y menús hasta los botones o pestañas dentro del sitio junto con su estética. Todo este análisis comprende desde las necesidades del cliente, el desarrollo de la creación de una página web o aplicación enfocada en satisfacer las necesidades, y su posterior análisis para mejoras es el área de estudio de la experiencia de usuario.

Para esto, Purita (2023) menciona en su artículo para la OBS Business School, la definición de la experiencia de usuario:

La Experiencia de Usuario (UX) se refiere a la forma en que una persona se siente al interactuar con un producto, servicio o plataforma digital. Esta

experiencia abarca todos los aspectos de interacción, desde la navegación y la apariencia visual, hasta la facilidad de uso y la satisfacción del usuario. (párr.

4)

En otras palabras, la experiencia de usuario analiza cómo se siente un usuario al usar los sitios web o aplicaciones en productos digitales. Para esto se puede presentar un ejemplo: si una persona desea comprar en línea unos zapatos por la página web de la tienda, al ingresar en el sitio se percata que las imágenes son borrosas, la información es escueta y la navegación es confusa y el pago es lento.

Luego de esto, decide probar en otra tienda de zapatos, y se da cuenta que tiene imágenes de buena calidad, descripciones completas y tiene una navegación más intuitiva, y un proceso de pago rápido y seguro. Entre estas dos páginas que tienen el mismo objetivo, la persona se siente mejor en la segunda, donde su proceso de compra fue fluido y tuvo una buena experiencia, gracias a que la interfaz de la página fue diseñada para que los clientes puedan comprar de manera rápida y se sientan cómodos mientras realizan sus compras.

La importancia de la experiencia de usuario es que, dentro de un mercado altamente competitivo, una buena experiencia en el proceso de compra es la diferencia entre si una empresa logra concretar ventas. No importa si la empresa ya tiene trayectoria, la experiencia que se brinde en estos aspectos es la que determina si las personas realizan la compra o abandonan el carrito.

Las marcas no solo destacan por sus productos, sus valores se evidencian en los procesos de compra y las experiencias que brindan a las personas cuando adquieren sus productos o servicios, pero es importante también la diferenciación para lograr resaltar en el mercado.

Para esto, mencionan Finn y Downie (2026) en su artículo para IBM:

Especialmente en mercados saturados con productos o servicios similares, destacan las empresas que ofrecen experiencias de usuario superiores. Los clientes suelen preferir hacer negocios con empresas que dan prioridad a la facilidad de uso, la personalización y la atención al cliente, lo que puede diferenciar a una marca. (párr. 7)

Dentro de los beneficios que se tiene al desarrollar una buena experiencia de usuario se pueden destacar, una mayor satisfacción de los clientes, lo que puede terminar en un aumento de fidelización de los clientes. También reducción de costos en soporte, ya que la página opera de manera eficaz y además, una buena experiencia en el proceso de compra ayuda a mantener una reputación sólida como marca, además de brindar ventaja competitiva.

La relevancia de la experiencia de usuario en la investigación es brindar un principio para la creación de la aplicación móvil. No solo se trata de crear una aplicación que pueda brindar asistencia a personas con conductas suicidas, se debe enfocar en las necesidades que tienen estas personas, además de un fácil manejo de la aplicación y que no sea complicada su navegación, que sea intuitiva, para así crear una herramienta que las personas puedan usar todos los días.

La experiencia de usuario muchas veces pasa desapercibida en la cotidianidad, porque las personas no analizan cómo se utilizan las aplicaciones o páginas web, pero los especialistas en UX se encargan de que cada detalle de las interfaces brinde una experiencia única, basada en las necesidades de los usuarios que permita navegar de manera rápida y sin complicaciones.

## **Fundamentos y principios de la experiencia de usuario**

Para lograr conseguir los objetivos que propone la experiencia de usuario es necesario identificar primero los pilares de esta rama que son los que guían en el desarrollo de las aplicaciones para que el resultado final pueda cumplir con los objetivos de la empresa y las necesidades del usuario, además de tener en cuenta el sistema tecnológico que disponen las marcas y sus limitaciones.

Primero, es necesario determinar los principios de la experiencia de usuario, estos son puntos que deben de considerar los diseñadores a la hora de diseñar las interfaces y los mapas de navegación, porque el sistema puede ser técnicamente complejo, pero más allá de la usabilidad, el consumidor final debe de poder desenvolverse en las aplicaciones con claridad y sin problemas.

Lo primero que deben de hacer las marcas, es considerar el público meta que tienen, porque esto los lleva al desarrollo de aplicaciones enfocadas a ellos, que ayuden a cumplir los objetivos empresariales. De esta manera menciona Bermúdez (2021) en su análisis entre la UX y UI para la universidad San Marcos:

Comprende también los objetivos de la marca, mediante el conocimiento del valor para el negocio. Así como para el usuario comprender la tecnología es fundamental, ya que puede utilizarla y aprovecharla al máximo, también es importante para el negocio centrarse en conocer a sus usuarios y clientes.

(p.14)

Dentro de los principios más relevantes que se deben considerar para desarrollar una buena experiencia de usuario, es que debe de presentar un enfoque centrado en el usuario, esto permite desarrollar un aplicación que se adapte mejor al usuario final. Esto significa priorizar las necesidades reales, comportamientos y las expectativas de los consumidores finales, por encima de preferencias personales.

Seguidamente, debe de ser constante y contar con una jerarquía. Esto ayuda a disponer de un orden, no solo a nivel visual, que permita mantener los mismos componentes o patrones, para que toda la aplicación presente unidad visual. Por su parte, desde la arquitectura de la información, es necesario disponer un orden en las interfaces y categorías que se van a presentar, lo cual permite disponer de un mapa de navegación justificado y lógico entre pantallas.

Asimismo, es necesario comprender el contexto en el que la aplicación se va a utilizar, ya que las personas no las utilizan de manera aislada, sino dentro de tareas que realizan todos los días. Esto nos lleva al siguiente principio que es la accesibilidad. En este se considera que las personas puedan encontrar la aplicación de manera rápida, ya sea desde su celular, plataformas digitales o un link.

Además, se debe considerar que las personas puedan acceder a ella sin importar su condición, por lo que una discapacidad o limitaciones situacionales no deberían de ser un impedimento para acceder a las aplicaciones, ya que la finalidad es que la mayoría de las personas puedan utilizarlas durante el día.

El último es la usabilidad, esto mide qué tan sencillo es navegar en la aplicación, para esto hay que considerar tres puntos: primero, la facilidad de aprendizaje, que significa qué tan rápido pueden las personas navegar en la aplicación desde la primera vez que la usan.

El segundo punto es la eficiencia, que radica en qué tan rápido pueden realizar las tareas en la aplicación y finalmente, la memorabilidad, que mide que si después de mucho tiempo, las personas retoman el uso de la aplicación y que no sea necesario volver a aprender su funcionamiento desde cero.

Hay otros principios que se encuentran dentro de los mencionados, pero que igual deben de ser considerados cuando se realice el diseño de la aplicación, como lo es el valor, identificar si la aplicación brinda algún valor o que aporte tanto la empresa como a los

usuarios. También la deseabilidad, que sí es llamativo para los consumidores usar la aplicación. Finalmente, si es útil, si la creación de esta ayuda a resolver un problema o si tiene un propósito claro.

En síntesis, la experiencia de usuario es un factor importante a la hora de que los desarrolladores o diseñadores creen una aplicación o página web, porque no se limita solo a crear un sitio con aspectos complejos y que tenga múltiples interfaces para cumplir su objetivo, es considerar al consumidor final, y junto a ellos, el contexto y también sus capacidades junto las necesidades, y puedan sacar provecho de una aplicación que les permita seguir realizando sus tareas diarias de manera más eficiente gracias a soluciones digitales.

### **Etapas de desarrollo**

La creación de una aplicación o sitio web que considera la experiencia de usuario para su diseño, no puede limitarse a solo crearla y obtener de resultado una aprobación inmediata por parte del consumidor final. Para garantizar resultados, más allá de considerar los principios de UX, también hay que tener presente una serie de fases o etapas que orienten a cumplir los objetivos durante el proceso y no hasta que esté finalizada, lo cual podría generar complicaciones técnicas o funcionales.

Para esto, las etapas de desarrollo se dividen tanto en previas a la creación de la aplicación, intermedias diseño o prueba y acciones posterior a su lanzamiento. Es fundamental seguir su orden y cada una de ellas cumple una función específica, de ahí que en el proceso se trate de cumplir lo más posible de manera lineal para así obtener los mejores resultados.

La primera etapa es el análisis y la planificación del proyecto. En esta etapa se hace un diagnóstico de los objetivos que se desean alcanzar con la aplicación y definir cuál será su funcionalidad y la problemática por resolver. Además, es donde se recopilan datos de los consumidores, ya sean recomendaciones o ideas, y así crear una aplicación basada en sus requerimientos y solucionar sus necesidades.

Seguidamente, luego del análisis de los datos y de la investigación previa, se procede al diseño de la aplicación, tomando en cuenta todos los puntos estudiados en la etapa previa. Es donde surge la toma de decisiones acerca del diseño y se plantean ideas creativas para buscar viabilidad y deseabilidad.

Después, empieza la etapa de los prototipos. Estos no son el resultado final, son versiones previas que ayudan a examinar la aplicación. En esta fase se van creando las interfaces y es donde se evalúa la usabilidad. Este proceso es el más complejo dado que se realizan numerosas pruebas, dado que cada momento es un espacio para obtener recomendaciones o hacer sugerencias, lo cual termina en cambios específicos. Por ejemplo, se pueden hacer pruebas con el consumidor final para ver como navega en la aplicación y cuáles escenarios se pueden mejorar.

Cuando el prototipo ya ha pasado por una serie de cambios y se ha logrado solucionar la problemática, es momento del lanzamiento de la aplicación. Lo importante de esta etapa es que el proceso no termina aquí, es necesario someterse a constantes evaluaciones planificadas, dado que cuando la usabilidad es medida por más personas, se pueden notar muchas áreas de mejora que no se detectaron en la fase de prototipos. En este monitoreo se evalúa la funcionalidad y ver si todas las opciones al final se vuelven viables o si es necesario remover algunas.

Finalmente, no solo se realizan evaluaciones durante el proceso de lanzamiento, sino que este estudio de la aplicación debe de ser constante a largo plazo, porque esto no solo permite el seguir mejorando la aplicación desde la usabilidad, funcionalidad y accesibilidad, sino también analizar las métricas y ver su rendimiento, esto permite identificar situaciones tanto de escenarios buenos como de decisiones que se pueden tomar de manera distinta en la creación de una nueva aplicación o bien considerar escenarios que no se habían previsto.

Es importante delimitar que este es el orden correcto que debería de seguirse en cada proyecto, más sin embargo no siempre sucede en todos los escenarios, para esto menciona Dam (2026) en su artículo:

En la práctica, el proceso se lleva a cabo de forma más flexible y no lineal. Por ejemplo, diferentes grupos del equipo de diseño pueden realizar más de una etapa simultáneamente, o los diseñadores pueden recopilar información y crear prototipos a lo largo de cada etapa del proyecto para dar vida a sus ideas y visualizar las soluciones a medida que avanzan. (párr. 16).

Para ejemplificar estas etapas, se puede plantear el siguiente ejemplo: la tienda de zapatos mencionada anteriormente no cuenta con un sitio web para tener ventas en línea, por lo que dentro de la investigación se determina esta problemática y se les consulta a consumidores qué características les gustaría ver en la página.

Posteriormente, los diseñadores desarrollan las estructuras del sitio web basados en las necesidades tanto de la empresa como de los clientes, partiendo de los datos de la investigación y luego del diseño, proceden a crear prototipos, los cuales deciden evaluar con consumidores para estudiar la usabilidad.

Luego de un análisis con los prototipos y las mejoras que se realizan, se procede a lanzar la página web donde se empieza a realizar evaluaciones constantes para estudiar la funcionalidad y si la aplicación está cumpliendo con su objetivo. Finalmente, luego de realizar los ajustes correspondientes, se hace un análisis final de la totalidad de la aplicación, para conocer cómo se ha desenvuelto con los consumidores y se realiza un reporte de cómo la aplicación cumplió con sus objetivos y qué recomendaciones se obtienen para futuros proyectos.

La importancia de estas etapas es que permite ir estudiando cada proceso o decisión en lo que se va diseñando el producto final. Como se plantea, no se busca solucionar la problemática de manera rápida, sino que el cliente pueda utilizarla y sacar provecho de ella.

A esto se refieren Finn y Downie (2026) en su artículo para IBM: “Medir la experiencia del usuario es esencial para que las empresas comprendan el recorrido del usuario y se aseguren de que se está produciendo una gran experiencia de usuario”. (párr. 20)

En conclusión, se resalta la relevancia de estas etapas porque son un componente estratégico dentro de la creación de aplicaciones y porque las marcas buscan brindar experiencias significativas a sus clientes, y tener presente esto en todos sus ambientes, desde lo físico hasta lo virtual, crea una atmósfera donde los consumidores disfrutan de estos momentos y sus procesos de compra son óptimos, con ese factor diferenciador que todas las marcas ofrecen a su público.

## **Prototipos**

Dentro de las etapas de desarrollo orientadas con la experiencia de usuario, finalizada la etapa de diseño, se establecen los primeros ejemplares de lo que se convertiría en el resultado final, pero se vuelven una base de prueba para ir analizando el funcionamiento de las interfaces y el flujo de navegación.

A estas primeras propuestas se les conoce como prototipos, porque como se mencionaba, no es el producto final, sino que son pruebas con las que se va analizando cada función o acción que realiza la aplicación, permite visualizar interfaces y trabajar en mejoras que se puedan desarrollar.

Hernández (2023), en su investigación para la Universidad Antonio Nariño, define cuál es la importancia de los prototipos en estas fases de desarrollo:

La creación de prototipos es un ejercicio cognitivo que permite a los diseñadores validar sus diseños antes de que estén terminados, por tanto, un ejercicio de prototipado permite resolver problemas potenciales antes de llegar a una fase de desarrollo que involucre planificación de recursos ineficientes.

(p.16)

Según lo establecido por Hernández, los prototipos son modelos iniciales que se utilizan para probar conceptos y recopilar retroalimentación o sugerencias, con la finalidad de ir desarrollando una versión, que es la que termina siendo la final.

Para este proceso, hay distintos tipos de prototipos, entre ellos se pueden primero diferenciar por su modalidad y finalidad, hay muchas personas que optan por prototipos manuales o escritos a mano, con los cuales se puede ir trabajando para elaborar mejores versiones, a como también hay versiones digitales como prototipos 3D o sitios web de prueba, que van encaminando a una visión más cercana a lo que sería el producto final.

Dentro de los prototipos digitales, se distinguen distintos tipos, como lo son los de media o alta finalidad. Estos últimos, según las características del prototipo, se asimilan más con la última versión. Los de media finalidad tienen elementos básicos, como opción de clic y los primeros movimientos dentro del proceso de navegación, mientras que los de alta finalidad se asemejan casi que en su totalidad con la aplicación que se va a lanzar.

Para la creación de un prototipo también hay distintas etapas, desde el análisis del diseño hasta la creación del prototipo. Ya elaborado, se pone a prueba para estudiar su comportamiento y tomar decisiones que ayuden a crear una versión que permita cumplir los objetivos establecidos. Luego de una serie de evaluaciones con consumidores y sugerencias, se pueden seguir desarrollando más prototipos, pero en este caso se recomienda no crear más, para no desperdiciar tiempo y recursos, y más bien trabajar en optimizar las últimas versiones.

La relevancia de los prototipos en la experiencia de usuario radica en que permiten prevenir errores y fortalecer la calidad del producto. Su importancia se basa en que son modelos de prueba, se pueden estudiar un sinnúmero de opciones y mejoras, lo cual permite acordar ideas esenciales que debe tener la aplicación, pero también facilita la comprensión de las necesidades de los consumidores y cómo estas pueden ser abordadas en la versión final.

Los prototipos no son solo parte de la experiencia de usuario, se utilizan en una amplia gama de áreas y ramas de estudio, porque permiten experimentar y analizar qué aspectos pueden trabajarse para la reducción de errores.

En una aplicación, como se mencionaba, es imposible obtener una versión final sin pruebas ni estudios que permitan analizar la funcionalidad, de ahí la importancia de trabajar con prototipos, como una herramienta esencial, que ayuden a la identificación de escenarios para implementar mejoras en ellos hasta desarrollar la aplicación que se va a cumplir con los objetivos establecidos.

## **Análisis de usuarios**

Para la experiencia de usuario, como su nombre lo dice, es vital comprender el usuario en su individualidad y su capacidad de interacción, y considerándolo un rol sumamente importante dentro del desarrollo de las aplicaciones. Esto se debe a un concepto que se ha venido tratando, y es que cuando se crea una aplicación, basada en la experiencia de usuario, ésta se formula en torno al usuario y no desde una funcionalidad digital.

El proceso de análisis de usuarios es una de las primeras observaciones a realizar dentro de la investigación, porque con estos datos los diseñadores van a estudiar estas variables y desarrollar soluciones dentro de la aplicación. Al realizar este procedimiento, se logra identificar cuáles son las necesidades reales y expectativas de los consumidores, para así también elaborar ideas en torno a cumplir lo solicitado por parte del público y de la empresa.

Existen diversos tipos investigaciones y metodologías que se pueden emplear para conseguir la data necesaria por parte de los usuarios. Primero se puede mencionar las entrevistas o grupos focales, las cuales brindan las respuestas de manera inmediata dado que la conversación guiada permite que el usuario pueda expresarse con mayor libertad, además de brindar contextos y sugerencias.

Además, se realizan encuestas, que son herramientas valiosas para la recolección de datos, las cuales tienen la cualidad de que pueden ser distribuidas con mayor facilidad y se pueden tener un alcance mayor de la cantidad de usuarios que pueden ser parte. La ventaja de esta herramienta es que los datos se pueden analizar de manera cuantitativa.

Finalmente, se pueden trabajar prueba de usabilidad y sesiones de observaciones, esto permite analizar escenarios más precisos entre la relación de la aplicación y el mismo usuario, lo que presenta un análisis más complejo y detallado de la situación, permitiendo ver en tiempo real esta interacción y poder elaborar mejores soluciones basadas en la experiencia que se tiene con la aplicación.

Más allá de las distintas metodologías con las que se puede analizar y estudiar el usuario, hay una peculiaridad muy importante a destacar, y es estudiar al usuario desde su individualidad. Esto significa que es mejor evitar situaciones donde se analizan varios usuarios en el mismo momento, porque esto puede llevar a compartir ideas y puede ser que las personas no estén de acuerdo, pero decidan no expresarlo o influyen en ciertas opiniones.

Para esto es necesario realizar el estudio con ese factor de la individualidad, dado que al final del día, la persona es la única que va a tratar con la aplicación, por lo que es necesario realizar los estudios de manera aislada.

Según lo establecido por Morales-Vargas (2023) en su investigación para la Universidad de Chile, desarrolla mejor por qué se debe considerar este factor: “no es recomendable aplicarla de manera grupal, porque pueden producirse interacciones no deseadas y porque la navegación es una acción esencialmente individual. De ahí que no se busque consenso ni representatividad”. (p. 5)

Adicionalmente, facilita una comprensión más profunda sobre el comportamiento del usuario, lo que permite optimizar la experiencia y el diseño enfocado en el usuario. También ayuda a identificar y predecir tendencias o patrones lo que permite trabajar con anticipación en estas reacciones y desarrollar la aplicación en torno a distintos escenarios.

Antes de elaborar cualquier prototipo, diseñar campaña publicitaria o lanzar algún producto, el primer paso siempre va a ser investigar a profundidad el público meta. Solo mediante un riguroso análisis se va a lograr establecer los parámetros que van a guiar a la marca a desarrollar ideas que permitan captar la atención de los usuarios.

Finalmente, esto también lo establece Juárez-Tirado (2020) en su artículo para la revista científica Transdigital: “Una vez seleccionada una metodología de investigación de usuarios, conocer los resultados de dicho proceso es una situación que deberá arrojar las recomendaciones o soluciones prácticas de lo que los usuarios esperan de los productos a desarrollar.” (p. 4)

Esto se debe a que se deben analizar primero sus necesidades e inquietudes, por lo que el diseño no se basa en suposiciones, sino presenta una base sólida que permite solucionar una problemática, con la intención de aportar una respuesta a una problemática o situaciones que enfrentan los consumidores en la cotidianidad.

## **CAPÍTULO III: MARCO METODOLÓGICO**

### **Enfoque de investigación**

Para realizar una evaluación compleja sobre una problemática actual como lo es el suicidio, es necesario utilizar un enfoque que permita analizar distintas aristas del tema, para así lograr una investigación con datos tanto cuantitativos como cualitativos, que permitan dar respuesta a los objetivos definidos, de manera robusta y concisa.

Por lo que el enfoque definido es el mixto, el cual va a permitir recopilar información de una manera más amplia, dando como resultado una investigación sólida. Dentro de esta perspectiva, se puede citar a Hernández y Mendoza (2018) donde definen este enfoque:

Los métodos mixtos representan un conjunto de procesos sistemáticos, empíricos y críticos de investigación e implican la recolección y el análisis de datos cuantitativos y cualitativos, así como su integración y discusión conjunta, para realizar inferencias producto de toda la información recabada (metainferencias) y lograr un mayor entendimiento del fenómeno bajo estudio. (p.612)

Como consecuencia, el estudio de estos datos, tanto en aspecto contable como verbales, ayudan al investigador a tener una perspectiva más acertada de la situación, brindando una comprensión más completa del tema de estudio.

### **Diseño**

Dentro del enfoque mixto, existen varios tipos de diseños que ayudan a desarrollar distintas metodologías para la recolección de datos. En este caso se selecciona el diseño Exploratorio Secuencial, que también es conocido como DEXPLOS.

Para esto Hernández y Mendoza (2018) establecen la definición de este diseño, para dar un poco de contexto sobre este formato: “El diseño implica una fase inicial de recolección y análisis de datos cualitativos seguida de otra donde se recaban y analizan datos cuantitativos.” (p. 631). Al lograr realizar un estudio con esta variedad de datos, permite realizar análisis más complejos y enriquecer la investigación.

Adicionalmente, el diseño DEXPLOS se divide en dos modalidades de estudio, las cuales son derivativa y comparativa. Ambas se desarrollan de manera que, primero se realice

el análisis cualitativo o el cuantitativo, y dependiendo de la decisión, este se establece como pilar para posteriormente realizar el otro análisis.

Para la presente investigación, se toma la decisión de utilizar la metodología comparativa. Seguidamente, Hernández y Mendoza establecen la definición para esta modalidad: “En este caso, en la primera fase recolectas y analizas datos cualitativos para explorar un fenómeno, generándose una base de datos; posteriormente, en la segunda etapa recabas y analizas datos cuantitativos y obtienes otra base de datos” (p. 632).

Esto se debe a que primero se establece la recolección de datos cualitativos que permitan brindar un contexto sobre el fenómeno a estudiar y gracias a esto dar una guía basada en los hallazgos para el proceso de recolección de datos cuantitativos.

La importancia de este diseño, es que, aunque los datos se trabajan de manera colaborativa, dando un balance, ambos también se pueden estudiar de manera independiente, lo cual permite realizar dos estudios de manera completa, ayudando a expandir la investigación de manera más dinámica y con una visión más amplia.

### **Fuentes de información**

Para dar cumplimiento a los objetivos definidos, se van a utilizar distintas fuentes de información e instrumentos de recolección de datos, los cuales van a ayudar a comprender de manera más integral las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres.

Desde el ámbito teórico, la primera fuente a utilizar son investigaciones académicas y proyectos finales de graduación enfocados en el análisis del suicidio en Costa Rica y en campañas con enfoque social, las cuales han sido previamente analizadas y seleccionadas para brindar un mejor contexto de la problemática en el entorno actual.

Seguidamente, se va a desarrollar tanto los instrumentos de recolección de datos como las fuentes de información adicionales, que son las entrevistas y encuestas digitales, las cuales

brindan percepciones más específicas tanto de la población de estudio, como de expertos en distintas áreas que brindan su opinión especializada.

Las entrevistas se realizan a profesionales en dos campos de estudio, en el ámbito psicológico, para comprender el suicidio desde una percepción mental, por lo que dirigirla a especialistas en psicología es lo más apropiado dado que puede aportar desde casos y experiencias que hayan evaluado y en el mismo orden de ideas, también se van a realizar entrevistas a especialistas en diseño y desarrollo web, los cuales brindan aportes técnicos relacionados con la herramienta a desarrollar, y cómo esta debe basarse en los principios de experiencia de usuario para que sea funcional y cumpla su misión.

Adicional, se va a realizar una encuesta dirigida a la población de estudio, lo cual va a ayudar a realizar un análisis detallado y específico de la percepción de este público sobre la problemática del suicidio y cómo trabajar basado en eso para lograr desarrollar herramientas que permitan reducir esta problemática.

Finalmente, aquí se evidencia el desarrollo de un enfoque mixto, que va a permitir brindar perspectivas y también datos cuantificables sobre situaciones o escenarios, actitudes y pensamientos, que permitan realizar una investigación amplia y detallada sobre el contexto del suicidio en el país, logrando una comprensión más amplia y estructurada, y que ayude a ir desarrollando herramientas y estrategias de comunicación enfocadas en esta población.

### **Población y muestra**

Seguidamente, es necesario determinar la población de estudio de la investigación, y su respectiva muestra. Para esto se recomienda la utilización de la siguiente fórmula:

**Población Finita:** Se logra identificar el número de encuestas por realizar o la cantidad de encuestas que deben de ser realizadas. Lo recomendado es hacer uso de la fórmula de la muestra, con la cual se obtiene un número representativo del grupo de personas que se quiere estudiar.

Para obtener el número de la población a estudiar, se utilizan los análisis demográficos obtenidos por El Instituto Nacional de Encuesta y Censos (INEC) sobre el sector de estudio, los cuales son interpretados por Telencuestas para facilitar el análisis de la información donde se pueden evidenciar la cantidad de personas por edad y género. Seguidamente, se determina que el valor total de hombres en la región de San Pedro, Montes de Oca, con edad de 20 a 30 años, es una población de 2,072 personas.

**FIGURA 1. ANÁLISIS DEMOGRÁFICO DE SAN PEDRO**

**Población de San Pedro por edad y sexo en 2024**

La siguiente tabla muestra la población estimada de San Pedro, Montes de Oca en 2024, desagregada por sexo y grupos quinquenales de edad.

| Edades       | Mujeres | Hombres | Total | %     |
|--------------|---------|---------|-------|-------|
| 0 a 4 años   | 320     | 329     | 649   | 2,4%  |
| 5 a 9 años   | 521     | 539     | 1 060 | 3,9%  |
| 10 a 14 años | 639     | 671     | 1 310 | 4,8%  |
| 15 a 19 años | 731     | 773     | 1 504 | 5,5%  |
| 20 a 24 años | 882     | 926     | 1 808 | 6,6%  |
| 25 a 29 años | 1 092   | 1 146   | 2 238 | 8,2%  |
| 30 a 34 años | 1 262   | 1 318   | 2 580 | 9,5%  |
| 35 a 39 años | 1 370   | 1 396   | 2 766 | 10,2% |

Fuente: Telencuestas (2024)

En resumen, la fórmula de la muestra es la siguiente:

$$n = (Z^2pqN) / (Ne^2 + Z^2pq)$$

| Población | Z    | p   | q   | e    | Muestra |
|-----------|------|-----|-----|------|---------|
| 2072      | 1.96 | 0.5 | 0.5 | 0.05 | 324     |

Donde:

- n: muestra: Corresponde al número representativo de personas que se van a estudiar o la cantidad de encuestas que se deben realizar.
- N: población: se identifica como el grupo de personas que se va a estudiar, en este caso deben estar conformadas por público objetivo definido.

- Z: nivel de confianza: mide la confiabilidad de los resultados. Se recomienda el uso de un nivel de confianza de 95% (1.96) o de 90% (1.65). A mayor nivel de confianza, se incrementa la precisión de los resultados, lo que también representa un mayor número de encuestas o participantes.
- e: grado de error: detalla el porcentaje de error que puede haber en los resultados. Se recomienda el uso de un grado de error de 5% o de 10%. Se establece que, mientras menor sea el margen de error, mayor será la exactitud de los resultados, aunque esto implique un mayor número de encuestas.
- p: probabilidad de ocurrencia: es la estimación de la probabilidad de que el fenómeno estudiado se pueda realizar. Lo usual es utilizar una probabilidad de ocurrencia del 50%.
- q: probabilidad de no ocurrencia: es la probabilidad de que el fenómeno no se realice en la población. Lo usual es utilizar el valor de del 50%, y la suma de “p” más “q” siempre debe ser 100%

### **Ejemplo de un tamaño de la muestra según la población**

Para obtener el número de la muestra, o la cantidad de encuestas a realizar se debe limitar la siguiente información:

El público objetivo está integrado por hombres de 20 a 30 años usuarios de aplicaciones móviles, en el sector de Los Yoses, del cual se define una población de 2,072 según las fuentes mencionadas anteriormente.

Se utiliza un nivel de confianza de 95% y un grado de error de 5% en la fórmula de la muestra. La fórmula para obtener la muestra se despeja de la siguiente forma:

$n = (Z^2pqN) / (Ne^2 + Z^2pq)$  donde:

Nivel de confianza (Z) = 1,96

Grado de error (e) = 0,05

Universo (N) = 2.072

Probabilidad de ocurrencia (P) = 0,5

Probabilidad de no ocurrencia (Q) = 0,5

$$n = ((1,96)^2 \times ((0,5) \times (0,5)) (2.072))) / (((2.072) \times (0,05^2)) + ((1,96)^2 \times ((0,5) \times (0,5))))$$

$$n = ((3,84) \times ((0,25) \times (2.072))) / ((2.072) \times (0,0025) + ((3,84) \times (0,25)))$$

$$n = 1989.9488 / 5,18 + 0,9604$$

$$n = 1989.9488 / 6,1404$$

$$n = 324.07$$

### **Tamaño de la muestra**

Para la investigación, se van a trabajar con dos tipos de muestras, divididas en la siguiente manera:

- Muestra A: Compuesta por dos expertos, uno en el campo de la psicología y otro en el diseño y desarrollo web. Esta muestra está compuesta por 2 profesionales, en el primer escenario, un psicólogo especializado que ha trabajado con casos de pacientes con conductas suicidas, y para el segundo, un desarrollador web que también cuente con conocimientos en experiencia de usuario. Para esta muestra se decide utilizar el método de entrevista para poder estudiar ambos aspectos de manera detallada.
  
- Muestra B: Para esta segunda muestra, se conforma de hombres de 20 a 30 años que utilicen aplicaciones móviles dentro de Los Yoses. Dentro de este grupo se van a estudiar 324 hombres con la técnica de muestreo aleatorio

simple para seleccionar a los participantes de manera aleatoria y representativa. El instrumento que mejor se adecua para este estudio es una encuesta.

### **Características de inclusión y exclusión**

Seguidamente, se establecen los criterios de inclusión y exclusión que son necesarios para seleccionar la muestra:

#### ***Muestra A: Expertos en psicología y diseño web***

##### **Énfasis en Psicología**

###### Características de Inclusión:

1. Expertos en psicología clínica
2. Experiencia laboral con casos relacionados a trastornos mentales y conductas suicidas.
3. Conocimiento profundo sobre el suicidio y su terapias o tratamientos más actualizados.

###### Características de Exclusión:

1. Psicólogo especializado en otras áreas que no sean clínicas.
2. Ausencia de experiencia laboral en casos relacionados a trastornos mentales o conductas suicidas
3. Falta de conocimiento o experiencia relevante en el contexto de suicidio y sus tratamientos actuales

##### **Énfasis en desarrollo web**

###### Características de Inclusión:

1. Experiencia en diseño UX y desarrollo web o de aplicaciones
2. Conocimiento profundo sobre principios de programación y diseño de experiencia de usuario.

Características de Exclusión:

1. Ausencia de experiencia laboral en áreas relacionadas con diseño UX o desarrollo web
2. Falta de conocimiento o experiencia relevante sobre principios de programación y diseño de experiencia de usuario.

***Muestra B: Usuarios de aplicaciones móviles en el sector de Los Yoses***

Características de Inclusión:

1. Residentes de Los Yoses, San Pedro.
2. Usuarios activos de uso de aplicaciones móviles de manera diaria o constante.
3. Edad comprendida entre 20 y 30 años.

Características de Exclusión:

1. Residentes fuera del sector de Los Yoses, San Pedro.
2. No usuarios de aplicaciones móviles de manera cotidiana.
3. Edad por debajo de 20 años o por encima de 30 años.

**CUADRO 1. CUADRO DE VARIABLES**

| <b>Objetivo Específico</b>                             | <b>Variable</b> | <b>Indicadores</b>        | <b>Definición Conceptual</b>                                                                                                                                                                  | <b>Definición Operacional</b>                                                                                                                                                                                | <b>Definición Instrumental</b>                                                   |
|--------------------------------------------------------|-----------------|---------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|
| Determinar las tendencias y situaciones culturales que |                 | 1.Definición de Tendencia | 1. Según establece Yirda (2020): “Se conoce como tendencia a una preferencia o una corriente que se decanta hacia un fin o fines específicos y que generalmente suelen dejar marca durante un | 1.Las tendencias se clasifican en las siguientes categorías:<br><br>-Mega tendencias: Transformaciones profundas y duraderas.<br>-Macrotendencias: Cambios a medio plazo que afectan a sectores específicos. | <b>Entrevista</b><br>Preguntas a la muestra A (Psicólogo clínico) pregunta 1 y 2 |

|                                                                               |                              |                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <p>presentan los hombres en casos de estudio relacionados con el suicidio</p> | <p>Tendencias culturales</p> | <p>2. Definición de Factores sociales</p> <p>3. Definición de Suicidio</p> | <p>periodo de tiempo y en un determinado lugar.” (párr.1)</p> <p>2. Sarasola (2024) utiliza la siguiente definición: “Los factores sociales son fenómenos, eventos, agentes, hechos u otro tipo de elementos en una sociedad que influyen o afectan a subsistemas u otros fenómenos de la propia sociedad.” (párr.1)</p> <p>3. Jurado y Rangel (2020) definen el suicidio en su artículo, citando la Organización Mundial de la Salud y la Organización Panamericana de la Salud (WHO-PHO) (1998), como: “el acto de quitarse la vida deliberadamente, iniciado y realizado por la persona, en pleno conocimiento o con la expectativa de</p> | <p>-Micro tendencias: Cambios rápidos e intensos, a menudo impulsados por redes sociales.</p> <p>2. Los principales factores sociales son la educación, el estatus socioeconómico, la renta y su desigualdad, etc.</p> <p>3. El suicidio se establece como una problemática de salud pública que aún está rodeado de mitos y malinterpretaciones. Cada suicidio es una situación que afecta no solo a las personas, sino también a sus familias y comunidades.</p> | <p><b>Encuesta</b><br/>Pregunta 4,5 y 6 de la encuesta</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|

|                                                                                                                |                             |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                |                             |                                                                                                                                  | un resultado fatal.” (p. 41)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                  |
| Definir las estrategias de comunicación del Ministerio de Salud con respecto a temas de suicidio en Costa Rica | Estrategias de comunicación | <p>1. Definición de Estrategias de comunicación</p> <p>2. Definición de Mensaje</p> <p>3. Definición de Medios publicitarios</p> | <p>1. Como lo indica Pouplana (2024): “Las estrategias de comunicación son una herramienta de negocio que ayuda a la empresa a definir, elaborar y lanzar sus mensajes de manera efectiva, a través de cualquier canal y hacia todo tipo de destinatarios.” (párr. 1)</p> <p>2. De acuerdo con Brodowicz (2024): “El mensaje es el contenido de la información que será transmitida al receptor; es lo que el emisor quiere comunicar y son los signos y códigos con los que se representa la realidad.” (párr.3)</p> <p>3. Para esto, Gutiérrez (2022) plantea lo siguiente: “Canales a través</p> | <p>1. La estrategia de comunicación debe estar alineada con los objetivos y valores de la empresa, ser veraz y debe estar enfocada hacia el público al que se dirige la empresa.</p> <p>2. Un mensaje lleva contenido que transmite información o conocimientos. Se compone por imágenes, palabras, voz, tono de voz, escritura y otros signos de comunicación.</p> <p>3. Los medios publicitarios son fundamentales en las estrategias de marketing y publicidad para conseguir que las campañas sean efectivas. Se dividen en convencionales (dirigidos a masas) o no convencionales</p> | <p><b>Entrevista</b><br/>Preguntas a la muestra A (Psicólogo clínico) pregunta 3</p> <p><b>Encuesta</b><br/>Pregunta 7, 8 y 9 de la encuesta</p> |

|                                                                                                                                                       |                        |                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                       |                        |                                                                                                                                                         | de los cuales se pueden difundir mensajes publicitarios, es decir, aquellos en los que las empresas muestran sus productos o servicios” (párr.3)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                       |
| Evaluar las principales características y funciones que deben de cumplir las aplicaciones móviles basado en los principios de experiencia de usuario. | Experiencia de usuario | <p>1. Definición de Aplicación móvil</p> <p>2. Definición de Experiencia de usuario</p> <p>3. Definición de Principios de la experiencia de usuario</p> | <p>1. En palabras de Quiroz (2025): “Una aplicación móvil o app es un programa de software diseñado para ejecutarse en dispositivos móviles como smartphones y tablets. Estas herramientas se desarrollan en diferentes lenguajes de programación.” (párr. 3)</p> <p>2. Purita (2023) menciona en su artículo: “La Experiencia de Usuario (UX) se refiere a la forma en que una persona se siente al interactuar con un producto, servicio o plataforma digital. Esta experiencia abarca todos los</p> | <p>1. En cuanto a su clasificación, una aplicación también se puede definir por su:</p> <p>-Contenido: educativa, informativa, etc.</p> <p>-Modelo de adquisición: gratuita, de pago o premium (descarga gratuita con funciones premium).</p> <p>-Edad del usuario: para todo público hasta restringidas por edad.</p> <p>2. Es necesario comprender y estudiar al público meta de la aplicación, dado que esto va a permitir desarrollar una experiencia basada en las necesidades de los usuarios finales.</p> | <p><b>Entrevista</b><br/>Preguntas a la muestra A (Desarrollador web) pregunta 1,2 y 3</p> <p><b>Encuesta</b><br/>Pregunta 11 y 12 de la encuesta</p> |

|  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                 |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|  |  |  | <p>aspectos de interacción, desde la navegación y la apariencia visual, hasta la facilidad de uso y la satisfacción del usuario”. (parr. 4)</p> <p>3.Como señalan Downie y Finn (2026): “Existen varios métodos para evaluar la experiencia del usuario, que van desde el feedback cualitativo hasta las métricas cuantitativas. Estas son técnicas y herramientas clave para ayudar a medir la experiencia del usuario de manera efectiva.” (párr. 21)</p> | <p>3. Medir la experiencia del usuario es esencial para que las empresas comprendan el recorrido del usuario y se aseguren de que la navegación y el desarrollo de la aplicación ayuda a cumplir los objetivos de la marca.</p> |  |
|--|--|--|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### Instrumento de recolección de datos

Para la investigación se va a requerir la utilización de instrumentos de recolección de datos, los cuales aportan información necesaria para el análisis de cada una de las variables. Por lo cual, Hernández y Mendoza (2018) definen lo siguiente: “Para recolectar datos

disponemos de una gran variedad de instrumentos o técnicas, tanto cuantitativas como cualitativas; por ello, en un mismo estudio podemos utilizar ambos.” (p. 302)

## **Entrevista**

Uno de los instrumentos de recolección de datos a utilizar es la entrevista, para esto, Ledezma y Marín (2024), citan a Hernández (2018) en su artículo para la revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, donde establecen la siguiente definición: “en la metodología cualitativa es flexible y abierta, y puede ser definida como un diálogo entre dos o más personas, una persona (el entrevistador) y otra (el entrevistado) u otras (entrevistados).” (p.9)

Con las entrevistas, se busca obtener una perspectiva más amplia de dos áreas a desarrollar durante la investigación, que son el enfoque web y el psicológico, donde ambos entrevistados brindan su conocimiento, para así ayudar a estudiar con más profundidad las variables y poder tener presente aspectos esenciales de cada profesión.

Adicional, la encuesta es de tipo semiestructurada, ya que esta cuenta con una estructura, pero hay cierta libertad entre el entrevistador y el entrevistado para agregar nuevas cuestionantes y situaciones durante la conversación. Como lo indican Hernández y Mendoza (2018): “Las entrevistas semiestructuradas, por su parte, se basan en una guía de asuntos o preguntas y el entrevistador tiene la libertad de introducir preguntas adicionales para precisar conceptos u obtener mayor información sobre los temas deseados” (p. 508)

## **Encuesta**

Asimismo, desde un enfoque cuantitativo, el segundo instrumento a utilizar en la investigación es una encuesta o cuestionario. Con esto se obtienen datos que permiten estudiar las diferentes perspectivas que tiene la población de estudio. De esta manera, Hernández y Mendoza (2018), citando a Bourke, Kirby y Doran (2016) y Brance (2013): afirman que “Un cuestionario consiste en un conjunto de preguntas respecto de una o más

variables a medir. Debe ser congruente con el planteamiento del problema e hipótesis.”  
(p. 250)

### Procedimiento de recolección de datos

Dentro del enfoque cualitativo, se realiza dos entrevistas semiestructuradas a profesionales expertos en sus áreas. Los detalles se muestran en la siguiente tabla:

**CUADRO 2. MUESTRA A.**

| N.º | Nombre del Entrevistado | Fecha de aplicación | Forma de aplicación      |
|-----|-------------------------|---------------------|--------------------------|
| 1   | Brandon Cisneros        | 19 de marzo, 2026   | Reunión digital por Zoom |
| 2   | Pablo Ramírez           | 27 de marzo, 2026   | Reunión digital por Zoom |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

Para el enfoque cuantitativo, se utiliza una encuesta que se aplica a 324 residentes de Los Yoses, Los detalles se muestran en la siguiente tabla:

**CUADRO 3. MUESTRA B.**

| Cantidad de encuestas | Fecha de aplicación                       | Lugares de aplicación | Observaciones                 |
|-----------------------|-------------------------------------------|-----------------------|-------------------------------|
| 324                   | Del 16 de marzo,2026 al 18 de abril, 2026 | Google Forms          | Contestar todas las preguntas |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

## **Métodos de análisis de datos**

Posterior a las entrevistas y la encuesta, se necesita realizar una organización de los datos recolectados en ambos instrumentos. Para esto se trabaja con un análisis de cada respuesta proporcionada en ambos escenarios, además de interpretar cada una de ellas dentro de las variables de estudio.

Para los datos cualitativos que se obtienen de la entrevista, es necesaria una interpretación detallada de cada una de las respuestas que brinda el entrevistado. Por consiguiente, se realiza una transcripción de las entrevistas para identificar temas y tendencias en las respuestas.

Seguidamente, se busca interpretar los datos dentro de la investigación, lo cual permita comprender y analizar de manera más profunda las perspectivas y experiencias de los participantes, lo cual ayuda a obtener conclusiones precisas y significativas.

Además, para los datos cuantitativos, se utiliza la plataforma de Google Forms, ya que es una herramienta para la realización de encuestas. Gracias a ella, se tiene la facilidad de recolección de respuestas, seguidamente de un análisis de datos de manera automatizada.

Esto ayuda a obtener los datos de manera más sencilla, lo cual permite la creación de gráficos que son importantes para el estudio de las respuestas, ya que se presentan de manera visual y más clara. Esto permite visualizar patrones y tendencias lo cual ayuda para que la información sea más comprensible.

## **CAPÍTULO IV: ANÁLISIS DE RESULTADOS**

Para lograr cumplir el objetivo principal de la investigación, el cual se determina como: “Identificar las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer cuatrimestre del 2026” fue necesaria la utilización de un enfoque mixto, lo que permite la recolección de datos de una población específica definida con ciertos parámetros, además de recopilar otros recursos de valor desde la vivencia y experiencia de profesionales en sus áreas de estudio.

La población se considera en dos muestras, la A y la B. La muestra A son los dos expertos profesionales, uno en psicología y otro en desarrollo web; que brindan información desde sus conocimientos y perspectivas en una entrevista a profundidad semiestructurada, que adicional de las preguntas ya establecidas, se desarrollaron nuevas las cuales ayudan a abordar con mayor claridad las respuestas, lo cual permite el análisis de los datos cualitativos.

Por el otro lado, la muestra B, son todos los habitantes masculinos del sector de Los Yoses, de entre 20 a 30 años que utilizan aplicaciones móviles, que participaron completando una encuesta de 12 preguntas cerradas mediante Google Forms, lo que facilita el análisis de los datos cuantitativos.

De esta manera, como resultado de la aplicación de ambos instrumentos se pudo comprender de manera más profunda y amplia el público meta, su comportamiento y factores que influyen en sus decisiones. Además de lograr identificar puntos importantes a considerar dentro del desarrollo de una aplicación móvil. Seguidamente, se presenta el análisis de datos de ambas muestras.

## **Análisis muestra A.**

### **Entrevista al experto #1: Psicólogo Pablo Ramírez.**

#### **Pregunta 1: ¿Cuáles son los principales factores que afectan la salud mental de los hombres en el país?**

Pablo empieza argumentando que hay distintos de factores, como por ejemplo los estructurales, culturales, clínicos y relacionales. Para los estructurales, comenta que son a nivel de estructura, como la presión económica o la inestabilidad laboral, o el estrés académico y profesional, endeudamiento o la dificultades de sostener expectativas de éxito.

Seguidamente el relacional o social-cultural, como lo es el aislamiento, conflictos con pareja, rupturas, escasas de redes de apoyo emocionales que muchas veces tienen los hombres y la dificultad que también presentan para pedir ayuda. En lo clínico, lo que sería la ansiedad, depresión, problemas con sustancias o alcohol, además de antecedentes de conductas suicida. Todo esos son factores que influyen en la salud mental de los hombres, y desde un enfoque más clínico o en relación a la salud, esto se presenta muy deteriorado.

Adicional, Pablo menciona como las estadísticas han crecido por consultas de ansiedad, depresión e ideaciones suicidas, y que lastimosamente el abordaje institucional en el país es muy laxo porque no hay suficientes recursos, ya que los centros de salud no cuentan con profesionales de psicología clínica, al menos no los suficientes y por eso muchos casos son atendidos en periodos de tres o seis meses, hasta un año. Esto se debe a que hay una crisis importante en profesionales de psiquiatría. Lo que lleva a una situación donde no se habla de casos aparte sino una problemática compleja.

Finaliza con el componente sociocultural, porque la socialización masculina tradicional es lo que no permite que los hombres tengan esa apertura emocional, ya que desde las perspectivas sociales, ser un hombre “de valor” es un hombre autosuficiente, que resuelve, que no necesita ayuda, entre otros. Esto hace que se genere una presión de abarcar una serie

de factores que muchas veces no se pueden llevar todos juntos al mismo tiempo, y esto se evidencia en las estadísticas.

De esta pregunta se puede determinar que hay varios factores que afectan la salud mental de los hombres, no solo es un factor que se puede abordar y ya solucionar el problema. Sino que hay muchas aristas o situaciones dentro de cada vida de cada hombre, que hacen que haya afectaciones mentales, de ahí la necesidad de tratar cada uno como individual, más allá de ser una problemática compleja. Pero lastimosamente no se dispone de suficientes profesionales y esto se evidencia en las estadísticas.

**Pregunta 2: Considerando un enfoque mental clínico, ¿cómo se analizan las conductas suicidas y cuáles son sus tratamientos actuales?**

Pablo indica que, desde un enfoque clínico, se ha ido avanzando en los últimos años y que, gracias a esto, la conducta suicida no se analiza como un evento aislado, sino como un continuo, ya que se cuentan fases iniciales, la fantasía, idealización, planificación, el intento, hasta llegar al suicidio. Para esto hay muchas determinantes, por lo que considerar que una persona solo llega a pensar en suicidarse por una sola causa sería erróneo. Sino que hay muchas patologías: como depresión, ansiedad, bipolaridad, hasta desesperanza social o desconexión social.

Adicional, Pablo también menciona que a la hora de abordar una persona con procesos suicidas o que llega con una ideación suicida, o también con una planificación suicida a una consulta, lo primero que se debe desarrollar es una evaluación clínica integral. Con eso se analiza el proceso de evaluación de riesgo, donde se determina cómo se encuentra la persona hasta desarrollar un plan seguridad. Lastimosamente, si una persona llega a emergencias por un intento de suicidio, esta evaluación no se está realizando, pero si se realizara, se podría recibir medicación, internamiento e incluso una incapacidad.

No siempre la hospitalización es necesaria, pero si ya hay un riesgo, como que la persona cuenta con el medio por el cual podría suicidarse, el internamiento podría ser una

solución para retener a la persona. Desgraciadamente tanto el Hospital Nacional Psiquiátrico como las salas de emergencias están colapsadas, por lo que muchas ocasiones solo dejan al paciente una noche y al día siguiente lo regresan a su casa, y esto se vincula con la alta tasa de suicidios en el país.

Se logra concluir con esta pregunta dos aspectos importantes: El suicidio debe ser analizado como un continuo y no como una sola acción, dado que hay varias fases que se realizan que pueden conllevar a un suicidio, por lo que es necesario identificar y estudiar cada una de esas fases de manera individual, pero la acción del suicidio no es aislada, hay procesos previos que pueden llevar a una persona a este resultado

Finalmente, los tratamientos actuales en cuanto una persona llega a emergencias en caso de que tratara de cometer un suicidio o en la fase de ideación, se debería de realizar una evaluación clínica integral, la cual permita analizar el estado de la persona, crear un plan de contingencia y posteriores cuidados, como medicación, incapacidad o considerar internar al paciente. Lastimosamente los espacios de salud para estos escenarios están colapsados y no se da la atención que se necesita por lo que los índices de suicidio se ven afectados por la falta de atención en esta área.

**Pregunta 3. ¿Podría describir la situación actual del suicidio en Costa Rica y cómo se ha tratado de solucionar esta problemática?**

Pablo indica que en el país, se tiene un promedio de un suicidio por día aproximadamente, de ahí se ha ido aumentando considerablemente en los últimos años. Además, que se tuvo un pico en el 2022 de suicidios consumados.

Seguidamente, se determina que es una problemática estable, dado que Pablo expresa que en términos de cada diez personas que se suicidan, ocho son hombres, y el promedio es ocho punto cinco según las estadísticas, esto quiere decir que, de los hombres, un ochenta y cinco por ciento son las víctimas de suicidio. De manera inversa funciona el tema con las mujeres, ya que se dice que las mujeres realizan más intentos suicidas que los hombres, pero

los hombres logran su propósito de consumir el suicidio con mayor efectividad, además de que los medios que utilizan los hombres son más violentos y agresivos.

Los espacios de atención suelen ser bastante limitados o muy concretos en términos de que no se brinda un acompañamiento adecuado, entonces el Ministerio de Salud ha desarrollado campañas y materiales, sin embargo, muy pocos llegan a la población. Esto se debe a que hay un estigma muy fuerte con este tema. Si hay políticas y normativas sobre cómo se debe abordar el suicidio, sin embargo, no se ha logrado disminuir el aumento de las tasas de suicidio. El problema es que, si los profesionales o las instituciones no hablan del suicidio, se sigue viendo como un tabú, entonces la solución correcta no es no hablar del suicidio, es saber cómo hablarlo.

Concluye Pablo con ciertas medidas que se han concretado en los últimos años, como por ejemplo las mayas de protección en el Puente Virilla o en el Rafael Iglesias en Grecia, dos espacios donde las personas iban específicamente a cometer suicidios. Si bien ha sido una solución relevante con respecto al tema, lastimosamente de igual manera las personas solo buscan ir a otro puente donde no se encuentre las mayas, por lo que sí es una solución que se debe de seguir trabajando.

De esta pregunta se pueden analizar varios aspectos importantes a considerar: el primer punto es comprender los números que se mencionan sobre la cantidad de hombres que se suicidan en el país, porque si un grupo de personas sobrepasa el ochenta por ciento, entonces se habla de una problemática muy grande a la cual no se le está brindado la atención que lo merece.

Otro aspecto, es comprender que por muchos años el suicidio ha sido un tema tabú, por lo que las instituciones, profesionales e incluso las personas prefirieron no abordarlo, pero por esta misma decisión, es que se vuelve un tema del que se evita hablar, pero se refleja en una problemática social. La idea es comprender cómo se debe de comunicar estos temas para evitar que las tasas suban.

**Pregunta 4: Desde su perspectiva y experiencia, ¿por qué se considera que es más complicado abordar el tema del suicidio en hombres?**

Para esto, Pablo expone la siguiente frase: “Yo no pensaría que es más complicado. Lo que sí pensaría es que no se hace”. Esto ya que se cree que los hombres son más fuertes y no necesitan hablar de sus emociones o mostrar sus vulnerabilidades. Esto porque ya existe una construcción ideal de lo que debería ser y no ser un hombre, por lo que recibir el cuestionamiento de su masculinidad es lo que hace que los hombres no hablen de estos temas.

Adicional, otro tema importante, es que al suicidio no se le da relevancia. Pablo comentaba como la Asamblea Legislativa aprobó la Ley Nacional de Salud Masculina, la cual cada cierto tiempo debería estar creando una política de salud integral masculina, pero esta no se realiza, y el por qué es nada más porque no es una prioridad para las instituciones públicas.

Esta relevancia lastimosamente no se basa en la cantidad de suicidios hay al año, tampoco en entender la cantidad de conductas de riesgo, muertes en carretera, las muertes por homicidio, la tasa en encarcelamiento o delictividad, o de que sean los responsables por la mayor parte de las conductas violentas y agresivas en el país, pero no se consideran indicadores.

Incluso las mayores tasas de muerte por cáncer o patologías, entonces si no es prioridad para las instituciones de salud o para la sociedad, ¿por qué los hombres van a priorizar su salud física o mental? Por lo que hay una normalización de la violencia por parte de los hombres.

De modo de cierre, Pablo señala que debe de haber una metodología adecuada para lograr la apertura de los hombres con respecto a este tema, ya que hay que comprender muchos aspectos, porque se cree que se ha evolucionado en temas de salud mental, pero los hombres siguen siendo hombres, y hay que seguir trabajando para velar y proteger la vida de ellos.

De esta última pregunta se puede concluir la importancia de hablar de este tema con los hombres y que encuentren espacios entre ellos y en la sociedad para que puedan externar sus situaciones emocionales sin ser juzgados. Si bien se ha ido trabajando en temas de salud mental, es importante comprender que en la sociedad se va a lograr dar un paso importante hasta que esta problemática se vuelva relevante, y tanto las personas como las instituciones comprendan lo necesario que es la salud mental para el desarrollo integral de los hombres.

## **Entrevista al experto #2: Desarrollador Web Brandon Cisneros**

### **Pregunta 1: ¿Cuáles son los principales principios de experiencia de usuario que se deben tener presente a la hora de desarrollar una aplicación web o móvil?**

Brandon empieza mencionando la importancia de destacar que se habla de una aplicación móvil, que a diferencia de un programa de software, se consiguen de manera gratis, por lo que es necesario considerar que debe ser atractivo para que las personas sientan interés en descargarla.

Existen varios tipos de aplicaciones, por lo que lo primero que se tiene que pensar es el público meta. Esto porque cuando uno realiza el SEO, usualmente se utilizan palabras, pero también se le pueden dar características como enfocarla en un país, que los usuarios sean de una zona o edades específicas.

Seguidamente, otro aspecto que se mencionaba es el desarrollo, no desde un enfoque muy técnico, sino desde el ecosistema de la aplicación. Por ejemplo, Android y iPhone, ambos tienen diferentes sistemas de gestiones operativas, pero los desarrolladores diseñan primero para el sistema de Apple y luego al Android.

Esto se debe al que sistema de Apple es más minimalistas, esto porque se enfocan más en la funcionalidad que en el diseño. A diferencia de Android que tiene más iconos, por ejemplo poder ir hacia atrás y demás. Por lo que es necesario cuidar estos dos aspectos.

Adicional, Brandon hace mención de un aspecto que es un poco difícil y que la aplicación se pueda usar en cualquier lugar, no importa si el público meta sean expertos en utilizar teléfonos, siempre hay que hacerlo de la manera más sencilla en que la otra persona pueda utilizarla. El público meta son nativos digitales, pero en caso de que el público se extienda, se debe de considerar que siempre debe de ser sencilla la navegación.

Hay dos puntos importantes a considerar, y es realizar una barra de Home junto con las opciones. Adicional, al ser una aplicación enfocada en suicidio, debe de tener un botón de emergencia para llamar al 911. Este botón debe de ser grande y al ser un acceso directo no se debe de cambiar de lado. Este es un detalle que se vuelve primordial.

Finalmente, el último tema a considerar son los tiempos de carga, la idea es poder tener una aplicación que esté optimizada, que no tenga que cargar con muchos datos, y más en este caso que es para la prevención, es mejor considerar: mensajes y números de ayuda e incluso citas web.

La pregunta abarca varios puntos de la experiencia de usuario, tomando en cuenta el primer punto que es analizar y determinar el público meta, para así lograr determinar las características necesarias que debe tener la aplicación. Además de otro principio muy importante que es la sencillez de esta, enfocada más que todo en los botones, menús y navegación. Incluso de los detalles dentro de la prevención del suicidio, como el botón de emergencia, y además de la optimización de carga para no tener que trabajar con tantos datos.

**Pregunta 2: ¿Qué elementos de diseño o navegación se deben considerar para brindar una mejor experiencia al usuario?**

Brandon señala que dentro del diseño, es necesario disponer de la misma paleta de color o el mismo esquema publicitario, dentro de la aplicación, considerando las mismas fuentes o el branding. Comentaba que en los cursos universitarios les decían que todo tiene que tener cohesión entre sí, una base.

Dentro de la navegación, contar con el botón de llamada de emergencia es muy importante, dado que funciona como un salvavidas en caso de que la persona lo necesite, además de que se podría crear como un widget para que las personas lo tengan en las pantallas de manera más fácil. La idea de esto es volver la función más sencilla, más simple, entonces otras opciones que brindaba Brandon es hacer una barra de opciones en la parte superior donde se puedan ir a los diferentes menús.

Adicional, se mencionaban los colores, que no fueran de mucha intensidad, como amarillos o chillones, sino buscar colores que brinden calma, como lo es el verde o colores pasteles. Seguidamente, que tanto los colores como los gráficos deben de ser sencillos y funcionales, basados en el objetivo que se estableció, que es brindar calma y ayuda. Por lo que se podría considerar que el botón de llamada fuera el único con color rojo cuando ya se ha llegado al límite.

Con esta pregunta se puede concluir la importancia de la selección correcta de colores enfocada en el objetivo establecido para la aplicación a desarrollar, que es acompañar y ayudar a personas con conductas suicidas o que presentan complicaciones emocionales. Los colores pastel, además de ser seleccionados según la teoría del color pueden ayudar a cumplir con el objetivo planteado, además que se ha repetido la idea de una navegación sencilla como se plantea en los principios de la experiencia de usuario, con una barra de opciones para el menú, además del botón de llamado de emergencia como un widget para fácil acceso.

**Pregunta 3: Desde su perspectiva y conocimiento, ¿qué recomendaciones podría brindar para poder desarrollar una aplicación móvil desde cero, considerando la experiencia del usuario?**

Al principio Brandon establece lo importante de considerar aprender programación, pero como también hay muchas cosas que en la actualidad se pueden hacer o por lo menos ayudar con la inteligencia artificial.

Lo siguiente es considerar solo la creación de una aplicación que sea solo móvil. Hay una metodología que se llama Atomic, que implica empezar desde lo más pequeño hasta lo más grande, de ahí nace el Mobile first, que son aplicaciones móviles que también se pueden utilizar en navegador. Estas se hacen con un programa llamado Power Web Application.

La intención de momento es poder crear una aplicación que solo sea móvil, no enfocarnos en que, a futuro se pudiera desarrollar un sitio web, en cuanto a las aplicaciones móviles son simples. Luego se mencionaban ejemplos de cómo trabajan Facebook e Instagram, dado que Facebook empezó como una aplicación web a diferencia de Instagram y como desde la creación de Meta se han intentado mezclar los formatos de ambas. Incluso se mencionaba el funcionamiento de TikTok, solo es subir y bajar videos, por lo que su uso es muy sencillo.

Otro ejemplo fue el Edus, como ha cambiado desde sus inicios hasta lo que es hoy. Se mencionaba el uso de iconos más grandes o si uno necesita revisar citas o exámenes, las opciones son fáciles de ingresar, con menos pantallas. Seguidamente mencionaba crear diseños responsivos, que son diseños enfocados en el usuario.

Para esto, se mencionaba el ejemplo de tener una fila y una pila de libros. En una fila el primero que entra es el primero en salir, pero en una pila, lo primero que entra es el último que sale. Por lo que el diseño responsivo pretende crear lo más sencillo, para luego pasar a algo más complejo, aumentando la complejidad de manera progresiva hasta llegar a lo detallado, pero que lo más sencillo sea lo primero que vean los usuarios.

Un escenario es probar el botón de llamado de emergencias, que las personas van a probar a ver si en serio sirve.

Otro aspecto que se mencionaba es que el color del botón atrae la mirada de las personas y lo van a probar, por lo que los usuarios son muy curiosos, por lo que es bueno utilizar esa curiosidad, pero no tanto, sino buscar que las personas decidan interactuar.

Finalmente, Brandon recomienda buscar aplicaciones similares que ya existieran para así disponer de bases que ya son funcionales, y más porque en la experiencia de usuario se le reconoce más a las personas que logran innovar, pero no creando cosas muy complejas, sino en diferenciarse de la competencia y así destacar dentro del mercado.

De modo de cierre, esta pregunta se enfoca en un aspecto un poco más técnico pero que brinda pilares muy importantes a considerar para la creación de la aplicación móvil, entre ellas se puede destacar la importancia de solo enfocar la aplicación en un entorno móvil, además de buscar sencillez en la navegación y finalmente, no tratar de explorar en el diseño de la misma, sino buscar innovar en cosas que la competencia no tiene para así ofrecer una mejor experiencia al usuario y que las personas sientan la necesidad de querer descargar la aplicación.

## **Análisis muestra B.**

### **Pregunta N°1. Rango de edad.**

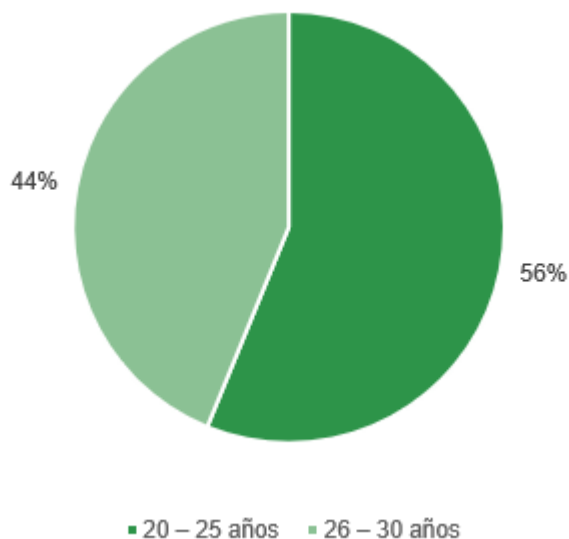
**Tabla 1.** Rango de edad

| <b>Rango de edad</b> | <b>Cantidad</b> | <b>Cantidad Relativa</b> |
|----------------------|-----------------|--------------------------|
| 20 – 25 años         | 182             | 56%                      |
| 26 – 30 años         | 142             | 44%                      |

|       |     |      |
|-------|-----|------|
| Total | 324 | 100% |
|-------|-----|------|

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 1. Rango de edad.**



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

#### **Análisis de la pregunta:**

Del total de la población encuestada se presentan dos grupos de edades, el 56% se encuentra dentro del rango de edad de 20 a 25 años y el otro grupo presenta un 44%, que son los que presentan edades entre 26 a 30 años. Aquí se evidencian porcentajes altos para ambos grupos.

#### **Interpretación de la pregunta:**

A partir de esta pregunta se puede determinar que ambos grupos tienen una presencia

muy marcada en la cantidad de respuestas, por lo que ambas perspectivas pueden ser consideradas al tener porcentajes tan elevados.

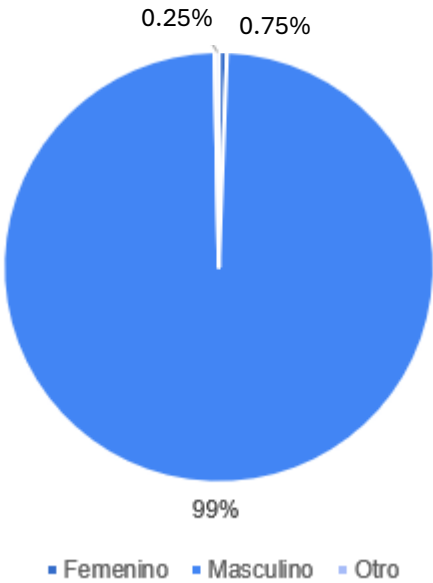
**Pregunta N°2:**

**Tabla 2. Género**

| Género    | Cantidad | Cantidad Relativa |
|-----------|----------|-------------------|
| Femenino  | 2        | 0.75%             |
| Masculino | 321      | 99%               |
| Otro      | 1        | 0.25%             |
| Total     | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 2. Género**



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

En la población encuestada se obtiene una mayoría del 99% del género Masculino, mientras hay un ligero porcentaje del 0.75% de Femenino (dos respuestas) y un 0.25% para Otro ( una respuesta).

### **Interpretación de la pregunta:**

Del 100% de los encuestados, el 99% de los encuestados son del género Masculino, lo cual es importante para el análisis de perspectivas ya que la investigación está enfocada en este género. Adicional se obtuvieron dos respuestas que seleccionaron Femenino ya que los encuestados lo seleccionaran por error, y solo una respuesta se obtuvo como Otro, por lo que el 99% siendo completamente la mayoría son Masculino.

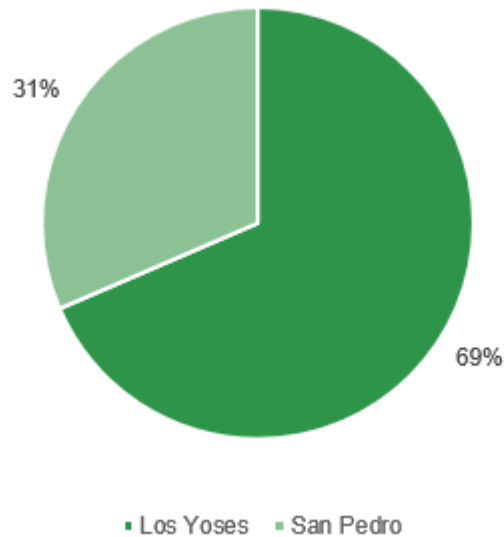
### **Pregunta N°3: Lugar de Residencia**

**Tabla 3.** Lugar de Residencia

| <b>Género</b> | <b>Cantidad</b> | <b>Cantidad Relativa</b> |
|---------------|-----------------|--------------------------|
| Los Yoses     | 222             | 69%                      |
| San Pedro     | 102             | 31%                      |
| Total         | 324             | 100%                     |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 3. Lugar de Residencia**



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Análisis de la pregunta:**

De toda la población encuestada, se puede determinar que un 69% es del sector de Los Yoses, que sería el porcentaje más alto, mientras que el 31% de los encuestados son del sector de San Pedro.

**Interpretación de la pregunta:**

El 69% de los encuestados son parte del sector principal de la investigación, por lo que el número es muy alto lo que permite tener mejor análisis de perspectivas, y el 31% de San Pedro es cercano a Los Yoses por lo que permite analizar una población más amplia que vive en esa zona.

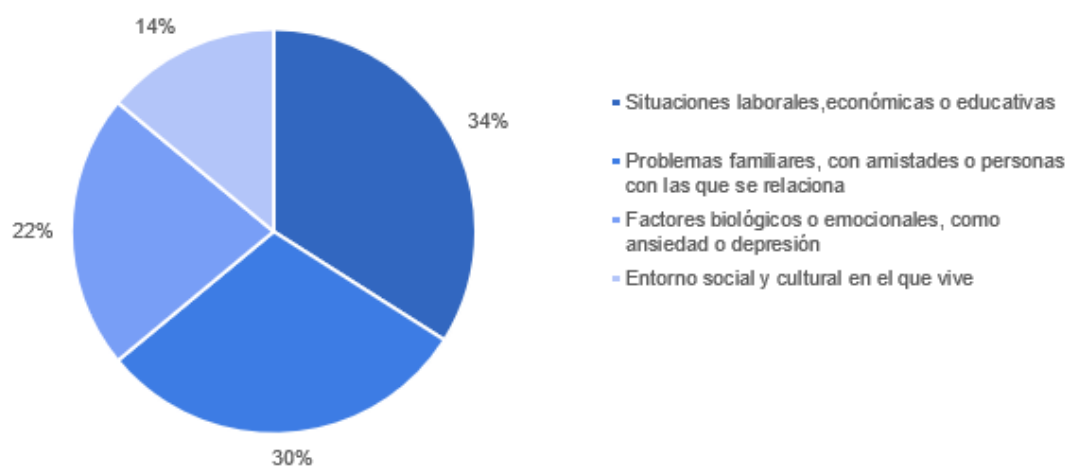
**Pregunta N4º:** ¿Cuáles aspectos consideran que afectan su salud mental? (Seleccione todas las opciones que corresponda)

**Tabla 4.** Aspectos que afectan la salud mental

| Género                                                                  | Cantidad | Cantidad Relativa |
|-------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|
| Situaciones laborales, económicas o educativas                          | 283      | 34%               |
| Problemas familiares, con amistades o personas con las que se relaciona | 201      | 30%               |
| Factores biológicos o emocionales, como ansiedad o depresión            | 154      | 22%               |
| Entorno social y cultural en el que vive                                | 99       | 14%               |
| Total                                                                   | 737      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 4.** Aspectos que afectan la salud mental



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

Dentro de la población encuestada, se presenta que el 34% seleccionaron factores laborales, económicos o educativos, lo que equivale a un total de 283 encuestados que seleccionaron esta opción, mientras que un 30% que serían 201 respuestas, sobre problemas relacionales. Seguidamente los dos valores más bajos son 22% para factores biológicos o emocionales y el 14% se relaciona con el entorno social o cultural en el que viven los encuestados.

### **Interpretación de la pregunta:**

La pregunta se enfoca en identificar cuáles son los principales factores que afectan la salud mental de los hombres, ya que para cada uno hay que hacer este análisis de manera individual, esto como lo mencionaba Newson (2024): “Para una persona esto puede significar poder desarrollar un tipo particular de trabajo cognitivo, mientras que para otra puede significar administrar el hogar o realizar una labor física.” (p. 7).

Según expone el autor, cada persona vive en una realidad distinta, y esto se evidencia en lo que se ha previamente mencionado, donde los análisis psicológicos deben de realizarse de manera individual, dado que cada diagnóstico es único y cada persona analiza las situaciones de maneras diferentes.

En esto radica en el punto principal de la pregunta, dado que cada persona se ve afectada por su entorno, desde el círculo familiar y las amistades, hasta la educación y el mundo laboral, donde la cultura las amistades y el barrio juegan un rol capital, según el estilo de vida que tengan.

En esta pregunta se priorizan estos cuatro puntos dado que son los que destacan más en la cotidianidad, pero también se despliegan en muchos otros factores o aspectos que provienen de estos mismos o de otros no mencionados, como el factor demográfico, político o económico.

Por lo que se puede concluir que la mayoría de las respuestas mencionan que las principales afectaciones mentales vienen de responsabilidades como el trabajo o situaciones educativas, pero también destacan las relaciones sociales más cercanas como de pareja, amistades o familia. En segundo plano se menciona el factor biológico o cultural, que al parecer no tiene tanto efecto.

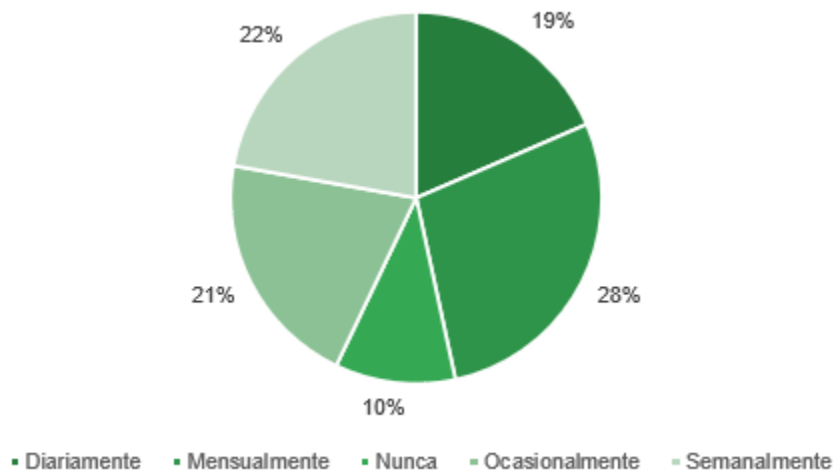
**Pregunta N°5:** ¿Cada cuánto tiene presente el cuidado de su salud mental?

**Tabla 5.** Cuidado de la salud mental

| <b>Género</b>  | <b>Cantidad</b> | <b>Cantidad Relativa</b> |
|----------------|-----------------|--------------------------|
| Diariamente    | 60              | 19%                      |
| Mensualmente   | 91              | 28%                      |
| Nunca          | 34              | 10%                      |
| Ocasionalmente | 67              | 21%                      |
| Semanalmente   | 72              | 22%                      |
| Total          | 324             | 100%                     |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 5.** Cuidado de la salud mental



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

#### **Análisis de la pregunta:**

Para esta pregunta, se puede determinar el valor porcentual que alcanzaron las respuestas, sería el 28% para las opciones de Mensualmente, seguida por un 22% para Ocasionalmente y un 21% para Semanalmente. Los valores más bajos son 19% y 10%, que serían Diariamente y Nunca respectivamente.

#### **Interpretación de la pregunta:**

Los resultados de esta pregunta son de carácter complejo, dado que todas las opciones fueron seleccionadas. Con respecto a sus porcentajes, se puede determinar que el tema de la salud mental si está presente en los hombres, solo que la mayoría de las respuestas se encuentran donde solo rara vez se tiene presente este tema, como por ejemplo ocasionalmente o incluso mensualmente, que son periodos muy amplios para un cuidado tan importante como la salud mental.

Seguidamente se puede ver que la respuesta de Diariamente si tuvo un porcentaje un poco alto, ya que 60 hombres si piensan en su salud mental diariamente, lo cual es un buen

indicio de que si hay una población considerable que tiene presente la salud mental todos los días, mientras que solo un 10% no considera tan importante su salud mental. Con el 10%, se deducen dos aspectos, el primero, que hay hombres que mantiene el pensamiento machista, y dicen que no tienen presente la salud mental; pero al realizar la encuesta de manera individual, seleccionan cualquier opción menos esta, por lo que el porcentaje se baja.

Finalmente, junto con el análisis de las otras opciones, se puede determinar que esta población de hombres si considera su salud mental por lo menos en algún momento del mes, y no ignora o no considera el tema en ninguna ocasión, solo muy pocos del todo no tienen presente el cuidado de su salud mental.

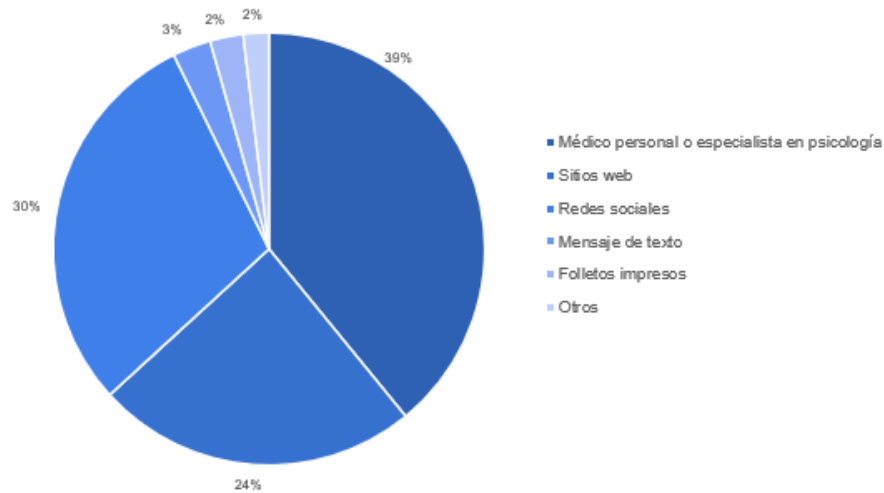
**Pregunta N°6:** ¿Por cuáles medios busca más información sobre temas de salud mental y la prevención del suicidio? (Seleccione todas las opciones que corresponda)

**Tabla 6.** Medios para buscar información sobre salud mental y suicidio

| Género                                       | Cantidad | Cantidad Relativa |
|----------------------------------------------|----------|-------------------|
| Médico personal o especialista en psicología | 204      | 39%               |
| Sitios web                                   | 126      | 24%               |
| Redes sociales                               | 154      | 30%               |
| Mensaje de texto                             | 15       | 3%                |
| Folletos impresos                            | 13       | 2%                |
| Otros                                        | 10       | 2%                |
| Total                                        | 522      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 6.** Medios para buscar información sobre salud mental y suicidio



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

#### **Análisis de la pregunta:**

Con esta pregunta se puede evidenciar que la opción más seleccionada fue un Médico personal o especialista, con un total de 204 respuestas que equivale al 39%. Seguidamente las Redes sociales obtienen un 30% y los Sitios web un 24%. Con valores más bajos se encuentra con un 3% los Mensajes de texto, y un 2% tanto para los Folletos impresos como Otros.

#### **Interpretación de la pregunta:**

Basado en los resultados, la mayoría de los encuestados prefieren obtener información de parte de un especialista en psicología o médico, esto se puede inferir por el conocimiento que brinda la profesión, y se vuelve un medio más confiable. Seguidamente las redes sociales y los sitios web son fuentes confiables más sin embargo no siempre son precisas dado que cada persona necesita un análisis o estudio personal y los síntomas o escenarios no aplican de forma general.

Los valores con menos porcentaje son los mensajes de texto o folletos impresos, que se puede deducir que no obtuvieron tantas respuestas dado que son medios ya no tan usados

pero que de igual manera brindan información por parte de ciertas instituciones públicas. Finalmente la opción de Otros se divide en las siguientes respuestas: Familiares y amigos, Libros, videos en YouTube, Inteligencia o Podcasts.

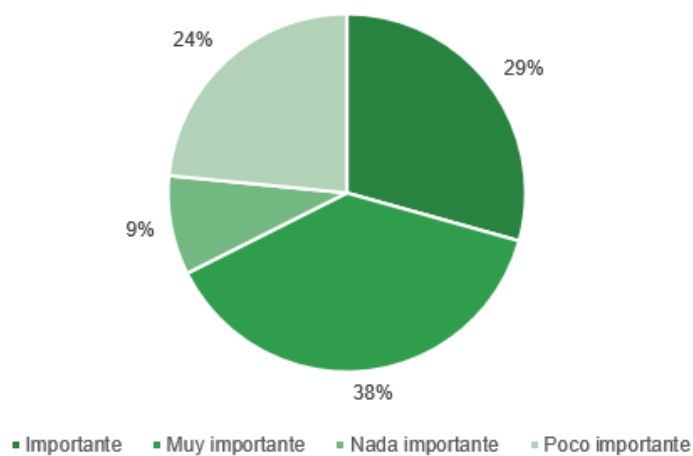
**Pregunta N°7:** ¿Qué tan importante considera usted hablar sobre la salud mental y el suicidio, en los hombres en la actualidad?

**Tabla 7.** Hablar de salud mental con hombres en la actualidad

| Género          | Cantidad | Cantidad Relativa |
|-----------------|----------|-------------------|
| Muy importante  | 124      | 38%               |
| Importante      | 95       | 29%               |
| Poco importante | 76       | 24%               |
| Nada importante | 29       | 9%                |
| Total           | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 7.** Hablar de salud mental con hombres en la actualidad



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

Para esta pregunta se presenta que la opción de Muy importante es la que tiene mayor porcentaje, con un 38%, mientras que Importante 29% y Poco importante un 24%, dejando un 9% para Nada importante, lo cual es un valor bajo en comparación con el resto de las opciones.

### **Interpretación de la pregunta:**

El contexto de la pregunta nace de comprender qué tan importante es traer el tema de salud mental a la cotidianidad o a los diferentes estilos de vida, y como un pequeño ajuste en sus acciones, maneras de pensar e incluso hasta palabras pueden crear un cambio dentro de la persona que permita llevar una vida más saludable.

La pregunta anterior se vuelve muy importante dentro de las perspectivas u opiniones de los entrevistados, porque es una pregunta enfocada en el grupo social al que pertenece, no se enfoca en su pensamiento hacia su salud mental, sino en la de todos los hombres. Incluso la respuesta se considera individual pero enfocada en varios, por lo que la respuesta más seleccionada es Muy importante y la segunda es Importante.

Esto se debe a que tal vez de manera individual los hombres no consideran su salud mental, pero si sienten que es necesario hablarlo o enfocarlo en hombres, o bien si hay una población muy amplia de hombres que consideran muy importante hablar sobre salud mental. El poco importante igual presenta un porcentaje alto del 24% y solo un 9% considera que nada importante, que es un grupo muy bajo en comparación con los otros porcentajes.

El resultado de la pregunta se vuelve vital y un eje central de las observaciones que se obtienen de la investigación, dado que previamente se menciona cómo los hombres no consideran la salud mental un tema muy relevante en sus vidas, más sin embargo, vemos un alto porcentaje interesado en que la salud mental para hombres y en cómo es un tema que debería estar más presente dentro de la población, lo que podría impulsar la creación de espacios y actividades enfocadas en ellos, las cuales van a llegar a recibir mucha aceptación.

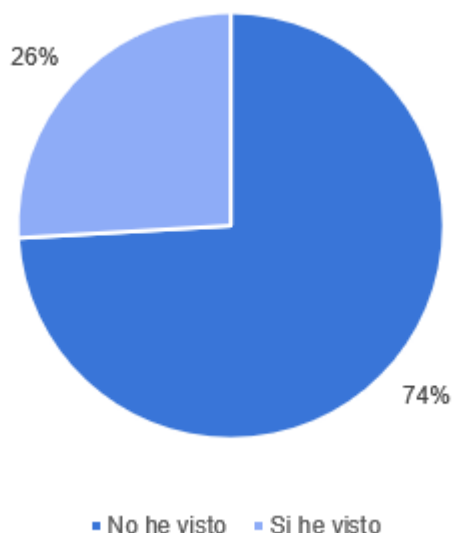
**Pregunta N°8:** ¿Ha visto alguna campaña publicitaria de prevención del suicidio o salud mental por parte de instituciones públicas, como del Ministerio de Salud?

**Tabla 8.** Visualización de campañas de salud mental o prevención del suicidio

| Género      | Cantidad | Cantidad Relativa |
|-------------|----------|-------------------|
| No he visto | 240      | 74%               |
| Si he visto | 84       | 26%               |
| Total       | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 8.** Visualización de campañas de salud mental o prevención del suicidio



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

#### **Análisis de la pregunta:**

En esta pregunta se puede ver que un total de 240 encuestados, lo que sería el 74%, no ha presenciado o visualizado ninguna campaña de salud mental de ninguna institución pública como el Ministerio de Salud o la CCSS, mientras que un 26%, lo que serían 84 personas, sí ha visto alguna campaña publicitaria de estas instituciones. Esto permite evidenciar que menos de un tercio de la población a estudiar, ha visto ningún material

publicitario o informativo sobre campañas publicitarias de ninguna institución pública, mientras que un porcentaje sumamente alto no ha visto nada de esta información por ningún medio, ya sea digital o físico.

### **Interpretación de la pregunta:**

La pregunta busca identificar cuánto es el alcance de la información que brindan las instituciones públicas, en este caso relacionadas con el Ministerio de Salud, dado que, ante alguna problemática social, estos deben de comunicarlo y además tomar medidas como campañas para tratar estas situaciones y más que las estadísticas muestran tantos números de suicidios durante los pasados años hasta el presente; y esto lo explica Prieto (2025), en su artículo para la Southern New Hampshire University:

La comunicación social tiene múltiples funciones y propósitos, tanto a nivel individual como colectivo. En este sentido, sirve para informar, educar, conectar, influir, participar y promover el cambio, siendo fundamental para el desarrollo individual y colectivo, así como para el bienestar y progreso de la sociedad. (párr. 5)

Basados en las respuestas, hay 240 hombres que no han visualizado este tipo de campañas o información que brindan las instituciones públicas sobre el suicidio, lo cual es una población muy grande que se puede ver afectada por temas de salud mental, mientras que solo 84 hombres sí las han visto, esto se comprende entre redes sociales, noticias, actividades e información que brindan las instituciones públicas en ciertas activaciones. Por lo que si hay un ligero alcance a la población pero no comprende más de la mitad, por lo que todavía hay muchos espacios a los cuales llegar.

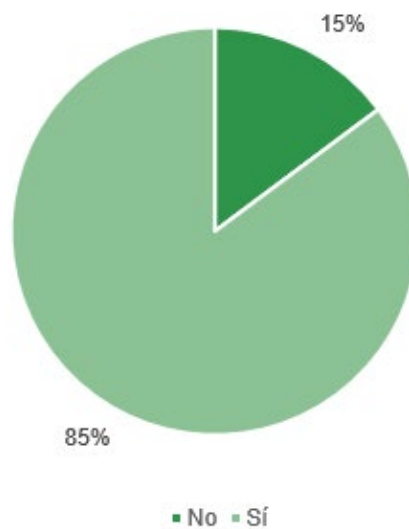
**Pregunta N°9:** ¿Considera qué se deberían desarrollar iniciativas y actividades enfocadas en prevención del suicidio y protección de la salud mental en hombres?

**Tabla 9.** Iniciativas enfocadas en la prevención del suicidio en hombre

| Género | Cantidad | Cantidad Relativa |
|--------|----------|-------------------|
| Sí     | 276      | 85%               |
| No     | 48       | 15%               |
| Total  | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 9.** Iniciativas enfocadas en la prevención del suicidio en hombre



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

Para la pregunta se logra ver que una mayoría del 85% establece que Sí le gustaría que se realizaran iniciativas o actividades enfocadas en la salud mental y prevención del suicidio en hombres, mientras que solo un 15%, lo que equivale a 48 respuestas, donde mencionan que No.

### **Interpretación de la pregunta:**

Es de suma importancia analizar ese porcentaje tan alto que menciona que Sí le gustaría este tipo de iniciativas, porque haciendo un sondeo de las actividades y eventos que se organizan durante los meses, muchos están enfocados a la familia o las mujeres, pero no hay espacios de esparcimiento donde un grupo de hombres pueda compartir con otros, realizar ejercicios o estiramientos, o compartir alguna experiencia juntos o comentar anécdotas.

Seguidamente, los 48 hombres que seleccionaron que no están interesados, puede tener dos justificaciones a su respuesta, la primera porque siguen con la mentalidad de que los hombres no necesitan cuidar su salud mental o tener estos espacios, a como también puede que de manera personal no les guste compartir en estos eventos.

Con estas pregunta se puede determinar un gran interés en esta población en poder recibir un acompañamiento por parte de las instituciones y la comunidad con respecto a la salud mental, esto se puede deber a que muchos hombres no consideran prioridad su salud mental donde la respuesta puede verse como un llamado de ayuda a crear más espacios donde pueda hablarse del suicidio y la salud mental sin juicios, especialmente para hombres.

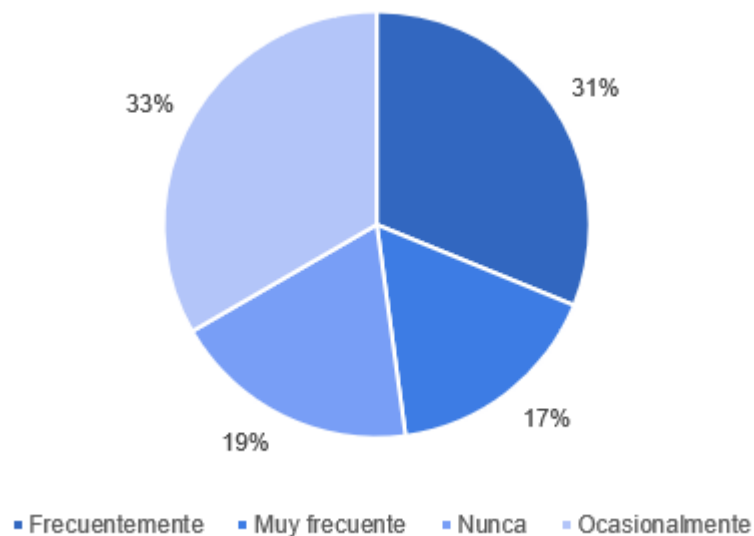
**Pregunta N°10:** ¿Qué tan frecuente utiliza plataformas digitales o sitios web para buscar información sobre salud o bienestar?

**Tabla 10.** Frecuencia de uso de medios para buscar información sobre salud mental

| Género         | Cantidad | Cantidad Relativa |
|----------------|----------|-------------------|
| Frecuentemente | 101      | 31%               |
| Muy frecuente  | 54       | 17%               |
| Nunca          | 61       | 19%               |
| Ocasionalmente | 108      | 33%               |
| Total          | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 10.** Frecuencia de uso de medios para buscar información sobre salud mental



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

En esta pregunta se encuentra que un 33% seleccionó la respuesta de Ocasionalmente y un 31% para Frecuentemente, las cuales comparten valores muy cercanos. Posterior, se obtiene un 19% para Nunca y un 17% para Muy frecuente.

### **Interpretación de la pregunta:**

Teniendo en consideración los análisis pasados entre la observación de respuestas individuales y las relacionadas a grupos de hombres, se puede evidenciar que, de manera individual, los hombres de la población solo buscan información de manera Ocasional o Frecuente, esto puede ser a que si se carece de formas de búsqueda si no se conoce del tema, lo que hace que sea muy poco probable es que estas investigaciones o búsquedas se realicen. Esto también se evidencia con un grupo de 61 que seleccionaron la respuesta de Nunca y solo 54 escogieron Muy frecuente.

Con esto se logra analizar varios aspectos, para el primer punto, se puede determinar que hay cierto porcentaje, que sí busca información sobre salud mental, ya sea de manera esporádica o muy pocas veces en periodos de meses. Esto significa, que si están atravesando por alguna situación emocional, acuden a buscar sobre este tema. Como también el segundo punto, es que las opciones de Frecuente y Ocasionalmente, significa que la salud mental no está posicionada como uno de los temas principales dentro de la mente de la población, dado que no se busca sobre este tema con constancia.

Mientras que cierto porcentaje cuenta con mucha presencia, que es el de que buscar sobre información de salud mental de manera Muy frecuente, esto se puede dar por: estar dentro de un proceso psicológico o bien pueden estar interesados en cuidar su salud, lo cual es importante rescatar este dato y tratar de ampliarlo.

Por consiguiente, el valor de Nunca sobrepasa el valor anterior con 61 respuestas, lo cual se vuelve un dato importante dado que significa que si hay un número considerable de hombres que no buscan información sobre salud mental.

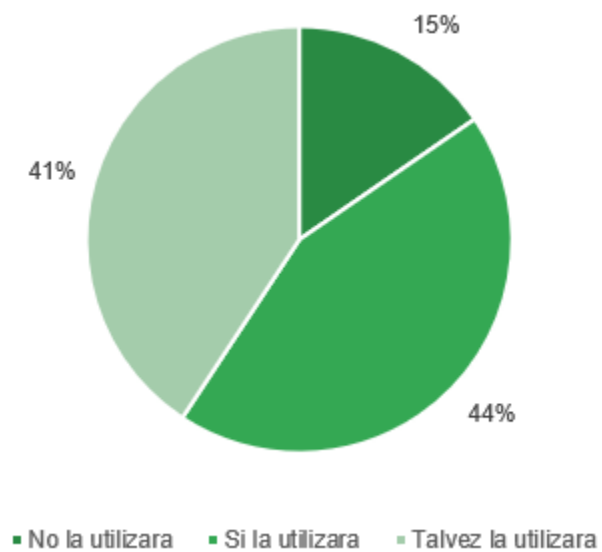
**Pregunta N°11:** ¿Utilizaría una aplicación móvil enfocada en temas salud mental, además de abordar temas como la prevención del suicidio?

**Tabla 11.** Utilización de una aplicación móvil enfocada en prevención del suicidio

| Género               | Cantidad | Cantidad Relativa |
|----------------------|----------|-------------------|
| No la utilizara      | 50       | 15%               |
| Si la utilizara      | 142      | 44%               |
| Tal vez la utilizara | 132      | 41%               |
| Total                | 324      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 11.** Utilización de una aplicación móvil enfocada en prevención del suicidio



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

Con esta pregunta, se determinan dos valores muy parecidos y altos, que son 44% para Sí la utilizara y un 41% para Tal vez la utilizara, mientras que un grupo muy pequeño, de 15% que son 50 hombres, seleccionaron que No la utilizarían.

### **Interpretación de la pregunta:**

Se puede concluir que hay una gran apertura al uso de la aplicación por parte de la población seleccionada, lo cual permite ver que los hombres sí buscan herramientas que les permitan trabajar en su salud mental, más sin embargo no conocen de ellas, y este primer paso podría ser bien recibido por ellos.

Adicional, esto se puede interpretar como: la idea de la aplicación móvil puede ser una buena solución, la cual va a permitir que la población meta pueda interesarse en ella y decida probarla, lo cual ya es un indicador importante a considerar, para así poder diseñarla basada en sus necesidades y poder atraer a más hombres a utilizarla.

La intención de la aplicación es que sea un elemento personal que permita acompañar al usuario en su proceso mental, para así lograr bienestar. Esto permite ayudar a la persona para que pueda desarrollarse tanto de manera individual como también social con sus relaciones, y por lo tanto, en su cotidianidad.

Por lo que el hecho de tener dos porcentajes tan altos de aceptación como el Sí la usara y el Tal vez la usara, se vuelve un factor importante, porque como se mencionaba, puede que los hombres en este momento no busquen sobre salud mental, pero si se les brinda un espacio para conocer más sobre este tema o una herramienta de guía, esto va a permitir que más hombres se interesen y se reduzcan las afectaciones mentales en los hombres, y por ende la tasa de suicidio en esta población también empieza a disminuir.

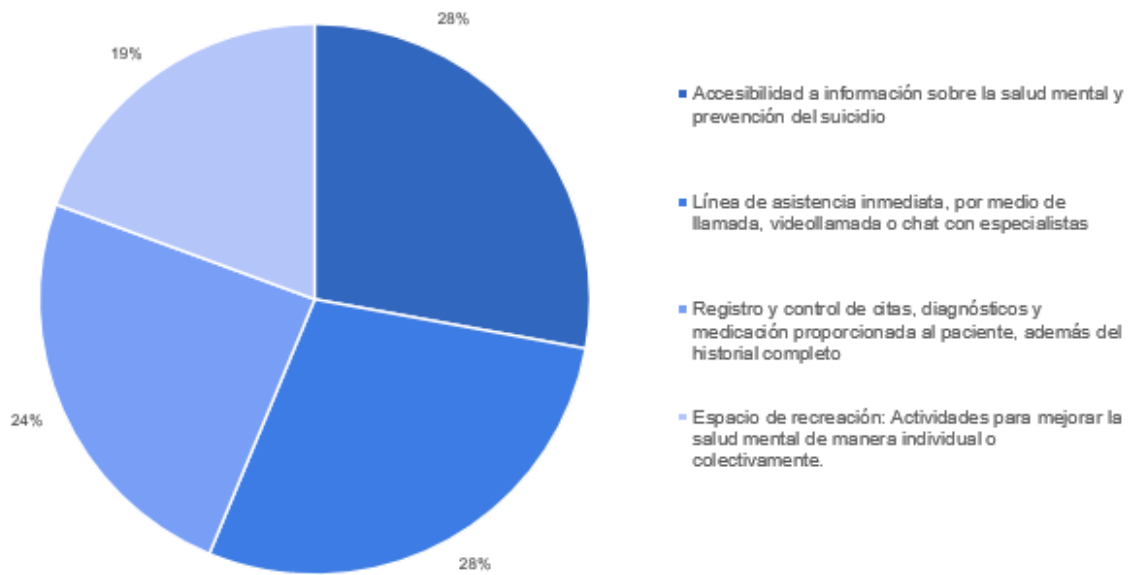
**Pregunta N°12:** En caso de crear una aplicación móvil para abordar temas de salud mental y prevención del suicidio, ¿qué características le gustaría ver? (Seleccione todas las opciones que corresponda)

**Tabla 12.** Características para la aplicación móvil

| Género                                                                                                          | Cantidad | Cantidad Relativa |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|
| Accesibilidad a información sobre la salud mental y prevención del suicidio                                     | 214      | 28%               |
| Línea de asistencia inmediata, por medio de llamada, videollamada o chat con especialistas                      | 218      | 28%               |
| Registro y control de citas, diagnósticos y medicación proporcionada al paciente, además del historial completo | 187      | 24%               |
| Espacio de recreación: Actividades para mejorar la salud mental de manera individual o colectivamente.          | 149      | 19%               |
| Total                                                                                                           | 768      | 100%              |

Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

**Gráfico 12.** Características para la aplicación móvil



Fuente: Elaboración propia. Urbina, (2026)

### **Análisis de la pregunta:**

De esta pregunta se evidencia que los valores más altos son para la Accesibilidad a información sobre salud mental y la Línea de asistencia inmediata, ambos con un 28% y se obtiene un 24% para el Registro y control de citas, y finalmente un 19% para la opción de Espacio de recreación.

### **Interpretación de la pregunta:**

Esta pregunta fue definida bajo uno de los principios de la experiencia de usuario, que es desarrollar la aplicación basada en las necesidades del público meta, como lo establece Juárez-Tirado (2020) en su artículo para la revista científica Transdigital: “Una vez seleccionada una metodología de investigación de usuarios, conocer los resultados de dicho proceso es una situación que deberá arrojar las recomendaciones o soluciones prácticas de lo que los usuarios esperan de los productos a desarrollar.” (p. 4).

Con los datos recolectados se obtiene un análisis de las perspectivas y necesidades de la población meta con relación a la salud mental y que desean encontrar en una herramienta

como lo puede llegar a ser una aplicación móvil, lo que permite no solo trabajar en las preferencias del usuario, pero así desarrollar algo que el mismo público desee utilizar y quiera descargar.

## **CAPÍTULO V: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

Con base en el análisis realizado en el capítulo anterior, en el cual se abarca el estudio de las respuestas obtenidas por la población entrevistada y la encuesta, dentro del enfoque mixto, se logra determinar una serie de conclusiones y recomendaciones.

Las cuales ayudan al cumplimiento del objetivo general establecido, que se define como identificar las estrategias de comunicación institucional del Ministerio de Salud relacionadas con la prevención del suicidio en hombres, para la propuesta de una aplicación móvil dedicada a la población de hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses durante el primer cuatrimestre del 2026.

Seguidamente, se presentan las conclusiones y recomendaciones generadas como parte del estudio de los resultados, las cuales se determinan según las variables de cada objetivo específico.

### **Conclusiones**

#### **Variable 1: Tendencias culturales**

Dentro de la sociedad, las personas se rigen por una serie de comportamientos, los cuales son desarrollados en distintas etapas de la vida. Cada persona termina creando una serie de respuestas o estímulos a distintas afectaciones o situaciones en las que se encuentre. Lo importante es identificar como en cada persona estas respuestas se dan dependiendo de sus experiencias y condiciones, y esto significa que todas las personas de manera individual reaccionan de manera única y diferente.

Para esto, hay distintos contextos en los cuales las personas se desarrollan, y pueden llegar a determinar la forma en que la persona crece en la sociedad y como interactúa con las relaciones o estímulos dentro del grupo social. Estos son conocidos como factores, que

pueden llegar a ser desde económicos, culturales, sociales y hasta psicológicos. Como también se puede encontrar tendencias o repeticiones de conductas identificadas en ciertos grupos de personas.

Todas las actitudes o conductas son las que determinan la sociedad en la que se vive, pero también hay factores que ayudan a delimitar estas acciones, ya sean de manera positiva o negativa. En este aspecto, las problemáticas sociales, en este caso enfocadas en la salud como lo es el suicidio, hay muchos factores por los cuales las personas se ven afectadas y deciden tratar de consolidar el suicidio o lograrlo. Estos son factores que afectan de manera negativa a muchos hombres y van de la mano con una serie de tendencias analizadas en los últimos años.

Dentro de los principales factores a analizar, se encuentra el factor laboral, este se enfoca no solo en el tipo de trabajo que realicen los hombres, dado que muchas veces requieren esfuerzos mentales y físicos muy fuertes, a como también depende del entorno en el que se desarrolle la persona. Este fue el factor con más respuesta de la encuesta, por lo que las largas jornadas y la responsabilidad laboral, que muchas veces son la principal actividad del día, influye de manera muy directa en la salud mental de los hombres. Si bien hay muchas instituciones o empresas desarrollando mejores espacios para tratar esto, no se evidencia en muchas de ellas. Dentro del factor laboral es importante considerar el desempleo, existe un alto porcentaje de personas en el país que no cuentan con un trabajo estable, esto crea desesperanza y frustración, porque se ocupa un salario para responder a las necesidades básicas de cada día, hoy por hoy, dado al aumento en la cantidad de divorcios y de niños que nacen fuera del matrimonio, muchos hombres están obligados a pagar una pensión a sus hijos dentro y fuera del matrimonio, y el no cumplir con la obligación está penado por ley. Convirtiéndose el desempleo prolongado en una posible causal del suicidio.

Seguidamente está el factor social o de relaciones, las cuales van desde las relaciones familiares, hasta las amistades o las personas con las que se convive todos los días. Si hay afectaciones en alguno de estos círculos o en todos, se evidencia un gran impacto en la salud mental de los hombres, dado que, para una persona, relacionarse con los iguales se vuelve un

gran soporte emocional y el no disponer de uno puede generar consecuencias.

Adicional, se mencionan los factores biológicos o clínicos, lo cuales se basan en afectaciones propias del cuerpo humano o en este caso de trastornos mentales, como lo es la ansiedad, depresión, esquizofrenia, entre otros como también consumo de sustancias y alcohol, también antecedentes de conducta suicida, los cuales impactan la manera no solo en la que la persona procesa los estímulos, sino también en sus relaciones de todos los días.

De igual forma se mencionan los factores estructurales, que son todas las expectativas o responsabilidades que la sociedad les impone a los hombres en este caso, como lo es la presión económica, la inestabilidad laboral de la actualidad, el estrés académico o profesional, el endeudamiento y la dificultad de mantener las expectativas sociales.

Asimismo, los factores culturales, que dentro de la encuesta se volvieron la opción menos seleccionada, pero se enfoca en cómo la sociedad define ciertos comportamientos de los hombres, en este caso, los factores culturales que afectan son la escasez de redes de apoyo para los hombres y la dificultad para pedir ayuda, dado que socialmente se ha definido que esto no es necesario.

Si bien hay muchos factores que logran impactar de manera directa a los hombres, también se han determinado una serie de tendencias o situaciones, las cuales se han identificado con el pasar de los años de manera que se mantienen dentro de lo establecido de manera social.

Por ejemplo, se ha logrado determinar que la mayoría de las personas que se suicidan son hombres, pero según las estadísticas, la mayoría de las personas que intentan suicidarse y no lo consiguen son mujeres, con esto, las mujeres intentan suicidarse más veces y no lo logran, mientras que los hombres lo intentan menos veces, pero si lo consiguen y con métodos más fuertes, como armas de fuego o tirándose desde un puente.

De acuerdo con lo anterior, se ha encontrado que en las mujeres, hay una red de apoyo más fuerte, algo que lastimosamente no se ve en los hombres, dado que culturalmente los hombres no conversan sobre sus situaciones personales o emocionales, lo que hace que su relación sea de convivencia según sus gustos, pero no se acompañan, al menos esto no se evidencia en muchos grupos de hombres, lo cual genera un aislamiento al no disponer de un soporte emocional.

Finalmente, no hay un acompañamiento institucional por parte de las instituciones públicas, las cuales brindan asistencia pero de manera muy superficial a una situación tan fuerte como esta, lo cual también se evidencia en las respuestas, dado que muchos hombres no buscan información sobre suicidio o salud mental de manera frecuente, porque las instituciones no han brindado ese acompañamiento, tanto que las únicas fuentes que utilizan son especialistas como psicólogos, o sino las redes sociales.

Con esto se logra concluir que hay muchas afectaciones sociales y culturales, ya sean factores o tendencias que impactan a los hombres, impactando su salud mental. Según lo mencionado, es una problemática que afectan muchas situaciones por las que varios pueden estar pasando al mismo tiempo, de ahí la necesidad de analizar a cada persona de manera individual para lograr identificar todas estas complicaciones y brindar un asesoramiento correcto para lograr el bienestar de la persona y evitar considerar un suicidio como solución a sus problemas.

## **Variable 2: Estrategias de comunicación**

Dentro de la sociedad hay muchas instituciones encargadas de velar por la protección de las personas y del bienestar social, las cuales ayudan a mantener un equilibrio en las actividades que se realizan todos los días. En este caso hay instituciones públicas que velan por las personas del país, pero también tienen enfoques específicos, en este caso se habla de las instituciones públicas en el área de la salud.

Para esto, hay muchas instituciones en Costa Rica, desde la Caja Costarricense del Seguro Social hasta los hospitales y centros de atención, pero además se dispone de una entidad gubernamental como lo es el Ministerio de Salud. Esta organización tiene como obligación velar por la salud pública del país, así como atender situaciones que afecten la salud de los costarricenses, como una pandemia o problemáticas de salud social.

Dentro de las distintas obligaciones de esta entidad, también hay un punto importante, que no es solo el manejo de situaciones de salud, sino que debe de comunicar todas ellas a la población, porque dentro de sus funciones está comunicar y educar a la población en términos de salud, desde el ejercicio para cuidar el cuerpo, hasta medidas de primeros auxilios y cómo actuar en casos de emergencias extremas. Lastimosamente, no se le ha dado prioridad a todas las problemáticas que enfrenta la población costarricense, dejando de lado un tema tan importante como lo es la salud mental y como sus afectaciones puede llevar al suicidio.

Dentro de la sociedad, hablar de suicidio ya es muy complicado, dado que muchas personas todavía tienen miedo o deciden no hablar de un tema tan complejo como este. Esto genera una reducción del tema en las conversaciones y muchas personas no llegan a siquiera comentarlo entre la familia. Lo que pasa es que no es solo a nivel social, sino que lastimosamente, el gobierno y las instituciones públicas no están invirtiendo en este tema dado que no lo consideran una problemática tan fuerte.

De manera paralela, teniendo en cuenta que las personas no hablan sobre el suicidio, se evidencia en las estadísticas, como el número de suicidios cada vez aumenta y especialmente en hombres. Entonces se concluye que si las personas no quieren hablar de un tema tan fuerte como el suicidio y las instituciones públicas no invierten o deciden hacer frente a una problemática donde casi el 85% de los suicidios son cometidos por hombres, se puede determinar que, en unos años, las estadísticas van a seguir creciendo porque no hay un responsable que ayude a combatir esta problemática.

De acuerdo con lo anterior, no es correcto mencionar que el Ministerio de Salud no dispone de los fondos para informar a la población sobre la situación actual del suicidio, de

la gran problemática que se ha convertido en los años pasados desde la pandemia, sino que no solo no lo considera una prioridad, si no que tampoco dispone de una estrategia de comunicación social que permita educar a la población con un tono correcto para lo complejo que es el tema.

A su vez, no solo no dispone de una estrategia, sino que en los intentos que se han hecho por compartir información de salud mental o del suicidio, el Ministerio de Salud no utiliza los mejores medios, por lo que no toda la población meta ha podido recibir esta información, ya que los medios o el método de comunicación no son el mejor, o también comparten infografías o muy poco contenido que solo llega a unos cuantos, lo cual evidencia que no solo se debe compartir información solo por cumplir con las obligaciones, sino que debe plantear estrategias que permitan brindar conocimientos a las personas que lo necesitan.

Incluso dentro de las preguntas de las entrevistas, se comentaba el porqué es más difícil hablar de suicidio con hombres, la respuesta no es que sea más difícil, es que simplemente no se habla. Pero entonces en la encuesta, se puede evidenciar lo opuesto a este comentario, dado que la mayoría de las respuestas mencionaban, que sí les gustaría que se hable más de suicidio y salud mental, pero también que se realicen iniciativas.

De esto se puede concluir varios puntos específicos: el primero, el Ministerio de Salud cuenta con una serie de problemas de comunicación, al no disponer de una estrategia de comunicación para informar a la población de problemáticas que afectan a una gran cantidad de la población, a como tampoco implementa lo mejores medios para cada público meta según el tema a comunicar, lo cual hace que no llegue el mensaje a todas las personas que se desea.

El segundo punto es que el hablar de suicidio con hombres no es difícil, simplemente la sociedad ha decidido que no se habla del tema, lo que ha hecho que la mayoría de ellos no pueda tratar temas emocionales en ningún tipo de relación o con personas cercanas.

Esto también se evidencia en como la problemática no se ha podido comunicar ya que las campañas publicitarias de suicidio son poco visualizadas, pero como se mencionaba, ha faltado una estrategia de comunicación social efectiva.

Finalmente, hay una apertura por la población estudiada, donde gracias a la respuesta de la encuesta se ha podido concluir que a los hombres sí les interesa hablar de salud mental, y también mostraron interés en realizar actividades o iniciativas donde puedan conocer y conversar sobre la salud mental y como prevenir el suicidio.

Como cierre, se logra evidenciar una problemática de comunicación por parte de una institución tan importante en el país como lo es el Ministerio de Salud, el cual debe de reconsiderar sus formas de comunicación hacia la población, dado que no en todos los temas está logrando alcanzar comunicar los mensajes a las personas indiciadas, a como también hay un fuerte apoyo de parte de hombres que si esta comunicación e iniciativas se implementan, se interesan en asistir para aprender sobre el suicidio y como prevenirlo.

### **Variable 3: Experiencia de usuario**

La tecnología ha avanzado de tal manera que en la actualidad las personas dependen de ella, ya sea en dispositivos digitales, aplicaciones o herramientas las cuales ayudan en la cotidianidad. Dentro de toda la tecnología que nos rodea, hay distintas áreas en las que se puede enfocar y una de ellas es la salud.

En un enfoque tan importante como lo es salud, no solo se han visto mejoras en dispositivos médicos, implementos para operaciones, prótesis, automatización en procesos de creación de fármacos, sino también ha habido mejoras que han permitido a las personas vivir en un estado de bienestar acompañado de herramientas digitales.

Para esto se puede mencionar como con la llegada del internet se ha logrado transmitir información a muchas personas, esto ha ayudado a expandir conocimientos sobre salud y bienestar, pero con el tiempo se han desarrollado aplicaciones digitales que también sirven

de herramientas dentro de esta misma área.

Por ejemplo, muchos centros de atención médica en el mundo ya funcionan con su propio sitio web o aplicación móvil para agendar citas, contactar especialistas, retirar medicamentos o bien revisar los resultados de los exámenes. Por lo que acompañan al paciente dentro de su proceso. Esto es un gran avance para muchos sectores de la medicina, lo que permite agilizar muchos trámites y permite que las personas tengan la información más al alcance.

Hay que rescatar todos estos puntos que benefician el sector de la salud gracias a la tecnología, el tema es que no todas las áreas han sido favorecidas por estos avances o bien, la población no ha sabido utilizar estos medios para informarse sobre problemáticas de salud o incluso cómo tratar la salud mental, que es un tema un poco más reciente.

Dentro de la encuesta se puede concluir una idea muy específica, que es la cantidad de veces que utiliza medios digitales para informarse sobre salud mental o sobre cómo prevenir el suicidio, donde los valores de Frecuente y Ocasionalmente son los que obtienen mayores respuestas. Esto se debe a que no hay un medio confiable para obtener este tipo de información, como tampoco las instituciones públicas han velado por brindar contenido de valor para la sociedad.

Al no tener un medio como este, se preguntó seguidamente si están dispuestos a utilizar una aplicación sobre salud mental y temas de suicidio, la cual si fue bien recibida, dado que un 80% de las respuestas dijeron que si o tal vez. Lo cual representa una gran apertura para desarrollar una herramienta como esta que puede ser bien recibida.

Para el desarrollo de una aplicación móvil, es necesario considerar la Experiencia de usuario, porque esto va a permitir que el enfoque desde la creación, arquitectura y funciones a desarrollar vayan en torno al público meta, lo que el usuario necesita, pero también a brindar una experiencia de navegación tranquila y sencilla, que es parte de los principios de este proceso.

Basado en estas respuestas, entran los principios de la experiencia de usuario, porque la aplicación más allá de llegar a servir como un apoyo, no debe desarrollarse de manera separada a las necesidades de la población meta. Por lo que es primordial, identificar cuáles son estos puntos importantes que debe abordar la aplicación.

El primer punto dentro de estos principios de la experiencia de usuario es propiamente el usuario, del cual se pueden concluir las siguientes necesidades a desarrollar en la aplicación: basado en las necesidades comentadas en la entrevista, se debe disponer de un botón de llamado de emergencia al 9-1-1 en caso de necesitar asistencia inmediata, seguidamente de secciones donde se pueda acceder a información sobre salud mental y prevención del suicidio, y por último, el registro y control de citas, donde se evidencien diagnósticos y medicaciones. Como extra, se pueden añadir un espacio donde se mencionen iniciativas o actividades de interacción social.

En relación con lo anterior, se puede concluir los siguientes puntos: primero, que la tecnología permite brindar acompañamiento a las personas en temas de salud, más sin embargo no todos los temas de salud son abordados y no se dispone de tantos medios para tratar la salud mental o el suicidio, por lo que no se acude a ellos de manera frecuente.

Seguidamente, una aplicación móvil es una herramienta que se puede desarrollar y que puede llegar a ser bien recibida por el público meta dado que ellos se encuentran interesados en un medio confiable donde puedan informarse sobre estos temas.

Para esto, es necesario la experiencia de usuario, porque es un pilar importante en como esta aplicación debe de ser diseñada dado que va a tratar un tema tan sensible como lo es la salud mental y el suicidio. Se debe determinar las principales necesidades de los usuarios y aplicar los principios de la experiencia de usuario para así poder crear una herramienta que permita cumplir su función de la mejor manera.

Dentro de los aspectos a considerar necesarios están: identificar las necesidades de los usuarios, como lo es la línea de llamado de emergencia y los puntos de información para que puedan acceder, y el registro de las citas. además, dentro de los principios de experiencia de usuario, se debe de considerar una interfaz sencilla y fácil de navegar, no solo por el tipo de población, que, aunque ya sepan manejar la tecnología en algún momento se podría expandir y para lograr esto, el diseño base debe de poder ser atemporal.

Adicional, se debe de considerar un diseño que brinde tranquilidad y paz, con colores pasteles o tranquilos, que permitan transmitir estas sensaciones al usuario, además de una barra de menú localizada abajo, además de considerar las versiones de Android y Apple y sus respectivas arquitecturas, además que no haya una gran carga de datos que pueda afectar el rendimiento.

La experiencia de usuario es el pilar que va a permitir desarrollar una aplicación que pueda ser usada de la mejor manera por el público meta, ayudando a desarrollar e implementar cada una de las necesidades de los usuarios, pero también a que la misma experiencia del uso de esta genere el querer seguir usando para seguir informado y ayudar a este grupo de hombres que quieren encontrar un medio que les permita conocer sobre salud mental y como prevenir el suicidio.

## **Recomendaciones**

### **Variable 1: Tendencias culturales**

El Ministerio de Salud cuenta con profesionales dedicados a la investigación de las problemáticas enfocadas en salud, en este caso de disponer de los principales factores o tendencias que los hombres consideran que afectan su salud mental, es necesario identificar cómo trabajar y reducir estas situaciones.

En este caso, se recomienda trabajar de la mano con los factores y tendencias mencionados anteriormente, para así desarrollar información que se enfoque en las

necesidades del público meta y así poder trabajar directamente con las principales afectaciones de los hombres en la actualidad.

Para esto, tanto el contenido de la campaña publicitaria como la aplicación móvil, pueden brindar un asesoramiento sobre estos temas, además de acompañar a la persona en su proceso, lo cual puede brindar un acercamiento en temas de salud mental, ya sean con estrategias de cómo manejar situaciones o en cuáles situaciones es mejor acudir con un especialista para un mejor análisis desde un ámbito más profesional.

## **Variable 2: Estrategias de comunicación**

Se recomienda al Ministerio de Salud desarrollar dos principales puntos: una Estrategia de Comunicación sólida, robusta y concisa para las problemáticas de salud que afectan la sociedad, pero también el desarrollo de una Campaña Publicitaria con enfoque social para la comunicación de temas sobre salud mental y la prevención del suicidio en hombres.

Para esto hay que resalta la importancia de una Estrategia de Comunicación realizada de manera completa, analizando el público meta, los medios y el tono de comunicación, ya que esto va a ser desarrollado para trabajar enfoques sociales y afectaciones de salud que deben de ser tratados de manera profesional y adecuada según las necesidades de cada público meta.

Seguidamente, el desarrollo de la Campaña Publicitaria debe de presentarse según las estrategias de comunicación dedicadas a tratar la prevención del suicidio y comunicar temas de salud mental tal y como el público meta establece que es su necesidad e interés, además de trabajar en material, herramientas y en dinámicas que permitan a los hombres tener espacios y medios para conocer sobre salud mental y cómo prevenir el suicidio, y así posicionar estos temas en la mente del público meta.

### **Variable 3: Experiencia de usuario**

Se recomienda que, para el proceso de creación de la aplicación móvil, la base en todo momento sean los principios de Experiencia de usuario resaltados en esta investigación, como lo son: identificar las necesidades del usuario, una interfaz fácil y sencilla de usar, utilización de colores basada en la psicología de color para brindar una experiencia de tranquilidad y finalmente no saturar la aplicación con datos que afectan la optimización de su uso.

Dentro de las necesidades identificadas, está el botón de llamado de emergencia al 9-1-1 que es el principal elemento y destaca como un diferenciador con el resto de las aplicaciones móviles, además del control y reporte de citas y medicamentos, y el botón de diagnósticos de los usuarios, y habilitar contenido de interacción y actividades para la salud mental.

Además de eso, trabajar con un enfoque diferenciador como lo es organizarse con una red de especialistas en psicología que puedan aportar con información sobre salud mental y prevención del suicidio, para así disponer de fuentes confiables que comuniquen sobre estos temas a los usuarios.

Considerando lo anterior, hay un punto muy importante y es que la construcción de esta aplicación debe ser solo con enfoque en aplicación móvil, no explorar opciones de diseño web según lo recomendado por el diseñador web, para así generar todo el enfoque en un ambiente web, considerando la arquitectura de Apple y Android, además de que es necesario una barra como menú de opciones en la parte inferior.

Finalmente, como ideas adicionales, se pueden desarrollar pequeños detalles como lo es un widget en la pantalla de los celulares que generen un acceso directo a la aplicación o también frases motivacionales según los temas que deseen, donde se incluyan actividades diarias que permitan ir trabajando la salud mental.

Con todas estas recomendaciones, se puede generar una aplicación multifuncional y enfocada en las necesidades del público meta, que son hombres de entre 20 a 30 años, que si están interesados en aprender sobre salud mental y en prevenir el suicidio, además de que una herramienta como esta puede ayudar a desarrollar hábitos que permitan llegar a los usuarios a un bienestar emocional.

## **CAPÍTULO VI: PROPUESTA**

En el siguiente capítulo se desglosa la campaña de comunicación para la propuesta de una aplicación móvil para prevenir el suicidio del Ministerio de Salud. Esta campaña está basada en los resultados obtenidos en los instrumentos aplicados en la investigación. Adicional, se compone de un análisis de la marca, desde su situación actual, estrategia creativa, los medios seleccionados, junto a su racional y el presupuesto total del costo de la campaña.

### **Análisis situacional**

#### **Antecedentes de la marca Ministerio de Salud**

El Ministerio de Salud es una autoridad en el área de salud en Costa Rica. Con casi 100 años de regir en el país, se ha convertido en una entidad con varias responsabilidades, entre ellas, dirigir las políticas públicas, gestionar y supervisar los establecimientos médicos, farmacias y centros de salud, pero también proteger la salud de la población costarricense.

Todas estas responsabilidades se dividen en subtarear de la cuales también debe encargarse esta institución, como por ejemplo: la Rectoría del Sistema de Salud, que es la encargada de todas las políticas nacionales de salud pública. Además, otorga los permisos y se encarga del control sanitario. Finalmente, tiene otras tareas dentro del sistema de salud como lo es la protección ambiental, la regulación de medicamentos y atención a emergencias sanitarias en el país.

Dentro de todas estas responsabilidades, hay una en específico que es de las más importantes a destacar, que es la promoción y prevención de emergencias, de esta manera se desarrollan estrategias que permiten prevenir enfermedades, promueve estilos de vida saludables y sostenibles, además de programas para maternidad y salud mental.

Con esta última responsabilidad, el Ministerio de Salud es responsable de comunicar estas medidas que ayudan a la población a cuidarse, información necesaria sobre enfermedades y riesgos, y cómo mantener una vida saludable. Lastimosamente, la entidad ha tratado de compartir esta información en distintos medios, pero usualmente no llegan al público meta o población afectada, y esto se debe a que carecen de una estrategia de comunicación.

Esta problemática no solo se evidencia en programas para tener bienestar o como cuidarse de enfermedades contagiosas o crónicas, sino que problemáticas fuertes como una salud mental que se puede estar viendo afectada, puede terminar en un suicidio. El Ministerio trata de compartir información sobre la prevención del suicidio, pero no lo hace de manera correcta, lo cual, con una estrategia bien definida y sólida, podría ayudarle a posicionar la importancia de la salud mental en una población tan afectada como los hombres del país.

## FODA de la marca Ministerio de Salud

**CUADRO 4. ANÁLISIS FODA**

| Fortalezas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Debilidades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>-Credibilidad institucional: como autoridad en el sector de la salud del país, cuenta con legitimidad, por lo que cada mensaje proveniente dispone de credibilidad.</p> <p>-Presencia digital: en redes sociales como Facebook e Instagram, dispone de comunidades de seguidores robustas, como lo es de 1.1M y 69 mil seguidores correspondientemente, por lo que tiene una audiencia sólida para su contenido.</p> <p>-Experiencia en campañas de salud: el Ministerio previamente ha trabajado en campañas de salud a nivel país, incluso de modo digital en una campaña contra el dengue, lo que permite identificar previa organización para comunicación masiva y ayuda de agencias de publicidad.</p> <p>-Respaldo de entidades nacionales: se puede coordinar con diferentes instituciones como el MEP, CCSS o el IAFA, lo que permite alianzas para expandir mensajes y comunicados.</p> | <p>-Comunicación institucional poco cercana: el tono gubernamental puede ser un poco informativo o formal, lo cual no permite conectar con la audiencia o poblaciones específicas con problemáticas más emocionales o sensibles.</p> <p>-Poco nivel de innovación creativa: en comparación con otras instituciones o entidades, utilizan medios o estrategias más impactantes y directos, lo cual permite que el mensaje sea recibido y posicionado en la mente del público meta.</p> <p>-Saturación de mensajes institucionales: al no disponer de una estrategia de comunicación para suicidio, en sus redes sociales presentan una variedad de temas de salud de manera conjunta (dengue, vacunación, nutrición,...) por lo que un mensaje específico como el suicidio puede perder protagonismo.</p> |

| Oportunidades                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Amenazas                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>-Mayor conversación social sobre la salud mental: En la actualidad el tema de salud mental ya está más normalizado por lo que el entorno cultural permite hablar abiertamente sobre el suicidio con menos estigma.</p> <p>-Uso de tecnología para la salud mental: La institución se posiciona como pionera en utilizar tecnología como aplicaciones móviles para la prevención del suicidio, lo cual es un gran avance para el país.</p> <p>-Programa de Salud Mental: el Ministerio este año va a implementar el programa de Salud Mental 2026-2030, brindando material didáctico, herramientas y campañas dirigidas a la salud mental, lo cual establece una oportunidad presupuestaria y una política que permita dar mayor visibilidad a la prevención del suicidio.</p> | <p>-Desconfianza hacia instituciones públicas: cierto grado de desconfianza por parte de instituciones gubernamentales, especialmente en jóvenes adultos por la falta de apoyo en estos temas.</p> <p>-Competencia de aplicaciones móviles: hay otras aplicaciones en el mercado enfocadas en salud mental, con mejor diseño o marketing, que puede impulsar al público meta a buscar otras opciones.</p> <p>-Exposición de un tema sensible: la estrategia de comunicación debe de ser racional, ya que un mensaje mal ejecutado puede generar el efecto contrario si no se siguen medidas de comunicación social.</p> <p>-Cambios políticos o presupuestarios: al depender de fondos públicos, la propuesta puede verse afectada por recortes o cambios de prioridad del Ministerio o instrucciones provenientes del gobierno en sí.</p> |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## **Estrategia de Mercadeo**

### **Producto: Ministerio de Salud**

El Ministerio de Salud es una institución gubernamental con más de 100 años, que se encarga de velar por la salud de los costarricenses, ya sea con protección o mejoramiento de las entidades que brindan servicios médicos, como también promover información sobre temas de salud y buenos hábitos para el bienestar de la población. Además de ser el principal intercesor en caso de pandemias o problemáticas de salud integral.

### **Imagen de la marca**

Hace unos años atrás, el gobierno de Costa Rica tomo la decisión de unificar la imagen de ciertas entidades nacionales, como lo es el Ministerio de Salud. De esta manera se establece un mismo logo para estas instituciones, con la idea de demostrar que todas ellas están unidas por el mismo propósito, y lo único diferente es el nombre de la institución acompañado por una imagen del país.

Anteriormente, el Ministerio contaba con una imagen más representativa y acorde a su institución, ya que era un círculo con la figura de Costa Rica y en el centro con el Caduceo (⚕) rodeada por el título de Ministerio de Salud de Costa Rica, junto a la frase: Bienestar para todos en tonos azules.

**FIGURA 2. ANTERIOR LOGO DEL MINISTERIO DE SALUD**



Fuente: Página de Facebook del Ministerio de Salud

Luego de su cambio de imagen, el logo del Ministerio de Salud, cambió a utilizar una figura del contorno del país en dorado para acompañar el nombre de la institución, en un tono de azul más oscuro. Esta imagen es la que se ha utilizado desde el momento en sus comunicaciones de manera digital y física.

**FIGURA 3. LOGO ACTUAL DEL MINISTERIO DE SALUD**



Fuente: Página de Facebook del Ministerio de Salud

### ***Características y beneficios del producto***

Al ser una institución que regula y contempla todo el sistema de salud pública en el país, tiene muchas dependencias y lleva el control de varias instituciones que también ayudan a mantener el control de la salud, como lo es la CCSS, el IAFA, INCIENSA, e incluso hasta

el MEP dado que en las instituciones educativas también deben de brindarse asesoramientos y mantener medidas de salud.

Adicional, trabajan de la mano con instituciones internacionales como la OMS y UNICEF, para la investigación, nuevos métodos salubres y medicación, además de evidencia científica. Junto a todas estas responsabilidades, también se encarga del marco legislativo y en planes nacionales en relación al bienestar y problemáticas a solucionar.

Como beneficios, aporta acceso universal a la salud en toda la región, ya que garantiza servicios públicos gratuitos. Además de protección sanitaria contra enfermedades y epidemias, y además de brindar educación en gran variedad de temas sobre bienestar y como mantener una vida saludable. Al ser una institución con mucha trayectoria y tener años de experiencia ante situaciones adversas que ha atravesado el país, cuenta con mucha credibilidad ante comunicados e información que brinda ante la población.

### **Precio**

Los servicios que brinda el Ministerio de Salud y todas las entidades bajo su jurisdicción se brindan de forma gratuita hacia la población del país ya que esto se cubre por presupuestos establecidos por el gobierno. De igual manera el presupuesto también se establece para el manejo de la institución y dinámicas que el Ministerio decida realizar, ya sea en términos de comunicación o campañas de salud.

### **Plaza**

El Ministerio de Salud se divide en 9 regiones administrativas las cuales contemplan 82 Areas Rectoras de Salud en todo el país como sedes de asistencia para las personas. Adicional disponen de un sitio web en el cual comparten información, ya sea material legislativo o planes de salud, además de que se pueden realizar trámites y denuncias. Finalmente, también se encuentran en la Ventanilla Única de Inversión lo cual permite agilizar ciertos trámites o permisos de salud.

## **Promoción**

En este momento el Ministerio de Salud no dispone de ninguna promoción vigente, ya que sus servicios se brindan de manera gratis en todo el país. Tampoco hay promoción de manera digital ya sea para la entidad, o sobre alguna problemática de salud definida o un tema en específico.

## **Competencia**

El Ministerio de Salud en sí, es una entidad gubernamental en Costa Rica, y por lo mismo, no se interpreta como una marca dentro del mercado que comercializa algún producto en específico. Más, sin embargo, este se encarga de ofrecer servicios y permisos los cuales son atendidos por la población costarricense. En un enfoque hacia el suicidio y también hacia el uso una aplicación móvil, hay varias instituciones de salud que ya trabajan con ciertas modalidades similares que se pueden analizar como competencia.

### **Competencia directa**

- Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS): Institución pública autónoma que administra el sistema de salud público y pensiones de Costa Rica. Vela por el bienestar costarricense y garantiza el acceso universal a la atención médica.

#### *Fortalezas:*

- Es una entidad consolidada con muchos años de experiencia, por lo cual toda información sobre salud se considera verídica y creíble al provenir de esta institución.
- Presentan cobertura en todo el país, con una Red de Servicios de Salud que cubre todo el país, dividida en distintos niveles de complejidad para lograr llegar a todo el territorio.

- Cuenta con digitalización de la información, al contar con el EDUS, una aplicación móvil donde los pacientes pueden analizar sus expedientes, exámenes, operación, cita y medicación.

*Debilidades:*

- Tienen altos periodos de espera para citas y operaciones, lo cual afecta el flujo de atención hacia los pacientes y personas que necesitan ser atendidas de manera rápida o que llevan años esperando.
- Presentan una deuda creciente, lo cual se ve reflejado en muchas áreas de especialidad, en este caso el área de psicología o psiquiatría, que brindan citas a pacientes hasta dentro de tres meses por la escasez de especialistas.

*Monitoreo publicitario:*

- Cuenta con dos redes sociales bien consolidadas con comunidades muy amplias, en Facebook (setecientos noventa y siete mil seguidores) y en Instagram (ciento sesenta y seis mil seguidores).
  - El contenido no cuenta con una estrategia de comunicación ya que toda la información o contenidos se encuentran revueltos, algunos temas sí comparten la misma línea gráfica, pero se encuentran entre otros mensajes por lo que se pierde el orden
  - Hay una diferencia en el contenido de Facebook e Instagram, por lo que tampoco hay una misma línea en ambas redes y la información no se comparte de la misma manera.
- Instituto sobre Alcoholismo y Farmacodependencia: institución pública de Costa Rica encargada de la prevención, tratamiento y rehabilitación de las adicciones a sustancias psicoactivas.

*Fortalezas:*

- Institución con gran trayectoria, siendo una de los primeros centros de atención en América Latina dedicado al estudio del Alcoholismo.
- Es una entidad que cuenta con un enfoque muy específico, que es el estudio, la prevención, el tratamiento y la rehabilitación de la adicción al alcohol, al tabaco y a otras drogas lícitas o ilícitas.
- Su enfoque principal no es el suicidio, más sin embargo se vuelve una problemática dentro del consumo de sustancias, por lo cual es una situación que deben de tratar con igual importancia.

*Debilidades:*

- Tienen limitantes presupuestarias por lo que muchas actividades o proyectos no se pueden realizar, además de que esto también afecta la cantidad de personal que puede ayudar en la institución.
- Presenta ciertas dependencias a la hora de presentar sus planes o programas, por ejemplo, depende del MEP para poder integrarlos a las instituciones educativas.
- A nivel administrativo, tienen una planeación a largo plazo, la cual se ve afectada al tratar de analizar las problemáticas o sustancias actuales que afectan a las personas.

*Monitoreo publicitario:*

- Cuenta con dos redes sociales con una comunidad amplia, en Facebook (cincuenta y cinco mil seguidores) y en Instagram (cuatro mil ciento noventa y un seguidor).
- El contenido que comparten es el mismo en ambas redes sociales, lo cual genera que los mensajes se mantengan en las dos para así llevar un control de la información.
- Hay una amplia cantidad de posteos que no son informativos o contenido de valor, sino que son para solicitar suplencia de algún especialista en sedes específicas.

## Competencia indirecta

- Asociación Costarricense de Estudio y Prevención del Suicidio (ACEPS): Organización costarricense sin fines de lucro cuyo propósito es la prevención de conductas autodestructivas y el abordaje integral del suicidio a través de la investigación y la educación.

### *Fortalezas:*

- Su especialización se basa en capacitación y formación especializada a profesionales y a personas con la intención de derribar mitos y prevenir conductas suicidas.
- Es una organización que se enfoca en la investigación y estudio del suicidio, por lo que dispone de una alta red de contactos de especialistas para atender cualquier situación

### *Debilidades:*

- Depende de los recursos y donaciones que reciban, por lo que muchas iniciativas o proyectos se ven limitados a esta situación
- También presentan limitaciones organizativas estructurales, por lo que muchas veces presenta sobrecargo de voluntarios.
- Al ser una ONG muy pequeña, no hay mucha presencia de información de ella a como tampoco hay muchos medios de comunicación para darse a conocer.

### *Monitoreo publicitario:*

- Solo cuentan con una red social (Facebook) y con un grupo medio de seguidores (cinco punto siete mil seguidores), además de tampoco disponer de un sitio web.
- No presentan contenido para las personas, en la mayoría son reposteos o compartidos de otras páginas, donde se comparte información sobre charlas, pero no añaden contenido propio.

- Hospital Nacional de Salud Mental : El antiguo Hospital Psiquiátrico es uno de los centro de Salud Mental del Estado, el cual es el principal centro de especialización de psiquiatría en el país. Se encarga de tratar patologías complejas con distintos niveles de atención, además de brindar tratamiento, seguimiento y rehabilitación.

*Fortalezas:*

- Abordaje interdisciplinario al disponer de distintas especializadas, desde psiquiatras, psicólogos, enfermeros, trabajadores sociales y terapeutas ocupacionales.
- Es el único Hospital especializado en el país, lo cual hace que sea el único en trabajar solamente para la salud mental de la población costarricense, además de ser el que distribuye la mayoría de los psicofármacos
- Forma parte de la red de la CCSS, lo cual hace que se beneficie por la organización institucional, además de la credibilidad y confianza que le brinda a la población.

*Debilidades:*

- La escasez de profesionales y de presupuesto hace que las asignaciones de citas generen largas filas de espera, además de que el presupuesto se consume en las necesidades del Hospital y no para servicios periféricos
- Tiene una demanda que no ha podido controlar, dado que la cantidad de personas que atiende se ha triplicado en los últimos años.

*Monitoreo publicitario:*

- Presenta dos redes sociales, Facebook (con veintisiete mil seguidores) y en Instagram tiene una cuenta reciente (doscientos veintiocho seguidores).
- En Instagram tienen pocos posts los cuales se enfocan en frases motivadoras o en capacitaciones que brindaron, mientras que en Facebook si comparten los mismos contenidos, pero adicional, la mayoría de información son reposteos o compartidos de la página de la CCSS.

## Monitoreo Publicitario

El Ministerio de Salud dispone de distintos medios para comunicar mensajes hacia la población. De momento, uno de sus medios oficiales son las redes sociales, pero de igual manera para cualquier tema en especial que desean comunicar, no se sigue una estrategia de comunicación para informar específicamente alguna situación en específico, lo que hace que todos los temas se encuentren revueltos y no se siga una misma línea para cada situación.

Es entendible que al ser una institución que maneja tanta información, considere que es necesario estar compartiendo información casi que de manera diaria y de distintos temas, ya sea vacunación, maternidad, enfermedades como el VIH o cómo mejorar las defensas de los niños cuando ingresan a estudiar. Si bien, cada uno de los conceptos es importante, más sin embargo la estrategia va a brindar una mejor conexión con el público meta y tener mayor alcance.

Con una estrategia de comunicación, se va a lograr trabajar en una forma de comunicación efectiva, pues no solo se realiza un estudio sobre la manera más eficiente de cómo comunicar los mensajes, sino que también conllevan una línea grafica que lo vuelve más atractivo y además ayuda a diferenciar el contenido del Ministerio de Salud con otras instituciones.

**FIGURA 4. COLLAGE DE PUBLICACIONES DEL MINISTERIO DE SALUD**





Fuente: Página de Facebook del Ministerio de Salud

Para la problemática del suicidio y salud mental, no se considera como una situación se suma importancia para generar mucho contenido, de igual manera se sobreentiende que hay muchas necesidades de salud que igual es importante compartir como responsabilidades de esta institución.

El mes de la prevención del suicidio es Setiembre, por lo que para este periodo se comparte información y se realizan actividades en varias sedes, pero se cumple la misma situación. Puede que su contenido lleve la misma línea gráfica y concepto, lo cual hace que se entienda que es por esta problemática por su simbólico color amarillo, pero se sigue compartiendo información de otras situaciones que hace que se rompa la estrategia de este tema, y se pierda dentro de toda la información.

En el 2025, lanzaron la campaña: “Tu historia importa”, donde hacen mención de frases que usualmente se escuchan para alentar a las personas, que muchas veces pueden ser simples, pero en el momento indicado pueden crear un gran impacto en las personas. Los posteos resaltan en amarillo para frases y en contenido informativo con un azul oscuro y animación que acompañan el contexto.

De cierta manera, el contenido es muy general y no tan dirigido a una población específica, por lo que son palabras de aliento sobre la importancia de la vida y cómo detectar ciertas conductas pero que no se define cómo tratarlas y solo se mencionan, haciendo que el

contenido de los posts no conecte con el público meta y no resalte entre lo que consumen las personas por lo que muchas veces se puede pasar por alto.

**FIGURA 5. COLLAGE DE PUBLICACIONES DEL MINISTERIO DE SALUD**



Fuente: Página de Instagram del Ministerio de Salud

De esta manera, el Ministerio de Salud sí cumple con sus obligaciones de comunicación, con los temas de salud que corresponden a la actualidad y brinda información tanto de, enfermedades como de charlas o lugares donde se encuentran centros de atención como por ejemplo para vacunación. Sin embargo, todavía tiene una gran área de mejora con respecto a cómo comunica esta información y cómo puede unificar sus comunicados de manera que siempre se logre identificar que son de ellos más allá del logo.

Con el suicidio es un tema complicado, ya que en sí, la problemática es un tema muy delicado, y hay que saber comunicarle a la población de manera correcta y racional para

evitar generar sentimientos opuestos que puedan perjudicar a la población. Al disponer de tanta facilidad de comunicación, debería poder utilizar esta herramienta para tratar problemáticas con alto porcentajes en las encuestas y que además estén impactando a un grupo tan grande de personas, en este caso hombres en el país.

## **Estrategia de comunicación**

### **Objetivo de comunicación**

Desarrollar una campaña de comunicación para el lanzamiento de una aplicación móvil orientada a brindar acompañamiento para la problemática del suicidio.

### **Target**

#### **Segmentación Geo-demográfica**

Hombres residentes del sector de Los Yoses en San Pedro, Montes de Oca. Con edades comprendidas entre los 20 y 30 años. Se trata de individuos pertenecientes a diferentes niveles económicos de clase media o media alta. De niveles educativos, ya sea desde educación media o universitaria, hasta trabajadores o que trabajen y estudien. Este grupo incluye personas con diversos estados civiles, desde solteros hasta aquellos que están en una relación o casados.

#### **Segmentación Psicográfica**

Son hombres que presentan responsabilidades, como estudiar, trabajar, deudas, mantener una familia, entre otras, que muchas veces pueden volverse una carga mental un poco grande, causando cansancio mental, lo cual se puede ver en afectaciones mentales, y que muchas veces solo se ignoran al considerarse que no son importantes o que no deberían de afectar porque son responsabilidades del hombre. También sienten que cargan con muchas

cosas a la vez, por lo que les gustaría vivir de una manera más tranquila o calmada. Tratan de cuidar a los demás y dedican tanto esfuerzo al bienestar de otros que olvidan atender el suyo, aunque de manera interna, les desean cuidarse también.

## Segmentación Conductual

Son personas que dentro de todas estas situaciones mentales, cada cierto tiempo deciden buscar información sobre salud mental y cómo cuidarse, para esto se informan con sus fuentes confiables como lo son especialistas en psicología. Tratan de buscar espacios para compartir sus emociones o sentimientos, más, sin embargo, dentro de sus grupos sociales muchas veces no los encuentran. Son nativos digitales por lo que se basan mucho en las tecnologías y tratan de buscar información a través de ella para ayudar a su salud mental.

FIGURA 6. ARQUETIPO. TARGET

The infographic features a portrait of a young man, Josué Morales, on the left. To his right, his name is written in a large, friendly font. Below his name, a paragraph describes his lifestyle: he works at a multinational company, studies at university, goes to the gym, helps his family, and maintains his debts. Below this, a bulleted list provides specific details about him. At the bottom, three blue boxes categorize his traits into Habits, Interests, and Tensions.

**¡Hola, soy Josué Morales!**

Trabajo en una empresa transnacional, por lo que tengo una horario que me permite estudiar en la universidad y también ir al gimnasio. Aparte de pagar mis estudios, ayudo a mi familia con los gastos y también trato de mantener mis deudas al día. En mis días libres me gusta salir con mis amigos y hacer tours dentro del país.

- 22 años
- Vecino de Los Yoses
- Soltero
- Vive con sus padres y hermano
- Ingeniero en Sistemas
- Va al gimnasio todo los días
- Salario 680 000 colones

| Hábitos                                                                                                                                                                                                                                | Interés                                                                                                                                                                                                                                                        | Tensiones                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>-Es constante el gimnasio, lo que le ayuda a despejar su mente</li><li>-Enfocado en sus estudios</li><li>-Utiliza su celular para buscar información y usa aplicaciones todos los días</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>-Es disciplinado en su trabajo y estudio, lo cual hace que tenga buen desempeño en ambos</li><li>-Espera graduarse para conseguir un mejor puesto</li><li>-Le gusta hacer planes que le permitan desestresarse</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>-Siente una presión por ser hombre como su papá</li><li>-Cuando sale con sus amigos no hablan de temas personales</li><li>-Tiene conflictos con sus papás cuando les cuenta que quiere ir al psicólogo</li></ul> |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Estrategia Creativa

CUADRO 5. ESTRATEGIA CREATIVA

| Hallazgos de la Investigación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Insight                                                                                      | Gran Idea                                                                                                                                                                                                                                               | Concepto Creativo                             | Tono de comunicación                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>Factores y tendencias:</b> Las afectaciones mentales que llevan al suicidio en hombres provienen de una serie de factores y tendencias culturales, no de una sola causa específica.</p> <p><b>Poco conocimiento de salud mental:</b> No conocen o no buscan información dado que no saben en cuáles medios buscar porque carecen de espacios, pero les gustaría hablar sobre el tema.</p> <p><b>Nula visualización de campañas:</b> No se han visto campañas publicitarias por parte de instituciones públicas y</p> | <p>Los hombres no cuidan de ellos mismos porque creen que solo deben cuidar a los demás.</p> | <p>Promocionar la aplicación móvil con una campaña publicitaria de posicionamiento, que permita ir conociendo y tratando la salud mental para prevenir el suicidio, además de ir brindando información sobre la utilización de la aplicación móvil.</p> | <p>Cuidá de vos, como cuidás de los demás</p> | <p><b>Tono informativo:</b> Proporciona información sobre la problemática del suicidio en hombres en el país, además de presentar la aplicación móvil como herramienta y sus funciones.</p> <p><b>Tono racional:</b> Expone la problemática de salud de manera directa, se presenta la situación actual con valores y datos reales, presentando todas las situaciones que enfrenta sin mentiras ni embellecimientos.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>les interesa que se realicen más iniciativas de salud mental.</p> <p><b>Interés por la aplicación móvil:</b> Se presenta un interés notorio en la aplicación, además de que resalta la función de la línea de llamado de emergencia</p> <p><b>Respuestas personales pero piensan en plural:</b> Pueden presentar poco interés en saber de salud mental y del suicidio, pero si sienten que se debería de hablar del tema, considerando como se sientan sus conocidos u otros hombres.</p> |  |  |  | <p><b>Tono coloquial:</b> Permite usar un lenguaje que genere conexión con el público meta y no se vea formal, es una situación seria pero la idea es conectar con el público meta y no sentir la campaña como una promoción, sino como un consejo de vida.</p> |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Ejecuciones

### Logo

**FIGURA 7. PROPUESTA DE LOGO DE GOAMI**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Colores y Tipografía

**FIGURA 8. PROPUESTA DE COLORES**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

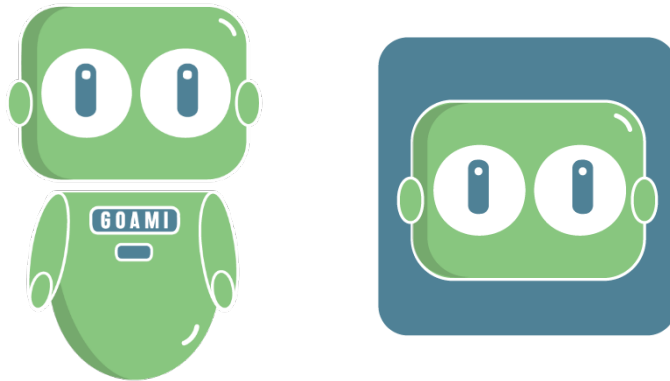
**FIGURA 9. PROPUESTA DE TIPOGRAFÍA**

**Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ññ Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz**  
**Aa Bb Cc Dd Ee Ff Gg Hh Ii Jj Kk Ll Mm Nn Ññ Oo Pp Qq Rr Ss Tt Uu Vv Ww Xx Yy Zz**

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

### **Diseño de GOAMI**

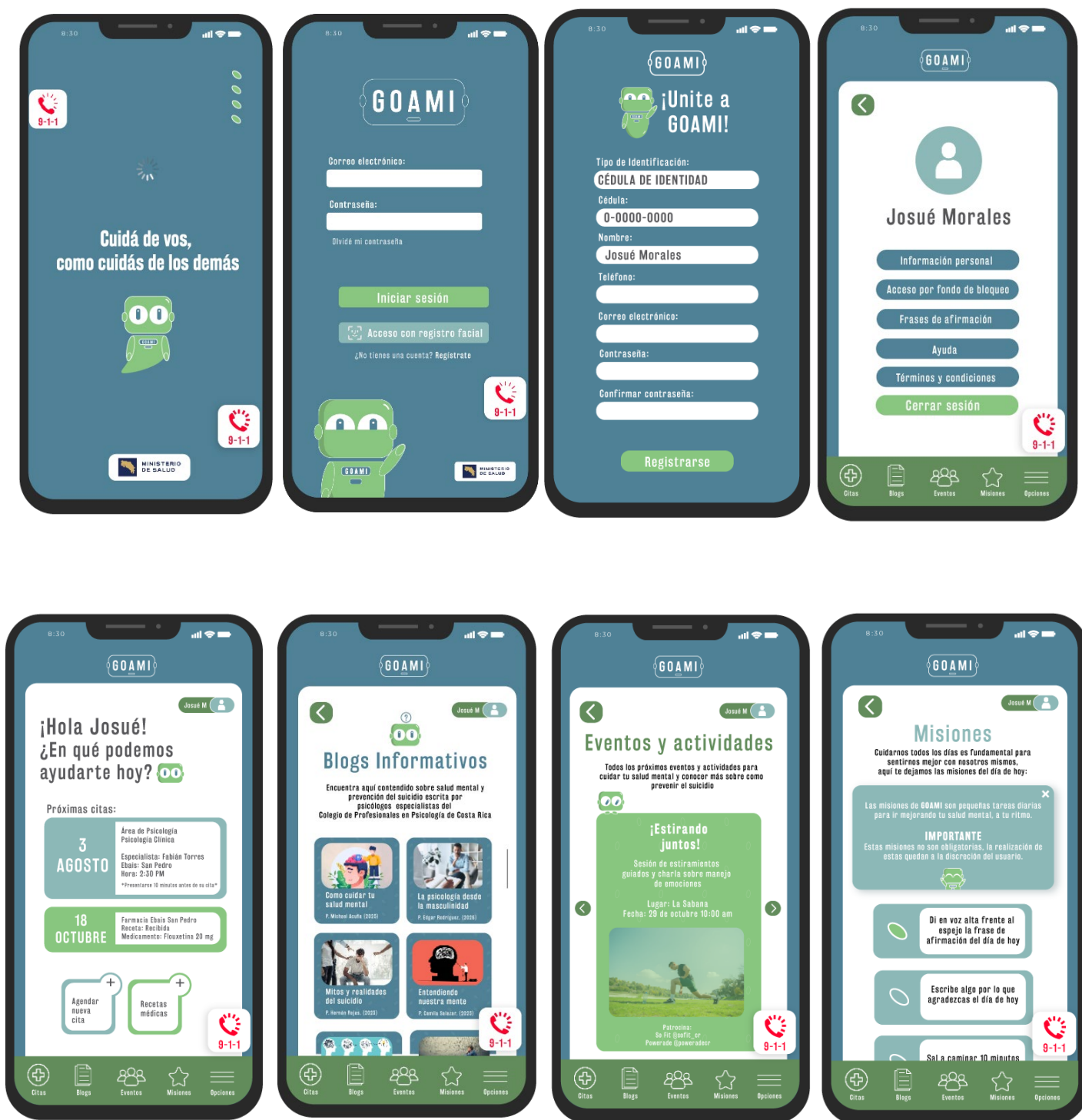
**FIGURA 10. PROPUESTA DE GOAMI**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Diseño de Aplicación

FIGURA 11. PROPUESTA DE APLICACIÓN





Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Posteos de Facebook e Instagram

**FIGURA 12. POSTEO DE FACEBOOK**



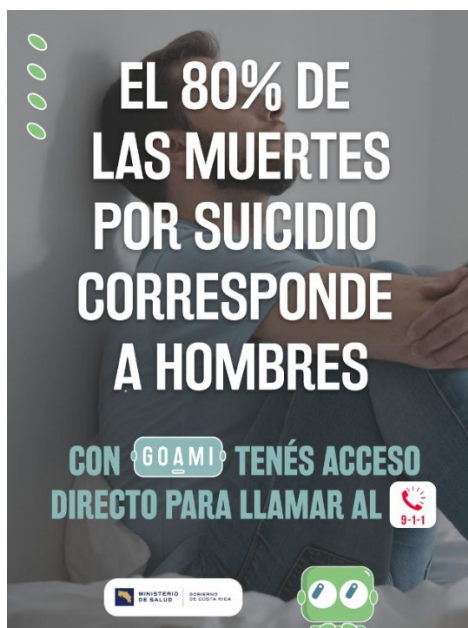
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 13. MONTAJE DE POSTEO DE FACEBOOK**



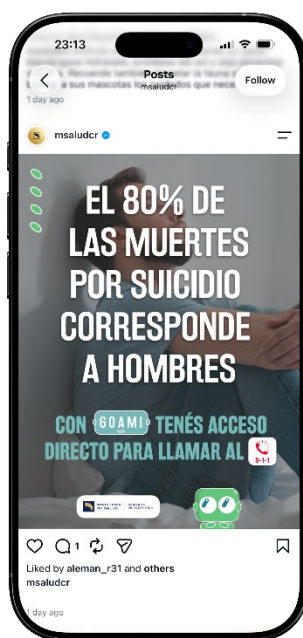
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 14. POSTEO DE INSTAGRAM**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 15. MONTAJE DE POSTEO DE INSTAGRAM**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Carrusel

**FIGURA 16. CARRUSEL DE INSTAGRAM**





Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 17. MONTAJE DE CARRUSEL DE INSTAGRAM**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Historias

**FIGURA 18. DISEÑO HISTORIA (V1)**



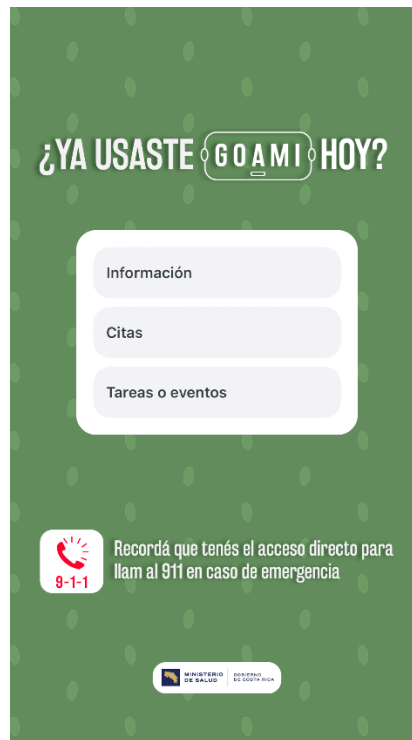
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 19. MONTAJE HISTORIA (V1)**



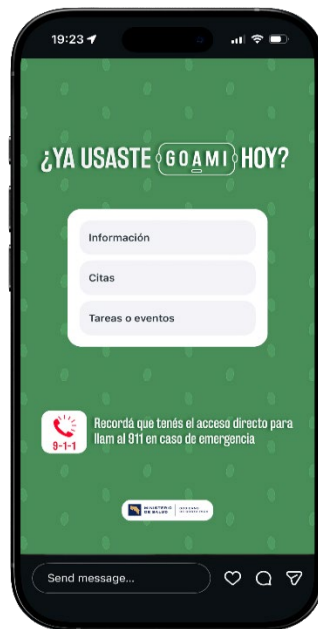
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 20. DISEÑO HISTORIA (V2)**



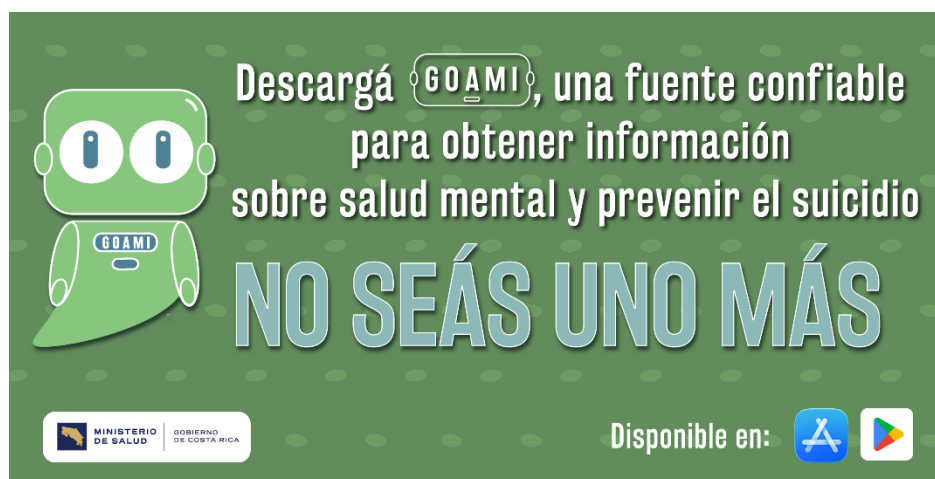
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 21. MONTAJE DISEÑO HISTORIA (V2)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

FIGURA 22. MONTAJE DISEÑO VALLA PUBLICITARIA (V1)



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

FIGURA 23. MONTAJE DISEÑO VALLA PUBLICITARIA (V1)



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 24. DISEÑO VALLA PUBLICITARIA (V2)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 25. MONTAJE DISEÑO VALLA PUBLICITARIA (V2)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**Mupis**

**FIGURA 26. DISEÑO MUPI (V1)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026)

**FIGURA 27. MONTAJE DISEÑO MUPI (V1)**



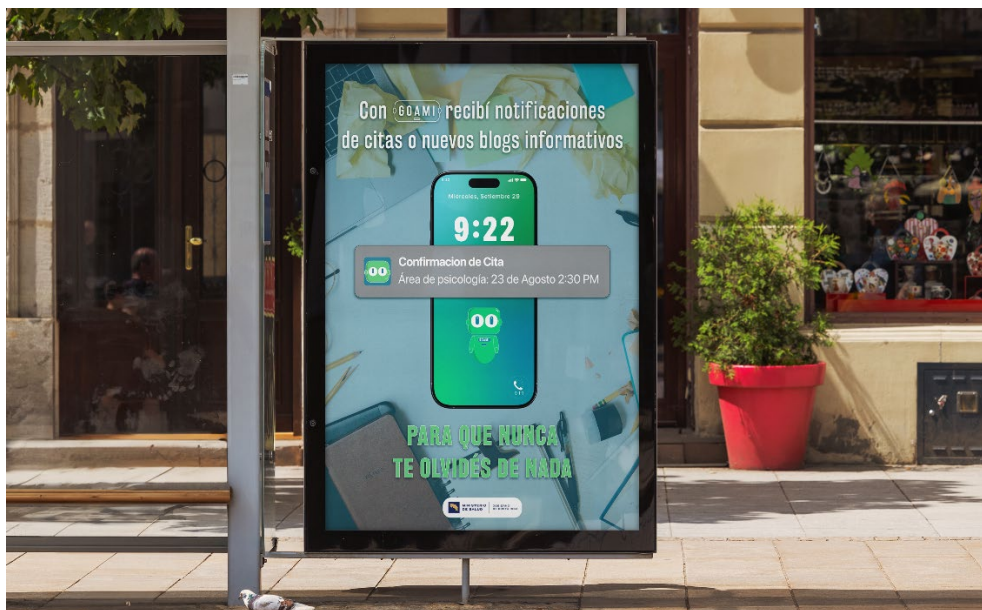
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 28. DISEÑO MUPI (V2)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 29. MONTAJE DISEÑO MUPI (V2)**



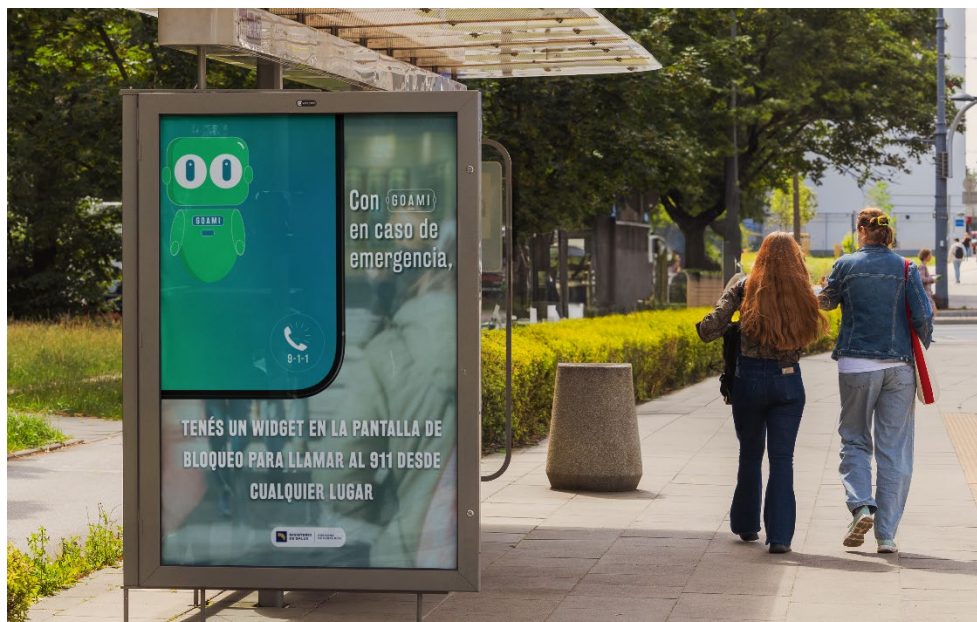
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 30. DISEÑO MUPI (V3)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 31. MONTAJE DISEÑO MUPI (V3)**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Merch

**FIGURA 32. PELOTA ANTI ESTRÉS**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 33. JABÓN CORPORAL**



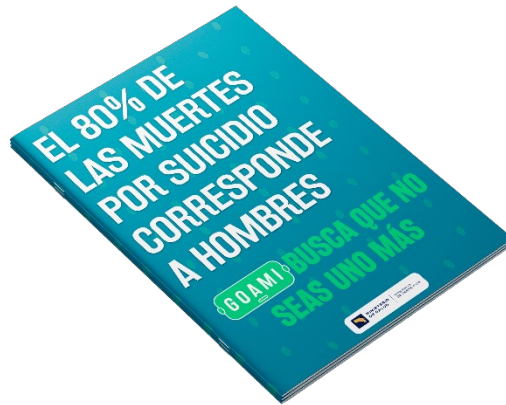
Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 34. BOTELLA**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 35. FOLLETO: PASO A PASO PARA CUIDARME**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 36. TOTE BAG**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 37. LAPICERO**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 38. CUADERNO**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

**FIGURA 39. STICKERS**



Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

### **Reels**

URL para visualizar los videos:

[https://drive.google.com/drive/folders/1OdamFbZaz630YuYHKB6tNN-h-ySfSmt?usp=drive\\_link](https://drive.google.com/drive/folders/1OdamFbZaz630YuYHKB6tNN-h-ySfSmt?usp=drive_link)

### **Estrategia de Medios**

Para cumplir el objetivo de generar una propuesta de una aplicación móvil para la prevención del suicidio en hombres adultos de 20 a 30 años en el distrito de Los Yoses, se ha decidido escoger los siguientes medios publicitarios: desarrollo de la aplicación móvil, las redes sociales de Instagram y Facebook, publicidad de exteriores, y finalmente un merchandising de la aplicación.

El periodo para desarrollar la campaña se comprende de la siguiente manera: Los primeros dos meses (Julio y Agosto) se utilizan para desarrollar la aplicación móvil y todas sus fases para lograr obtener una herramienta completa y funcional basada en los principios de la experiencia de usuario. El desarrollo de la estrategia digital, exteriores y merchandising se desarrollan en los dos meses posteriores a la creación de la aplicación (Setiembre y Octubre).

Esto se define dado que, primero hay que dar prioridad a la aplicación, para cumplir con su proceso de desarrollo. Para la segunda parte de la campaña, se define el mes de Setiembre dado que es el mes de la Prevención del suicidio y en el mes de Octubre se conmemora el día Mundial de la Salud Mental. Estas dos conmemoraciones brindan la oportunidad de crear más espacios para comentar sobre la salud mental y cómo prevenir el suicidio, por lo que la campaña puede brindar más concientización.

A continuación, se especifica lo que se desarrolla en cada una:

### **Aplicación móvil**

Para el desarrollo de la aplicación web, su idea principal es ser una herramienta que permita conocer sobre salud mental, cómo trabajarla para identificar tendencias suicidas de forma temprana, lo cual permita prevenir los casos de suicidios en el país. Además de brindar otras funciones como control de citas y medicación, información sobre eventos para fomentar la socialización, además de motivadores diarios como pequeñas tareas o frase de afirmación.

Hay que delimitar el momento en que esta aplicación debe ser usada para cumplir su función. Para prevenir el suicidio hay diferentes etapas: etapa temprana, etapa donde la persona ya presenta conductas suicidas definidas y la etapa donde la persona está a punto de cometer el suicidio.

En las últimas dos, es necesaria la intervención de especialistas y medicación, por lo que la aplicación no es una herramienta directa para estos usuarios, sino que la intención es utilizar esta herramienta en la primera etapa, con la intención de generar hábitos y aclarar información sobre la importancia de trabajar la salud mental de manera cotidiana para así evitar que las personas desarrollen conductas suicidas.

Esto se obtiene basado en las necesidades encontradas en la encuesta, como lo es obtener información sobre cómo prevenir el suicidio, pero también un botón de llamado al 9-1-1 y conocer sobre eventos o espacios para hombres donde se toquen temas de salud mental.

Seguidamente, la aplicación lleva el nombre de GOAMI, el cual se establece basado en los siguientes aspectos: la palabra “GOAMI” es un juego de letras para la palabra “AMIGO”. La idea de GOAMI es que sea una herramienta que acompañe a la persona en su proceso emocional, más sin embargo, hay que comprender que no se llama “amigo”, con la idea de no sustituir la importancia de las relaciones sociales, dado que son necesarias para cada persona y más en este tipo de situaciones.

Al ser una aplicación móvil, todo el complejo se va a desarrollar desde la experiencia de usuario, que es el pilar principal para lograr obtener una aplicación que sea eficiente y que cumpla con las necesidades del público meta.

No solo considerando sus principios, como lo es diseñar la aplicación enfocada en el usuario o buscar sencillez, sino también considerando todas las etapas de desarrollo, donde se presenta desde la investigación, la arquitectura, hasta el seguimiento después del lanzamiento como lo es la retroalimentación y dar mantenimiento a la misma.

Dentro de las funciones que va a presentar la aplicación, se encuentran la siguientes:

- Inicio de sesión: Dispone de espacio de correo electrónico y contraseña, reconocimiento facial, crear una sesión y recuperar contraseña.
- Botón de llamada de emergencia al 9-1-1: este botón se encuentra desde el momento en que se abre la aplicación, la intención es disponer de este botón en todo el uso de la aplicación, no se puede eliminar, pero se puede mover dentro de la aplicación. Además, se puede añadir un acceso directo en el bloque de pantalla para este botón en caso de emergencia.
- Registro de cuenta: Para crear una cuenta para iniciar sesión, el usuario debe seleccionar la opción de “Regístrate”. Para hacer que este paso sea sencillo y fluido, se ha establecido una sincronización de datos, con lo que solo ingresan el número de identificación (cédula de identidad, pasaporte, DIMEX,...) y automáticamente se llenan los valores de Nombre y Apellidos. Seguidamente solo se establece un número de teléfono, el correo que deseen utilizar y una contraseña. Luego se confirma la

contraseña y se completa el proceso.

- Control de citas y medicación: Todas las citas de parte del área de salud general para los primeros análisis y estudios, además de las especialidades de psicología y psiquiatría. Además de las recetas que están a nombre del paciente y también se dispone de la opción de solicitar citas o medicamentos.
- Blogs informativos: Son blogs creados por psicólogos del Colegio de Psicólogos de Costa Rica, los cuales hablan sobre el suicidio, cómo prevenirlo y tratar conductas suicidas, a cómo trabajar la salud mental, ya que ellos son fuentes confiables de información.
- Eventos y actividades: Este espacio se actualiza constantemente sobre eventos o dinámicas que permitan brindar encuentros para hombres, para socializar, compartir y conocer sobre la salud mental. Los eventos se presentan por mes para estar en constante actualización y no saturar la interfaz.
- Misiones: Las misiones son pequeñas tareas diarias que permiten trabajar en la salud mental durante el día, lo cual es un impulso o una ayuda que muchas veces los hombres no consideran, además de disponer la opción de ir marcándolas apenas se completan, lo cual genera un sentimiento por querer cumplirlas, y también provoca un sentimiento de motivación al querer cuidar su salud. Esta opción es completamente opcional, además de que añade una narrativa al principio explicando que no son obligatorias, y están a discreción de la persona si decide realizarlas según su estado de ánimo. Estas van a cambiar de manera diaria para no generar sentimiento de acumulación de responsabilidades, además de ser diferentes para cada usuario para no generar conflictos entre personas.
- Cuenta personal: Aquí se presenta la información personal de la cuenta y del usuario, además de las opciones necesarias como el botón de Ayuda, Términos y Condiciones y Cerrar sesión.
- Accesos de fondo de bloqueo: En la parte de la cuenta personal, se puede añadir en los ajustes de la pantalla de bloqueo varias opciones o widgets: un acceso directo a la aplicación que se visualiza con el rostro de GOAMI, luego se puede añadir un espacio con frases afirmativas que ayudan a trabajar la motivación de manera subconsciente y finalmente el botón del 9-1-1.

Para conseguir que la aplicación llegue a su mejor funcionamiento, necesita pasar por una serie de fases las cuales son: Investigación y planificación, en la cual se analizan las necesidades del público meta y se definen los periodos de cada fase. Seguidamente se diseña la aplicación basada en los principios de experiencia de usuario, la arquitectura o el modelo a seguir, además de todas las funciones que debe de tener la aplicación. Estas tareas se contemplan en las primeras dos semanas.

Seguidamente se trabaja en los prototipos, donde se hacen pruebas con el público meta para ver si cumple su objetivo y cuáles mejoras se pueden realizar, las cuales tienen una duración de tres semanas. Luego el lanzamiento de esta donde se trabajan dos semanas más y posterior, se realizan las evaluaciones sobre cómo trabaja la aplicación, donde también se analizan las retroalimentaciones y finalmente se le brinda mantenimiento a la aplicación según lo establecido en la planificación.

**Tabla 13.** Estrategia de Aplicación móvil

| TAREA                                 | JULIO |    |    |    |    | AGOSTO |    |    |    | Costo asociado |
|---------------------------------------|-------|----|----|----|----|--------|----|----|----|----------------|
|                                       | S1    | S2 | S3 | S4 | S5 | S1     | S2 | S3 | S4 |                |
| Análisis y planificación del proyecto |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 3,000.00    |
| Diseño de la aplicación               |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 6,000.00    |
| Prototipos                            |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 3,000.00    |
| Lanzamiento                           |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 10,000.00   |
| Evaluaciones                          |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 2,000.00    |
| Mantenimiento                         |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 2,500.00    |
| TOTAL                                 |       |    |    |    |    |        |    |    |    | \$ 26,500.00   |

Fuente: BRODITEC (2026).

## Estrategia digital

Las redes sociales son una gran herramienta cuando se trata de conectar y de lograr un gran alcance con el público meta. Se han vuelto esenciales en la publicidad, lo cual hace que se consideren casi que en todas las estrategias digitales. De igual manera, el público meta se ve inmerso en estas aplicaciones todos los días, lo cual hace que se justifique su selección, dado que ya se encuentran en estos medios.

Dentro del contenido de los posteos se propone una estrategia más informativa, la cual permita dar a conocer sobre el tema del suicidio como una problemática grave y tratar de erradicar tabúes o temas que puedan generar confusión, Además se quiere brindar información sobre salud mental y cómo buscar este bienestar que es uno de los principales afectados por personas con conductas suicidas.

Adicional de compartir información sobre la problemática, la solución que brinda el Ministerio es GOAMI, la aplicación móvil para prevenir el suicidio, por lo que también dentro de posteos, carruseles, historias y reels, se va a incitar al público meta a descargar la aplicación y a utilizarla de manera constante. La idea es con un tono racional, lograr informar a la población sobre la situación actual y cómo con esta herramienta se puede ir trabajando para reducir los números de las encuestas.

La propuesta para Facebook va dirigida más a información sobre la situación del suicidio en el país y sobre cómo utilizar GOAMI, lo que sería contenido más directo dado al formato que presenta esta red social, mientras que en Instagram se trabaja de forma más dinámica, con carruseles más fáciles de visualizar, historias y reels sobre el uso de GOAMI.

Considerando lo anterior, se va a utilizar Meta Business Suite, herramienta que permite gestionar y optimizar la pauta publicitaria en Facebook e Instagram. Por medio de Facebook Ads e Instagram Ads se impulsan las publicaciones relacionadas con la aplicación, garantizando una presencia constante y relevante frente al público objetivo.

**CUADRO 6. ESTRATEGIA EN REDES SOCIALES**

| Duración de la estrategia en redes sociales: 2 meses |                                   |                                                                |                                                  |                                                |                                       |
|------------------------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Medio                                                | Formato                           | Números de publicaciones por semana                            | Números de publicaciones por el mes de Setiembre | Números de publicaciones por el mes de Octubre | Cantidad de publicaciones en cada red |
| Instagram                                            | Posteo, Reel, Carrusel, Historias | 3 publicaciones por semana. En el horario de mediodía y tarde. | 15                                               | 12                                             | 27                                    |
| Facebook                                             | Posteo, Reel                      | 2 publicaciones por semana. En el horario de mediodía y tarde. | 10                                               | 8                                              | 18                                    |
| TOTAL                                                |                                   |                                                                |                                                  |                                                | 40                                    |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

### **Estrategia en exterior**

En la actualidad la publicidad digital tiene un gran auge, más sin embargo los medios tradicionales todavía se mantienen en la cotidianidad, y hay muchas ventajas que se pueden obtener si una publicidad atrae la mirada de las personas.

Las vallas publicitarias tienen una gran presencia en el paisaje urbano, por lo que su locación puede llegar a ser un beneficio por considerar y los mupis ubicados en zonas con gran tránsito de personas, se puede volver una herramienta muy versátil, porque siempre hay personas que se dedican a ver la información mientras esperan o cuando pasan al lado.

Seguidamente, el mensaje tiene que ser directo y corto, tanto en las vallas publicitarias como los mupis, el tipo de atención que le brinda la persona es muy corto, por lo que tiene que llamar la atención por su contenido y diseño. Para estos medios se van a trabajar con frases enfocadas en la problemática del suicidio y en cómo prevenirlo con la ayuda de GOAMI. Adicional los mupis van a brindar información de la aplicación ya que estos van a estar de forma más cerca para poder visualizarlos.

La zona donde se van a instalar estas vallas y mupis es de alto tránsito, ya que va a ser en el centro de Los Yoses, lo que sería el sector de San Pedro de Montes de Oca, el cual es altamente transitado pero también dispone de muchos espacios tanto para vallas publicitarias y mupis. Esto permite analizar un beneficio, ya que el público meta es de este sector, lo cual permite un alcance directo y efectivo.

**CUADRO 7. ESTRATEGIA EN EXTERIORES**

| Duración de la estrategia de exteriores: 1 mes (SET) |                                                                                                                                                                                 |                        |           |
|------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-----------|
| Tipo de medio                                        | Ubicación específica                                                                                                                                                            | Horario de visibilidad | Cantidad  |
| Vallas Publicitarias                                 | Puntos estratégicos en San Pedro y Los Yoses: Calle Principal de San Pedro, Rotonda de la Fuente de la Hispanidad, Frente a Starbucks de Los Yoses, Diagonal a KFC de Los Yoses | Todo el día            | 4         |
| Mupis                                                | Puntos estratégicos en Guadalupe: Parada de Buses en el Parque John F Kennedy, parada de buses en el Mall San Pedro, recorrido hasta Starburcks de Los Yoses                    | Todo el día            | 8         |
| <b>TOTAL</b>                                         |                                                                                                                                                                                 |                        | <b>12</b> |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

### **Estrategia en merchandising**

En la actualidad, se está acostumbrado a lo grande o lo visualmente llamativo, todo tiene que ser captado de manera rápida y asimilado por la mirada. Dentro de un estilo de vida tan rápido como este, el mantener la esencia de una marca dentro del día a día, o simplemente de considerar una necesidad personal, hace la diferencia de cómo se vende la idea al mercado.

La estrategia de Merchandising que se plantea, va más allá de solo crear productos de

la marca, van diseñados según las necesidades que se han identificado en el público meta, y cómo estos pueden llegar a acompañar al usuario en su vida. Para esto se menciona cada uno de los productos y su función: el cuaderno de journaling y el lapicero, acompañan a los hombres en su proceso de registro de emociones, una actividad muy asociada a las mujeres.

Esto va a permitir desarrollar nuevos hábitos que permitan trabajar sus sentimientos y no mantenerlos de manera abstracta. Adicionalmente se ofrece un folleto informativo llamado: Paso a paso para cuidarme. El cual trae actividades para cuidar la salud mental e información de cómo tener este tema más presente en la cotidianidad.

La botella de agua acompaña a la persona en los eventos y dinámicas que se van a estar ofreciendo en la aplicación. La bola antiestrés es una herramienta para trabajar la ansiedad o estrés en momentos en los que se necesita redireccionar la tensión.

Por otra parte, el jabón corporal es un detalle personal para cada hombre, dado que el skincare o el cuidado personal también se asocia mucho a las mujeres, lo cual genera un impacto positivo, dado que los hombres pueden empezar a tener un espacio personal de relajación a la hora de ducharse.

Los stickers son un detalle de recordatorio que se pueden agregar en espacios específicos para recordarnos a GOAMI o con frases de afirmación. Finalmente, el tote bag más allá de ser el medio donde se entregue todo el merch, es un elemento que se puede usar todos los días o para guardar todo este kit de cuidado emocional.

El merch se distribuirá en las diferentes activaciones o eventos que se promocionen en la aplicación en los cuales el Ministerio de Salud decide ser parte del patrocinio, para así lograr distribuir los kits en diferentes ocasiones. En este caso se distribuirán grupos de 50 kits en 4 diferentes eventos que se presenten en los dos meses de campaña, lo cual permite una distribución equitativa durante este periodo.

## CUADRO 8. ESTRATEGIA EN MERCHANDISING

| Cantidad de insumos de la estrategia de merchandising |                                    |                    |                    |                    |                    |          |
|-------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|----------|
| Producto                                              | Contenido                          | Evento 1 - Set     | Evento 2 - Set     | Evento 3 - Oct     | Evento 4 - Oct     | Cantidad |
| Kit GDAMI                                             | Cuaderno para journaling           | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Pelota Anti estrés                 | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Folleto: Paso a paso para cuidarme | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Botella de agua                    | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Tote bag                           | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Stickers                           | 200 (paquete de 4) | 200 (paquete de 4) | 200 (paquete de 4) | 200 (paquete de 4) | 800      |
|                                                       | Botella de agua                    | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
|                                                       | Lapicero                           | 50                 | 50                 | 50                 | 50                 | 200      |
| TOTAL                                                 |                                    | 550                | 550                | 550                | 550                | 2200     |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

### Justificación de medios

A continuación, se presenta de forma detallada la justificación de los medios seleccionados:

### Aplicación móvil

- Tecnología de uso actual: Las aplicaciones móviles se han ido perfeccionando durante los años hasta permitir un uso eficiente y fluido, convirtiéndose en estrategias de desarrollo de marcas y empresas, proporcionando un acceso directo con los usuarios.
- Herramienta de uso cotidiano: Con la llegada de los dispositivos móviles, las aplicaciones móviles se utilizan todos los días a todas horas, por lo que es un medio que cuenta con usabilidad durante todo el año.
- Múltiples funciones: Permite abarcar varias necesidades del cliente en un mismo sitio, lo cual estructura una sola solución que permite satisfacer al cliente en lugar de tener que movilizarse entre redes o sitios web.
- Botón de llamada de emergencia: Dentro de los beneficios, el botón de llamada de emergencia al 9-1-1 es un diferenciador de la aplicación, posicionándola como una

aplicación que se desarrolló en base a necesidades o no con funciones pensadas al azar.

- Estrategia innovadora: El uso de aplicaciones si bien es algo ya normalizado, no se han desarrollado aplicaciones dentro del sector público especializados en prevención del suicidio, lo cual se vuelve una solución pensada en el público meta pionera en tratar de solucionar esta problemática.

### **Digital (Facebook e Instagram)**

- Alcance e interacción: Herramientas que permiten tener un alto impacto entre los usuarios de las redes, lo cual se evidencia en métodos de comunicación efectivas. Además de disponer de cuentas con comunidades amplias: Facebook (setecientos noventa y siete mil seguidores) y en Instagram (ciento sesenta y seis mil seguidores).
- Público meta ya presente: El público meta establecido son personas nativas digitales las cuales están en constante uso de las redes sociales, por lo que se vuelven medios directos y eficientes para brindar información.
- Segmentación precisa: Permite segmentar muy bien a la audiencia que se desea alcanzar a través de las herramientas de publicidad, lo cual ayuda a promocionar la campaña hacia hombres de 20-30 años en el sector de Los Yoses.
- Publicidad
- Cuentas con credibilidad: En la actualidad las redes sociales también se convierten en medios oficiales para comunicados y mensajes directos de las instituciones públicas, además de que la cantidad de seguidores justifica la credibilidad de la cuenta.
- Variedad de formatos: La ventaja de disponer de diferentes formatos como lo son posteos, historias, reels, entre otros, permite comunicar la campaña de distintas maneras que ayudan a volver llamativa la campaña y no funcionar bajo solo una dimensión.

## **Exteriores (Vallas publicitarias y Mupis)**

- **Impacto visual de alto alcance:** Permiten llegar a una gran cantidad de personas sin que tengan que buscar activamente el mensaje. Al ubicarse en zonas de alto tráfico como lo es San Pedro y Los Yoses, garantizan exposición masiva y constante durante toda la duración de la campaña.
- **Presencia constante:** A diferencia de los medios digitales, el usuario puede ignorar o saltar un anuncio, la publicidad exterior está presente en el entorno de forma permanente. Una persona que transita diariamente por la misma ruta verá el mensaje repetidamente.
- **Refuerzo del mensaje:** Las vallas y mupis funcionan como ancla presencial que complementa y refuerza la campaña en redes sociales. Cuando una persona ve la campaña en Instagram y luego lo vuelve a encontrar en la calle, se produce un efecto que acelera la recordación y credibilidad del mensaje.
- **Institucionalidad del mensaje:** Una valla del Ministerio de Salud en un espacio público transmite autoridad y legitimidad institucional. Ver el mensaje de prevención del suicidio en un formato de gran formato en la vía pública le da al mensaje un peso y una seriedad que los formatos digitales no presentan.
- **Públicos no enfocados en lo digital:** No toda la población meta está activa en redes sociales o consume publicidad digital. La publicidad exterior garantiza alcanzar a jóvenes adultos que tienen poco consumo digital o simplemente pasan más tiempo en espacios públicos que frente a una pantalla.

## **Merchandising**

- **Recordación de la marca:** Cuando las personas obtienen productos con detalles de marcas específicas, estos permanecen en manos del usuario por semanas, meses o incluso años. Cada vez que la persona usa el objeto, el mensaje de la campaña vuelve a su mente, generando recordación.
- **Conexión emocional:** Recibir regalos de las marcas genera una experiencia emocional

positiva que ningún otro medio puede replicar. Para una campaña de salud mental donde el vínculo emocional con el público es importante, el merchandising crea un punto de contacto humano que refuerza el mensaje de esperanza y acompañamiento.

- **Visibilidad orgánica:** Cuando las personas utilizan estos productos, se vuelven embajadores de la campaña. Se generan preguntas sobre el significado y se comparte el mensaje que tienen.
- **Diferenciación:** El merchandising hace que una campaña del Ministerio de Salud se destaque frente a otras iniciativas de comunicación institucional, ya que usualmente solo utilizan medios tradicionales y digitales. Un merch bien diseñado y justificado ayuda a generar conversación, curiosidad y recordación de la marca.
- **Bajo costo para largo plazo:** Comparado con los precios de pauta en medios digitales o exteriores, el merchandising tiene un costo de producción relativamente bajo, pero genera impactos significativos en el tiempo.

## Media Flow Chart

**CUADRO 9. ESTRATEGIA EN MERCHANDISING**

| Media            |           |                     | JUL |    |    |    |    | AGO |    |    |    |    | SET |    |    |    |    | OCT |    |    |    |
|------------------|-----------|---------------------|-----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|-----|----|----|----|----|-----|----|----|----|
|                  |           |                     | S1  | S2 | S3 | S4 | S5 | S1  | S2 | S3 | S4 | S5 | S1  | S2 | S3 | S4 | S5 | S1  | S2 | S3 | S4 |
| Medio            | Formato   | Observaciones       |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
| Aplicación móvil | Híbrida   | Duración: 2 meses   |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
| Digital          | Instagram | Duración:           |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
|                  | Facebook  | 2 meses             |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
| Exteriores       | Vallas    | Duración:           |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
|                  | Mupis     | 1 mes               |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |
| Merchandising    | Kit GOAMI | Duración: 4 eventos |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |    |     |    |    |    |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## Presupuesto

### Presupuesto en digital

**CUADRO 10. PRESUPUESTO DE PRODUCCIÓN Y PAUTA EN REDES SOCIALES**

| Medio   | Plataforma | Costo creación y producción de contenido* | Inversión diaria | Inversión para Setiembre | Inversión para Octubre | Monto total  |
|---------|------------|-------------------------------------------|------------------|--------------------------|------------------------|--------------|
| Digital | Instagram  | \$ 8,000.00                               | \$ 15.00         | \$ 500.00                | \$ 500.00              | \$ 9,000.00  |
|         | Facebook   | \$ 6,000.00                               | \$ 10.00         | \$ 300.00                | \$ 300.00              | \$ 6,600.00  |
| TOTAL   |            |                                           |                  |                          |                        | \$ 15,600.00 |

Fuente: RTN Publicidad (2026).

### Presupuesto en exteriores

**CUADRO 11. PRESUPUESTO POR PRODUCCIÓN, IMPRESIÓN E INSTALACIÓN DE MATERIAL PUBLICITARIO EN EXTERIOR**

| Medio    | Plataforma | Proveedor     | Cantidad | Costo Diseño Gráfico | Inversión Mensual | Monto total  |
|----------|------------|---------------|----------|----------------------|-------------------|--------------|
| Exterior | Vallas     | Publiex y Pol | 4        | \$ 4,000.00          | \$ 12,000.00      | \$ 16,000.00 |
|          | Mupis      | JCDecaux      | 8        | \$ 3,600.00          | \$ 1,040.00       | \$ 4,640.00  |
| TOTAL    |            |               |          |                      |                   | \$ 20,640.00 |

Fuente: RTN Publicidad, Publiex, Pol, JCDecaux (2026).

## Presupuesto en merchandising

**CUADRO 12. ESTRATEGIA EN MERCHANDISING**

| Medio                 | Plataforma         | Cantidad | Monto por unidad | Monto total       |
|-----------------------|--------------------|----------|------------------|-------------------|
| Merch<br>Kit<br>GOAMI | Pelota Anti estrés | 200      | \$ 1.90          | \$ 380.00         |
|                       | Jabón corporal     | 200      | \$ 1.20          | \$ 240.00         |
|                       | Botella            | 200      | \$ 5.10          | \$1,020.00        |
|                       | Folleto            | 200      | \$ 9.00          | \$1,800.00        |
|                       | Tote bag           | 200      | \$ 1.32          | \$ 264.00         |
|                       | Lapicero           | 200      | \$ 0.60          | \$ 120.00         |
|                       | Cuaderno           | 200      | \$ 13.18         | \$2,636.00        |
|                       | Stickers           | 800      | \$ 0.50          | \$ 800.00         |
| <b>TOTAL</b>          |                    |          |                  | <b>\$7,260.00</b> |

Fuente: Printful, Promocionales CR e Ineventos (2026).

## Presupuesto total

**CUADRO 13. PRESUPUESTO TOTAL**

| Media              | Monto de inversión    |
|--------------------|-----------------------|
| Aplicación móvil   | \$ 26,500.00          |
| Digital            | \$ 15,600.00          |
| Exteriores         | \$ 20,640.00          |
| Merchandising      | \$ 7,260.00           |
| <b>TOTAL (USD)</b> | <b>\$70,000</b>       |
| <b>TOTAL (COL)</b> | <b>₱31 897 287,09</b> |

Fuente: Elaboración propia. Urbina (2026).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amado, A (2024). Prototipo aplicación móvil para la gestión de atenciones en salud mental. <https://repository.unab.edu.co/bitstream/handle/20.500.12749/30747/Prototipo%20aplicaci%C3%B3n%20m%C3%B3vil%20para%20la%20gesti%C3%B3n%20de%20atenciones%20en%20salud%20mental.docx.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Arce, J. (2022). Investigación en Juventudes: Revista del Consejo de la Persona Joven. Salud Mental en Personas Jóvenes en Costa Rica. <https://cpj.go.cr/wp-content/uploads/2022/10/4-Salud-mental-en-personas-jovenes.pdf>
- Arroba Freire, E. M., Toapanta Cunalata, D. G. y Toscano Ramos, O. R. (2023). Factores que influyen en el modelo de comunicación estratégica y su impacto en el comportamiento del consumidor: caso de estudio MAGUSEVA [ Factors that influence the strategic communication model and its impact on consumer behavior: MAGUSEVA case study].Vivat Academia, 156, 47-64. <http://doi.org/10.15178/va.2023.e1483>
- Bardales-Vásquez, M. I. (2022). Evolución del perfil del comunicador social: análisis de las transformaciones del quehacer profesional. Comuni@cción: Revista de Investigación en Comunicación y Desarrollo, 13(1), 53–62. <https://doi.org/10.33595/2226-1478.13.1.667>
- Barrantes, S. Díaz, F. Granados, G. Jiménez, A. Monge, M. y Rodríguez, N. (2021). Aplicación de la experiencia de usuario (UX) para actualizar la gestión de las ONG costarricenses con orientación humanitaria. <https://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr/items/424295d3-1c80-48f4-af70-c5cb8f272432>
- Bermúdez, M. (2021). El uso de UX y UI.

<https://repositorio.usam.ac.cr/xmlui/bitstream/handle/11506/2143/LEC%20ING%20SIST%200020%202021.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Blanco, R. (2024). La transformación digital de la Caja Costarricense de Seguro Social: más de una década de implementación del EDUS. La transformación digital de la Caja Costarricense de Seguro Social: más de una década de implementación del EDUS

Campines, FJ. (2023). Consumo de Medios Digitales, Influenciados por el Marketing y la Globalización en Estudiantes de Bachillerato. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v7i6.8981](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v7i6.8981)

Cascal, P y Continuo, S. (2024). Teorías y técnicas de las intervenciones psicológicas en servicios de salud. <https://www.cse.udelar.edu.uy/wp-content/uploads/2024/02/Teorias-y-tecnicas-de-las-intervenciones-psicologicas-en-servicios-de-salud-.pdf>

CCSS. Elección Junta de Salud. <https://www.ccss.sa.cr/juntas-salud>

Central del Movimiento de Trabajadores Costarricenses (2023) . Perfil del sistema de servicios de salud de Costa Rica. <https://cmtccr.org/wp-content/uploads/2023/11/1.-El-sistema-de-salud-de-Costa-Rica.pdf>

Coto, D (2025). Emergencias por trastornos mentales aumentaron 44% en cinco años. <https://www.ccss.sa.cr/noticias/noticia?v=310128425600>

Dam, RF (2025). Las 5 etapas del proceso de Design Thinking . IxDF - Fundación de Diseño de Interacción. <https://www.interaction-design.org/literature/article/5-stages-in-the-design-thinking-process>

Downie, A y Finn, T (2026). ¿Qué es la experiencia de usuario (UX)? <https://www.ibm.com/es-es/think/topics/user-experience>

- Fernández, A. y Vargas, A. (2023). Análisis psicosocial de factores de riesgo y de protección ante el comportamiento suicida en población universitaria: un trabajo realizado en la Universidad de Costa Rica, sede de Occidente. <https://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr/items/a539e153-66e9-44ec-a574-304f3c202a85>
- Galvis-Rada, D (2020). Causas de la Conducta Suicida, más allá del acto suicida en los adolescentes. [https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32534/2/2020\\_acto\\_suicida\\_adolescentes.pdf](https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/32534/2/2020_acto_suicida_adolescentes.pdf)
- García, M. (2022) Aplicación interactiva para la intervención y monitorización psicológica de síntomas de depresión y ansiedad en población adolescente. TFG interdisciplinar. <https://dspace.umh.es/handle/11000/30346>
- García, V (2024). La importancia de la salud mental. <https://anampsicologia.com/la-importancia-de-la-salud-mental/>
- García González, V. M., Orrala Soriano, L. A., & Pacheco Proaño, I. S. (2022). La comunicación institucional dentro de la gestión universitaria. Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas, 5(S1), 186-192. <https://www.redalyc.org/pdf/7217/721778112022.pdf>
- Gonzales, R. (2024). Hospital San Juan de Dios. <https://www.asamblea.go.cr/ca/Lists/coleccion/DispForm.aspx?ID=169&ContentTypeId=0x0100C97DC289459B304BA629D4F4451428AD>
- Hernández, J. (2023). Prototipado como estrategia para la generación de nuevo conocimiento desde los procesos de formación en investigación-creación en el diseño industrial. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10417842>

- Hernández, R y Mendoza, C (2018) Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Mc Graw Hill. <https://www.goinvestiga.com/hernandez-sampieri-r-mendoza-c-2018-metodologia-de-la-investigacion-las-rutas-cuantitativa-cualitativa-y-mixta/>
- Juárez-Tirado, F. (2020). Proceso de investigación de usuarios en el desarrollo de un Entorno Personal de Aprendizaje. *Revista Transdigital*, 1(2). <https://doi.org/10.56162/transdigital43>
- Jurado, S y Rangel, J (2020). Definición de suicidio y de los pensamientos y conductas relacionadas con el mismo: una revisión. <https://psicologiaysalud.uv.mx/index.php/psicysalud/article/download/2709/4585/12399>
- Luna-Álvarez, H. E., Muñoz-Palacio, F. A., & Mocha-Román, V. J. (2025). Tendencias Actuales en intervención psicológica. *Revista Sociedad & Tecnología*, 8(1), 170-190. DOI: <https://doi.org/10.51247/st.v8i1.486>.
- Louis, M. (2020). ¿Para qué sirve la Organización Mundial de la Salud?Entrevista a Auriane Guilbaud. <https://www.nuso.org/articulo/para-que-sirve-la-organizacion-mundial-de-la-salud/>
- Marín Aboytes, L. A., & Ledesma Lois, F. A. (2024). La enseñanza de técnicas de investigación cualitativa en el campo de la educación jurídica de los derechos humanos. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 5 (3), 894 – 905. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i3.2082>
- Montes, A y Pacheco, P (2024). Integración de IA y Salud Mental: Implementación de un Sistema de Asistencia Virtual para la Detección y Atención de Problemas Psicológicos. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/65481/ajmontesa.pdf>

- Mora, A (2022). Influencia del fenómeno del suicidio por salto al vacío en las dinámicas cotidianas de las organizaciones comunitarias de los alrededores del puente sobre el río Virilla en la ruta 32 (Puente Saprissa), año 2021. <https://repositorio.una.ac.cr/items/3853f32f-e9e4-48a2-94d3-97d84177a153>
- Morales-Vargas, A. (2023). “Entre lo que los usuarios dicen y lo que hacen: métodos de investigación UX más útiles para evaluar la calidad web”. Anuario ThinkEPI, v. 17, e17a14. <https://doi.org/10.3145/thinkepi.2023.e17a14>
- Nagles, J (2022). ¿Cuál es la diferencia entre trastorno mental y enfermedad mental? <https://porquequieroestarbien.com/salud-mental/trastornos-mentales/cual-es-la-diferencia-entre-trastorno-mental-y-enfermedad-mental>
- Newson, J. (2024). Un informe sobre el proyecto La mente mundial Un informe sobre el proyecto La mente mundial. [https://sapienlabs.org/wp-content/uploads/2024/03/Report-2023\\_spanish\\_v2.pdf](https://sapienlabs.org/wp-content/uploads/2024/03/Report-2023_spanish_v2.pdf)
- OMS (2026). Acerca de la OMS. <https://www.who.int/es/about>.
- OMS (2025). Salud mental. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>.
- OMS (2025). Trastornos mentales. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>.
- OMS y OPS (2023). Plan de contingencia para emergencias de salud y desastres. <https://iris.paho.org/bitstreams/469a90ae-3079-465c-9ce3-8106144b3365/download>.
- OPS (2025). Prevención del suicidio. <https://www.paho.org/es/temas/prevencion-suicidio>

OPS. Funciones esenciales de salud pública. <https://www.paho.org/es/temas/funciones-esenciales-salud-publica>.

OPS. Preparación en desastres y emergencias en salud. <https://www.paho.org/es/temas/preparacion-desastres-emergencias-salud>

Política Nacional de Salud (2023-2033). [https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/politica\\_nacional\\_salud\\_2023\\_2.pdf](https://www.binasss.sa.cr/opac-ms/media/digitales/politica_nacional_salud_2023_2.pdf)

Porras, K. (2025). CCSS registró casi 13 mil intentos de suicidio durante el 2024. CCSS registró casi 13 mil intentos de suicidio durante el 2024.

Prieto, E (2025). Comunicación social: definición, características e importancia. <https://es.snhu.edu/blog/que-es-la-comunicacion-social>

Purita, G. (2023). Experiencia de Usuario: Qué es y por qué es tan importante. <https://www.obsbusiness.school/blog/experiencia-de-usuario-que-es-y-por-que-es-tan-importante>

Quiñoy, L. (2024). ¿Qué es la comunicación estratégica y cómo puede transformar tu organización? <https://www.apd.es/que-es-comunicacion-estrategica/>

Reglamento de Comunicación Institucional en la Universidad de Costa Rica (2024). Artículo 2. [https://www.cu.ucr.ac.cr/normativa/comunicacion\\_institucional.pdf](https://www.cu.ucr.ac.cr/normativa/comunicacion_institucional.pdf)

Rojas, V. (2018). Diseño de un producto digital para dar acompañamiento a pacientes con problemas en su salud mental, familiares y terceros. [https://repositoriotec.tec.ac.cr/bitstream/handle/2238/9963/dise%C3%B1o\\_producto\\_digital\\_para\\_dar\\_acompa%C3%B1amiento\\_pacientes\\_problemas\\_salud\\_](https://repositoriotec.tec.ac.cr/bitstream/handle/2238/9963/dise%C3%B1o_producto_digital_para_dar_acompa%C3%B1amiento_pacientes_problemas_salud_)

mental\_familiares\_terceros.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Rodríguez, R. (2023). Repensar el Suicidio: Una Discusión Ética y Crítica de la Intervención Preventiva de la Organización Mundial de la Salud Desde la Teoría de Michael Foucault y Thomas Szasz. <https://repositorio.una.ac.cr/bitstreams/c8aba538-f230-435d-8fe4-f1a2a05a76c8/download>

Ruibal, A. (2023). Diseño de experiencia de usuario (UX/UI) en aplicaciones móviles. Caso de estudio Nclub. <https://burjcdigital.urjc.es/items/70dab9ed-3a75-4d83-a426-bb427ce5f482>

Salazar, L (2024). LA COMUNICACIÓN EFECTIVA Y SU INCIDENCIA EN EL CLIMA LABORAL DE LA EMPRESA AT&S INFORMÁTICOS DE LA CIUDAD DE RIOBAMBA.

<http://dspace.unach.edu.ec/bitstream/51000/14379/1/Salazar%20Rivera%2C%20Laura%20%282024%29%2C%20La%20comunicacion%20efectiva%20y%20su%20incidencia%20en%20el%20clima%20laboral%20de%20la%20Empresa%20AT%26S%20Informaticos%20de%20la%20ciudad%20de%20Riobamba.pdf>

Soto, A (2023). La conducta suicida y su relación con factores psicosociales vinculados a la salud mental, en población juvenil chilena. Un análisis para la generación de programas de prevención. <https://helvia.uco.es/handle/10396/26136>

Telencuestas (2024). Población de San Pedro en 2024. <https://telencuestas.com/censos-de-poblacion/costa-rica/2024/san-jose/montes-de-oca/san-pedro>

UNICEF (2024). Manual de comunicación. <https://educacionbasica.sep.gob.mx/wp-content/uploads/2024/08/Manual-comunicacion.pdf>

Zúñiga, J (2024). Impacto de la Comunicación Digital en el Bienestar Psicológico: Una Relación Compleja. [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i2.11049](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i2.11049)

## ANEXOS

### Apéndice 1: Entrevista a un psicológico clínico.

- ¿Cuáles son los principales factores que afectan la salud mental de los hombres en el país?

Pablo R: Bueno, si hablamos de factores, son distintos tipos de factores. Tanto podríamos hablar de los estructurales, de factores culturales y factores clínicos. Si lo vemos a nivel estructural, la presión económica, la inestabilidad laboral que hay en la actualidad, el estrés académico o profesional, el endeudamiento, la dificultad para sostener las expectativas sociales del éxito, tienen un impacto muy fuerte.

También, todo ese tema de lo relacional. Hoy en día, el tema del aislamiento, los conflictos de pareja, las rupturas, las escasas redes de apoyo emocionales que tienen los hombres y la dificultad para pedir ayuda. Eso más que ya en lo social y en lo cultural.

Y en lo clínico, si pensamos en lo que es, por ejemplo, la ansiedad, la depresión, el consumo problemático de sustancias, de alcohol y los antecedentes de conducta suicida, son elementos y factores que influyen en la salud mental de los hombres. En Costa Rica, la atención de estos factores desde una perspectiva clínica y desde una perspectiva de salud mental está bastante deteriorada.

Y aún así, las estadísticas que hay son alarmantes de cómo ha crecido la consulta por, ansiedad, por depresión, por ideaciones suicidas y demás. Y el abordaje institucional que hay a nivel país es muy laxo porque no existen los recursos. Los centros de salud no cuentan con profesionales en psicología clínica y los pocos que hay pueden atender a una persona cada tres, cada seis meses, cada año. Incluso hay una crisis importante en profesionales en psiquiatría.

Entonces, muchas de las personas que llegan con trastornos psicoafectivos están siendo tratados o por médicos generales o por médicos de familia, no por médicos psiquiatras. Entonces, eso influye directamente también en lo que es la salud mental. O sea, no estamos hablando de casos aislados, sino de una realidad bastante compleja.

Y en los hombres, el componente sociocultural es muy importante porque la socialización masculina tradicional hace que los hombres no tengamos una apertura

emocional en su mayoría, obviamente con excepciones, pero en su mayoría no tenemos una apertura emocional. Creemos que ser hombre o ser un hombre, como dicen ahora, desde esa perspectiva de moda, de valor, es ser un hombre autosuficiente o ser un hombre que resuelva, dicen ahora, y eso implica muchas veces no pedir ayuda, no buscar ningún tipo de apoyo, a pesar de que se estén viviendo situaciones difíciles.

Y eso se vincula con una presión por el estatus que hace que los hombres se vean en la presión de abarcar una serie de factores que muchas veces son insostenibles. Y eso también tiene implicaciones en su salud mental, que a la larga tiene que ver con las estadísticas de suicidio a nivel país.

Alejandra U: Qué fuerte. Qué increíble, porque yo creo que todo lo que usted me acaba de decir ahorita son verdades que muchas veces las personas conocen, o sea, tanto como en el ámbito de instituciones de salud, que ahorita digamos que usted me lo dice, yo no sabía que, digamos, muchas veces la falta de acciones que se pueden hacer es por falta de presupuesto, por falta de profesionales.

Pero qué complicado, porque muchas veces uno es consciente de cómo los hombres tienen más afectaciones en el tema de salud mental. Más, sin embargo, no se toman medidas como para tratar de abordar esto específicamente, porque siento que la salud mental es algo que se ha venido tratando, yo siento que de mayor manera en los años pasados.

Más, sin embargo, creo que se vuelve como muy general y no hay como un enfoque propiamente centrado en los hombres, que siento que hay veces que a nivel, como usted decía, cultural, tienen como inculcadas ciertas acciones o ciertas maneras de ser y pues al final eso también nos afecta como a nivel de salud mental. Pero bueno, muchas gracias. Voy a seguir con la otra interrogante.

- Considerando un enfoque mental clínico, ¿cómo se analizan las conductas suicidas y cuáles son sus tratamientos actuales?

Pablo R: Bueno, desde un enfoque clínico actual, es importante que esto se ha ido avanzando mucho los últimos años y demás. La conducta suicida ya no se analiza solo como un evento aislado, solo como que una persona intentó suicidarse, sino que se habla de un continuo. Y ese continuo usualmente incluye desde fases iniciales, lo que es la fantasía, la

ideación, después la planificación, el intento, hasta llegar a un suicidio consumado.

Y en ese sentido, no es que una persona toma la decisión o llega a suicidarse por una sola causa, sino es una interacción de factores, muchas veces entre el dolor psicológico, que muchas veces tiene que ver con alguna de esas patologías: depresión, ansiedad, bipolaridad u otras psicopatologías, pero también con la profunda desesperanza social que hay, la conexión o más bien la desconexión social que existe en la actualidad y también vulnerabilidades previas y la disponibilidad de los medios letales.

¿Por qué? Porque si usted trabaja, por ejemplo, con hombres y ya cuando uno trabaja en el ámbito clínico, usted les pregunta a los hombres que si en algún momento de su vida han tenido alguna fantasía o incluso una ideación suicida, y la mayoría, por no decir que todos, dicen que en algún momento lo han tenido.

Lo que pasa es que de esa fantasía o de esa ideación, ya pasar a la planificación y al intento son pasos más elaborados que tienen que ver precisamente con ese avance y con esa interacción de distintos factores. Hay distintas líneas teóricas que abordan el tema del suicidio.

Por ejemplo, está el modelo de ideación-acción, desde la teoría interpersonal del suicidio, que esto viene a plantear que el deseo suicida se va a fortalecer cuando la persona se siente una carga y experimenta una desconexión o una falta de pertenencia.

Y hoy en día, en momentos sociales complejos, en donde incluso la pandemia agudizó toda esta lógica del distanciamiento social, hace que haya una lógica de la separación, en donde esa separación, si lo vemos desde una perspectiva de género, tiende a ser distinta, porque las interacciones desde la feminidad tradicional, a pesar de que son muy complejas, yo no voy a decir que no, implican una mayor cohesión y un mayor acompañamiento.

En el caso de los hombres, las interacciones sociales entre hombres tienden a ser muy laxas o muy desde espacios externos, desde la lógica del poder, de hablar de fútbol, de hablar de mujeres, de hablar de trabajo, no de hablar de cómo se sienten, de qué conflictos tienen a nivel interno, de cómo están sus vinculaciones de pareja, su situación familiar, su proceso vocacional, su proceso académico. Y, y eso se vuelve complejo.

¿Qué, qué pasa con esto? Que en la buena teoría, lo ideal sería que a la hora de hacer un abordaje de los procesos suicidas o de una persona que llega con una ideación suicida o una planificación suicida a consulta clínica, se realice una evaluación clínica integral. Esa

evaluación clínica integral parte desde el proceso de evaluación de riesgo, en donde se identifica cómo está esa persona en ese momento actual, hasta desarrollar un plan de seguridad. Eso sería lo ideal, que en ese espacio la persona de, que tiene algún tipo de ideación suicida o alguna planificación o un intento, reciba una evaluación clínica integral y a partir de ahí haya un plan de seguridad.

Eso debería, sería lo ideal de realizarse, pero como te dije previamente, en Costa Rica, si una persona, ya porque logró decirlo o porque lo intentó, llega a emergencias por un intento de suicidio o por ideaciones o por planeamientos, lo que menos recibe es esa evaluación clínica integral. Podría recibir medicación, podría recibir una incapacidad, podría recibir, incluso un internamiento en un centro psiquiátrico, pero cuesta mucho que se realice esta evaluación clínica integral.

Eso no quiere decir que la hospitalización no es necesaria. Cuando ya hay un riesgo inminente, cuando ya la persona lo intentó o dice que lo va a intentar y tiene la planificación y ya compró el mecate o compró el veneno o tiene el arma, muchas veces la hospitalización es la forma de sostenerlo.

Pero desgraciadamente ya ahora muchas veces ni siquiera eso se hace, porque, por ejemplo, el Hospital Nacional Psiquiátrico está colapsado o porque es en un área remota del país, entonces no van a mandar a la persona hasta el Hospital Nacional Psiquiátrico, entonces no tienen los medios de internamiento, entonces lo dejan en la noche en la clínica o en el hospital y al día siguiente lo mandan medicado para la casa. Y eso, al final, claramente tiene una vinculación con la alta tasa de suicidios que tenemos a nivel país.

Alejandra U: Qué fuerte. Creo que me quedé como con los dos puntos de cómo se analizan, digamos, el hecho de que usted me dijera que, digamos, no es como algo individual, sino que es un proceso. Yo creo que, bueno, yo le comentaba a mi mamá que la idea de la aplicación no es solo como prevenir como ya el suicidio, como en sus etapas finales, sino como desde el puro principio, como lograr identificar como conductas y así para poder tratarlo con tiempo, para que las personas no tengan como que llegar ya a pensar en eso, tomar como esas decisiones.

Y con lo de los tratamientos, yo considero lo mismo. Considero que tal vez sí hay que hacer como una investigación profunda como de la persona, hacer un análisis completo. Y creo que ahorita lo que me duele es que me diga que no se hagan y que lastimosamente, como

que todo eso, con las medidas que están tomando ahorita de que tal vez ya al día siguiente los mandan a la casa, al final, lastimosamente se ven en los resultados de las estadísticas y se vuelve un tema muy complejo.

O sea, lastimosamente, digamos para mí, todo esto, digamos, cuando yo me di cuenta los números tan altos, yo dije: "Es que eso es una problemática". O sea, y lastimosamente uno quisiera como tratar de solucionar ese tipo de cosas, pero y si lastimosamente no hay, no está el presupuesto para poder hacer, digamos, acciones tan complejas, pues es difícil, ¿verdad? Pero voy a seguir con la otra interrogante.

- ¿Podría describir la situación actual del suicidio en Costa Rica y cómo se ha tratado de solucionar esta problemática?

Pablo R: Bueno, en Costa Rica, en promedio, tenemos un suicidio por día, aproximadamente. Ahí ha aumentado de forma paulatina en los últimos años. Creo que tuvimos un pico en el 2022, un pico de suicidios consumados.

Esa problemática es muy estable en términos de que de cada diez personas que se suicidan, ocho son hombres, el promedio usualmente es de ocho punto cinco a nivel estadístico. Eso quiere decir que claramente ahí hay un elemento que analizar, porque los hombres, un ochenta y cinco por ciento son las víctimas de suicidio.

Eso es inverso, porque si usted va, cuando yo he trabajado este tema con personas, con población, la gente dice: "No, las personas que más se suicidan son mujeres". Pero eso es porque se basan en los intentos de suicidio, que los intentos de suicidio sí tienen una proporción inversa. Una mayoría importante de los intentos de suicidio son realizados por mujeres, pero a pesar de que los hombres lo intentan menos, son los que logran el objetivo de consumir el suicidio en mayor cantidad.

Y eso también tiene que ver con los medios, que usualmente son más violentos o más agresivos, los medios de suicidio que utilizan los hombres, y los intentos usualmente tienden a ser mucho más violentos.

Entonces, es una realidad bastante compleja, máxime porque no hay, o sea, desde mi perspectiva, no hay medidas reales para el abordaje de eso. O sea, tenemos una Ley Nacional de Salud Mental, tenemos un reglamento que se supone que se está abordando, pero, que yo participé en la construcción y que cuando participamos en la construcción, a las personas que

participaron nos hicieron preguntas nos presentaron la propuesta, hicimos quinientas observaciones y nada más agarraron las observaciones, las guardaron en una cajita y publicaron lo que ellos quisieron. Y tenemos la Política Nacional de Salud Mental.

Esos son esfuerzos importantes y uno agradece que existan esos esfuerzos, pero llevar esos esfuerzos del reglamento y de la política a la práctica es lo que no se está haciendo. Por ejemplo, están los CORESAN y los COLOSAM, que en teoría tienen, sus responsabilidades concretas en las comunidades de forma interdisciplinaria, abordar de forma integral el comportamiento suicida.

Entonces, están todas las instituciones, el Ministerio de Salud, la Caja, el MEP, Policía, bueno, Fuerza Pública, todas las instituciones están involucradas ahí para dar un abordaje integral. Hacen un formulario que usted tiene que llenar desde la institución cuando encuentra una persona con una ideación suicida, ese formulario no queda en nada. La Caja no tiene recursos para dar atención.

Los espacios tienden a ser bastante limitados o muy concretos en términos de que a las personas que uno remite no se les brinda un acompañamiento adecuado. Entonces, el Ministerio ha desarrollado campañas y materiales específicos y demás. Sin embargo, si usted me pregunta a mí, son muy pocos los que llegan a la población.

En el 2025, el Ministerio emitió un lineamiento para la elaboración de campañas de comunicación educativas e informativas en salud mental. Entonces, están esos lineamientos establecidos. Sin embargo, como te digo, vos lo planteás muy bien. Salud mental se ha vuelto un tema de moda y todo mundo dice que le preocupa la salud mental, pero es muy poco lo que se está haciendo realmente en términos de salud mental.

Alejandra U: Qué complicado. Yo creo que ese es el punto. O sea, que tal vez el tema está, pero no, tal vez no se hacen tantas acciones como uno esperaría, porque al final el tema también salió porque del Ministerio, yo me puse a buscar como, tal vez como en las redes sociales, tal vez como para ver más o menos por esas fechas, como que si habían puesto algo, si tal vez hacen como campañas, que si dan charlas. Y en las redes sociales, por ejemplo, en Instagram, solo había como dos posteos, como de cosas que uno puede como hacer y ya.

Pero digamos, ese tipo como de campañas, ese acercamiento de las instituciones públicas, en este caso, hacia la población, hacia las personas yo no veo que se esté dando. O

sea, tal vez incluso, digamos, realizar alguna campaña, siento que, digamos, a nivel de publicidad, si bien hay que hacer un buen estudio, porque pues es un tema muy delicado y así, pero yo creería que tal vez pequeñas acciones como eso, digamos, que tal vez poner alguna valla publicitaria, cosa así, algo que tal vez a la gente le vaya haciendo como más conciencia o cositas así, yo siento que pueden como ir ayudando, pero creo que cae en lo mismo. Tal vez uno quisiera como poder hacer más, pero lastimosamente no hay presupuestos, no hay profesionales. El tema de la ley, yo siento que lastimosamente tal vez se agarran como de: "Ok, tenemos una ley", pero no se toman acciones. Entonces al final, digamos, hay un cincuenta por ciento como de respaldo a nivel teórico, a nivel legislativo, pero no pasa nada más, lastimosamente.

Pablo R: Lo que pasa es así. Lo que pasa es que hay un estigma muy fuerte del tema del suicidio. Entonces, sí, está bien. Hay una clara, incluso hay políticas y normativas internacionales sobre que no se debería tener cierto manejo de los intentos o de los suicidios en medios, porque eso puede provocar más bien un aumento de las tasas de suicidio.

Pero entonces eso hace que ni los profesionales ni las instituciones, nadie hable de suicidio. Todo el mundo lo ve como un tabú del que no hay que hablar porque entonces la gente se suicida. No, hay que hablar del suicidio. Lo que pasa es que hay que saber cómo hablar.

Y hay que hablarlo desde una perspectiva clara, entendiendo que este tema es un tema de suma relevancia. Y con lo último que se ha hecho, bueno, ahí es, hay, como medidas muy concretas. Por ejemplo, las mallas de protección que se pusieron en el puente El Virilla o en el puente Rafael Iglesias en Grecia, que eran dos espacios en donde ya ahí sí se volvieron espacios donde las personas iban concretamente a eso.

Pero es una medida muy concreta, en donde si realmente una persona está pensando en quitarse la vida, si esos lugares hay mallas, nada más va a otro lugar y listo. Entonces, es parte de lo que hay que trabajar de una forma más estructural.

- Desde su perspectiva y experiencia, ¿por qué se considera que es más complicado abordar el tema del suicidio en hombres?

Pablo R: Yo no pensaría que es más complicado. Lo que sí pensaría es que no se hace. Entonces, muchas veces no se considera necesario. Desde los hombres son más fuertes, no necesitan hablar de sus emociones, no necesitan, demostrar sus vulnerabilidades. O los hombres no se deprimen, los hombres no sienten dolor ¿por qué? Porque hay una construcción del ideal de lo que debería ser un hombre que no solo está en los hombres.

O sea, las mujeres también tienen esa idealización de cómo debería ser un hombre. Entonces, un hombre que de pronto llega y le dice, a su pareja: "Mira, es que no me siento bien, me siento triste o incluso he estado pensando, que la vida no tiene sentido, o me he sentido muy... he sentido que no estoy haciendo nada".

Entonces, probablemente, en muchos casos, no digo que en todos, lo que va a recibir es un cuestionamiento de su masculinidad, desde una perspectiva tradicional. Entonces, ese cuestionamiento hace que no se haga y que los hombres no hablen de este tipo de cosas.

Como te digo, yo en grupos de terapia, cuando yo le pregunto a los hombres: "Levántenme la mano el que no ha pensado ni una sola vez en su vida, en algún momento, en no quitarse la vida", y no levantan la mano. No levantan la mano. ¿Por qué? Porque hay una lógica también desde la construcción actual en donde básicamente, el sufrimiento se volvió parte de la cotidianidad, pero no estamos hablando de eso. Y como no estamos hablando de eso, por ejemplo, no le damos relevancia.

En el 2013, la Asamblea Legislativa aprobó la Ley Nacional de Salud Masculina y esa ley es super cortita. Esa ley dice que el 1 de junio de cada año es el Día Nacional de la Salud Masculina y esa ley le pide al Ministerio de Salud que en seis meses genere una política de salud integral masculina. Eso fue en el 2013. Estamos en el 2026. ¿Usted cree que el Ministerio de Salud ha hecho un esfuerzo inicial por generar esa política que está en la ley?

No. No es importante, no es prioridad y no lo vamos a hacer. Eso es lo que dice el Ministerio de Salud ahora. No lo vamos a hacer, no vamos a hacer más políticas, por lo menos no de este tipo.

Entonces, cuando decimos que no es relevante, porque realmente consideramos que aunque se esté suicidando un ochenta y cinco por ciento en Costa Rica los hombres, aunque los hombres tengan mayores conductas de riesgo, mayores muertes en carretera, mayores muertes por homicidios, una tasa vulgar de encarcelamiento o de delictividad, son los responsables de la mayor parte de las conductas violentas y agresivas en el país en todos los

indicadores.

Y además, tienen mayores tasas de muerte, por cáncer, por la mayor parte de patologías. A pesar de todo eso, no es una prioridad. Entonces, si no es una prioridad para el Ministerio de Salud, si no es una prioridad para la sociedad, si no es una prioridad para la cultura, entonces, ¿por qué los hombres van a priorizar su salud física o mental?

Y en ese sentido, hay una normalización de la violencia que los hombres nos ejercemos hacia nosotros mismos en todos los sentidos, que a la larga, es parte del ser hombre.

Entonces, no consideraría que es más complicado, creería incluso que si se utiliza una metodología adecuada, hay una mayor apertura. O por ejemplo, vos estás planteando una población muy específica, que son hombres de veinte a treinta años en los Yoses. Yo creería que ahí es muy probable que haya una apertura muy alta por las características de esa población específica.

Pero sí hay que saber cómo llegar y hay que saber cómo utilizar un lenguaje en positivo, un lenguaje claro, un lenguaje concreto para abordar ese tema, entendiendo las particularidades de lo que implica esa masculinidad tradicional, que ya todo mundo piensa que se avanzó, que se evolucionó, pero no, lo que ha hecho es evolucionar y los machos son machos igual, nada más que de forma distinta. Entonces, hay que seguirlo trabajando.

Alejandra U: Sí, qué fuerte. Yo siento que es que tal vez uno esperaría como poder tomar como medidas ya y esperar que en los próximos seis meses se bajen las cosas y así, pero yo siento que lastimosamente es una problemática muy fuerte.

Siento que igual hay demasiadas aristas, desde como usted decía, desde las instituciones, desde la cultura, la sociedad, las acciones, todo lo que está pasando y el lenguaje y cómo llegar al público, que al final, no es algo que uno va a decir: "Mira, es que de aquí en unos meses ya se soluciona".

No, realmente yo siento que es algo que hay que hacerlo progresivamente y al final yo siento que es cambiar, ir cambiando perspectivas. Yo siento que al final el grupo o población que se escogió, fue más que todo porque sí, yo he identificado que la mayoría de los hombres o las personas que se suicidan van desde como desde adolescentes hasta cuándo van entrando como a la universidad y así.

Entonces, digamos, la idea del público ahorita es que, no se puede como trabajar con, con adolescentes. Entonces, lo que yo hice fue como: "Ok, yo sé que al final una aplicación es algo que muchos jóvenes ahorita, que ya son, que nacen inherentes con la tecnología, yo sé que la van a usar, incluso siendo como adolescentes".

Y la idea es como ir identificando, como le decía, estas conductas, ciertos factores desde que están como jóvenes para ir probablemente cambiando esas, esas mentalidades, esas perspectivas, tal vez no en todos, pero como le decía, yo siento que progresivamente y al final, yo creo que la idea siempre va a ser lograr salvar vidas. Entonces, yo creería que tal vez con, con un pequeño esfuerzo se puede ir como trabajando.

## **Apéndice 2: Entrevista a un desarrollador web.**

- ¿Cuáles son los principales principios de experiencia de usuario que se deben tener presente a la hora de desarrollar una aplicación web o móvil?

Brandon C: Ok, eso es parte de dos perspectivas muy importantes en la experiencia de usuario, porque, estamos hablando de aplicaciones móviles. Estas aplicaciones móviles, a diferencia, por ejemplo, un programa de computadora o software y demás, usualmente tienen una categorización a ser gratis, si quieren.

Es un, es una aplicación que vos puedes descargar desde la tienda, no tienes que pagarle nada a menos que tenga anuncios o a menos que vos quieras. Entonces, desde esta perspectiva tenés que desarrollar algo que sea atractivo, que la gente quiera usar. Ahora, aplicaciones de todo tema existen un montón.

Un montón de aplicaciones con todo tipo de aplicaciones para cámara, editores e infinidad de aplicaciones para calculadora. Desde la experiencia de usuario, creo que lo primero que tienes que tomar en cuenta es cuál es tu público meta o a dónde quieres llegar, a quién quieres llegar. Creo que, por ejemplo, para empezar, tu público meta es una parte técnica, entonces conocer a ese tipo de usuario usualmente, cómo se encuentra eso.

Cuando vos hacés, el SEO, para cualquier página web, usualmente vos ponés palabras claves que hagan que te ubiquen en los resultados. En una aplicación es un poco más sencillo

porque eso a la hora de construirla y de subirla a una tienda, sí, vos le vas a dar las características: bueno, me gustaría que se enfocara más en este país, que los usuarios sean de esta zona o que no sean mayores de ciertas edades, todas las opciones que tienes que tener en cuenta.

Entonces, buscando un aspecto muy importante para tener en cuenta, eso por ese lado. Desde la otra perspectiva tenemos, el desarrollo. Si vamos a desarrollar una aplicación, y no hablo a nivel técnico, sino más bien a nivel de qué es lo que va a ver el usuario, usualmente la primera perspectiva sobre una aplicación es el ecosistema.

Vamos a ponerlo desde esta perspectiva y es una perspectiva muy común. Existe Android, existe iPhone. Ambos tienen diferentes, sistemas de gestión operativas. Pero si vos te das cuenta, usualmente, primero los usuarios, o bueno, los desarrolladores de apps, hacen aplicaciones para iPhone y luego las pasan a Android. Y vos decís: ¿por qué? No es lo mismo. Sí y no.

Desarrollar en iPhone es más minimalista. Los diseños son más minimalistas, son más simples, son más enfocados a la funcionalidad que el atractivo. Muy diferente, por ejemplo, un Android que utiliza Material Design, que tiene diferentes íconos, por ejemplo, vos puedes hacer hacia atrás y demás. En, en un iPhone no estás. Entonces, eso es algo que tenés que cuidar mucho.

Desde esa perspectiva, viéndolo en eso, tienes que tener en cuenta que es algo fácil, algo que pueda usarse en cualquier lugar. No importa que tu público meta tenga veinte años, no importa que tu público meta sea experto en utilizar teléfonos. Siempre hay que hacerlo de la forma más sencilla que lo pueda usar cualquier otra persona. Porque vos decís ahora, bueno, es para un público meta de veinte a treinta años, está bien.

Usualmente esos ya son personas que son nativas digitales, son personas que nacieron con un teléfono en la mano, que nacieron con una computadora, personas que ya tienen mucho tiempo utilizando estos dispositivos. Entonces para ellos usar una aplicación es muy difícil. Pero qué tal que errar se expande en algún momento, quién dice que nunca. Eso a la hora de desarrollar la aplicación, tomando en cuenta la experiencia de usuario.

Los usuarios pueden ser expertos o pueden no serlo. Hazla y vete siempre al extremo que vos sabés que es más fácil. Entonces, lo siguiente, hagamos una aplicación sencilla. Tiene, por ejemplo, usualmente se utiliza abajo una barra donde tiene el home y tiene las

otras opciones.

Si por ejemplo, vamos a dar un ejemplo, es una aplicación sobre, sobre suicidios, un tema que es muy importante. ¿Qué es lo primero que debería tener? Un acceso directo para llamar a un número de teléfono.

Por ejemplo, le pones un acceso directo y lo pones así en grande y es un acceso directo que nunca se tiene que cambiar de todo lado. Entonces, ¿por qué? Porque el usuario dice: no, yo quiero abrir la aplicación que dice esto con los suicidios, yo quiero cometerlo, quiero de una vez pedir ayuda. Entonces, eso sería lo primero, eso sería lo primordial.

Otra cosa que hay que tomar en cuenta es, por ejemplo, los tiempos de carga. Tiene que ser una aplicación que sea bien optimizada, que no tenga que cargar un montón de datos, si es para prevención, lo siguiente es a mi criterio, por ejemplo, yo le pondría como mensajes, como números de teléfono de ayuda, por ejemplo, citas web.

Muchas veces los grupos de hombres en web, publican en redes sociales, entonces yo puedo utilizar eso para poner como: ah, mirá, está este evento, ir al evento y te revisa Facebook. Entonces, es tomar ese encuentro, como utilizar lo que ya existe en el mercado y hacerlo sencillo y ponerlo en una aplicación. Independientemente si es para Android o es para iPhone, siempre tener eso en mente.

Alejandra U: Ok, ok. Súper, muchas gracias. Yo creo que sí es un tema super importante, algo que he estado leyendo que es literal simple, hacerlo simple. Más que todo digamos que cualquier persona lo puede usar más allá de lo que usted decía, de que aunque son gente nativa digital, de que ya uno sabe que, usted le pone un celular y ya saben usarlo, y tal vez navegar en las aplicaciones es muy fácil, siempre por más de que uno tenga ese público y tratar de hacerlo como más sencillo, ¿verdad? Porque como se dice, uno nunca sabe quién también lo puede llegar a usar. Pero bueno, muchas gracias. Vamos a seguir con la otra pregunta.

- ¿Qué elementos de diseño o navegación se deben considerar para brindar una mejor experiencia al usuario?

Brandon C: Eso es bastante importante y de hecho tiene que ver muchísimo con la publicidad. Lo primero es que, por ejemplo, si vos vas a hacer publicidad de una aplicación,

tiene que tener la misma paleta de color o el mismo esquema publicitario que para la aplicación, con las mismas fuentes, el mismo branding. Yo en la U cuando estudié desarrollo, yo también estudié diseño. Entonces, eso siempre nos lo recalcaron en cualquiera de los dos cursos, ya sea los cursos de programación o los cursos de diseño gráfico. Todo tiene que tener cohesión entre sí, todo tiene que tener una base.

Ahora, bueno, lo que yo te mencioné antes, agregar un botón de llamada que esté en todas las pantallas. Eso es primordial. La persona ya no resiste, simplemente llama. O sea, incluso puede ser un widget, porque a veces, para las diferentes aplicaciones, puede ser un widget que sea ese botón y que vos lo tengas en la pantalla.

Porque agarrar, abrir el teléfono, escribir nueve, once, once para mucha gente es como: «No, no voy a hacer eso». Suena, suena tonto, pero hay que hacerlo lo más simple posible. Es un elemento de diseño que importa, porque son momentos críticos para cada persona que puede ser. Ahora, la navegación la haría completamente sencilla. Pondría como una barrita baja donde yo pueda ir, ir menú por menú, o incluso una barra de despliegue que me exhiba los diferentes menús, también es muy importante.

Si por ejemplo, vas a hacer eventos, usualmente eso es un carrusel vertical. Entonces, yo te diría eso, por ejemplo, lo que muestres en los eventos sea como una pequeña foto, una descripción, día y hora, que eso es lo que vos necesitas. Entonces, siempre ser concisos, pero que los diseños sean atractivos.

Y lo mismo, si vos lo haces para la aplicación y lo hacés, por ejemplo, para la página de Facebook, lo hacés, por ejemplo, para la publicidad, todo tiene que tener cohesión, todo tiene que tener coherencia. Y trata de utilizar elementos gráficos y colores que sean suaves, que sean tenues, que tranquilicen, que den calma.

Celestes, grises, blancos, amarillos no, porque el amarillo depende del teléfono, se puede ver más chillón que otro, verde. Son colores que generan tranquilidad, son colores que yo, que yo me siento enfático y yo me tranquilizo con esos colores. Entonces, mantener esa temática funciona. Ahora, en iPhone, que eso a veces es bastante bueno considerarlo, existe una variación, que se llama Little Glass, que es como un elemento de diseño que queda como en 3D.

Se ve muy bonito, pero más que enfocarte en cómo se desarrolla, porque ahorita cuando vemos la parte técnica, sí puedes, enfocarte en que el color sea tranquilizante, que te

tranquilece. Entonces, a mi criterio, siempre los colores y los gráficos tienen que ser sencillos e ir ahondado a que tienen que funcionar para la persona y para el objetivo que tenemos.

Y el objetivo que tenemos es que una persona se sienta calmada y busque ayuda. No vamos a hacerlo en rojos, por ejemplo. De igual forma, el botón sí puede ser el único elemento rojo, que es a «yo ya llegué a mi punto» pero sé que es porque se me ocurre. Más allá de eso, combinar rojo y azul no es una buena idea.

Pero utilizar colores claros, colores pastel, incluso verdes y azules, funcionan muy bien para mí. Entonces, y con la navegación lo mismo, hacer una navegación sencilla que vos sabés que está en un menú, está en la ruta.

Alejandra U: Ok, ok. En realidad, es muy interesante esto porque, bueno, cuando yo empecé a desarrollarla, yo lo primero que hice fue como eso, yo me fui a la teoría del color y busco yo cuáles son los colores que más me sirven.

Y a la aplicación yo le puse, Goami, que es como amigo, pero nada más los cambié. Y los colores que le puse son, bueno, parecidos a los míos de la presentación. Le puse como un azulito celeste, como, no es como pastel, es como más como este color, pero tirando como más clarito y el verde igual.

No es como super pastel, pero como por ahí, porque igual yo en su momento se lo había comentado a la profe y le digo yo: «Es que no pueden ser como colores tan así como neones o superfuertes, tienen que ser como colores tranquilos», porque al final Goami lo que va a hacer es como acompañar a las personas.

Entonces la idea es que quede como ese sentido, como de un amigo, como una persona que usted tiene ahí, como alguien en quien puede como agarrarse en esos momentos. Creo que eso del rojo para, cómo decirte esto, el botón para llamar al 911, creo que sí sería como el único detalle que tal vez sí necesitaría como algún color, como un toquecito más fuerte que pueda resaltar.

Entonces, pues nada, sinceramente me siento contenta de saber que por lo menos sí iba en la misma línea de lo que usted mencionó hoy y me quedo con todas las recomendaciones. Más bien muchísimas gracias. Y ya pasaríamos a la última interrogante.

- Desde su perspectiva y conocimiento, qué recomendaciones podría brindar para poder desarrollar una aplicación móvil desde cero, considerando la experiencia de usuario?\*

Brandon C: Va a sonar muy trillado, pero lo primero es aprender programación. La segunda cosa, a ver, hoy en día con la inteligencia artificial se puede hacer eso. Te lo digo que yo desarrollo automatización, igual utilizo, bueno, yo ya desarrollo otra cosa de automatización, porque más bien ya yo desarrollo el, el robot para que piense él. Pero más allá de eso, la inteligencia artificial te ayuda un montón. Entonces, ese es el punto que pongo en el foco.

El otro tema es que enfócalo que es una aplicación móvil y usted dice: "Uh, pero es que quiero desarrollar una aplicación móvil". Ok, nosotros venimos con una tendencia de crear cosas y la gente a veces se olvida que estamos en una aplicación móvil.

Existe una metodología de trabajo, que se llama un marco de trabajo para desarrollo que se llama, Atomic, que es empezar desde lo más pequeño hasta lo más grande.

A partir de ahí se creó algo que se llama mobile first. Existen aplicaciones que no solo se pueden usar en mobile, también se pueden utilizar en navegador. Eso se hace con algo que se llama React, con P, W, A, o que es Power Web Application. Básicamente, es una aplicación Power Web Application.

Más allá de eso, las aplicaciones tienen que desarrollarse pensando en que es una aplicación móvil. O sea, no vayas más allá de, es una aplicación para un teléfono.

No es, que uno dice: "No, pero es que tal vez sí uno..." Es una aplicación para un teléfono, más sencillo. Es simple. Y haz que tu aplicación sea simple.

No importa si luego vos querés meter sitios, no importa si vos querés mantener actualizaciones. Enfócate en que sea sencillo. Las aplicaciones móviles son simples. ¿Cómo funciona TikTok? Subo o bajo. Eso es el funcionamiento básico que tiene TikTok. ¿Cómo funciona Instagram? Slides. ¿Cómo funciona Facebook? Slides. Ahora, Facebook viene de un ambiente de web, pero si vos comparas web y mobile, se ven completamente distintos. Y te digo, no, es una experiencia completamente distinta. Sí, pero fue porque Facebook se creó para ser mobile.

Existió su versión web, sí, pero cuando se creó su versión para teléfono y lo hicieron desde web para teléfono, no les funcionó.

Luego vieron Instagram, compraron Instagram y adecuaron Facebook a lo que es Instagram. Por eso es tan sencillo utilizarlo hoy en día. Entonces, enfócate siempre en que sea simple. Menos movimiento para realizar una acción, más simple, más sencillo y más

atractivo para la gente.

Ahora mucho de esto viene mucho de la teoría del Ringrot, pero ahora muchas de las personas buscan algo muy sencillo, buscan lo más sencillo que puedan buscar, que puedan tener.

Por eso TikTok se vuelve más famoso, por eso la gente usa más TikTok, por eso los demás empezaron a hacer Reels, empezaron a hacer Shorts. ¿por qué? Porque se dieron cuenta que, que si ya Facebook era sencillo, ahora imagínate una aplicación que te muestre nada más un video y vos bajes, y cada diez segundos tenés un video nuevo.

Entonces, eso ha causado un cambio en la mente de la gente. La gente ya no puede mantener la concentración más de diez segundos, como si todo el mundo tuviera ADHD.

Y más allá de eso, entra también la construcción de las aplicaciones en general. Entonces, vos ves aplicaciones ahorita, una aplicación como Edus, algo muy sencillo, que es del gobierno, y vos ves lo que era Edus antes a lo que es ahora, son dos cosas completamente distintas.

Íconos grandes, vos vas a lo que es. Entonces, por ejemplo, yo quiero buscar cuándo es mi próxima cita, cita, y una vez te sale. Yo quiero buscar cuándo es mi próximo o los resultados de mis exámenes. Entrás, te salen todos los exámenes de una vez, vos seleccionás el que te ocupara. Entonces, más sencillo, siempre es más sencillo, menos pantallas, es más, es mejor.

Y siempre haz diseños responsivos. Un diseño responsivo es un diseño que siempre está enfocado en el usuario. Es un poco difícil explicar responsivo cuando, cuando vos le explicás a una persona que no es de desarrollo. Pero imagínate como la diferencia entre una pila y una fila. Una pila de libros es: metés un libro y el primer libro que entró es el primero que va a salir. Ahora, una pila es: el primer libro que entró es el último que va a salir.

Eso se llama una pila de prioridad. El diseño responsivo es: enfócate en que siempre lo último que va a salir, lo último que vas a meter es lo primero que va a salir. Entonces, ¿qué es lo más importante que tiene un diseño responsivo? Cómo está la aplicación. Luego, la funcionalidad más básica, luego un poco menos básica, un poco menos básica, hasta la más compleja. Eso es básicamente un diseño responsivo, que lo más sencillo sea los primeros programas que primero que va a ir la gente a buscar.

Entonces, por ejemplo, es lo primero, el botón, es lo primero que la gente va a probar,

a ver si de verdad ya mejoró. Estoy seguro que todas las personas que vayan a probar esta aplicación, lo primero que van a probar es el botón de las notificaciones porque es lo más sencillo, es lo, es lo que está ahí.

Luego van a probar el menú, pero a todos les va a traer ese rojo, y ese azul o y ese verde. ¡Uy, mirá! Y será que llama al novecientos y lo va a tocar, porque la gente es curiosa. Ese es otro aspecto con lo que se puede jugar, la gente es curiosa. A la gente le gusta interactuar. No lo hagas muy curioso, hazlo sencillo, pero tú que la gente interactúe con eso.

Ahora, ya que es una aplicación móvil, desde cero, lo primero que yo te recomiendo es: busca aplicaciones que sean similares o que tengan algo que tú quieres poner y básate en eso. El agua caliente ya se inventó. Lo inventó algún cavernícola que la puso a calentar en una piedra o que se dio cuenta que el agua se evaporaba bajo el sol. No tienes por qué inventar el agua tibia ni el agua caliente, si ya existe, úsalo.

En este mundo no aplaudimos a la gente que hace cosas nuevas, aplaudimos a la gente que estudia las cosas así como que las transforma. Te voy a poner un ejemplo. Samsung acaba de crear un sistema de pantalla que te pone como un bloqueo para que la gente no te vea lo que tienes en el teléfono y no es directamente en la pantalla.

Eso ya existía y eran los temperados, con protección de bloqueo para que la gente no te vea. Pero ahora ellos lo pusieron en la pantalla. No es algo nuevo, no es algo super innovador, pero es algo distinto.

Y es algo que solo por ser distinto, luego es innovador. La competencia no lo tiene, entonces... Ese es el tercer punto. Básate en qué ofreces tú que no ofrece la competencia. Existen, pues sí, aplicaciones para suicidio.

Pero qué, qué puedes darle tú a esa aplicación que los demás no. Es que yo por ejemplo le puse una línea directa con el psicólogo. Ah, por ejemplo, puedes ponerle que tenga unos datos del psicólogo y que el psicólogo sepa que te va a llamar desde la aplicación. Entonces, qué es lo primero para una ayuda en cualquier momento. Entonces, eso también es muy importante. O incluso que haga alianza con algún, alguna agrupación de psicólogos y demás. Entonces, que tengan sus números para hacer eso.

Eso también es muy importante. ¿Qué te diferencia? ¿Qué, qué hace que vos sobresalgas más? Entonces, siempre enfocado en ofrecer al usuario curiosidad y que esté enfocado en que es una aplicación móvil.

Ofrecerle al usuario, eso, que yo pueda utilizar la aplicación de la forma que yo necesito y que diferente, que sea distinto. Que yo la subí a Google Play Store o lo subí a App Store y la van a descargar la gente, no simplemente se la van a dejar ahí, básicamente.

Alejandra U: Ok, ok. Sí, siento que ahorita, no sé, acabo de tener como una noche de inspiración, como de todas las cosas, como detalles que tal vez uno va... Como que uno tiene una idea, pero ya digamos, viendo como la teoría, o la técnica de hacer las cosas, uno va encontrando como más cosas que tal vez uno en serio no tenía como presente, que si bien son necesarios, pero como no es el área de uno, pero realmente, digamos, siento que ahorita comprendo más como por dónde es que tengo que llevar la aplicación.

### **Apéndice 3: Encuesta.**

1. Edad:

o 20 – 24 años

o 25 – 30 años

o 31 – 35 años

o 36 – 40 años

2. Sexo:

o Masculino

o Femenino

o Otro

3. Lugar de residencia:

o San Pedro

o Los Yoses

4. ¿Cuáles aspectos consideran que afectan su salud mental? (selección múltiple)

o Situaciones laborales, económicas o educativas

o Problemas familiares, con amistades o personas con las que se relaciona

- ☐ Factores biológicos o emocionales, como ansiedad o depresión
- ☐ Entorno social y cultural en el que vive.

5. ¿Cada cuánto tiene presente el cuidado de su salud mental?

- ☐ Diariamente
- ☐ Semanalmente
- ☐ Mensualmente
- ☐ Ocasionalmente
- ☐ Nunca

6. ¿Por cuáles medios recibe más información sobre temas de salud mental y la prevención del suicidio?

- ☐ Médico personal o especialista en psicología
- ☐ Sitios web
- ☐ Redes sociales
- ☐ Mensaje de texto
- ☐ Folletos impresos
- ☐ Otros (Especifique): (Campo de texto)

7. ¿Qué tan importante considera usted hablar sobre la salud mental y el suicidio, en los hombres en la actualidad?

- ☐ Muy importante
- ☐ Importante
- ☐ Poco importante
- ☐ Nada importante

8. ¿Ha visto alguna campaña publicitaria de prevención del suicidio o salud mental por parte de instituciones públicas, como del Ministerio de Salud?

- ☐ Si he visto
- ☐ No he visto

9. Considera que se deberían desarrollar iniciativas y actividades enfocadas en prevención del suicidio y protección de la salud mental en hombres?

- ☐ Si
- ☐ No

10. ¿Qué tan frecuente utiliza plataformas digitales o sitios web para buscar información sobre salud o bienestar?

- ☐ Muy frecuente
- ☐ Frecuentemente
- ☐ Ocasionalmente
- ☐ Nunca

11. ¿Utilizaría una aplicación móvil enfocada en temas salud mental, además de abordar temas como la prevención del suicidio?

- ☐ Si la utilizara
- ☐ Tal vez la utilizara
- ☐ No la utilizara

12. En caso de crear una aplicación móvil para abordar temas de salud mental y prevención del suicidio, ¿qué características le gustaría ver? (Seleccione todas las opciones que corresponda)

- ☐ Accesibilidad a información sobre la salud mental y prevención del suicidio
- ☐ Línea de asistencia inmediata, por medio de llamada, videollamada o chat con especialistas
- ☐ Registro y control de citas, diagnósticos y medicación proporcionada al paciente, además del historial completo
- ☐ Espacio de recreación: Actividades para mejorar la salud mental de manera individual o colectivamente.