

Re-conocimiento y comprensión de la salud mental en hombres.



ANTECEDENTES

Las normas sociales de masculinidad pueden obstaculizar que los hombres reconozcan y busquen ayuda por problemas de salud mental como la depresión, la cual suele manifestarse a través de síntomas externalizados como agresión, irritabilidad y conductas de riesgo, en lugar de los síntomas tradicionales como tristeza y aislamiento. Dichas normas, junto con estigmas y creencias erróneas sobre la salud mental, contribuyen a que la depresión en hombres sea subdiagnosticada y, por lo tanto, no atendida de manera oportuna y adecuada, lo que incrementa el riesgo de consecuencias graves como el suicidio.

Titov et al. (2022) proponen que existen una serie de cogniciones y conductas modificables o “actividades cotidianas” clasificadas en 5 dimensiones (actividades significativas, pensamientos saludables, metas y planes, rutinas saludables y conexiones sociales) las cuales se pueden mejorar a través de la práctica y a su vez favorecen la salud mental particularmente en el caso de la depresión, por lo que resulta importante conocer la relación entre estas y el papel que juegan las normas masculinas, las creencias erróneas y las actitudes sobre salud mental con el riesgo de depresión en hombres.

Actividades significativas



Sentido de logro, satisfacción y alegría.

Pensamientos saludables



Pensamientos saludables, con sentido de realidad, es decir, pensamientos realistas sobre sí mismos, el entorno y el futuro.

Metas y planes



Metas y planes con el propósito de mantener la motivación y energía.

Rutinas saludables



Rutinas saludables, como la alimentación saludable, la actividad física y una buena higiene del sueño.

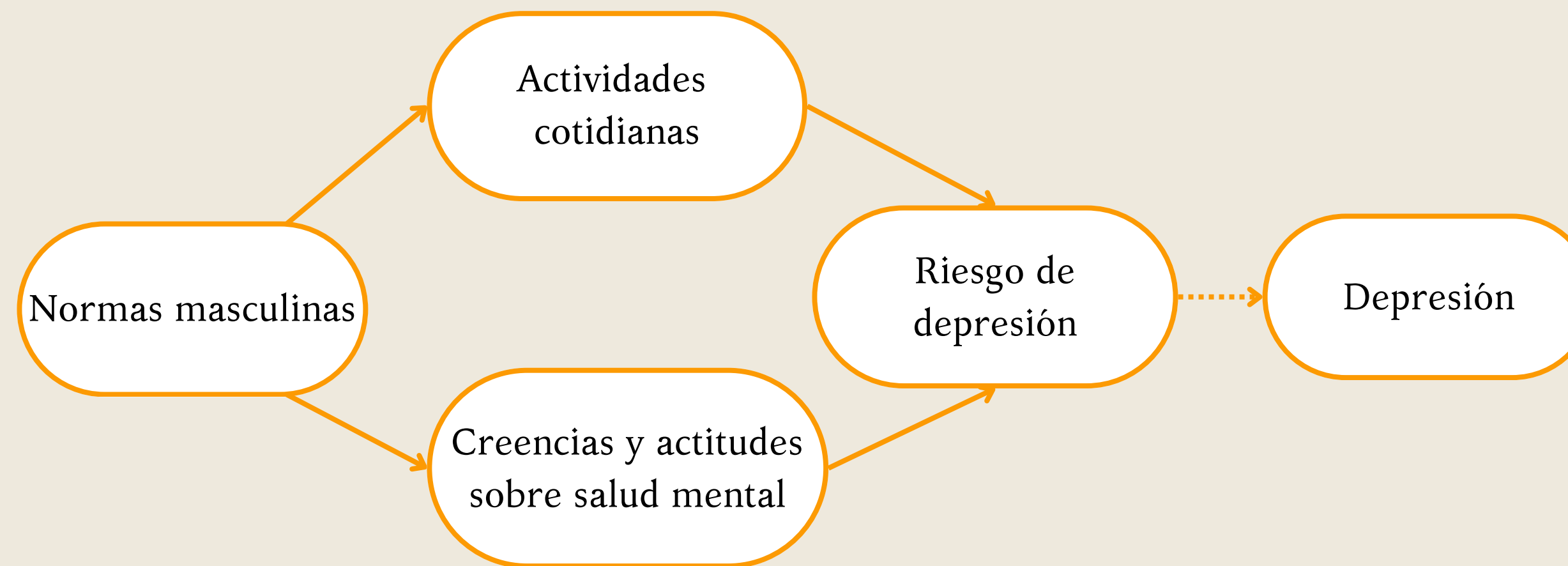
Conexiones sociales:



Conexiones sociales, con personas hacia las que se les expresa cariño y respeto, que dan un sentido de validación y de pertenencia.

OBJETIVO

Analizar si la conformidad con normas masculinas se relaciona con las creencias y actitudes sobre salud mental, y con la presencia de actividades cotidianas, lo que a su vez se asocia con la depresión en hombres.



PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿La conformidad con normas masculinas se asocia con creencias y actitudes sobre la salud mental, así como con actividades cotidianas y esto a su vez, se relaciona con la presencia de síntomas depresivos en hombres?

ENFOQUE, TIPO Y DISEÑO

- Enfoque cuantitativo.
- Tipo de estudio: correlacional.
- Diseño: no experimental transversal.

HIPÓTESIS

- Los hombres que obtienen mayores puntajes en actividades cotidianas presentan menor sintomatología depresiva.
- A mayor conformidad con las normas sociales masculinas, se observará un mayor número de creencias erróneas y una actitud más desfavorable sobre la salud mental, así como una menor presencia de actividades cotidianas.
- A mayor presencia de creencias erróneas sobre salud mental y actitudes negativas hacia la búsqueda de ayuda mayor presencia de síntomas depresivos.

MÉTODO

PARTICIPANTES

Se seleccionará una muestra no probabilística por conveniencia de 300 hombres adultos mayores (18 años o más), residentes del Valle de México. Es importante que los participantes sean alfabetos, que no presenten alguna discapacidad cognitiva y que no cuenten con un diagnóstico de algún trastorno psiquiátrico importante como esquizofrenia o trastorno bipolar.

INSTRUMENTOS

- Cuestionario sobre la Salud Mental del Paciente (PHQ-9 por sus siglas en inglés: Patient Health Questionnaire) ($\alpha=.89$).
- Escala de Riesgo de Depresión Masculina (MDRS-22 por sus siglas en inglés: Male Depression Risk Scale) ($\alpha=.76$ a $\alpha=.91$).
- Cuestionario de Alfabetización en Salud Mental (MHLq por sus siglas en inglés: Mental Health Literacy Questionnaire) ($\alpha=.71$ y $\alpha=.72$).
- Cuestionario de Cosas que Haces (TYDQ-21 por sus siglas en inglés: Things You Do Questionnaire) ($\alpha=.90$ y $\alpha=.92$).
- Inventario de Conformidad con las Normas de Masculinidad (CMNI por sus siglas en inglés: Conformity to Masculine Norms Inventory) ($\alpha=.94$).
- Cuestionario de preguntas cerradas para obtener información sobre los aspectos sociodemográficos de los participantes (edad, escolaridad, ocupación, etc).

PROCEDIMIENTO

Se utilizará *Google Forms* para diseñar el instrumento y se convocará a través de redes sociales. Los participantes serán informados sobre el objetivo del estudio y la confidencialidad de los datos. Quienes acepten participar deberán firmar un consentimiento informado antes de aplicar los instrumentos.

Al finalizar, se les proporcionará información sobre centros de apoyo psicológico disponibles.



PROPUESTA DE ANÁLISIS DE DATOS

- Pruebas de estadística descriptiva.
- Análisis psicométricos de los instrumentos (análisis factorial confirmatorio y alfa Cronbach).
- Kolmogorov Smirnov (analizar la normalidad de los datos).
- Correlación de Pearson o Spearman.

CONSIDERACIONES ÉTICAS

- El presente estudio seguirá los principios de la Declaración de Helsinki.
- Consentimiento informado.
- Confidencialidad de datos.

REFERENCIAS

Organización Mundial de la Salud. (2024). *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Rice, S. M., Fallon, B. J., Aucote, H. M., & Möller-Leimkühler, A. M. (2013). Development and preliminary validation of the male depression risk scale: furthering the assessment of depression in men. *Journal of Affective Disorders*, 151(3), 950–958. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2013.08.013>

Titov, N., Dear, B. F., Bisby, M. A., Niessen, O., Staples, L. G., Kayrouz, R., Cross, S., & Karin, E. (2022). Measures of daily activities associated with mental health (Things You Do Questionnaire): Development of a preliminary psychometric study and replication study. *JMIR Formative Research*, 6(7), e38837. <https://doi.org/10.2196/38837>

World Health Organization. (2022). *World mental health report: Transforming mental health for all*. Geneva: World Health Organization.