Red Ciencia 360
ISSN: 3121-2875 / Vol. 3, N. 2 / e-66
10.66231/RedCiencia360.v3i2.66
Artículo científico de investigación

ACT (Terapia de Aceptación y Compromiso), Arte y Tecnología para el Bienestar Psicológico de Estudiantes Rurales Vulnerables: Diseño de un Protocolo de Intervención

ACT (Acceptance and Commitment Therapy), Art, and Technology for the Psychological Well-Being of Vulnerable Rural Students: Design of an Intervention Protocol

Natalia Elizabeth Perez Cabrera
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Medellín, Colombia
https://orcid.org/0009-0004-6579-9535; natalia.perez@unad.edu.co
Leidy Yiseth Cárdenas Castiblanco
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia
https://orcid.org/0000-0002-1847-1033
Johana del Pilar Granados Guevara
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia
https://orcid.org/0009-0006-8227-9165; johana.granados@unad.edu.co
Valentina Rengifo Correa
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia
https://orcid.org/0009-0008-8787-5606; vrengifoco@unadvirtual.edu.co
María Seucy Fajardo Celis
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia
https://orcid.org/0009-0004-3343-9578; msfajardoc@unadvirtual.edu.co
Leidy Viviana Silva Prieto
Universidad Nacional Abierta y a Distancia, Colombia
https://orcid.org/0009-0001-8170-3589; lvsilvapr@unadvirtual.edu.co

Cita sugerida: Perez Cabrera, N. E., Cárdenas Castiblanco, L. Y., Granados Guevara, J. del P., Rengifo Correa, V., Fajardo Celis, M. S., & Silva Prieto, L. V. (2026). ACT (Terapia de Aceptación y Compromiso), Arte y Tecnología para el Bienestar Psicológico de Estudiantes Rurales Vulnerables: Diseño de un Protocolo de Intervención. *RedCiencia 360, 3*(2), 66. https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

Recepción: 02 de septiembre de 2026
Aceptado: 10 de octubre de 2026
Publicado: 20 de noviembre de 2026

Copyright: © 2026 Natalia Elizabeth Perez Cabrera, Leidy Yiseth Cárdenas Castiblanco, Johana del Pilar Granados Guevara, Valentina Rengifo Correa, María Seucy Fajardo Celis, Leidy Viviana Silva Prieto; Este es un artículo de acceso abierto distribuido bajo los términos de la licencia de uso y distribución Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional (CC BY 4.0)

RESUMEN

El presente artículo describe el diseño de un protocolo de intervención psicoeducativa que integra la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), la mediación artística y tecnologías educativas accesibles, orientado a fortalecer el bienestar psicológico de estudiantes en situación de vulnerabilidad del sector rural del CCAV de Facatativá. El proyecto se encuentra en fase de formulación y desarrollo tecnológico; por tanto, este artículo no reporta resultados empíricos de la intervención, sino el diseño metodológico, el modelo interdisciplinario y los avances tecnológicos verificables alcanzados a la fecha. Se adoptó un enfoque mixto con diseño explicativo secuencial: en la fase cuantitativa se aplicará el Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) como pretest y postest; en la fase cualitativa se emplearán entrevistas semiestructuradas, diarios reflexivos y análisis de las producciones artísticas. Como avance consolidado se presenta ACTiva Arte, una aplicación web offline-first que operacionaliza los seis procesos centrales de ACT, validada técnicamente por la plataforma institucional Experta de la UNAD. El artículo propone un modelo replicable de intervención para contextos rurales con conectividad limitada, pendiente de validación empírica en una fase posterior.

Palabras clave: ACT; arte mediado por tecnología; bienestar psicológico; estudiantes rurales; inclusión digital.

ABSTRACT

This article describes the design of a psychoeducational intervention protocol that integrates Acceptance and Commitment Therapy (ACT), art-mediated learning, and accessible educational technologies, aimed at strengthening the psychological well-being of vulnerable rural students at the CCAV Facatativá. The project is currently in its formulation and technological development phase; accordingly, this article does not report empirical intervention outcomes, but rather the methodological design, the interdisciplinary model, and the verifiable technological progress achieved to date. A mixed-methods sequential explanatory approach was adopted: the quantitative phase will apply the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) as a pretest and posttest measure; the qualitative phase will use semi-structured interviews, reflective journals, and analysis of artistic productions. As a consolidated advance, the article presents ACTiva Arte, an offline-first web application that operationalizes the six core processes of ACT, technically validated by the UNAD's institutional Experta platform. The article proposes a replicable intervention model for rural contexts with limited connectivity, pending empirical validation in a later phase.

Keywords: ACT; technology-mediated art; psychological well-being; rural students; digital inclusion.

https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

1. INTRODUCCIÓN

La salud mental y el bienestar se han consolidado como condiciones estructurales para la calidad, la permanencia y la equidad educativa. Los organismos internacionales han insistido en que aprender, participar y permanecer en el sistema educativo depende también de entornos seguros, apoyo socioemocional y acciones institucionales de cuidado, especialmente en adolescentes, jóvenes y estudiantes universitarios expuestos a estrés, desigualdad y vulnerabilidad territorial (World Health Organization [WHO], 2025a, 2025b; Patton et al., 2016; UNICEF, 2021; UNESCO, 2025; UNESCO et al., 2025; OECD, 2023; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2021; Hunt & Eisenberg, 2010; Auerbach et al., 2016; Ministerio de Educación Nacional, 2016; Ministerio de Salud y Protección Social, 2024; DANE, 2024; Hewitt Ramírez et al., 2014).

En este escenario se formuló el proyecto de investigación "Integración de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) con el arte mediado por tecnología como estrategia para mejorar el bienestar psicológico de estudiantes en situación de vulnerabilidad en el sector rural del CCAV de Facatativá", adscrito a la tipología PIS y orientado a responder a barreras de acceso, permanencia y acompañamiento psicoeducativo. El proyecto responde, además, a la necesidad de diseñar intervenciones educativas flexibles para contextos con brecha digital, conectividad intermitente y mediaciones híbridas. Para ello articula tecnologías educativas, estrategias offline y recursos asincrónicos accesibles desde dispositivos móviles (Universidad Nacional Abierta y a Distancia [UNAD], 2023; UNAD, 2024; UNAD-Conecta, s.f.; van Dijk, 2020; Hodges et al., 2020; Bates, 2022; Moore & Kearsley, 2012; DANE, 2024).

La ACT aporta un marco centrado en la flexibilidad psicológica, la aceptación de experiencias internas, la difusión cognitiva, la clarificación de valores y la acción comprometida; el arte ofrece un medio de simbolización, expresión emocional y construcción de sentido; y la tecnología educativa amplía el alcance de la intervención en contextos rurales mediante formatos accesibles de bajo consumo de datos. Esta convergencia se sustenta en la evidencia acumulada sobre ACT, artes en salud y educación mediada por tecnologías, así como en modelos aplicados a población joven y escenarios

comunitarios (Hayes et al., 2006, 2016; Harris, 2019; Kashdan & Rottenberg, 2010; Öst, 2014; A-Tjak et al., 2015; Swain et al., 2015; Ruiz, 2010; Association for Contextual Behavioral Science, s.f.; Luoma et al., 2017; Polk & Schoendorff, 2014; Malchiodi, 2012; Rubin, 2016; Stuckey & Nobel, 2010; Kaimal et al., 2016; Bolwerk et al., 2014; Fancourt & Finn, 2019).

Tabla 1

Perfil general del proyecto de investigación

Componente	Descripción
Título del proyecto	Integración de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) con el arte mediado por tecnología como estrategia para mejorar el bienestar psicológico de estudiantes en situación de vulnerabilidad en el sector rural del CCAV de Facatativá.
Tipología y código	Proyecto de Inclusión Social y Desarrollo Regional (PIS). Código institucional: PIS146ZCBOGECBTIECSAH2026.
Adscripción	Universidad Nacional Abierta y a Distancia (UNAD), articulación ECSAH - ECBTI - VIEM, Zona Centro Bogotá-Cundinamarca.
Población foco	Estudiantes en situación de vulnerabilidad del sector rural vinculados al CCAV de Facatativá.
Duración	16 de febrero de 2026 - 1 de junio de 2027.
Pertinencia para Cybertech Women 2026	Se alinea principalmente con las áreas de tecnologías aplicadas a la educación e innovación y desarrollo tecnológico, al integrar mediación digital accesible con intervención psicoeducativa.
Productos esperados	Modelo de intervención, piloto con evaluación pre-post, guía metodológica, sistematización de resultados y recomendaciones para escalamiento territorial.

Fuente: elaboración propia con base en la formulación del proyecto.

1.1 Objetivos

Objetivo general:

Diseñar e implementar una estrategia de intervención basada en la Terapia de Aceptación y Compromiso integrada con el arte y mediada por tecnología, con el fin de promover el bienestar psicológico de estudiantes en situación de vulnerabilidad en el sector rural del CCAV de Facatativá.

Objetivos específicos:

1) Diseñar y aplicar una intervención terapéutica que combine la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) con el arte mediado por tecnología, adaptada a las

necesidades emocionales y psicosociales de los estudiantes del sector rural del CCAV de Facatativá.

2) Fortalecer el desarrollo de habilidades psicosociales y emocionales en los estudiantes mediante el uso de herramientas terapéuticas y artísticas, motivando su capacidad para afrontar situaciones de estrés y conflicto, y favoreciendo la integración social y educativa.

3) Facilitar la utilización de recursos terapéuticos innovadores y accesibles para los estudiantes en situación de vulnerabilidad del sector rural, utilizando plataformas tecnológicas que permitan la participación en actividades psicológicas artísticas a distancia.

4) Evaluar el grado de efectividad de la integración de ACT y el arte mediado por tecnología en el bienestar psicológico de los estudiantes, midiendo cambios en la gestión emocional, la acción comprometida y la autoaceptación durante el proceso de intervención.

2. METODOLOGÍA

La investigación se estructuró bajo un enfoque mixto con diseño explicativo secuencial, adecuado para integrar evidencias cuantitativas y cualitativas en la comprensión del bienestar psicológico, la experiencia subjetiva y la viabilidad de la estrategia en contexto. Este enfoque permite combinar medición de cambios, interpretación de sentidos y articulación entre resultados numéricos y narrativos, aspecto especialmente pertinente en estudios psicoeducativos con componentes de intervención y evaluación formativa (Creswell & Plano Clark, 2018; Tashakkori & Teddlie, 2010; Plano Clark & Ivankova, 2016; Fetters et al., 2013; Cohen et al., 2018; Patton, 2015; Braun & Clarke, 2006).

La muestra piloto contempló 15 estudiantes rurales del CCAV de Facatativá seleccionados mediante criterios de vulnerabilidad psicosocial y disponibilidad para participar en sesiones presenciales y mediadas digitalmente. Aunque se trató de un piloto de alcance exploratorio, el diseño se proyectó como una base para posteriores escalamientos institucionales, con énfasis en acompañamiento ético, participación informada, cuidado emocional y adaptación a restricciones territoriales y tecnológicas (Ministerio de Salud y Protección Social, 2024; Ministerio de Educación Nacional, 2016; UNAD, 2023).

https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

El instrumento central del estudio será el Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), seleccionado para evaluar las habilidades relacionadas con la percepción, comprensión y regulación de las emociones, fundamentales para el afrontamiento adaptativo y el desarrollo de competencias emocionales en entornos universitarios (Mayer et al., 2002). El componente cualitativo se apoyó en entrevistas semiestructuradas y diarios reflexivos analizados mediante codificación temática (Braun & Clarke, 2006).

El análisis cuantitativo se realizará a partir de los puntajes obtenidos en el MSCEIT mediante estadística descriptiva, empleando medidas de tendencia central y dispersión para determinar el nivel de inteligencia emocional de los participantes antes y después de la intervención; posteriormente se compararán los resultados pretest y postest para identificar los cambios asociados a la intervención. El componente cualitativo se analizará mediante codificación temática siguiendo las fases de Braun y Clarke (2006): familiarización con los datos, generación de códigos iniciales, búsqueda y revisión de temas, y elaboración del informe interpretativo, lo que permitirá comprender la experiencia de los estudiantes en torno a la regulación emocional, la aceptación de experiencias difíciles y la construcción de valores personales. La integración de ambas fuentes se realizará mediante triangulación, contrastando los resultados del MSCEIT con los hallazgos cualitativos para relacionar los cambios en las habilidades emocionales con la forma en que los estudiantes interpretan su bienestar y ponen en práctica los procesos trabajados desde ACT (Fetters et al., 2013; Creswell & Plano Clark, 2018; Tashakkori & Teddlie, 2010).

Desde el componente tecnológico, la aplicación ACTiva Arte respalda este proceso registrando de forma estructurada la interacción de cada participante durante las sesiones: el registro inicial de emociones, las respuestas a los ejercicios, el avance en las actividades, la frecuencia de uso y las evidencias generadas, como respuestas escritas o recursos gráficos. Esta información se organiza automáticamente en la plataforma y puede exportarse en formatos estructurados (JSON y CSV) para su depuración y procesamiento estadístico, mientras que el panel de administración consolida los datos de todos los participantes y genera los reportes que sirven como insumo para el análisis cuantitativo descrito.

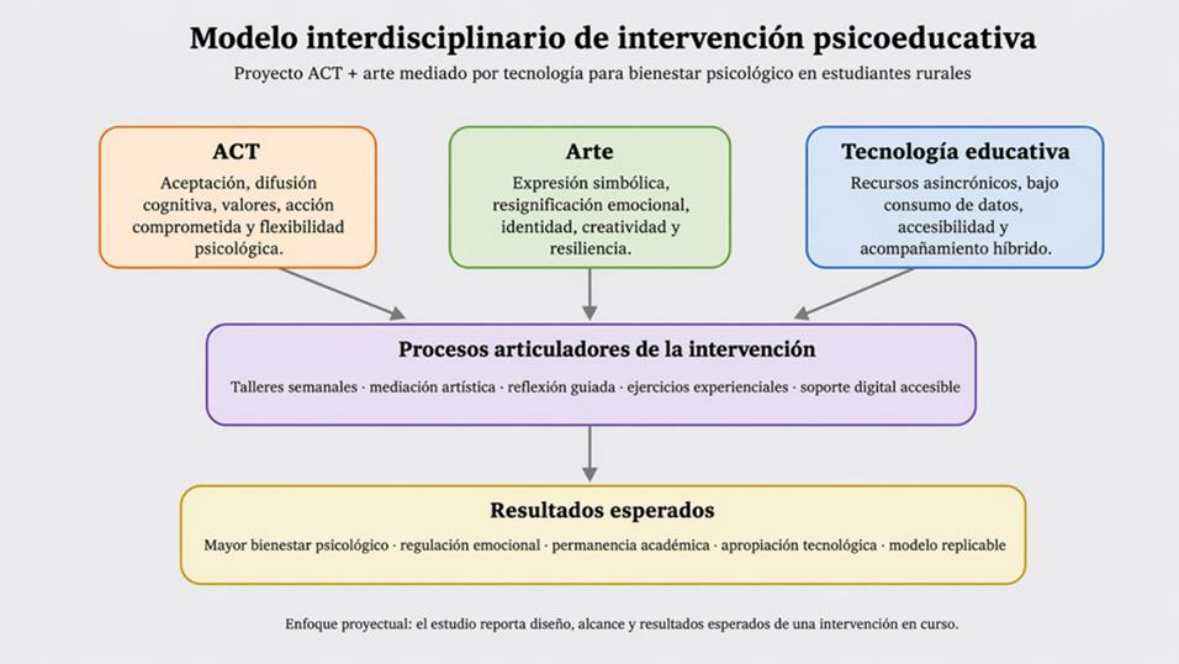
https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

El tamaño de la muestra piloto (n=15) es reducido en relación con la exigencia cognitiva del MSCEIT, prueba de habilidad que no cuenta con una versión abreviada validada. Ante esta limitación, se optó por mantener el instrumento completo y fraccionar su aplicación en dos sesiones acompañadas, con el fin de reducir la fatiga sin comprometer la validez psicométrica de la medida. Esta decisión prioriza la calidad del dato sobre la reducción del instrumento y se reconoce como una limitación a considerar en la interpretación de los resultados una vez obtenidos.

La intervención está diseñada para combinar talleres de ACT, ejercicios experienciales, actividades de dibujo, escritura y música digital, así como momentos de reflexión guiada sobre valores, emociones y proyecto de vida. La mediación tecnológica se diseñó desde criterios de accesibilidad, flexibilidad e inclusión digital, siguiendo recomendaciones de literatura sobre educación en línea, brecha e intervenciones digitales en salud mental para jóvenes y estudiantes universitarios (Andersson & Titov, 2014; Hollis et al., 2017; Lattie et al., 2019; Hodges et al., 2020; Bates, 2022; Moore & Kearsley, 2012; van Dijk, 2020; UNAD, 2024; UNAD-Conecta, s.f.).

Figura 1

Modelo interdisciplinario de intervención psicoeducativa



https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

Tabla 2

Fases, instrumentos y recursos del diseño metodológico

Fase	Propósito	Instrumentos / técnicas	Producto esperado
1	Diagnóstico y línea base	MSCEIT, ficha sociodemográfica y caracterización territorial.	Perfil inicial de bienestar y necesidades emocionales.
2	Diseño y validación	Taller de co-diseño, matriz de contenidos ACT, guiones pedagógicos y validación experta.	Protocolo de intervención y recursos didácticos accesibles.
3	Implementación piloto	Talleres ACT, dibujo, escritura, música digital, ejercicios experienciales y acompañamiento asincrónico.	Participación sostenida y producción artística reflexiva.
4	Evaluación pre-post y seguimiento	Reaplicación de escala, entrevistas semiestructuradas, diarios reflexivos y registros de asistencia.	Evidencia sobre cambios percibidos y medidos.
5	Sistematización y cierre	Análisis integrado de datos, categorías temáticas, lecciones aprendidas y recomendaciones.	Informe final, modelo replicable y propuesta de escalamiento.

Fuente: elaboración propia a partir del diseño metodológico del proyecto

3. RESULTADOS y DISCUSIÓN

3.1 Avances y productos parciales obtenidos

Dado que el proyecto se encontraba en curso al momento de la postulación, se reportaron avances y productos parciales de formulación. Entre los avances consolidados se contaron la definición del modelo interdisciplinario, la estructuración metodológica, la planeación de instrumentos y la construcción del cronograma de ejecución.

Entre los productos parciales del proyecto se encuentra ACTiva Arte, una aplicación web desarrollada e implementada por el equipo de Ingeniería Multimedia. Funciona sin conexión permanente a internet —requisito central para el contexto rural del CCAV de Facatativá— y organiza los seis procesos centrales de la Terapia de Aceptación y Compromiso en módulos interactivos con actividades expresivas y artísticas.

Como parte de este desarrollo se definieron la arquitectura de información y navegación de la aplicación, el diseño de experiencia e interfaz de usuario (UX/UI), los módulos interactivos correspondientes a los procesos de ACT, el sistema de autenticación y registro de usuarios, el almacenamiento estructurado de la información generada durante la interacción, el panel de administración para el seguimiento de los participantes y las funcionalidades de exportación de datos. Estos desarrollos constituyen productos tecnológicos finalizados en la etapa actual del proyecto; la implementación con la población objetivo, su validación y el análisis de los resultados obtenidos corresponden a etapas posteriores.

El prototipo, construido en HTML, CSS y JavaScript en un solo archivo autocontenido, pasó por al menos ocho versiones entre marzo y abril de 2026, cada una corrigiendo errores identificados en pruebas previas. El 9 de abril de 2026, ingenieros de la plataforma institucional Experta de la UNAD revisaron la herramienta en una reunión formal y reconocieron su pertinencia como alternativa frente a las limitaciones de conectividad de la infraestructura institucional para este contexto.

Entre el 20 y el 24 de abril de 2026 se realizaron nueve sesiones de prueba con integrantes del equipo interdisciplinario del proyecto, que generaron reportes automáticos en formato JSON y HTML. Estas pruebas confirman el funcionamiento técnico del sistema —registro de sesiones, almacenamiento local y exportación de reportes— pero no equivalen a resultados de la intervención psicológica: la aplicación con los 15 estudiantes rurales de la muestra piloto continúa programada conforme al cronograma institucional del proyecto.

3.2 Resultados esperados al finalizar el proyecto

Los resultados esperados se agruparon en cuatro dimensiones. En la dimensión psicosocial se proyecta un incremento en la flexibilidad psicológica, la regulación emocional, la resiliencia y la percepción de bienestar de los estudiantes participantes. Se espera que la implementación de la Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT), articulada con estrategias de mediación artística y recursos tecnológicos accesibles, favorezca el desarrollo de habilidades para reconocer y aceptar las experiencias internas difíciles,

fortalezca la capacidad de afrontamiento ante situaciones de estrés y promueva acciones coherentes con los valores personales. Asimismo, se prevé una mejora en la regulación emocional y en la adaptación a los desafíos propios del entorno universitario rural, contribuyendo al fortalecimiento del bienestar psicológico y la permanencia estudiantil. Estas proyecciones se sustentan en el modelo Hexaflex de la Terapia de Aceptación y Compromiso, que plantea el fortalecimiento de la flexibilidad psicológica como un proceso crucial para promover el bienestar y reducir el impacto del malestar emocional (Hayes et al., 2006, 2016), así como en evidencia que señala la flexibilidad psicológica como un componente esencial para la salud mental y la resiliencia frente a la adversidad (Kashdan & Rottenberg, 2010). La incorporación de la mediación artística se fundamenta, asimismo, en evidencia que reconoce el arte como un recurso que favorece la expresión emocional, la reflexión personal y el bienestar psicosocial (Fancourt & Finn, 2019).

Tabla 3

Resultados esperados e indicadores de seguimiento

Dimensión	Resultado esperado	Indicador	Fuente de verificación
Psicológica	Mejora del bienestar y de la flexibilidad psicológica.	Variación pre-post en escalas; autoevaluación emocional.	MSCEIT y diarios reflexivos.
Académica	Mayor permanencia y participación en actividades formativas.	Asistencia, continuidad y cumplimiento de actividades.	Registros de participación y seguimiento docente.
Tecnológica	Apropiación de recursos digitales accesibles y asincrónicos.	Frecuencia de uso, acceso desde dispositivos disponibles, percepción de utilidad.	Bitácoras de uso y entrevistas.
Territorial / institucional	Modelo replicable para otros contextos rurales de la UNAD.	Documento metodológico, lecciones aprendidas y recomendaciones.	Informe final y sistematización.

En la dimensión educativa se proyecta un fortalecimiento de la permanencia, la vinculación con el proceso formativo y la participación en actividades académicas; en la dimensión tecnológica, el uso significativo de recursos accesibles y asincrónicos; y en la dimensión institucional, la generación de un modelo transferible a otros contextos.

3.3 Discusión con la literatura

En términos de pertinencia, el proyecto respondió a un problema ampliamente documentado: el incremento de necesidades de apoyo emocional y salud mental en poblaciones estudiantiles, con una afectación agravada por desigualdad social, ruralidad y limitaciones de acceso a servicios especializados (WHO, 2025a, 2025b; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2021; Ministerio de Salud y Protección Social, 2024; Auerbach et al., 2016; Hunt & Eisenberg, 2010).

Estas proyecciones dialogan con evidencia previa sobre la eficacia de ACT, los beneficios de las artes para la salud y el potencial de las intervenciones digitales de apoyo psicológico y educativo (Hayes et al., 2006, 2016; A-Tjak et al., 2015; Öst, 2014; Swain et al., 2015; Stuckey & Nobel, 2010; Kaimal et al., 2016; Bolwerk et al., 2014; Fancourt & Finn, 2019; Andersson & Titov, 2014; Hollis et al., 2017; Lattie et al., 2019).

El proyecto es pertinente para Cybertech Women 2026 porque usa la tecnología como componente estratégico, y no solo como soporte instrumental, para ampliar el cuidado, el aprendizaje y la permanencia en territorios con restricciones de conectividad. Esto lo conecta con agendas de educación inclusiva y de transformación digital con enfoque humano (UNESCO, 2025; UNESCO et al., 2025; OECD, 2023; van Dijk, 2020; DANE, 2024; UNAD, 2023; UNAD, 2024).

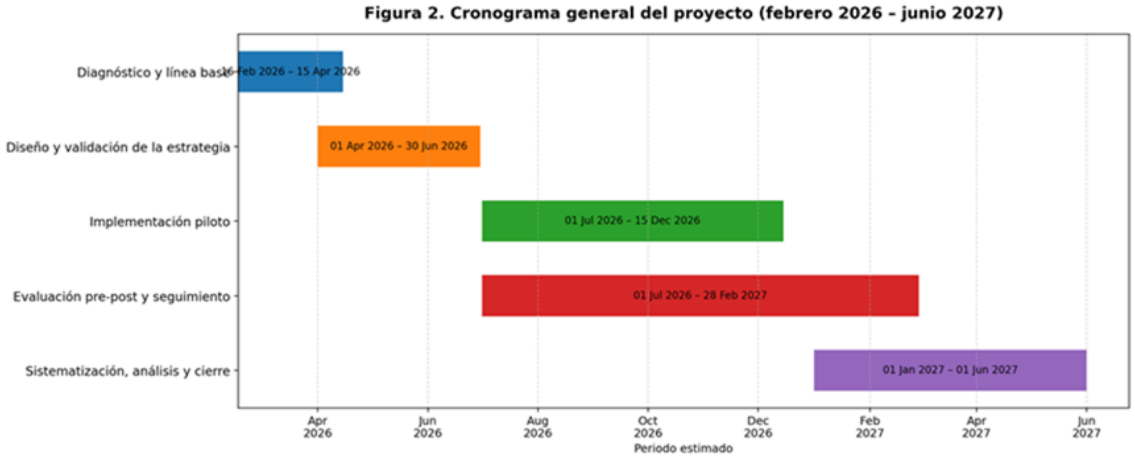
No obstante, la intervención también reconoció desafíos: el tamaño reducido del piloto, la variabilidad en el acceso a dispositivos, la necesidad de acompañamiento ético permanente y la importancia de evitar reduccionismos tecnológicos frente a problemas complejos de salud mental. Por ello, el proyecto se concibió como una estrategia situada, gradual y evaluable, en la que la robustez metodológica y la triangulación entre fuentes cuantitativas y cualitativas son condiciones necesarias para valorar impacto y

transferibilidad (Creswell & Plano Clark, 2018; Fetters et al., 2013; Cohen et al., 2018; Patton, 2015; Braun & Clarke, 2006).

Los resultados empíricos derivados de la aplicación de la intervención con los 15 estudiantes de la muestra piloto, actualmente programada conforme al cronograma institucional del proyecto, serán incorporados en una versión posterior de este manuscrito.

Figura 2

Cronograma general del proyecto (febrero de 2026 a junio de 2027)



4. CONCLUSIONES

La articulación entre ACT, arte y tecnología educativa responde a una necesidad concreta: el bienestar psicológico de estudiantes rurales en educación superior. La propuesta se apoya en evidencia que respalda tanto la eficacia de ACT como el aporte del arte y de las mediaciones digitales, siempre que se diseñen desde criterios de accesibilidad, acompañamiento y pertinencia contextual (Hayes et al., 2006, 2016; Harris, 2019; A-Tjak et al., 2015; Öst, 2014; Stuckey & Nobel, 2010; Fancourt & Finn, 2019; Andersson & Titov, 2014).

El proyecto desplaza la discusión sobre salud mental de una lógica exclusivamente clínica hacia una intervención psicoeducativa contextualizada, accesible y orientada a la permanencia académica. Esta perspectiva es coherente con lineamientos que vinculan bienestar, inclusión y trayectoria educativa con el derecho a una educación de calidad (WHO, 2025a; UNICEF, 2021; UNESCO, 2025; UNESCO et al., 2025; OECD, 2023; Ministerio de Educación Nacional, 2016).

https://doi.org/10.66231/RedCiencia360.v3i2.66

La mediación tecnológica de bajo consumo de datos es la condición que hace posible la participación y la equidad territorial en este proyecto, más que un complemento accesorio. En contextos rurales, las soluciones offline, móviles y asincrónicas reducen barreras sin desplazar el foco humano y pedagógico de la intervención (van Dijk, 2020; Bates, 2022; Moore & Kearsley, 2012; DANE, 2024; UNAD, 2024; UNAD-Conecta, s.f.).

El modelo propuesto tiene potencial de escalamiento dentro de la UNAD y de adaptación a otros escenarios latinoamericanos donde convergen ruralidad, brecha digital y necesidad de apoyo emocional en educación superior. Se espera que produzca evidencia aplicable y, a la vez, deje una ruta institucional replicable para vincular salud mental, creatividad y tecnología desde un enfoque territorial e inclusivo (UNAD, 2023; Ministerio de Salud y Protección Social, 2024; National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine, 2021; Patton et al., 2016; Hewitt Ramírez et al., 2014).

5. REFERENCIAS

A-Tjak, J. G. L., Davis, M. L., Morina, N., Powers, M. B., Smits, J. A. J., & Emmelkamp, P. M. G. (2015). A meta-analysis of the efficacy of acceptance and commitment therapy for clinically relevant mental and physical health problems. Psychotherapy and Psychosomatics, 84(1), 30-36. https://doi.org/10.1159/000365764

Andersson, G., & Titov, N. (2014). Advantages and limitations of Internet-based interventions for common mental disorders. World Psychiatry, 13(1), 4-11. https://doi.org/10.1002/wps.20083

Association for Contextual Behavioral Science. (s.f.). The six core processes of ACT. https://contextualscience.org/six_core_processes_act

Auerbach, R. P., Alonso, J., Axinn, W. G., Cuijpers, P., Ebert, D. D., Green, J. G., Hwang, I., Kessler, R. C., Liu, H., Mortier, P., Nock, M. K., Pinder-Amaker, S., Sampson, N. A., Aguilar-Gaxiola, S., Al-Hamzawi, A., Andrade, L. H., Benjet, C., Caldas-de-Almeida, J. M., Demyttenaere, K., ... Bruffaerts, R. (2016). Mental disorders among college students in the World Health Organization World Mental Health Surveys. Psychological Medicine, 46(14), 2955-2970. https://doi.org/10.1017/S0033291716001665

Bates, A. W. (2022). Teaching in a digital age: Guidelines for designing teaching and learning (2nd ed.). Tony Bates Associates Ltd. https://opentextbc.ca/teachinginadigitalage/

Bolwerk, A., Mack-Andrick, J., Lang, F. R., Dörfler, A., & Maihöfner, C. (2014). How art changes your

brain: Differential effects of visual art production and cognitive art evaluation on functional brain connectivity. PLOS ONE, 9(7), e101035. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0101035

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. Qualitative Research in Psychology, 3(2), 77-101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Cohen, L., Manion, L., & Morrison, K. (2018). Research methods in education (8th ed.). Routledge. https://www.routledge.com/Research-Methods-in-Education/Cohen-Manion-Morrison/p/book/9781138209886

Creswell, J. W., & Plano Clark, V. L. (2018). Designing and conducting mixed methods research (3rd ed.). SAGE. https://us.sagepub.com/en-us/nam/designing-and-conducting-mixed-methods-research/book241842

Departamento Administrativo Nacional de Estadística. (2024). TIC en hogares y personas de 5 y más años de edad 2023: Boletín técnico. https://www.dane.gov.co/files/operaciones/TICH/bol-TICH-2023.pdf

Fancourt, D., & Finn, S. (2019). What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review. World Health Organization Regional Office for Europe. https://www.who.int/europe/publications/i/item/9789289054553

Fetters, M. D., Curry, L. A., & Creswell, J. W. (2013). Achieving integration in mixed methods designs - principles and practices. Health Services Research, 48(6 Pt 2), 2134-2156. https://doi.org/10.1111/1475-6773.12117

Harris, R. (2019). ACT made simple: An easy-to-read primer on acceptance and commitment therapy (2nd ed.). New Harbinger Publications. https://www.newharbinger.com/9781684033010/act-made-simple/

Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and commitment therapy: Model, processes and outcomes. Behaviour Research and Therapy, 44(1), 1-25. https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2016). Acceptance and commitment therapy: The process and practice of mindful change (2nd ed.). Guilford Press. https://www.guilford.com/books/Acceptance-and-Commitment-Therapy/Hayes-Strosahl-Wilson/9781462528943

Hewitt Ramírez, N., Gantiva Díaz, C. A., Vera Maldonado, A., Cuervo Rodríguez, M. P., Hernández Olaya, N. L., Juárez, F., & Parada Baños, A. J. (2014). Afectaciones psicológicas de niños y adolescentes expuestos al conflicto armado en una zona rural de Colombia. Acta Colombiana

de Psicología, 17(1), 79-89. https://doi.org/10.14718/ACP.2014.17.1.9

Hodges, C., Moore, S., Lockee, B., Trust, T., & Bond, A. (2020). The difference between emergency remote teaching and online learning. EDUCAUSE Review. https://er.educause.edu/articles/2020/3/the-difference-between-emergency-remote-teaching-and-online-learning

Hollis, C., Falconer, C. J., Martin, J. L., Whittington, C., Stockton, S., Glazebrook, C., & Davies, E. B. (2017). Annual research review: Digital health interventions for children and young people with mental health problems - a systematic and meta-review. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 58(4), 474-503. https://doi.org/10.1111/jcpp.12663

Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. Journal of Adolescent Health, 46(1), 3-10. https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008

Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. (2016). Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making. Art Therapy, 33(2), 74-80. https://doi.org/10.1080/07421656.2016.1166832

Kashdan, T. B., & Rottenberg, J. (2010). Psychological flexibility as a fundamental aspect of health. Clinical Psychology Review, 30(7), 865-878. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.03.001

Lattie, E. G., Adkins, E. C., Winquist, N., Stiles-Shields, C., Wafford, Q. E., & Graham, A. K. (2019). Digital mental health interventions for depression, anxiety, and enhancement of psychological well-being among college students: Systematic review. Journal of Medical Internet Research, 21(7), e12869. https://doi.org/10.2196/12869

Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2017). Learning ACT: An acceptance and commitment therapy skills-training manual for therapists (2nd ed.). New Harbinger Publications. https://www.newharbinger.com/9781684032167/learning-act/

Malchiodi, C. A. (2012). Art therapy and health care. Guilford Press. https://www.guilford.com/books/Art-Therapy-and-Health-Care/Cathy-Malchiodi/9781462507160

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, D. R. (2002). Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT) users manual. Multi-Health Systems. https://scholars.unh.edu/personality_lab/27/

Ministerio de Educación Nacional. (2016). Estrategias para la permanencia en educación superior: Experiencias significativas. https://www.mineducacion.gov.co/1759/articles-356276_recurso.pdf

Ministerio de Salud y Protección Social. (2024). Análisis de situación de la salud mental con énfasis en determinantes sociales. https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/asis-salud-mental-determinantes-sociales-colombia.pdf

Moore, M. G., & Kearsley, G. (2012). Distance education: A systems view of online learning (3rd ed.). Cengage Learning. https://www.cengage.com/c/distance-education-a-systems-view-of-online-learning-3e-moore/

National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. (2021). Mental health, substance use, and well-being in higher education: Supporting the whole student. National Academies Press. https://doi.org/10.17226/26015

OECD. (2023). Equity and inclusion in education: Finding strength through diversity. OECD Publishing. https://www.oecd.org/education/equity-and-inclusion-in-education-e9072e21-en.htm

Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., Bonell, C., Kakuma, R., Kennedy, E., Mahon, J., McGovern, T., Mokdad, A. H., Patel, V., Petroni, S., Reavley, N., Taiwo, K., ... Viner, R. M. (2016). Our future: A Lancet commission on adolescent health and well-being. The Lancet, 387(10036), 2423-2478. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(16)00579-1

Patton, M. Q. (2015). Qualitative research & evaluation methods (4th ed.). SAGE. https://us.sagepub.com/en-us/nam/qualitative-research-evaluation-methods/book232962

Plano Clark, V. L., & Ivankova, N. V. (2016). Mixed methods research: A guide to the field. SAGE. https://us.sagepub.com/en-us/nam/mixed-methods-research/book245184

Polk, K. L., & Schoendorff, B. (2014). The ACT matrix: A new approach to building psychological flexibility across settings and populations. New Harbinger Publications. https://www.newharbinger.com/9781608823499/the-act-matrix/

Rubin, J. A. (2016). Approaches to art therapy: Theory and technique (3rd ed.). Routledge. https://www.routledge.com/Approaches-to-Art-Therapy-Theory-and-Technique/Rubin/p/book/9781138949249

Ruiz, F. J. (2010). A review of Acceptance and Commitment Therapy (ACT) empirical evidence: Correlational, experimental psychopathology, component and outcome studies. International Journal of Psychology and Psychological Therapy, 10(1), 125-162. https://www.ijpsy.com/volumen10/num1/256.html

Stuckey, H. L., & Nobel, J. (2010). The connection between art, healing, and public health: A review of current literature. American Journal of Public Health, 100(2), 254-263. https://doi.org/10.2105/AJPH.2008.156497

Swain, J., Hancock, K., Dixon, A., & Bowman, J. (2015). Acceptance and Commitment Therapy for children: A systematic review of intervention studies. Journal of Contextual Behavioral Science, 4(2), 73-85. https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2015.02.001

Tashakkori, A., & Teddlie, C. (Eds.). (2010). SAGE handbook of mixed methods in social & behavioral research (2nd ed.). SAGE. https://us.sagepub.com/en-us/nam/the-sage-handbook-of-mixed-methods-in-social-and-behavioral-research/book233554

UNAD-Conecta. (s.f.). Aplicación oficial de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Google Play. https://play.google.com/store/apps/details?id=io.unad.campusOff

UNAD. (2023). Plan de desarrollo 2023-2034 "Más UNAD, más equidad". https://informacion.unad.edu.co/images/2023/PLAN_DE_DESARROLLO_2023-2034.pdf

UNAD. (2024). UNAD presenta Conecta: la app que facilita el acceso al campus virtual sin necesidad de internet. https://noticias.unad.edu.co/index.php/2025/7268-unad-presenta-conecta-la-app-que-facilita-el-acceso-al-campus-virtual-sin-necesidad-de-internet

UNESCO, UNICEF, World Bank, WFP, & Research Consortium on School Health and Nutrition. (2025). Transforming education through health and well-being: A briefing note. UNESCO. https://www.unesco.org/sdg4education2030/en/knowledge-hub/transforming-education-through-health-and-well-being-briefing-note

UNESCO. (2025). Integrating health and well-being into education policy and planning: A handbook. https://www.unesco.org/en/articles/integrating-health-and-well-being-education-policy-and-planning-handbook

UNICEF. (2021). The State of the World's Children 2021: On my mind - promoting, protecting and caring for children's mental health. https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021

van Dijk, J. (2020). The digital divide. Polity Press. https://www.politybooks.com/bookdetail?book_slug=the-digital-divide--9781509534456

World Health Organization. (2025a). Mental health. https://www.who.int/health-topics/mental-health

World Health Organization. (2025b). Adolescent mental health. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health

Öst, L.-G. (2014). The efficacy of Acceptance and Commitment Therapy: An updated systematic review and meta-analysis. Behaviour Research and Therapy, 61, 105-121. https://doi.org/10.1016/j.brat.2014.07.018

Conflicto de interés

Ninguno.

Financiamiento

Ninguno.

Declaración de responsabilidad autoral

Natalia Elizabeth Perez Cabrera: conceptualización, investigación, gestión del proyecto, diseño visual, recursos, software, supervisión, revisión y edición final.

Leidy Yiseth Cárdenas Castiblanco: conceptualización, investigación, curación de datos, metodología y redacción del borrador original.

Johana del Pilar Granados Guevara: investigación, validación, análisis formal, acompañamiento metodológico y revisión del contenido.

Valentina Rengifo Correa: conceptualización, gestión del proyecto, diseño visual, recursos, software, supervisión, revisión y edición final.

María Seucy Fajardo Celis: investigación, validación, análisis formal, acompañamiento metodológico y revisión del contenido.

Silva Prieto Leidy Viviana: conceptualización, investigación, curación de datos, metodología y redacción del borrador original.

Editorial

Red de investigadores científicos de América Latina y el Caribe, número de registro de red ante SENESCYT REG-RED-23-0196, Quito, Ecuador.