



BOLETÍN EN SALUD MENTAL

Semana de la salud mental septiembre de 2026

Corte a julio de 2026



Administrado por
{fiduprevisora}

1

Marco normativo y concepto de salud mental

En el marco de la Ley Estatutaria de Salud (Ley 1751 de 2015), la salud es un derecho fundamental que comprende, entre otros elementos, la disponibilidad, accesibilidad y libre elección de los servicios. En materia de salud mental, la Ley 1616 de 2013 establece el derecho a una atención integral, integrada y humanizada, con atención especializada e interdisciplinaria y tratamientos sustentados en la mejor evidencia científica.

La salud mental se entiende como un estado de bienestar que permite afrontar el estrés cotidiano, desarrollar capacidades, trabajar productivamente y contribuir a la comunidad. No se limita a la ausencia de enfermedad, sino que implica un equilibrio dinámico entre emociones, pensamientos, relaciones y propósito.

2

Panorama de la salud mental en la población FOMAG



El boletín reporta 95.539 usuarios identificados con problemas o trastornos de salud mental. De este total, 36.134 corresponden a cotizantes docentes, 33.133 a beneficiarios, 24.429 a cotizantes pensionados, 1.818 a sustitutos pensionales y 25 a cotizantes dependientes. Por otro lado, el 96 % corresponde a trastornos mentales y del comportamiento, el 2 % a problemas potenciales de carácter psíquico o psicosocial y otro 2 % a epilepsia; los demás casos corresponden a lesiones autoinfligidas, alteraciones cognitivas y Alzheimer. Los principales diagnósticos confirmados son el trastorno mixto de ansiedad y depresión (38%), trastorno cognoscitivo leve (4%) y trastorno de adaptación (3%). Territorialmente, Bogotá D.C. concentra el 11 % de los trastornos mentales y del comportamiento identificados, seguida de Cundinamarca con el 9 %.

Tabla 1. Total, y agrupación de trastornos en salud mental

Agrupación de trastornos en salud mental	Cantidad
Trastornos mentales y del comportamiento	91.281
Personas con problemas potenciales psíquicos o psicosociales	2.240
Epilepsia	1.878
Lesiones autoinfligidas intencionalmente	93
Otros síntomas y signos que involucran la función cognoscitiva y la conciencia	32
Alzheimer	15
TOTAL	95.539

Fuente: Cohorte de salud mental, julio de 2026.

Tabla 2. Diagnósticos principales confirmados

Tipo de trastorno	%
Trastorno mixto de ansiedad y depresión	38%
Trastorno cognoscitivo leve	4%
Trastorno de adaptación	3%
Otros diagnósticos incluidos: trastorno afectivo bipolar, epilepsia, autismo en la niñez, demencia, trastornos del desarrollo del habla, esquizofrenia y trastornos de la función sexual.	55%
TOTAL	100%

Fuente: Cohorte de salud mental, julio de 2026.

¿Qué nos dicen estas cifras?

Los resultados muestran que los trastornos de ansiedad y los trastornos depresivos constituyen una proporción importante de las necesidades de salud mental de la población FOMAG, seguidos por el trastorno cognoscitivo leve y el trastorno de adaptación. Este comportamiento evidencia la importancia de fortalecer las acciones de promoción de la salud mental, prevención, identificación temprana y atención integral, considerando el impacto que estas condiciones pueden generar en el bienestar emocional, el funcionamiento cotidiano y la calidad de vida de las personas.

De igual manera, estos resultados requieren especial atención frente a la identificación, valoración y gestión oportuna del riesgo de lesiones autoinfligidas y conducta suicida. En este contexto, es fundamental que los servicios de salud mental cuenten con mecanismos que permitan reconocer tempranamente señales de alerta, factores de riesgo y factores protectores, así como garantizar la activación oportuna de las rutas de atención y el seguimiento de las personas que presenten algún nivel de riesgo. La valoración integral cobra especial relevancia en personas con síntomas depresivos u otras condiciones de salud mental que puedan incrementar su vulnerabilidad.

Este panorama representa una oportunidad para continuar fortaleciendo estrategias orientadas a la detección oportuna de los problemas y trastornos de salud mental, la gestión integral de los riesgos, el acceso efectivo y oportuno a los servicios, la continuidad del cuidado y el seguimiento de los casos, promoviendo una atención centrada en la persona y sus necesidades. Asimismo, resulta fundamental fortalecer el acompañamiento a las familias y redes de apoyo, favorecer la adherencia a los tratamientos y reducir las barreras y el estigma asociados a la búsqueda de atención en salud mental.

En este sentido, los resultados invitan a continuar consolidando una respuesta integral y articulada que permita prevenir la progresión de los problemas de salud mental, reducir riesgos asociados y favorecer procesos de recuperación y bienestar, con especial énfasis en la prevención de lesiones autoinfligidas y conducta suicida.

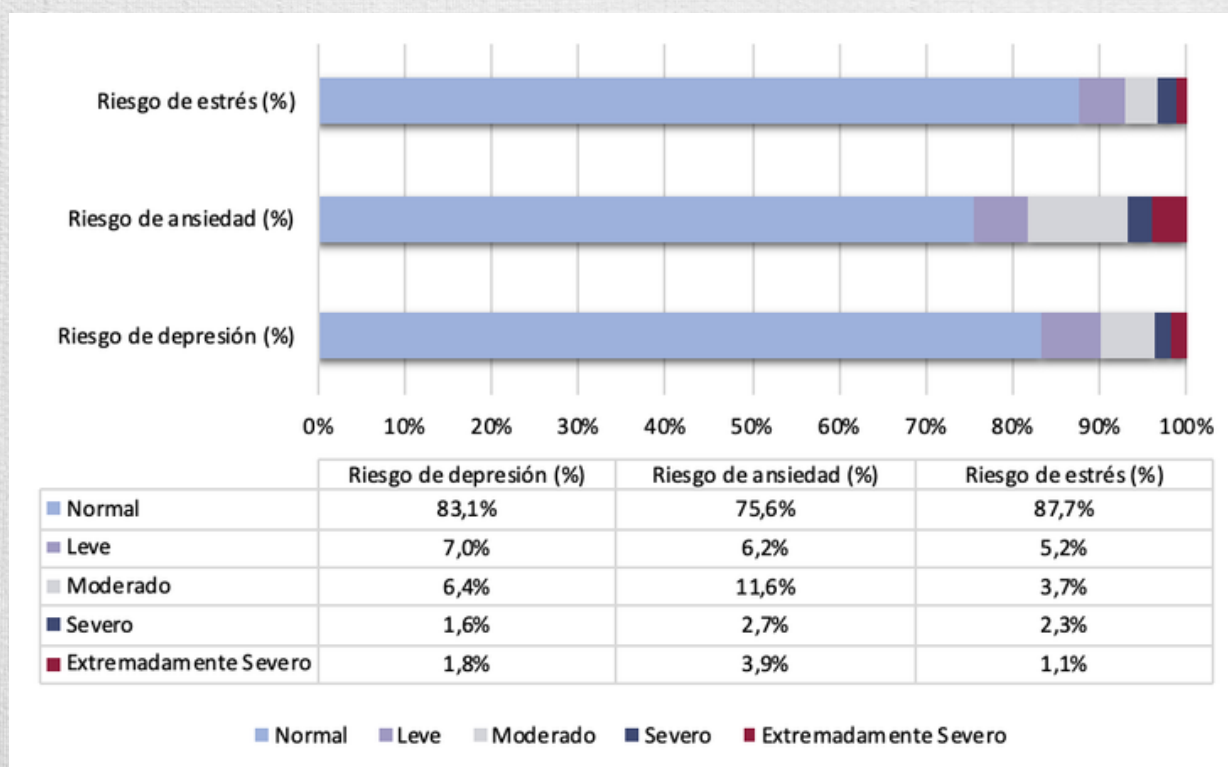
Hablar de salud mental es también hablar de bienestar, prevención y calidad de vida.

¿Sabías que...?

El síndrome de agotamiento profesional (burnout) está reconocido por la Organización Mundial de la Salud como un fenómeno ocupacional. En la docencia, factores como la carga administrativa, los grupos numerosos y la falta de tiempo de recuperación son algunos de los principales desencadenantes.

Desde el área de Seguridad y Salud en el Trabajo se ha desarrollado un cuestionario de auto reporte de condiciones de salud que, entre otros objetivos, busca identificar el riesgo de ansiedad, depresión o estrés en la población de docentes activos.

A corte del 31 de julio de 2026, 103.898 docentes completaron el cuestionario y los resultados se presentan a continuación:



Resultados del auto reporte de condiciones de salud: Riesgo de estrés, ansiedad y depresión en los docentes activos. Corte: 31 de julio de 2026

Es notable que un porcentaje significativo de la población de docentes activos se encuentra con riesgo leve o mayor de presentar ansiedad (24,4%), depresión (16,9%) o estrés (12,3%). La intervención a través de los Equipos para el Cuidado Integral de la Salud Laboral (ECIS-L) ha permitido el seguimiento sistemático de estos profesionales y la gestión de remisión hacia instituciones prestadoras de servicios de salud (IPS) de atención primaria, con el propósito de mitigar el impacto de estas patologías en la calidad de vida laboral docente.

Principales señales de alerta

Entre las señales que requieren atención se encuentran los cambios persistentes en el sueño o el apetito, la irritabilidad o tristeza frecuente, las dificultades de concentración, la pérdida de interés en actividades habituales, el aislamiento social, el agotamiento emocional asociado al trabajo y el cansancio persistente.

Recomendaciones para el bienestar diario

- Priorizar el descanso y mantener horarios adecuados de sueño.
- Establecer límites saludables entre las actividades laborales y personales.
- Realizar actividad física de manera regular.
- Fortalecer las relaciones con familiares, amigos y compañeros.
- Realizar pausas conscientes y ejercicios de respiración o relajación.
- Solicitar apoyo profesional oportunamente cuando sea necesario.



Líneas de ayuda en Colombia

Contactos de apoyo inmediato



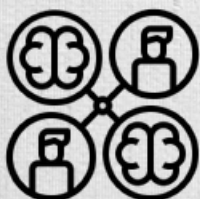
Línea 123

Línea nacional de emergencias, con opción de orientación y prevención en salud mental, disponible las 24 horas.



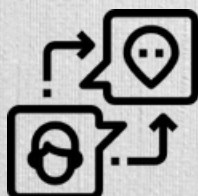
Línea 106

Línea de orientación psicosocial y prevención del suicidio en Bogotá y a nivel nacional, atención gratuita las 24 horas.



Líneas departamentales de salud mental

Cada departamento cuenta con una línea propia de atención; consulta el número vigente en la secretaría de salud de tu región.



Prestadores primarios del FOMAG

Contacta a tu prestador primario FOMAG.

Cuidar tu salud mental también es cuidarte

“La salud mental es parte fundamental de nuestro bienestar. Escuchar lo que sentimos, pedir ayuda cuando la necesitamos y cuidar de nosotros mismos también es una forma de fortalecer nuestra calidad de vida.

Recuerda: no tienes que afrontar todo en soledad. Buscar apoyo es un acto de valentía y cuidado.

Cuidar tu mente es cuidar tu vida.”



Referencias bibliográficas

- *Fondo Nacional de Prestaciones Sociales del Magisterio (FOMAG). Información y datos institucionales con corte a julio de 2026.*
- *Organización Mundial de la Salud (OMS). Documentos técnicos y lineamientos relacionados con salud mental.*
- *Congreso de la República de Colombia. Ley 1751 de 2015, por medio de la cual se regula el derecho fundamental a la salud. Artículo 6.*
- *Congreso de la República de Colombia. Ley 1616 de 2013, por medio de la cual se expide la Ley de Salud Mental y se dictan otras disposiciones.*
- *Congreso de la República de Colombia. Ley 2460 de 2025, de 16 de junio de 2025, por medio de la cual se modifica y adiciona la Ley 1616 de 2013 y se dictan otras disposiciones en materia de salud mental.*
- *Ministerio de Salud y Protección Social & Colciencias. (2015). Encuesta Nacional de Salud Mental 2015. Bogotá, D. C., Colombia.*
- *Cirilo-Acero I, Aguirre-Morales M, Franco-Mendoza JM, Tantalean-Terrones LJ, Livia-Segovia J. Psychometric evaluation of the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-21) in peruvian university students. Rev Peru Med Exp Salud Publica. 2025 Dec 1;42(3):291-299. doi: 10.17843/rpmesp.2025.423.14209. PMID: 41557546; PMCID: PMC12679971.*

