

Acompañamiento humano: con amor y ciencia

Diana Catherine Criollo Villota

Andrea Ruiz Moncayo

Estudiantes del Programa de Psicología
Universidad Mariana

Nicolás Riascos Benavides

Coautor

Universidad Mariana

Resumen

En el presente proyecto se planteó como objetivo establecer procesos de acompañamiento psicológico en las diferentes áreas de desempeño, a la población perteneciente a las Unidades C, E y H del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro. Con el fin de realizar un adecuado diagnóstico, se empleó la observación directa, encuestas, entrevista semi-estructurada y revisión de historias clínicas, esto permitió comprender la necesidad de implementar centros de escucha, para el acompañamiento emocional, entrenar en regulación emocional a las pacientes de larga estancia de la unidad E, identificar y apoyar procesos de acompañamiento en habilidades de lecto-escritura y cálculo, en niños y adolescentes de las unidades C y H de corta estancia y fortalecer la red de apoyo de la población perteneciente a las Unidades C, E y H del Hospital Mental Nuestra Sra. del Perpetuo Socorro.

Palabras clave: adolescencia, cognición, escucha, familia, habilidad, infancia, intervención psicológica, inadaptación, terapia cognitiva.

Introducción

El proyecto de práctica denominado "Acompañamiento humano, con amor y ciencia", se planteó con el fin de establecer procesos de acompañamiento psicológico en unidades de corta y larga estancia del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro. El problema principal se enfoca en un limitado apoyo psicológico en algunas de las esferas personales de los pacientes que se encuentran hospitalizados. Es por esto,

que para implementar el proyecto se trazó como objetivo general el establecimiento del acompañamiento psicológico en unidades de corta y larga estancia. Para dar cumplimiento a este objetivo, fue necesario distribuir el proceso en cuatro objetivos específicos, enfocados en la implementación de centros de escucha en la unidad de larga estancia, así mismo, realizar entrenamiento en regulación emocional con la población mencionada.

También, fue necesario identificar y apoyar procesos de habilidades escolares en niños y adolescentes de las unidades de corta estancia y por último fortalecer la red de apoyo en las unidades de corta y larga estancia. Se encuentra además, la descripción de la contextualización del lugar en donde se llevó a cabo el proyecto, así como las especificidades de las unidades y pacientes con quienes se trabajó. En el marco teórico que sustenta este proyecto, se encuentran conceptos, como acompañamiento psicológico, zona de escucha y las funciones que ésta cumple; regulación emocional y técnicas de respiración, que fueron parte fundamental del entrenamiento; modelamiento, habilidades de lectoescritura y cálculo y dificultades que se encuentran en el aprendizaje de éstas. Se planteó también, un plan estratégico que contiene las actividades a desarrollar, junto a un cronograma de actividades que guio el tiempo de desarrollo de las mismas. Finalmente, se tiene los resultados del plan estratégico, generando de ésta manera conclusiones y recomendaciones a partir de lo realizado en el proyecto.

Objetivos

General

Establecer procesos de acompañamiento psicológico en las diferentes áreas de desempeño a la población perteneciente a las Unidades C, E y H del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro.

Específicos

- Implementar centros de escucha para el acompañamiento emocional de las pacientes de larga estancia de la unidad E del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro.
- Entrenar en regulación emocional a las pacientes de larga estancia de la unidad E del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro.
- Identificar y apoyar procesos de acompañamiento en habilidades de lecto-escritura y cálculo, en niños y adolescentes de las unidades C y H de corta estancia del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro.
- Fortalecer la red de apoyo de la población perteneciente a las Unidades C, E y H del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro.

Metodología para la recolección de información

Con el fin de conocer las necesidades y problemáticas presentes en la Unidad E, se solicitó al personal perteneciente a la unidad: auxiliares de enfermería (6), personal de servicios generales (2), terapeuta ocupacional, psiquiatría, médico general y trabajo social; el reconocimien-

to de tres problemas relevantes, teniendo en cuenta las causas y las consecuencias (formato diagnóstico), haciendo uso de la metodología del marco lógico. De igual manera, se realizó la revisión de historias clínicas en las tres unidades en las cuales se pondrá en marcha el proyecto.

Resultados

Acompañamiento psicológico

Acompañar como la misma palabra lo refiere, es tratar de acoger, estar al lado de una persona para brindar apoyo y reconfortar ante los problemas y situaciones que generen malestar. Acompañar es mantenerse junto a la persona que atraviesa dificultades, además de compartir y ser empático ante el dolor que está experimentando. (Instituto Interamericano de Derechos Humanos, 2005).

Zona de escucha

Según el Ministerio de Salud (s.f.), se define la zona de escucha como un espacio en el cual se promueve la escucha activa, mediación, orientación, acompañamiento; estableciendo servicios de escucha y acogida, con el fin de afrontar las demandas, necesidades, inquietudes, inconformidades o incomodidades de uno o varios de los aspectos de la vida de la persona; por lo tanto, el centro o zona de escucha trabaja por la transformación de las condiciones que generan sufrimiento y la atención de las personas. (Ver Tabla 1).

Tabla 1. Resultados Zona de Escucha

Objetivo		Implementar centros de escucha para el acompañamiento emocional de las pacientes de larga estancia de la unidad E del Hospital Mental Nuestra Sra. del Perpetuo Socorro.		
Actividad	Población	Materiales Utilizados	Metodología	Indicador de Logro
Adecuación del espacio para la zona de escucha	Pacientes Unidad E	Foami	Para dar cuenta de la ejecución del primer objetivo, se retoma la primera actividad planteada correspondiente a la adecuación del espacio para la zona de escucha en la unidad E de larga estancia, la cual tuvo lugar el día 26 de septiembre de 2017. En este sentido, cabe resaltar que en el consultorio correspondiente a la unidad, se adecuó el espacio para la zona, ya que se cuenta con los elementos necesarios para la atención individual. En el consultorio se puso en primer lugar, el nombre de la zona de escucha, con el fin de que las pacientes y profesionales que transitan por el lugar, conozcan lo que se está realizando. En segundo lugar, se diseñó y ubicó un calendario, para que las pacientes en la intervención puedan ser evaluadas en la orientación y reforzar este aspecto. También, se tuvo en cuenta los horarios de utilización del consultorio, puesto que la atención en la zona de escucha se realizó en horarios establecidos según la serie de actividades que se realizan con las pacientes.	100%
		Cartulina		
		Plotters		
Inauguración de la zona de escucha con la participación de estudiantes de último semestre de psicología de la Universidad Mariana			Posterior a la adecuación de la zona de escucha, se realizó la inauguración de la misma, en compañía de las estudiantes de noveno y décimo semestre del programa de psicología de la Universidad Mariana. El objetivo de la inauguración fue dar a conocer lo que se va a realizar en la zona de escucha con las pacientes.	
Establecer y socializar la ruta de atención para la zona de escucha			Después de la inauguración, se procedió a establecer una ruta de atención para la zona de escucha, para que los profesionales y las pacientes conozcan el proceso del cual sería la atención en los casos que requieran apoyo psicológico.	
Atención individual			Finalmente, se da inicio a la atención individual de las pacientes después de haber dado a conocer el proceso de implementación de la zona de escucha, y para registrar las intervenciones, se diseñó un formato que contendría la información de cada paciente.	

Regulación emocional

Según el enfoque cognitivo conductual la regulación emocional se define como “la capacidad para modular la respuesta fisiológica -relacionada con la emoción-, la implementación de ciertas estrategias para dar una respuesta ajustada al contexto y la organización de estas estrategias para lograr metas a nivel social” (Vargas y Muñoz, 2013, p. 227).

Para el adecuado funcionamiento del individuo, se articulan tres elementos principales: el temperamento, el afrontamiento y la autorregulación conductual. A partir de lo anterior, “la Regulación emocional implica el manejo exitoso de la activación emocional, permitiendo un funcionamiento social efectivo al iniciar, mantener, modular o cambiar la ocurrencia, intensidad o duración de estados afectivos internos y procesos fisiológicos relacionados con la emoción” (Vargas y Muñoz, 2013, p. 227).

Tabla 2. *Resultados Regulación Emocional*

Objetivo		Entrenar en regulación emocional a las pacientes de larga estancia de la unidad E del Hospital Mental Nuestra Sra. del Perpetuo Socorro.		
Actividad	Población	Materiales Utilizados	Metodología	Indicador de Logro
Establecer criterios de inclusión y exclusión para la participación de las pacientes			Se realizó la revisión de historias clínicas para conocer las pacientes que serían incluidas en el proceso de regulación emocional, teniendo en cuenta, conductas específicas de auto y hetero agresión, así como también las pacientes que en menor medida presentaban estos comportamientos, con el fin de que sirvan de modelos para sus compañeras en el control de los impulsos, a partir de la regulación emocional.	90%
Contacto inicial psicológico con las pacientes de la Unidad E			Este apartado se tuvo en cuenta para establecer en primer lugar el rapport con las pacientes, además de conocer sus historias de vida para identificar los recursos personales con los que cuentan, también, conocer la actividad motivacional que se bajaría como medio de reforzamiento y distracción para las mismas en cada sesión.	
Atención individual	Pacientes Unidad E		Con el fin de comenzar con las sesiones de regulación emocional, se inició con la actividad motivacional escogida por cada paciente, para facilitar la adherencia a la terapia, y que se genere el diálogo y la expresión de sentimientos. Posterior a esto, las sesiones siguientes se encaminaron a conocer a profundidad la historia personal, con el fin de que emerjan situaciones y emociones, para lograr identificar cada emoción y a partir de esto lograr el conocimiento de las mismas. Para facilitar la identificación de las emociones, fue necesario psicoeducar a las pacientes sobre las emociones desde sus tres componentes que son lo cognitivo, fisiológico y conductual. Lo anterior se realizó a través de imágenes y situaciones imaginarias o recuerdos de cómo era la emoción y cómo fue percibida. Lo anterior, permitió la identificación y manifestación de las emociones en los demás. Cuando se logró reconocer la emoción, se realizó con las pacientes una escala que permitió determinar el nivel de cada emoción, midiendo del uno al cinco, siendo uno el más bajo y cinco el más alto. A continuación, se da paso al proceso de regulación emocional, a partir de técnicas cognitivas conductuales, como la respiración diafragmática para que las pacientes logren el control de sus emociones; haciendo énfasis en las emociones que les generan mayor malestar como la rabia y la tristeza. Finalizando el proceso de regulación, se dio paso al modelamiento de conductas que generan mejor ambiente en el grupo de pacientes, como saludar, agradecer, pedir favores y en general las habilidades sociales básicas, además de la conducta que se debe realizar en situaciones que se generen, especialmente rabia y tristeza. Con cada paciente, se realizó aproximadamente de 8 a 10 sesiones, que dependieron del avance y las capacidades individuales.	
Actividades grupales:			Para dar cumplimiento a esta actividad, se realiza en primer lugar una sesión grupal encaminada a establecer rapport con las pacientes e identificar la interacción de las pacientes cuando se encuentran en actividades de grupo. En esta actividad, se logró la expresión de situaciones desconocidas por las pacientes y otras personas, que son generadoras de malestar en general. Las siguientes actividades, fueron llevadas a cabo teniendo en cuenta el proceso de las sesiones individuales, es decir, las temáticas a trabajar en la intervención grupal, se ajustaron según lo tratado en la atención individual de regulación emocional. Finalizando cada sesión, se retroalimentó con preguntas de lo aprendido en las sesiones individuales, contrastándolas con lo visto en el taller, además, se realizó al final de cada intervención grupal el reconocimiento de las partes del cuerpo y ejercicios de respiración y relajación.	
• Circulo • Cine foro • Lectura de cuentos. • Reconocimiento de las partes del cuerpo • Reconocimiento de emociones: El monstruo de colores.				

Habilidades de lecto-escritura y cálculo

Para conocer cuáles son las habilidades de lectura, escritura y matemática que tiene una persona, se hace indispensable definir qué es una habilidad. El Instituto de Tecnologías Educativas (2010), “define habilidad como la capacidad de realizar tareas y solucionar problemas” (p. 6), es entonces donde la habilidad se convierte en un elemento indispensable para llevar a cabo un proceso de aprendizaje y posterior realización de actividades.

Para adquirir habilidades de lectura, escritura y matemática, se requiere primero el proceso de aprendizaje, entendido este último como un proceso mediante el cual se hacen intercambios con el medio, haciendo adquisición de nuevos pensamientos, sentimientos, percepciones, produciendo cambios cognitivos (Centro de Estudios Sociales y Publicaciones, 2006).

Tabla 3. *Resultados Habilidades Escolares*

Objetivo		Identificar y apoyar procesos de acompañamiento en habilidades de lecto-escritura y cálculo, en niños y adolescentes de las unidades C y H de corta estancia del Hospital Mental Nuestra Sra. del Perpetuo Socorro.		
Actividad	Población	Materiales Utilizados	Metodología	Indicador de Logro
Evaluación neuropsicológica infantil (ENI)- Habilidades Escolares	Pacientes C, D y H.	Unidad Hojas Lápiz Borrador Libreta de estímulos	Para la aplicación de la evaluación neuropsicológica infantil, fue necesario seleccionar a 10 pacientes de diferentes unidades (C, D y H), teniendo en cuenta como criterio de inclusión la edad, comprendida entre 5 a 16 años y que no tengan déficit cognitivo. En algunos casos, la aplicación se realizó en dos sesiones; cada sesión tenía una duración aproximada de una hora. Se inició con la aplicación de lectura, la cual cuenta con 3 dominios: Precisión, comprensión y velocidad. Después se realizó la aplicación de escritura y en ella se evalúa: precisión, composición narrativa y velocidad. Finalmente, se realiza la aplicación de aritmética, encontrándose dentro de esta sub prueba: conteo, manejo numérico, cálculo y problemas aritméticos.	100%
Elaboración de informes			Para la realización del informe se califica la prueba, teniendo en cuenta el manual y la plantilla de evaluación. Se realiza la elaboración del informe sobre habilidades escolares de 10 pacientes.	

Tabla 4. *Resultados fortalecimiento red de apoyo*

Objetivo		Fortalecer la red de apoyo de la población perteneciente a las Unidades C y H del Hospital Mental Nuestra Señora del Perpetuo Socorro		
Actividad	Población	Materiales Utilizados	Metodología	Indicador de Logro
Escuela de padres Unidades C y H	Pacientes Unidad C y H.	Diapositivas Video Beam Hojas Marcadores	Se realizó la escuela de padres de las unidades C y H de forma continua, cada semana los días jueves. El apoyo en esta escuela se ejecutó teniendo como punto de partida las diferentes necesidades y problemáticas, que se presentan en la población de dichas unidades, entre estas se encontraban: consumo de múltiples sustancias psicoactivas, trastornos del comportamiento, aprendizaje, conducta alimentaria, estado de ánimo, etc. Por lo tanto, fue pertinente trabajar con las siguientes temáticas: Reconocimiento del tipo de familias, pautas de crianza, adecuada utilización del tiempo libre con los hijos, regulación emocional, adecuada implementación de las normas con hijos de padres separados, crianza respetuosa, tareas que se deben asignar a los niños y adolescentes según la edad, enfermedad mental, duelo, autoestima y reconocimiento por el día de la mujer. La metodología utilizada en cada una de las escuelas, varió dependiendo de la temática, en este sentido, se utilizaron talleres, debates, representaciones, dibujos y escritos, presentaciones de videos y otras actividades dinámicas con el fin de hacer de las escuelas de padres, una experiencia vivencial. (Apéndice F)	100 %

Conclusiones

En el presente proyecto de práctica, se logró establecer procesos de acompañamiento psicológico, en las unidades en las que se fue pertinente la intervención desde la ciencia psicológica, teniendo como resultado el cumplimiento del 100% de los objetivos específicos propuestos para el desarrollo del proyecto. Teniendo en cuenta el primer objetivo específico, se implementó la zona de escucha en la unidad E de pacientes de larga estancia hospitalaria. Se identificó la necesidad expresada por las pacientes de ser escuchadas y generar diálogos, puesto que no hay un espacio propicio para la expresión de emociones y sentimientos frente a su situación actual y su historia de vida, por ello, el acompañamiento psicológico es indispensable para la descarga de emociones frente a situaciones difíciles de afrontar y que hasta el momento no han sido resueltas. Lo anterior, con el propósito de mejorar la calidad de vida y apoyar la salud emocional en el entorno hospitalario.

Con respecto al segundo objetivo específico, el cual consistió en entrenamiento en regulación emocional, se logró que las pacientes identifiquen sus emociones y cuenten con herramientas necesarias para controlarlas, especialmente la tristeza y el enojo, las cuales son las generadoras de conductas auto y heteroagresivas. El cumplimiento de este objetivo, permitió el diseño de una cartilla de psicoeducación para la identificación de emociones y regulación de las mismas.

En cuanto al tercer objetivo específico que orientó a identificar y apoyar procesos de acompañamiento en habilidades de lecto-escritura y cálculo en niños y adolescentes de las unidades C y H de corta estancia; se realizó la aplicación de la evaluación neuropsicológica infantil, la cual hizo posible la visualización de las di-

ferentes problemáticas en el ámbito educativo, teniendo en cuenta las condiciones psico-socio-emocionales de los sujetos evaluados. A partir de lo mencionado, se realizó recomendaciones encaminadas a un mejor desarrollo y proceso académico.

Finalmente, se fortaleció en un 100% la red de apoyo de la población perteneciente a las unidades C y H con el abordaje de temas relacionados con el consumo de sustancias psicoactivas y trastornos mentales en las unidades mencionadas respectivamente. En este sentido, se trabajó con temas relacionados como pautas de crianza, maltrato y castigos, tiempo libre, enfermedad mental, entre otros; culminado así el cuarto y último objetivo específico del presente proyecto.

Referencias

Centro de Estudios Sociales y Publicaciones. (2006). *Dificultades de Aprendizaje*. Recuperado de http://www.cesip.org.pe/sites/default/files/27dificultades_de_aprendizaje.pdf

Instituto de Tecnologías Educativas. (2010). *Habilidades y competencias del siglo XXI para los aprendices del nuevo milenio en los países de la OCDE*. Recuperado de http://recursostic.educacion.es/blogs/europa/media/blogs/europa/informes/Habilidades_y_competencias_siglo21_OCDE.pdf

Instituto Interamericano de Derechos Humanos. (2005). *Acompañamiento*

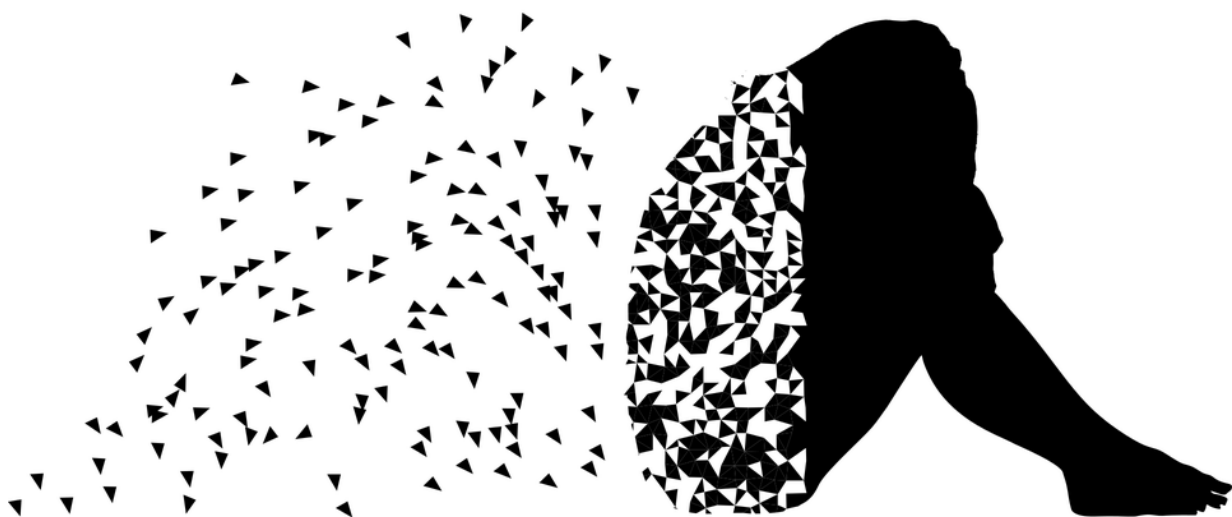
psicológico y terapia psicológica. Recuperado de <https://biblioteca.iidh-jurisprudencia.ac.cr/index.php/documentos-en-espanol/verdad-justicia-y-reparacion/1224-acompanamiento-psicologico-y-terapia-psicologica/file>

Ministerio de Salud y Protección Social. (s.f.). *Orientaciones para el desarrollo de las Zonas de Orientación (ZO) y Centros de Escucha (CE) en el marco del Plan de Salud Pública de Intervenciones Colectivas – PIC*. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/orientaciones-centros-de-escucha.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (s.f.). Elementos necesarios para definir los Centros de Escucha Comunitarios -Presentación de la jornada de formación-. Colombia. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/2presentacion-elementos-centros-escucha.pdf>

Muñoz, E. (2004). *Factores determinantes en el abandono terapéutico en pacientes con trastornos mentales: el papel de la indefensión aprendida* (tesis doctoral). Universidad Complutense de Madrid, España.

Vargas, M., y Muñoz, A. (2013). La regulación emocional: precisiones y avances conceptuales desde la perspectiva conductual. *Psicología USP*, 24(2), 225-240.



Fuente: pixabay