



CENTRO DE INVESTIGACIONES

Boletín Informativo

CEI



Informativo CEI 4(3)

ISSN 2389-7910

ISSN Electrónico 2389-8127

Tercer cuatrimestre de 2017



Terapia ocupacional: promoción y prevención para un trabajo seguro pág. 71

Movilidad docente y estudiantil a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador en Quito pág. 39

Boletín Informativo CEI

Hna. **Nohemí Quezada Paniagua**
Superiora General

Hna. **María Esperanza Benavides Narváez**
Superiora Provincial

Hna. **Amanda Lucero Vallejo**
Rectora Universidad Mariana

Hna. **Marianita Marroquín Yero**
Directora Centro de Investigaciones

Luis Alberto Montenegro Mora
Director Editorial UNIMAR

Centro de Investigaciones

Hna. **Marianita Marroquín Yero**
Directora Centro de Investigaciones

Alexandra Luna Acosta
Coordinadora Investigación Estudiantil

Yaqueline Elizabeth Ureña Prado
Coordinadora Gestión del Conocimiento

Luz Dary Vergara Gil
Auxiliar Centro de Investigaciones

Nehira Lucía Patiño Cerón
Auxiliar Centro de Investigaciones

Boletín Informativo CEI 4(3)
Tercer cuatrimestre de 2017
ISSN **2389-7910**
ISSN Versión Digital **2389-8127**
500 ejemplares

Editorial UNIMAR

Luis Alberto Montenegro Mora
Director Editorial UNIMAR

Luz Elida Vera Hernández
Editora Editorial UNIMAR

Ana Cristina Chávez López
Luz Elida Vera Hernández
Corrección de Estilo Editorial UNIMAR

David Armando Santacruz Perafán
Diseño y Diagramación Editorial UNIMAR

Correspondencia
Editorial UNIMAR
Universidad Mariana
Calle 18 No. 34 – 104
Tel: (00) 57-2-7314923 Ext. 185
Email: editorialunimar@umariana.edu.co
<http://www.umariana.edu.co/EditorialUnimar/>
<http://www.umariana.edu.co/InformativoCIP/>

Las opiniones contenidas en el *Boletín Informativo CEI* no comprometen a la Editorial UNIMAR ni a la Universidad Mariana, puesto que son responsabilidad única y exclusiva de los autores.

Se autoriza la reproducción total o parcial de los contenidos aquí consignados sin fines comerciales siempre y cuando se cite la fuente. Las notas se encuentran en texto completo en la dirección electrónica: <http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/BoletinInformativoCEI>

Colaboradores en esta edición

Daniela Lorena Campaña Hoyos
Yuri Dayana David Quenorán
Camilo Alejandro Santacruz Padilla
John Jairo Ascuntar Benavides
Julio Cesar Chávez
Andrés Arcos Prado
Angie Martínez Valencia
Brigith Alejandra Narváez Pantoja
Dannia Stephany López
Claudia Patricia Quintero
Yesica Marcela Ahumada Burbano
Jessika Lorena Vinchira López
Gabriela Moreno Riascos
Arturo Rengifo Nasner
Kelly Salas Jurado
Estudiantes del Programa de Psicología

José Luis Villarreal
María del Socorro Bucheli
Docentes del Programa de Contaduría Pública

Myrian Rubio
Coordinadora Contabilidad y Auditoría
Pontificia Universidad Católica del Ecuador

Bruno Ulloa Mongenstern
Director carrera CPA
Universidad de la Frontera, Temuco, Chile

Ana Cristina Tunal Enríquez
Nathalia Maricell Parra Narváez
Docentes del Programa de Terapia Ocupacional

Jully Dayám Narváez Benavides
Rosa del Carmen Pepinosa
Gabriela Isabel Ceballos
Cristian Fernando Mainguez
Estefanía Alexandra Erazo
Gabriela Nathalia Bastidas Jojoa
Nathaly Silvana Daza Criollo
Jessica Fernanda Tupaz Ceballos
Laura Manuela Valencia Pejendino
Nathaly Vanessa Bastidas Jurado
Jully Dayam Narváez Benavides
Paula Andrea Rodríguez Paredes
Angie Elizabeth Botina Benavides
Karen Tatiana Córdoba Flórez
Nathalia Alejandra Delgado Barrera
Maritza Elizabeth Lucano Yaluzan
Milena Yasmitd Pérez Villota
Luisa Fernanda Calvache Daza
Eliana Fernanda Delgado Castillo
Lina Daniela Jurado Mejía
Karen Yadira Muñoz Zambrano
Laura Daniela Betancourt
Alejandra Katherine Bucheli
Kathy Loreni Marroquin
Yesenia Mayerli Perez
Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional

María Isabel Aguirre

Angie Arcos

Andrea Caicedo

Estudiantes del Programa de Fisioterapia

Nathalia Moreno Bacca

Mónica Carolina Delgado Molina

Mónica Chamorro Acosta

Docentes del Programa de Fisioterapia

Estudiantes rotación Neurorehabilitación Adulto
Segundo semestre 2016

Diana Cristina Lourido Jurado

Lady Johanna Portilla Portilla

Julieth Roxana Calderón Cifuentes

Docentes del Programa de Terapia Ocupacional

Vilma Tamara Ortiz Nieves

Karina Gallardo Solarte

Docentes del Programa de Enfermería

Lizeth Yuranny Romo Bravo

Estudiante del Programa de Ingeniería Ambiental

María Patricia Obando Enríquez

Docente del Programa de Ingeniería Ambiental

Depósito legal

Biblioteca Nacional de Colombia, Grupo de Procesos Técnicos, calle 24 No. 5 – 60 Bogotá D. C.

Biblioteca Central Gabriel García Márquez, Universidad Nacional de Colombia, Plaza Central Santander, carrera 45 No. 26 – 85 Bogotá D. C.

Biblioteca Luis Carlos Galán Sarmiento, Congreso de la República de Colombia, Dirección General Administrativa, carrera 6 No. 8– 94 Bogotá D. C.

Biblioteca Rivas Sacconi, Instituto Caro y Cuervo, Sede Centro, calle 10 No. 4-69 Bogotá D. C. y Sede Yerbabuena, kilómetro 24 Autopista Norte Bogotá D.C.

Centro Cultural y Biblioteca Pública Julio Mario Santo Domingo, calle 170 No. 67-51 Bogotá D. C.

Parque Biblioteca España, carrera 33B # 107A-100, Medellín.

Centro Cultural Leopoldo López Álvarez – Área Cultural del Banco de la República en Pasto, calle 19 No. 21-27 San Juan de Pasto.

Biblioteca Hna. Elisabeth Guerrero N. f.m.i. Calle 18 No. 34 -104 Universidad Mariana, San Juan de Pasto.

Biblioteca Alberto Quijano Guerrero, Universidad de Nariño, Ciudad Universitaria Torobajo, calle 18 carrera 50, San Juan de Pasto.

Sociales, Humanidades y Educación

Cadena de vida: calidad de vida y Salud mental	4
Mejorar en habilidades para la vida, logrando un empoderamiento personal, organizacional y social	10
Una vez elijas la esperanza, todo es posible	15
Prácticas de gestión humana, un proceso de apoyo en la empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas S.A.S	18
Derechos humanos y equidad: de la teoría a la práctica institucional	23
Elección de soluciones pacíficas en pro de un bienestar mutuo	27
Implementación de un Programa Cognitivo Comportamental de Tercera Generación (<i>Mindfulness</i>) enfocado a la autorregulación emocional en pacientes con diagnóstico de depresión unipolar de la Unidad “Intermedio Mujeres” del Hospital San Rafael de San Juan de Pasto	31
Factores psicosociales que afectan a los funcionarios de la Alcaldía Municipal de Pasto	34

Económicas, Contables y Administrativas

<i>Libro Patrimonio cultural</i> aporte académico de la Universidad Mariana en el onomástico de Pasto	38
Movilidad docente y estudiantil a la Pontifica Universidad Católica del Ecuador en Quito	39

Salud

Orientación al Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo	40
Aprendiendo a soñar	45
Futuro seguro: una propuesta para la prevención de embarazos en adolescentes	47
Tu vida sin drogas, haz lo mejor	50
Percepción del rol del fisioterapeuta en la Unidad de Cuidado Intensivo	53
Práctica neurorehabilitación paciente adulto, bajo el modelo de la Asociación Americana de Fisioterapia	55
Rol del Fisioterapeuta en la Unidad de Especialidades Quirúrgicas (intervención fisioterapéutica musculoesquelética y tegumentaria en el usuario adulto hospitalizado) - Hospital Universitario Departamental de Nariño	57

Relación entre las habilidades de interacción social y los factores de riesgo ocupacionales en el desempeño laboral de los docentes de básica primaria en una institución de Pasto	58
Encuentro de estudiantes una estrategia para desarrollar el potencial de organización de los estudiantes de Terapia Ocupacional	64
Docentes investigadoras del programa de Enfermería asistieron como ponentes al XIV Conferencia Iberoamericana de Educación en Enfermería ALADEFE en Lima, Perú	67
Aspectos importantes acerca del riesgo físico en el trabajo	68
Terapia ocupacional: promoción y prevención para un trabajo seguro	71

Ingenierías

Evaluación del impacto ambiental generado por residuos sólidos, como un instrumento para la determinación de la situación actual del Santuario de Flora Isla de La Corota, El Encano, Nariño	73
Guía para los autores Boletín Informativo CEI	79

Cadena de vida: calidad de vida y Salud mental

Daniela Lorena Campaña Hoyos

Yuri Dayana David Quenorán

Camilo Alejandro Santacruz Padilla

Estudiantes del Programa de Psicología

Universidad Mariana



Fuente: flickr

Resumen

Dentro del programa 'Cadena de Vida' (CV) se pretende evidenciar el trabajo que realizan los practicantes de Psicología de la Universidad Mariana en la Institución Penitenciaria y Carcelaria (INPEC) de San Juan de Pasto; por ello, se logró generar espacios que permitieron a los internos fortalecer el sentido de la calidad de vida en cuanto a la relación con la existencia y la salud, ejecutando diferentes actividades en los distintos patios de la institución, donde se pudo evidenciar que desde la psicología se puede contribuir a la salud mental, potencializando y descubriendo habilidades que les resultan importantes al momento de su resocialización y al construir su proyecto personal de vida.

Se desarrolló procesos continuados, demostrando que a pesar de las dificultades, han logrado mejorar sus condiciones de calidad de vida, relacionada con la salud mental, haciendo aportes desde diferentes ramas de la psicología, establecidas durante el tiempo de trabajo. Se busca que la sociedad pueda

conocer y tener una visión diferente de las instituciones penitenciarias y carcelarias, donde existen personas que atraviesan esa difícil situación, pero encuentran el camino de la resocialización, contribuyendo al libre desarrollo, a la resignificación de las personas privadas de la libertad y a una atención integral, generando espacios en contra de la discriminación, la preservación de la vida y luchando por conseguir nuevas oportunidades, y así poder construir un mañana con mejores ciudadanos, para una mejor sociedad.

Palabras claves: INPEC, Cadena de Vida, calidad de vida, salud mental, resocialización, psicología.

Introducción

En el INPEC de San Juan de Pasto se maneja diferentes programas, dentro de los cuales se encuentra el CV, programa que brinda escenarios a los internos condenados por delitos contra la vida, que se encuentren en fase de tratamiento de alta seguridad y donde su participación es voluntaria, con el

fin de incidir en las diferentes problemáticas como el suicidio, el consumo de sustancias psicoactivas (SPA) y la reincidencia, problemáticas que son abordadas desde un enfoque de atención preventiva que busca fortalecer el sentido y la calidad de vida de las personas privadas de la libertad.

Se ha planteado unas metas en torno a identificar las dificultades presentes en el contexto penitenciario, para generar unas posibles alternativas promoviendo diferentes estrategias que contribuyan al sentido de vida y la calidad de vida de los internos pertenecientes al programa CV.

Dentro de las actividades realizadas se logró un impacto significativo, dando una nueva visión a su proyecto de vida, reflexionando frente a los actos cometidos y el compromiso de no volver a cometer actos antisociales, demostrando que las personas que se encuentran privadas de su libertad, aun a pesar de atravesar esta difícil situación, realizan diferentes trabajos manuales innovadores que se quiere dar a conocer, ya que su labor es ardua y requiere de compromiso y tiempo. Así se logra ocupar a los internos en diferentes actividades u oficios para un mejor manejo del tiempo libre, además de motivarlos y ser un apoyo para que no se desanimen en esta difícil situación; es importante resaltar que el trabajo del psicólogo es fundamental en este tipo de actividades puesto que se logra mayor acompañamiento, genera espacios de interacción, mejora de cierta forma la convivencia y refuerza en ellos las potencialidades que poseen. Por eso se trae a colación la intervención psicosocial, que se define según Blanco y Rodríguez (2007, citados por Córdoba, 2017) “como un conjunto de actividades por parte de un interventor encaminado a producir cambios en la conducta de individuos o grupos diana o en algunas características de su entorno” (p. 40). Se busca nuevas conductas, encaminadas a la reestructuración de su proyecto de vida, ya que si la conducta de un individuo cambia, esto influye en el cambio de una comunidad, llegando a cumplir muchas de las expectativas que los internos tienen sobre su vida.

Metodología

Se realizó mediante el paradigma cualitativo, el cual analiza datos descriptivos como las palabras dichas o escritas y el comportamiento observable de las personas. La principal característica es su interés por captar la realidad social a través de los ojos de la gente que está siendo estudiada, es decir a partir de las perspectivas que tiene el sujeto de su propio contexto.

El método cualitativo no parte de supuestos derivados teóricamente, sino que busca conceptuar sobre la realidad con base en el comportamiento, los conocimientos, actitudes y valores que guían el comportamiento de las personas estudiadas (Bonilla-Castro y Rodríguez, 2005). Cabe resaltar que este paradigma permite abordar la problemática identificada a partir de diferentes técnicas como la observación, descripción, evaluación e interpretación, explicando los hechos de la vida social de las personas dentro de su entorno.

Teniendo en cuenta este tipo de investigación y la población sujeto en la cual intervienen personas con diferentes puntos de vista, críticas y opciones, es necesario elegir un paradigma

cualitativo, donde se respete sus individualidades, características, intereses y necesidades.

El enfoque es Histórico hermenéutico por cuanto “busca reconstruir el pasado de manera objetiva y exacta, para lo cual de manera sistemática se recolecta, evalúa, verifica y sintetiza vivencias que permiten obtener conclusiones válidas” (Anónimo, s.f., párr. 9). En este orden de ideas, lo que el enfoque implica es que desde la investigación se haga revisión histórica con respecto al proceso de interacción social en víctimas del conflicto armado de San José de Albán, que participan en el proceso de reparación colectiva.

La etnografía es uno de los principales métodos que se utiliza en la investigación cualitativa; consiste en descripciones detalladas de situaciones, eventos, personas, interacciones y comportamientos que son observables; incorpora lo que los participantes dicen, sus experiencias, actitudes, creencias, pensamientos y reflexiones, tal como son expresadas por quienes las evidencian. Una de las características más importantes de la técnica cualitativa de investigación es que procura captar el sentido que las personas dan a sus actos, a sus ideas, y al mundo que les rodea. Un criterio importante a tener en cuenta es la credibilidad, criterio de rigor que toda investigación cualitativa debe tener. Equivale al concepto de validez interna; es decir, que se reconozca o que se crea que nuestras conclusiones responden a la realidad que se estudia (Hernández, Fernández y Baptista, 2003).

Existen unas estrategias para asegurar la credibilidad:

1. La triangulación, que es la observación permanente de espacio, tiempo y métodos.
2. La recogida de material para contrastar información.
3. La coherencia interna del informe de investigación.
4. Las comprobaciones de los participantes

Unidad de análisis. Para este proyecto la población sujeto de estudio a nivel macro son los hombres y mujeres que participan el programa CV.

Unidad de trabajo. Esta unidad en el método etnográfico hace referencia al ‘grupo’ con el cual se trabaja directamente para recolectar la información; es decir, a nivel micro la población objeto de estudio en este proyecto son 135 personas de los diferentes patios 1, 2, 3, 4 y 7 (RM) aproximadamente, que participan en el programa CV.

Criterios de Inclusión. Son todas las características que debe tener el sujeto u objeto de estudio para considerar su inclusión al proyecto. La población sujeto de estudio de este proyecto debe cumplir con los siguientes criterios:

1. Género: Femenino y masculino.
2. Edad: entre 18 y 90 años
3. Residencia: Institución Penitenciaria y Carcelaria de San Juan de Pasto

4. Ser participante en el programa CV
5. Personas que no estén inscritas a programas de descuento.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información:

Entrevista semi-estructurada. Se utiliza el término entrevista para referirse a un modelo especializado de interacción verbal que inicia con el propósito específico que se enfoca en áreas determinadas de un contenido.

Bingham y Moore (1941, citados por Márquez, s.f.) definen la entrevista como una conversación seria, que tiene un objetivo y tres funciones: recoger datos, informar y motivar. De esto se deduce que la entrevista se utiliza para averiguar algo acerca de un sujeto (u objeto), para enseñarle algo, o bien para influir en sus sentimientos o comportamientos.

Las personas se encuentran en primera fase, caracterizadas por ser vulnerables al suicidio, al consumo de SPA y a la depresión. Inicialmente se realizó el diagnóstico a través del Sistema de Diagnóstico Estratégico (SiDiEs), para tener un punto de partida para fortalecer el sentido y la calidad de vida en los internos del INPEC, desde una atención primaria en salud. Por medio del plan operativo fueron establecidos temas para desarrollar actividades y estrategias que permitieran una intervención oportuna referente a la problemática arrojada por el SiDiEs.

Se instauró lineamientos dentro de las actividades del programa, dando apertura a talleres teórico-prácticos, orientaciones individuales, visitas de entes ajenos a la institución, movilización de los productos artesanales de los internos, actividades lúdicas, apoyo a programas del INPEC, participación en jornadas de salud oral. De igual manera, se gestionó los permisos necesarios para el cumplimiento de las actividades, buscando promover espacios para el desarrollo de estrategias que contribuyeran al sentido de vida y su mejoramiento, consolidando y afianzando fortalezas poco destacadas en los programas de intervención psicosocial, dando paso a oportunidades que potencializaran el trabajo y las habilidades que cada interno tiene, desarrolla y ha demostrado dentro del establecimiento.

Este proceso se desarrolló durante el segundo semestre académico de 2016 hasta el primer semestre de 2017, observando el impacto generado por las actividades desarrolladas a cargo de los psicólogos practicantes de la Universidad Mariana.

Resultados

El SiDiEs es una herramienta de diagnóstico mediante la cual se facilita reconocer la problemática existente en un determinado contexto, en este caso, los diferentes patios del INPEC. Con la información obtenida en las diferentes entrevistas realizadas es oportuno llevar a cabo una estrategia de intervención para la posible solución de la problemática encontrada.

El resultado arrojado por el SiDiEs permite identificar que existen personas que llegan a la cárcel por primera vez, que sienten tristeza y poca aceptación frente a la situación en la que se encuentran, aunque con el paso del tiempo logran adaptarse; mencionan que su familia es su único apoyo y que la mayoría de los internos son poco conflictivos, aunque la convivencia es

compleja por el número de personas en los diferentes patios y por las circunstancias en las que permanecen al interior. Frente a esta problemática se ve necesaria una intervención para el manejo del tiempo libre y evitar consecuencias como la ideación suicida, la depresión y otras situaciones que pueden convertirse en enfermedades mentales.

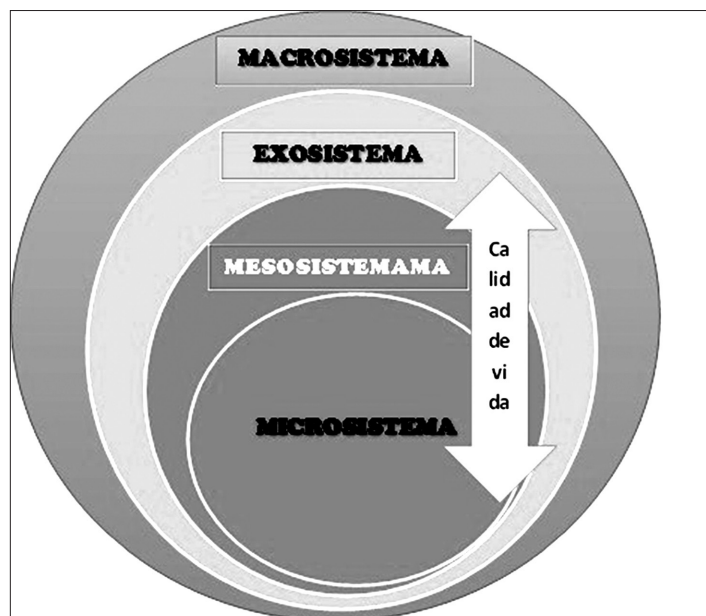


Figura 1. Calidad de vida en los distintos sistemas.

Microsistema

Es el entorno inmediato de la vida diaria del sujeto, tomado desde la dimensión personal, ya que el recluso encuentra en su entorno inmediato varias personas en su misma situación, adaptándose a los reglamentos institucionales y los propios del patio, creando un ambiente que invita a la participación. La mayoría de los sujetos participantes refirieron que cuando ingresaron a este lugar, se sintieron desesperados, tristes e impotentes, especialmente aquellos que tenían esta experiencia por primera vez; recalcan que la incertidumbre los hace personas temerosas a lo que les pueda ocurrir estando en este lugar; mencionan además que pensar en el momento de recuperar su libertad, reencontrarse con su familia y poder enmendar los errores que han cometido, les suscita emociones de alegría.

Por otra parte, las relaciones entre compañeros son percibidas como buenas, ya que tratan de solucionar los problemas de la mejor manera, mediante el diálogo, por esto no son frecuentes, pero cuando los hay, los más comunes son: las discusiones y peleas, muchas veces por la situación de encierro y el estrés, que en ocasiones desencadena dificultades más grandes.

Mesosistema

Son conexiones que existen entre microsistemas interrelacionados de dos o más microsistemas; en este caso son los sistemas familiares de las personas reclusas y las relaciones que se establecen entre los internos y los psicólogos practicantes pertenecientes al programa CV.

Varias de las personas participantes consideran a la familia como lo más importante o relevante en sus vidas; es significativo man-

tener una buena relación, ya que la familia es el apoyo indispensable en este difícil momento; por lo general son sus madres, esposas, hijos, los que están pendientes del acontecer de su situación y quienes realizan las visitas. A su vez, los internos demuestran que esta difícil situación los lleva a tener una actitud nueva frente a la vida, pues hace que la relación entre ellos sea complicada, dado que ahora son una carga y no un apoyo familiar.

La buena relación que se puede crear entre compañeros también se ve reflejada, ya que los programas de acompañamiento penitenciario son vistos y acogidos como acontecimientos significativos para sus vidas, que cumplen un papel que apunta hacia la buena convivencia y la resocialización de la persona reclusa. Se percibe que los espacios de recreación son escasos y que la cárcel es un lugar de rehabilitación donde las experiencias y condiciones que se vive a su interior, les hacen redefinir su proyecto de vida.

Exosistema

Las instituciones locales afectan de forma inmediata los contextos más amplios que no incluyen a la persona como sujeto activo. Esto es, por ejemplo, en las escuelas, los consejos estudiantiles; en el trabajo, las reuniones de jefes para tomar decisiones, donde se genera escenarios que contribuyen a fortalecer el sentido de la calidad de vida de las personas participantes al programa CV, incluyendo a personas que se encuentran en fase de tratamiento de alta seguridad.



Figura 2. Personas participantes en la investigación.

La Figura 2 explica el total de la población en cada patio de la institución penitenciaria, y a la vez las personas participantes, contrastando con el programa CV, y demostrando que existió una gran acogida por parte de la población.

La intervención psicosocial es definida por Blanco y Rodríguez (2007, citados por Córdoba, 2017) como un conjunto de actividades por parte de un interventor, encaminado a producir cambios en la conducta de individuos o grupos diana o en algunas características de su entorno.

Teniendo en cuenta lo anterior, las actividades llevadas a cabo están encaminadas al cambio significativo para sus vidas; con éstas se buscó dar a conocer que existen espacios de aprendizaje y superación personal a cargo del INPEC, mejorando la calidad de vida al momento de desempeñar actividades productivas; es decir, a pesar de las dificultades, prejuicios y adversidades a las que algunos de ellos se enfrentan en su diario vivir, buscan superarse, y

demuestran, a través de varios oficios, que la experiencia de estar tras las rejas no ha limitado sus ganas de adquirir nuevos conocimientos, para ponerlos en práctica, mostrando una cara diferente de la que muchas personas tienen acerca de la cárcel.

Discusión

Con relación a los resultados obtenidos, cabe resaltar que se logró un impacto notable, pues hubo cambios en torno a la conducta y a una mejor convivencia en los diferentes patios; con esto se hace referencia a lo que significa un instituto penitenciario y carcelario. Según García (2015), las sociedades han construido un imaginario colectivo de la prisión como castigo, siendo ésta un lugar donde se pretende resocializar a las personas por medio de programas y actividades que permitan su arrepentimiento, y que logren corregir las conductas que han causado daño a una sociedad, mediante cambios que sean observables.

Al palpar la realidad de estos contextos tan de cerca, es posible evidenciar que al interior de estas instituciones, existen tanto factores protectores que ayudan a que una persona se resocialice y logre corregir su conducta antisocial, como factores que pueden alterar el control dentro del establecimiento, trayendo como consecuencias, una inadecuada convivencia, un hacinamiento que dificulta aún más las condiciones de supervivencia, por lo cual esta población se puede ver afectada en su mismo patio, pasillo o su propia celda.

Como sostiene García (2015), los sistemas penitenciarios y carcelarios:

No fueron creados para prevenir la comisión de delitos, sino, una vez cometidos y el sujeto condenado por tales a pena privativa de la libertad al interior de una prisión, habrá de evitar que éste reincida, porque, se supone, se ha resocializado. (p. 6).

Para la resocialización, dentro de estos institutos penitenciarios y carcelarios hay programas y actividades que van dirigidos a las personas que se encuentran privadas de la libertad, como el programa CV, Consumo de SPA, Delinquir No Paga, Crecimiento Personal, entre otros, para que aquéllas que deseen voluntariamente inscribirse, puedan aprender a convivir en la sociedad, además de llegar a ser buenos ciudadanos; por lo tanto, desde el área psicosocial lo que se pretende es incentivar a la reconstrucción del proyecto de vida que cada interno tiene, facilitando de cierta forma el aprendizaje y el buen manejo del tiempo libre, además de lograr cambios observables en las conductas que realizaban anteriormente, mejorando su integridad tanto personal como familiar.

De igual manera, es importante mencionar que el hecho de resocializarse depende de cada persona, siempre y cuando exista un propósito y un acompañamiento que lleven a su motivación y a que se sienta capaz de asumir sus responsabilidades.

Existe un arduo trabajo para cumplir el objetivo de resocialización, puesto que prevalecen muchos factores que influyen en su total desarrollo, como el tiempo, el hacinamiento de la población, la falta de personal profesional, el esfuerzo y la motivación personal para buscar por sí mismos este propósito, dado que, aunque existen buenos programas para cumplir este objetivo, no todas las personas desean participar e interactuar en los mismos, lo cual hace que de cierta forma se dificulte encontrar buenos resultados en todo el establecimiento.

Las personas que participan, realizan una serie de actividades encaminadas a la reflexión y el cambio de sus propias vidas. En el primer periodo de 2017 se desarrolló orientaciones psicológicas individuales que facilitaron un acompañamiento más a fondo en las situaciones que se trató, puesto que aunque no se hace un trabajo terapéutico a través de las mismas, se logró poner en práctica los primeros auxilios psicológicos con las personas que de alguna manera se encontraban en crisis, situación que se vio reflejada en la reducción en los conflictos, ideación suicida, depresión y actos de agresividad.

Por otra parte, también se observó que si bien hay personas que logran resocializarse y no quisieran volver a un instituto penitenciario, existen otras que caen en la reincidencia, haciendo que su conducta cause nuevamente daño en la sociedad. Para García (2015), la reincidencia significa:

El fracaso de la sociedad y del Estado, que ha llevado a la desconfianza de aquella frente a éste, ya que no cree en la prisión como resocializadora de quien ha sido condenado, lo que lleva a asumir la justicia de hecho, pues no es satisfactoria la respuesta al interrogante de ¿para qué la prisión? y [...] que lleva a las personas que realizan conductas delictivas a encontrar en ésta, una escuela para el delito. (p. 11).

Encontrarse con el flagelo de la reincidencia en los institutos penitenciarios permite identificar que, a pesar de los esfuerzos por la lucha de la resocialización de cada uno de los internos, existe mucho más por buscar, investigar y trabajar; de lo contrario, se puede ampliar o reforzar el camino de la reincidencia, dado que puede darse una escuela para otros aprendizajes negativos que no aprendieron en las calles o en la sociedad, o los desconocían. Además, la sociedad se ve como la principal afectada por la reincidencia de una persona, ya que ésta pasa a convertirse en la imagen y la experiencia de un cambio, sea positivo o negativo, en un centro de reclusión; es por ello que representa un papel importante en la sociedad, y se busca enfatizar un cambio positivo.

Como ya se ha mencionado, el mejoramiento en la prevención de la reincidencia depende de muchos factores, entre los cuales hay limitaciones como la falta de personal de guardia, el hacinamiento, la poca voluntad para trabajar en los programas, entre otros, factores que en muchas ocasiones se salen de control. Aunque se puede reconocer el trabajo que se realiza para lograr el éxito con este objetivo, aparte de todo el compromiso que se hace en el establecimiento, el personal del INPEC encargado del acompañamiento psicosocial también cumple un rol con la sociedad, ya que maneja el programa 'Delinquir no Paga', está encaminado al tratamiento y prevención del delito, en donde se invita a diferentes instituciones a conocer el establecimiento y poder escuchar historias de vida que concuerden con el tipo de instituciones que asisten y sus objetivos, para de esta manera reducir el número de personas que ingresan al establecimiento.

La educación en los institutos penitenciarios es importante, ya que contribuye al desarrollo y a la superación de los internos, encaminándolos a aprender y desempeñarse en el área que más les guste y los motive. García (2015) sostiene que la educación es un proceso:

Humano, social, histórico y cultural, caracterizado por ser complejo, dinámico, inacabado, permanente, pertinente y significativo, funda-

do en una concepción de persona humana inconclusa que está por hacerse y conocerse, y en permanente búsqueda de la excelencia, a partir de una visión sistémica, holística e interdisciplinaria de la misma, que tiene como propósito, orientar al ser humano en la realización de su proyecto de vida espiritual y material, ora en lo individual, bien en lo colectivo, potencializando todas sus capacidades, habilidades, destrezas y competencias, emocionales y racionales, a través de las diversas acciones y herramientas que contengan los escenarios formales e informales. (p. 22).

Es indispensable hablar de la educación en este proyecto, puesto que desempeña un papel importante en el principal objetivo de los centros penitenciarios y carcelarios, entendida no solo como trabajo educativo académico, sino también como una educación laboral, pues con ella se dota a las personas de nuevas herramientas para resignificar su existencia, y así abrir las puertas de un cambio, una posibilidad, una oportunidad y/o una esperanza para alcanzar un grado de resocialización, dado que a través de nuevos conocimientos se logra mejorar su calidad de vida.

Dentro de este sistema frente al tema específico de la educación en las prisiones, es bien importante la Resolución 1990/20 del Consejo Económico y Social (24 de mayo de 1990) donde se encuentra las recomendaciones que el Consejo hace a los Estados Miembros al formular políticas de educación:

- a) La educación en establecimientos penitenciarios debe orientarse al desarrollo de toda la persona, teniendo presentes los antecedentes de orden social, económico y cultural del recluso;
- b) Todos los reclusos deben gozar de acceso a la educación, con inclusión de programas de alfabetización, educación básica, formación profesional, actividades creadoras, religiosas y culturales, educación física y deportes, educación social, enseñanza superior y servicios de bibliotecas;
- c) Se debe hacer todo lo posible por alentar a los reclusos a que participen activamente en todos los aspectos de la educación;
- d) Todos los que intervienen en la administración y gestión de establecimientos penitenciarios deben facilitar y apoyar la educación en la mayor medida posible;
- e) La educación debe constituir el elemento esencial del régimen penitenciario; no debe ponerse impedimentos disuasivos a los reclusos que participen en programas educativos oficiales y aprobados;
- f) La enseñanza profesional debe orientarse a un desarrollo más amplio de la persona, y responder a las tendencias del mercado laboral;
- g) Debe otorgarse una función importante a las actividades creadoras y culturales, que son especialmente indicadas para permitir a los reclusos desarrollarse y expresarse;
- h) Siempre que sea posible, debe permitirse la participación de los reclusos en actividades educativas fuera de los establecimientos penitenciarios;
- i) Cuando la instrucción debe impartirse en el establecimiento penitenciario, se debe contar con la mayor participación posible de la comunidad exterior;
- j) Se debe proporcionar los fondos, el equipo y el personal docente necesarios para que los reclusos puedan recibir la instrucción adecuada. (párrs. 18-27).

Aparte de fortalecer la alfabetización, estudios de básica primaria y secundaria y estudios superiores, por medio de la educación, a través de los programas psicosociales se logró abordar diversas temáticas como la resolución de conflictos, comunicación asertiva, habilidades sociales, empatía, consumo de Spa, que permiten educar a los individuos para que puedan convivir en sociedad, facilitando recursos de aprendizaje para enfrentarse a la realidad de la sociedad, y potencializar y mejorar sus habilidades y destrezas.

Como cierre de la práctica profesional, se realizó en la Universidad Mariana una feria artesanal que fue de gran acogida por el INPEC y las personas internas, puesto que se obtuvo buenos resultados y se descubrió los diferentes talentos con los cuales una persona puede luchar por su supervivencia en la sociedad, sin tener necesariamente que volver a cometer un acto delictivo, demostrando otros caminos a través de un trabajo digno al cual se puede acceder con mayor facilidad. También se logró evidenciar un buen trabajo en equipo, puesto que algunas personas enseñaban a otras para poder relucir sus obras manuales.

La importancia de hablar y trabajar en el sentido y proyecto de vida en los institutos carcelarios y penitenciarios se da a través de una buena ejecución, con la cual es posible alcanzar un grado de conciencia en cada persona interna y, a través de ella, tener control de su conducta actual y futura, puesto que debe empezar a buscar soluciones o metas de corto plazo o mientras esté privada de su libertad, y aprender a vivir en un contexto diferente, con personas nuevas, adaptándose a un cambio de vida que implica hábitos y conductas diferentes para poder subsistir en este lugar, además de empezar a proyectar sus metas a largo plazo, que le servirán de puente y guía para poder pensar en un futuro, con una nueva actitud ante la vida personal, familiar y social, y poder dar así, cumplimento y paso a su propia resocialización.

Para Palomino, Ríos y Samudio (1991):

El sentido de la vida es la justificación a la existencia, que pueda dar respuesta a la función, es decir al papel que desempeña el hombre en el mundo, que le permita hacer de su vida algo útil, tanto para sí como para los demás. [...].

Lo óptimo es que el sentido de vida oriente activa y conscientemente la elaboración del proyecto de vida, [lo cual] incide directamente en la conservación de ese sentido, ya que a medida que la persona actúa en pos de su proyecto, irá encontrando justificación a su existencia, que le impulsará a continuar formulándose objetivos con el fin de alcanzar su autorrealización.

Para que el sentido de vida oriente el proyecto de vida, requiere darse correspondencia entre lo que el individuo considera que es, y las acciones que realiza para alcanzar lo que se propone, debiendo plantear objetivos y medios acordes con sus condiciones internas (intereses, necesidades, cualidades) y externas (vínculos laborales, afectivos y sociales), los cuales deben estar respondiendo constantemente al por qué desea alcanzar lo que se propone, las acciones que ha ejecutado y sus consecuencias, como también las cualidades con las que cuenta y las que debe desarrollar. (p. 6).

Conclusiones

Se logra dar buen uso al tiempo libre, motivando a realizar nuevas actividades que fortalecen su proyecto de vida.

Se evidencia cambios significativos en torno a conductas y convivencia, reducción de conflictos en los diferentes patios del INPEC de San Juan de Pasto.

Por medio del acompañamiento individual se logró resolver asuntos inconclusos, mejorando la salud mental y emocional de los internos.

En las actividades se logra una mayor acogida y una participación activa que contribuyen a la resignificación y a la resocialización.

Se logró reconstruir vínculos afectivos con los compañeros del mismo patio y con sus familias.

Se evidencia mayor motivación al momento de realizar sus actividades.

Se cumplió con los objetivos planteados desde el inicio del proyecto de práctica, como queda evidenciado en la carta de impacto enviada por la institución penitenciaria.

Referencias

- Anónimo. (s.f.). Tipos de investigación. Recuperado de <https://investigaprende1.wordpress.com/tipos-de-investigacion/>
- Bonilla-Castro, E. y Rodríguez, P. (2005). *Más allá de dilema de los métodos: la investigación en Ciencias Sociales* (3ª ed.). Santa-fé de Bogotá D.C. Colombia: Universidad de Los Andes y Grupo Editorial Norma.
- Consejo Económico y Social. (1990). Resolución 1990/20. La educación en los establecimientos penitenciarios. Recuperado de <http://www.unesco.org/education/uie/online/prisp/annexo.html#Anexo II>
- Córdoba, M. (2017). Intervención social en la Unidad Académica de Proyección Social de la Universidad Mariana de Pasto. *Boletín Informativo CEI* 4(2), 40-42.
- García, C. (2015). *La educación como derecho fundamental al interior de la prisión* (Trabajo de Grado). Bogotá: Universidad Militar Nueva Granada.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación* (5ª ed.). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Márquez, M. (s.f.). La entrevista. Recuperado de http://0.asset.soup.io/asset/2104/1808_54ac.pdf
- Palomino, M., Ríos, G. y Samudio, J. (1991). Proyectos de Vida y Rehabilitación de Delincuentes. *Revista Latinoamericana de Psicología* 23(1), 71-85.

Mejorar en habilidades para la vida, logrando un empoderamiento personal, organizacional y social

John Jairo Ascuntar Benavides

Julio Cesar Chávez

Estudiantes del Programa de Psicología
Universidad Mariana

Resumen

El programa 'Jóvenes a lo bien', al cual se le hizo acompañamiento, fue desarrollado en la ciudad de San Juan de Pasto con población en situación de vulnerabilidad, y tiene como objeto social desarrollar proyectos sociales y altruistas que ayuden a mejorar la calidad de vida de los jóvenes. Así, mediante la psicología social comunitaria, se posibilita el desarrollo de estrategias capaces de generar cambios o mejoras en su ambiente y estructura social.

A nivel metodológico, se efectuó inicialmente la recolección de información a través de una encuesta semi estructurada tipo Escala Likert, la cual consta de veinte preguntas, teniendo en cuenta las habilidades para la vida, con la finalidad de generar un diagnóstico estratégico que sea útil para el progreso de la comunidad.

La aplicación de este sondeo se llevó a cabo con 150 adolescentes de la población del programa 'Jóvenes a lo bien' de la ciudad de San Juan de Pasto, con los cuales se busca principalmente un mejoramiento en habilidades para la vida, logrando un empoderamiento personal, organizacional y social.

El estudio se realizó mediante la implementación de estrategias de habilidades para la vida, la estimulación del desarrollo de espacios para la formación, capacitación e integración de los jóvenes, y el mejoramiento de la condición de ciudadano, en procura de fortalecer la convivencia.

Palabras clave: habilidades para la vida, empoderamiento, adolescentes, estrategias.

Introducción

Mediante el abordaje a través de la psicología social comunitaria desde el empoderamiento, se pretende mejorar la calidad de vida en la población del programa 'Jóvenes a lo bien' de la ciudad de San Juan de Pasto, para lograr una apropiación personal, organizacional y social.

La metodología desarrollada inició con la recolección de información a través de una encuesta semi estructurada tipo Escala Likert, que consta de 20 preguntas, teniendo en cuenta las habilidades para la vida, con el fin de generar un diagnóstico estratégico para el desarrollo de la comunidad. Este sondeo ha sido aplicado a 150 adolescentes de la comunidad objeto de estudio, para la tarea de realizar una identificación de sus fortalezas y debilidades.

Las instalaciones del programa 'Jóvenes a lo bien' se encuentran dentro de la Estación Sur de la Policía Nacional, ubicada al suro-

cidente del municipio de San Juan de Pasto, Nariño, y su dirección es Carrera 5ª A con Calle 19, barrio Idema, cerca al barrio Lorenzo, terminal de transportes, Sijin de la Policía, barrios Tejar y Santa Fe.

El programa tendrá como objeto social llevar a cabo proyectos sociales y altruistas que ayuden a mejorar la calidad de vida de la población vulnerable, en los diferentes aspectos de desarrollo dentro de la sociedad.

De esta manera, mediante la psicología social comunitaria se permite el desarrollo de estrategias capaces de generar cambios o mejoras en el ambiente o en la estructura social; por lo tanto, dentro del proyecto se ha decidido trabajar con un amplio conjunto de factores psicosociales que incluyen lo personal, organizacional y comunitario.

En el diagnóstico estratégico realizado, las habilidades que se encuentran con un porcentaje mayor según las variables de puntuación compuesta por -Algunas Veces, -Casi Nunca y -Nunca, son: Comunicación Asertiva con un 66,7 % equivalente a 100 personas del total de la población, lo que representa la necesidad de intervenir en esta habilidad.

De igual manera, se ha decidido trabajar las habilidades -Toma de decisiones, -Pensamiento crítico, -Pensamiento creativo, -Manejo y expresión de emociones, -Manejo de tensión y estrés. De esto es posible deducir que de diez habilidades, seis están con un porcentaje superior al 50 %, lo cual es un nivel considerado para poder trabajar en su mejora mediante estrategias dirigidas al desarrollo de un proyecto de vida superior.

Se tiene en cuenta las habilidades fortalecidas en cuanto a las variables de puntuación -Siempre y -Casi siempre, como un apoyo para trabajar aquellas que están débiles, de la siguiente manera: 53,7 % para empatía, equivalente a 80,5 personas del total de la puntuación; 51,3 % para la habilidad de relaciones interpersonales, equivalente a 77 personas; 52,3 % para la habilidad de conocimiento de sí mismo, equivalente a 78,5 % personas; y 51,7 % para la habilidad resolución de problemas, equivalente a 77,5 personas del total de la población.

Los resultados obtenidos van ligados a las habilidades para la vida trabajadas. En cuanto al primer objetivo específico, que consistió en implementar estrategias de habilidades para la vida con el fin de fortalecer su proyecto de vida, se trabajó tres estrategias encaminadas a la parte personal, referentes al proyecto de vida y orientadas con las habilidades que resultaron bajas.

Fue transcendental trabajar ‘Proyecto de vida’ con los jóvenes del programa, con la finalidad de que elaboren su propio proyecto, así como, que aprendan a resolver y planificar sus decisiones personales. Se evaluó los compromisos y el manejo de emociones, y pese a encontrar ciertas debilidades en cuanto a la falta de atención y compromiso, e impuntualidad, se identifica grandes oportunidades de integración de los jóvenes con otros compañeros.

En la segunda estrategia se trabajó las metas a alcanzar, lo cual fue indispensable para el desarrollo de la actividad, al lograr mejorar la capacidad de proyección al querer alcanzar sus metas a corto, mediano y largo plazo. Y aunque en sus debilidades se evidencia falta de compromiso por parte de algunos jóvenes al no llevar los materiales solicitados, fue posible emplear habilidades para mejorar y así establecer mejor los compromisos que se trabajará en posteriores actividades.

En cuanto a la tercera estrategia ‘Yo me cuido, yo decido, yo planifico’, la retroalimentación realizada por los psicólogos permitió encontrar diferentes tipos de pensamientos, mitos, leyendas y estereotipos con relación a las estrategias trabajadas sobre educación sexual, lo cual contribuyó a la promoción del respeto por la temática de sexualidad y generó la participación activa sin etiquetas de cada persona, resultando un tema de suma importancia, dado que al terminar se generó empatía con algunos alumnos con quienes hasta el momento la relación se había dificultado en cierta medida.

Metodología

El proyecto se ubica en un marco donde es necesario desarrollar acciones como mejorar y orientar, lo cual contribuye a la calidad de vida de los jóvenes y a la de la organización, al ser capaces de dar respuesta al contexto comunitario y satisfacer las necesidades del programa ‘Jóvenes a lo bien’.

La propuesta se basa en un proceso en el que las personas trabajan de forma unida para alcanzar cambios en su vida personal, y lograr ejercer un mayor poder sobre su vida, su entorno y sus propios temas de interés.

Para realizar una contextualización adecuada, es necesario describir ciertas características de la población, quienes en su mayoría pertenecen a estratos económicos bajos y su principal común denominador es su situación de vulnerabilidad y sus ambiciones de estudiar, pese a las dificultades.

El programa tendrá como objeto social, desarrollar proyectos sociales y altruistas que ayuden a mejorar la calidad de vida de la población vulnerable en los diferentes aspectos de desarrollo dentro de la sociedad.

En lo referente al proyecto desempeñado por parte de la Policía Nacional en San Juan de Pasto, el programa ayuda a todos los jóvenes y sus familias, sin hacer distinción, brindándoles orientación, capacitación y asesoría en procesos formativos que les permitan definir y alcanzar sus objetivos y expectativas, mediante un apoyo incondicional y constante bajo parámetros de eficiencia y efectividad, procurando garantizar un servicio de calidad y excelencia de manera gratuita. En los procesos de formación integral pretenden elevar los estándares de conocimiento y competitividad frente a las exigencias de las pruebas psicotécnicas y psicológicas a las cuales deben enfrentarse los aspirantes en instituciones educativas públicas y privadas del orden regional y nacional.

Su principal alianza se desarrolla en torno al programa ‘Jóvenes a lo bien’ de la Policía Nacional y el Sena, cuyo objetivo pretende vincular a poblaciones juveniles vulnerables en la oferta pública del Servicio Nacional de empleo para carreras técnicas y tecnológicas, mediante la modalidad de ‘Pre-Sena’ gratuito.

Dentro de sus valores corporativos se tiene que la misión es contribuir en el desarrollo de las generaciones juveniles vulnerables, fortaleciendo e innovando procesos de formación integral, con el objetivo de crear nuevos espacios de interacción y convivencia ciudadana, bajo un contexto de corresponsabilidad y solidaridad, que permita a los habitantes de Colombia el goce de los derechos y libertades, y el cumplimiento de sus deberes, coadyuvando en paz y equidad por un mejor país.

Su visión será reconocida a nivel regional por el gran sentido de solidaridad y corresponsabilidad en el desarrollo de estrategias de formación integral dirigidas a poblaciones juveniles vulnerables, consolidando grandes alianzas con instituciones públicas y privadas del orden nacional, que permitan consolidar, afianzar y crecer para un mejor futuro.

De esta manera, la comunidad se puede clasificar de la siguiente forma: a) la comunidad entendida como localidad aledaña al sector; b) la comunidad dentro del programa entendido como grupo relacional. En este caso, el sentido de comunidad se basa en la proximidad, en las relaciones entre los residentes de un espacio compartido, pero también es posible definir una comunidad al basarse en las relaciones interpersonales.

Por lo tanto, es posible referirse a las comunidades en diferentes niveles de análisis. En concreto, el término se ha aplicado, entre otros muchos ámbitos, a grupos de autoayuda (microsistemas), a un lugar de trabajo o a grupos religiosos (organizaciones), a las manzanas de la urbanización o a pueblos y ciudades (localidades).

Al darse cuenta de la existencia de distintos tipos de análisis para las comunidades, es necesario tener cuenta con qué tipo de comunidad se va a trabajar, puesto que el contexto en el que se encuentran es de suma importancia para que el análisis sea el adecuado. También se utiliza la expresión ‘estructuras mediadoras’, para referirse a comunidades intermedias que ponen al individuo con relación a la estructura social más amplia.

El empoderamiento es un enfoque diferente para desarrollar las intervenciones y crear cambios sociales; es el proceso por el que los individuos, grupos y comunidades llegan a tener la capacidad de controlar sus circunstancias y de alcanzar sus propios objetivos, luchando por la maximización de la calidad en sus vidas; entre sus principales preocupaciones destaca la diversidad cultural, los diferentes sistemas de valores y creencias y la tolerancia hacia la diversidad; su enfoque defiende como principios básicos, no solo una potenciación de los recursos o la necesidad de adoptar una visión ecológica, sino también el derecho de las personas a ser diferentes.

Las habilidades para la vida, iniciativa internacional promovida por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en 1993, son las capacidades personales, cognitivas, afectivas y sociales a través de las cuales las personas confrontan de manera efectiva las demandas de la vida diaria, mediante comportamientos positivos y adaptativos.

Las habilidades sociales son aquéllas destrezas específicas que se requiere para ejecutar competentemente una tarea de índole interpersonal; implican un conjunto de conductas emitidas en un contexto interpersonal, por un individuo que expresa sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos, de un modo adecuado a la situación, respetando las conductas de los demás; generalmente, resuelven los problemas inmediatos de la situación, mientras minimizan la probabilidad de futuros problemas. Entre las principales están el conocimiento de sí mismo, la empatía, la comunicación asertiva (efectiva) y las relaciones interpersonales.

Las habilidades cognitivas, también llamadas del conocimiento, son una serie de operaciones mentales que tienen el objetivo de integrar, por parte de la persona, la información adquirida a través de los sentidos, en una estructura de conocimiento con sentido. Las principales son: capacidad para tomar decisiones, capacidad para resolver problemas y conflictos, pensamiento creativo y pensamiento crítico.

En cuanto a las habilidades para el control de emociones, según Choque (2008) “las emociones son una combinación compleja de aspectos fisiológicos, sociales y psicológicos dentro de una misma situación, como respuesta orgánica a la consecución de un objetivo, de una necesidad o de una motivación” (párr. 26).

Las habilidades para el manejo de las emociones, son los estados anímicos que manifiestan una gran actividad orgánica y que se reflejan en los comportamientos externos e internos. Las principales son: el manejo de las emociones y el manejo del estrés.

De esta manera, la metodología que se va a utilizar para hacer esta propuesta es el desarrollo de talleres lúdicos, entendiendo la lúdica como una dimensión del desarrollo de los individuos, siendo parte constitutiva del ser humano. Así, “la lúdica fomenta el desarrollo psicosocial [y] la conformación de la personalidad; evidencia valores, puede orientarse a la adquisición de saberes, encerrando una amplia gama de actividades donde interactúan el placer, el gozo, la creatividad y el conocimiento” (Yturralde, 2014, párr. 4).

En este orden de ideas, se considera necesario realizar una breve contextualización sobre el cómo y el porqué del desarrollo de este proyecto. La población con la que se realizó el trabajo se engloba en la categoría de adolescentes. El Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) define la adolescencia como la etapa que transcurre entre los 11 y los 19 años, considerándose dos fases: “la adolescencia temprana (de los 10 a los 14 años) y la adolescencia tardía (de los 15 a los 19)” (p. 6).

Esta investigación, epistemológicamente, es equiparable a una investigación – acción; es de orden cualitativo y la metodología utilizada para la realización de esta propuesta se basa en el desarrollo de talleres lúdicos. La recolección de información se desarrolló a través de una encuesta semiestructurada tipo Escala Likert, la cual consta de 20 preguntas que han sido planteadas teniendo en cuenta las habilidades para la vida, con la finalidad principal de mejorar en ellas, logrando un empoderamiento personal, organizacional y social en la población del programa ‘Jóvenes a lo bien’ de la ciudad de San Juan de Pasto. Como objetivos específicos se planteó la implementación de estrategias de habilidades para la vida con el fin de fortalecer su proyecto de vida, fomentar y estimular el desarrollo de espacios para la formación, capacitación e integración de los jóvenes, para que puedan mejorar sus condiciones de vida y de ciudadanos, en procura de fortalecer una convivencia pacífica.

La primera estrategia de sensibilización se denomina ‘Juego de bombas’; los recursos materiales son: papel, lápices, videos y bombas. Su evaluación consiste en implementar estrategias de habilidades para la vida con el fin de fortalecer su proyecto de vida al conocer sus actitudes y habilidades.

La segunda estrategia se denomina ‘Arte y proyecto de vida’; sus materiales principales son: cartulina, revistas, periódicos, tijeras, pegante y formatos de aplicación y evaluación. Ésta última consiste en un recordatorio de la temática de la primera actividad, y cada joven diseña sus metas de forma creativa, con la explicación del practicante.

La tercera estrategia es una capacitación, para la cual se requirió como materiales: video, video beam y formatos de evaluación. La evaluación consiste en implementar estrategias de habilidades para la vida con el fin de fortalecer su proyecto de vida; también busca gestionar, promover y realizar actividades y programas de promoción y prevención de la salud, dando a conocer y resolver dudas sobre los métodos de planificación familiar, como una forma de autocuidado.

La estrategia encaminada al segundo objetivo específico es: fomentar y estimular el desarrollo de espacios para la formación, capacitación e integración de los jóvenes para que puedan mejorar sus condiciones de vida dentro del programa ‘Jóvenes a lo bien’; sus recursos son: hojas blancas o papel de reciclaje y plumones.

A continuación, en el área de psicología, se aplicó un taller dirigido a ejecutar la capacitación y formación complementaria encaminada a mejorar los niveles de competitividad de poblaciones vulnerables para la superación de pruebas de admisión y entrevistas. Los materiales utilizados para su desarrollo fueron: venda de yeso cortada en trozos de aproximadamente diez centímetros, frasco de vaselina, recipiente pequeño con agua, toalla facial, pañera extra, hojas blancas y lápices.

La siguiente estrategia se basó en desarrollar eventos culturales, deportivos, ambientales y educativos, en beneficio de poblaciones vulnerables, teniendo como materiales, los objetos del campamento.

Las tres últimas estrategias estuvieron enfocadas a dar solución al tercer objetivo específico. La finalidad de la primera actividad era que los asistentes al taller reconocieran diferentes tipos de comunicación y algunos elementos que participaban en la misma, y también, la importancia del lenguaje no verbal y la necesidad de coherencia entre éste y el verbal. Los recursos utilizados fueron: hojas blancas o de reciclado y plumones.

La siguiente estrategia estuvo dirigida a orientar a los jóvenes hacia una actitud que expresara su punto de vista de manera clara y respetuosa ante las otras personas. Los principales materiales fueron fichas de estilos comunicativos: tortuga, dragón, persona, fichas dinámicas de situaciones diarias, figuras de los estilos comunicativos en fomi, botones que representaban el estilo comunicativo de la persona, y una caja del tesoro.

Como actividad de cierre se decidió fortalecer la corresponsabilidad, con el fin de mejorar las relaciones y el proceso de enseñanza y participación en conjunto con el programa, y los materiales utilizados fueron denominados objetos de comportamiento.

Todo el proceso se llevó a cabo teniendo en cuenta tanto la misión como la visión de la institución con la que se trabajó, y los objetivos específicos del proyecto, que se desprenden del objetivo central. A la vez, cada objetivo de una actividad iba en concordancia con el desarrollo del objetivo específico del proyecto.

Resultados

La primera figura corresponde a un muestreo inicial, información que se pudo recopilar al aplicar una encuesta semi estructurada tipo Escala Likert, la cual arrojó los siguientes resultados:

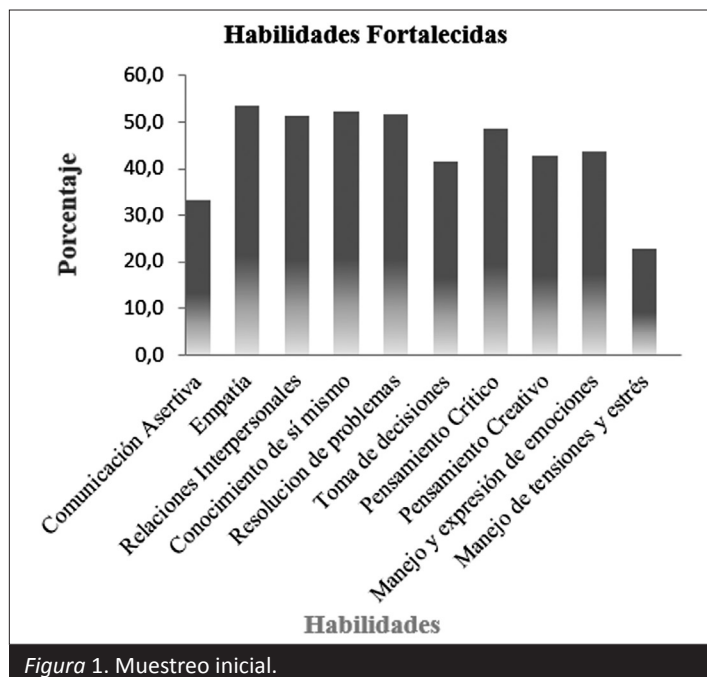


Figura 1. Muestreo inicial.

La habilidad que se encuentra con un porcentaje mayor en cuanto a las variables de puntuación 'Algunas veces', 'Casi nunca' y 'Nunca', es la Comunicación asertiva, con un 66,7 %, equivalente a 100 personas del total de la población, lo que significa que es necesario intervenir en esta habilidad.

La Toma de decisiones se presenta con un 58,3 % equivalente a 87,5 personas del total de la población, considerando así la importancia por la cual se debe mejorar en esta habilidad. Pensamiento crítico presenta un porcentaje de 51,3 % que corresponde a 77 personas del total de la población.

Para Pensamiento creativo se considera la siguiente puntuación: 57,3 % que equivale a 86 personas, de 150 que es el total de la población. En cuanto a Manejo y expresión de emociones, se presenta un 56,3 % equivalente a 84,5 personas del total de la población, y por último está un 77,3 % en la habilidad de Manejo de Tensión y estrés, que equivale a 116 personas del total de la población.

De lo anterior se deduce que de las diez habilidades, seis se encuentran con un porcentaje superior al 50 %, lo cual es un nivel considerado para poder trabajar en su mejora mediante estrategias dirigidas al desarrollo de un adecuado proyecto de vida.

Se tiene en cuenta las habilidades fortalecidas en cuanto a las variables de puntuación 'Siempre' y 'Casi siempre', como un apoyo para trabajar aquellas que se encuentran débiles, de la siguiente manera: 53,7 % para Empatía, equivalente a 80,5 personas del total de la puntuación; 51,3 % para la habilidad de Relaciones interpersonales, correspondiente a 77 personas; 52,3 % para la habilidad de Conocimiento de sí mismo, que equivale a 78,5 % personas, y 51,7 % para la habilidad de Resolución de problemas, que corresponde a 77,5 personas del total de la población.

Como método de comparación se decidió aplicar nuevamente, al final de todo el proceso de acompañamiento con la población, la

encuesta semi estructurada tipo Escala Likert, como diagnóstico final, la cual arrojó los siguientes resultados:

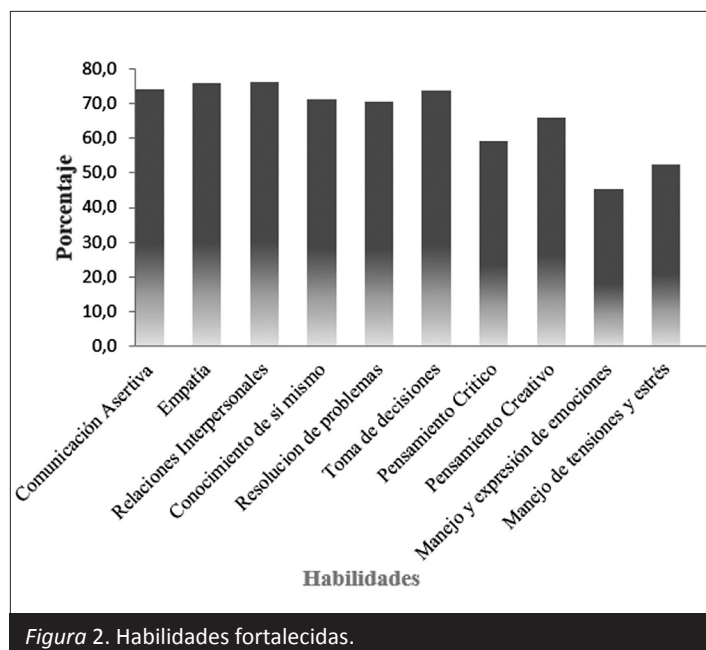


Figura 2. Habilidades fortalecidas.

Las habilidades que se encuentran con un porcentaje mayor en cuanto a las variables de puntuación 'Siempre' y 'Casi siempre' son: 74,0 % para Comunicación asertiva, equivalente a 111 personas del total de la puntuación; 75,7 % para la habilidad de Empatía, que corresponde a 113,5 personas; 76,0 % para la habilidad de Relaciones interpersonales, equivalente a 114 personas.

71,3 % para la habilidad de Conocimiento de sí mismo, equivalente a 107 personas del total de la población; 70,7 % para la habilidad de Resolución de problemas, que equivale a 106 personas del total de la población; 73,7 % para la habilidad de Pensamiento crítico, que corresponde a 89 personas del total de la población.

66,0 % para la habilidad de Pensamiento creativo, equivalente a 99 personas del total de la población; 45,3 % para la habilidad de Manejo y expresión de emociones, correspondiente a 68 personas del total de la población, y finalmente, 52,3 % para la habilidad de Manejo de tensión y estrés, equivalente a 78,5 personas del total de la población.

De lo anterior es posible deducir que la totalidad de las habilidades para la vida se encuentran con un porcentaje superior al 50 %, nivel considerado para poder referir mejora mediante estrategias dirigidas al desarrollo de un mejor proyecto de vida.

Discusión

A lo largo de todo el proceso de intervención se trabajó en habilidades para la vida y empoderamiento. En esta comunidad se contó con el apoyo de otros profesionales, como son los integrantes de la dependencia 'Policía Comunitaria', Universidad Mariana, Pasto Deportes, Sena y otros, que aportaron al conocimiento de los jóvenes.

Para dar cumplimiento a los objetivos específicos se trabajó unas estrategias que en el marco del proyecto estuvieron fundamentadas en habilidades para la vida y empoderamiento, con el fin de fortalecer su proyecto de vida, fomentando y estimulando el de-

sarrollo de espacios para la formación, capacitación e integración de los jóvenes, para que puedan mejorar sus condiciones de vida dentro del programa 'Jóvenes a lo bien', optimizando la condición de ciudadano, en procura de fortalecer una convivencia pacífica a nivel municipal y departamental.

En la primera estrategia 'Juego de Globos' se encontró que fue de gran importancia trabajar el proyecto de vida con los jóvenes del programa, con el propósito de desarrollar en ellos su proyecto de vida, así como también, aprender a decidir y a planificar sus decisiones en cuanto a su vida.

Se pudo evaluar la temática; los compromisos fueron claros para fortalecer el factor personal en cuanto a lo aprendido; también se encontró algunas debilidades en cuanto a la falta de atención y compromiso de los jóvenes y la impuntualidad, ante lo cual se establece correctivos.

Se identifica oportunidades cuando los jóvenes se integran con compañeros con los cuales no han tenido la opción de socializar, enseñándoles a manejar escenarios y a conducir sus emociones. Las fortalezas observadas fueron dadas por los participantes, refiriendo su aprendizaje sobre algo nuevo para su vida, especialmente a hablar en público.

En la segunda actividad 'Arte y Proyecto de Vida' se trabajó las metas a alcanzar, donde se explicó que se debe manifestar lo que se desea lograr a corto, mediano y largo plazo. Por ejemplo, si en el ámbito académico el objetivo es ser secretario (a), deben indicar si lo desean lograr en un lapso de siete, ocho o veinte años.

También se identificó debilidades como falta de compromiso por parte de algunos jóvenes al no llevar los materiales solicitados. En cuanto a oportunidades, se evidenció que los adolescentes conocen más de su proyecto de vida al integrarse con sus pares; se encontró que la actividad fue un gran aporte para trabajar en equipo como habilidad social y saber manejar sus emociones.

En cuanto a la tercera estrategia 'Yo me cuido, yo decido, yo planifico' se aprovechó el acompañamiento del personal de salud de la E.S.E. Pasto Salud. En la retroalimentación que se realizó por parte de los psicólogos se encontró diferentes tipos de pensamientos, mitos, leyendas y estereotipos con relación a la estrategia trabajada sobre educación sexual, promoviendo siempre el respeto por la sexualidad, y así se generó una participación activa y sin etiquetas.

Ésta fue una temática de suma importancia, ya que al finalizar hubo empatía con algunos miembros del grupo con los cuales no se había tenido la oportunidad de generar confianza. También se tuvo la posibilidad de escuchar las situaciones particulares y problemas de cada persona.

Las habilidades detectadas en la población se encuentran en su mayoría con un porcentaje superior, en comparación con la primera fuente de recolección de información, mientras que ciertas habilidades para la vida aumentaron considerablemente según la encuesta semi estructurada tipo Escala Likert.

Se evidencia el fortalecimiento en las habilidades de Comunicación asertiva, Pensamiento crítico, Pensamiento creativo, Relaciones interpersonales y Conocimientos de sí mismo, mediante las diferentes estrategias aplicadas al grupo de 'Jóvenes a lo Bien', pero a la vez existe un decrecimiento en las habilidades de Empatía, Manejo de expresión y emoción y Resolución de problemas. Esta declinación representa las habilidades para la vida en las cua-

les se presentó mayor dificultad a la hora de la realización de las actividades y en la asimilación por parte de los estudiantes.

De lo anterior es posible deducir que la totalidad de las habilidades para la vida se encuentra con un porcentaje superior al 50 %, el cual es tenido en cuenta para poder referir una mejora de las mismas.

Conclusiones

Los resultados con respecto al empoderamiento personal fueron satisfactorios, ya que los jóvenes lograron empoderarse en cuanto a su proyecto de vida, aplicando las habilidades para la vida fortalecidas, logrando mejorar su propósito de vida.

En cuanto a la parte organizacional, los jóvenes demostraron interés por el programa, colocando de su parte al asistir a cada clase, conferencia y/o actividad que se desarrolló en el mismo, logrando establecer relaciones que ayudaron a mejorar el ambiente dentro del programa 'Jóvenes a lo bien'.

Con relación al empoderamiento social, se puede evidenciar el mejoramiento en los jóvenes cuando ingresaron al Sena y se relacionaron con personas nuevas como docentes, compañeros, y al estar en otra institución y aplicar lo aprendido.

El proyecto permite determinar que fueron significativas las puntuaciones frente a las habilidades para la vida; se encontró mayor puntuación en las habilidades que estaban débiles y se reforzó las que estaban fortalecidas.

Recomendaciones

Emplear habilidades para establecer mejor los compromisos, por cuanto ciertas amenazas como el excesivo calor, la estrechez de las instalaciones, indisciplina, falta de colaboración por parte de algunos estudiantes, falta de respeto por la palabra del otro y la cantidad de personas, tornaba difícil la situación, aunque no dejó de observarse una fortaleza cuando los jóvenes eran capaces de hablar en público al sustentar el trabajo realizado, lo que al mismo tiempo fortaleció el desarrollo de una buena comunicación y seguridad en el grupo.

Seguir manejando la comunicación asertiva en diversas actividades.

Trabajar y fortalecer las habilidades para la vida en las que no se notó cuantitativamente mejoras.

Agradecimientos

A la Policía Nacional, quienes facilitaron sobremanera tanto el acceso a la población con la que se trabajó, como a los estudiantes, quienes, pese a todas las dificultades, hicieron posible la culminación del proyecto con alegría. De esta manera, los psicólogos practicantes podemos compartir con la comunidad, nuestras experiencias formativas y de vida.

Referencias

- Choque, R. (2008). Habilidades para la vida en el ámbito escolar. Recuperado de <http://blog.pucp.edu.pe/blog/raulchoque/2008/11/07/habilidades-para-la-vida-en-el-ambito-escolar/>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF). (2011). Estado Mundial de la Infancia 2011. La adolescencia, una época de oportunidades. Recuperado de https://www.unicef.org/honduras/Estado_mundial_infancia_2011.pdf
- Yturalde, E. (2014). Lúdica. Recuperado de <http://www.ludica.org/>

Una vez elijas la esperanza, todo es posible

Andrés Arcos Prado

Angie Martínez Valencia

Estudiantes del Programa de Psicología
Universidad Mariana

Resumen

El proyecto de práctica profesional tuvo como objetivo general, brindar atención e intervención mediante estrategias de afrontamiento, a usuarios con diagnóstico de insuficiencia renal crónica (IRC), y sus familiares o acompañantes en el Hospital Universitario Departamental de Nariño (HUDN), relacionadas con la importancia de propiciar espacios de atención orientados al afrontamiento del diagnóstico y su tratamiento.

Se implementó estrategias psicológicas relacionadas con la toma de decisiones asertivas para la mejora de la calidad de vida en el núcleo familiar y las redes sociales, lo que de cierta manera fortaleció las redes de apoyo, utilizando la psicoeducación como factor base para hacer frente al diagnóstico y al tratamiento de los usuarios.

Para lo anterior se llevó a cabo la recolección de información mediante una entrevista semiestructurada enfocada a la percepción, afrontamiento de emociones negativas, pensamientos negativos y toma de decisiones, mediante talleres interactivos que permitieron abordar estas temáticas, obteniendo excelentes resultados en cuanto al reconocimiento de la enfermedad, fortalecimiento de la capacidad de afrontamiento a las nuevas condiciones de vida, y adaptación al tratamiento en usuarios y familiares, teniendo en cuenta que la enfermedad no solamente influye en el usuario, sino también en el núcleo familiar y social.

De esta manera se comprende la importancia del apoyo psicológico y el trabajo interdisciplinar a partir de diferentes perspectivas que le aportan a la atención integral y humana.

Palabras claves: Psicología clínica, diálisis, insuficiencia renal, percepción, afrontamiento, pensamiento negativo.

Introducción

Con el presente proyecto en el proceso de práctica, se dio a conocer la intervención psicológica realizada a usuarios que hacen parte de la Unidad Renal del HUDN, teniendo en cuenta que el estado emocional no solo depende de factores externos que se encuentran en el contexto, sino también del componente psíquico del individuo. Estas consideraciones brindan los medios necesarios para la intervención que permite una fácil adaptación a nuevas condiciones y mejora en la calidad de vida, la cual llevó a emprender procesos que permitieron fortalecer las habilidades de autocritica, autoaceptación y resiliencia dentro del proceso de hemodiálisis.

Como unidad de trabajo se consideró a los usuarios en proceso de diálisis y sus familiares, teniendo en cuenta que las personas

utilizan dos tipos de estrategias de afrontamiento: las comportamentales, que buscan controlar el estímulo o estresor en forma directa, actuando frente al problema que la persona considera es susceptible a modificar, y las estrategias afectivas que hacen referencia a los intentos que realiza la persona para controlar las reacciones emocionales que el problema genera.

La fácil adaptación es el proceso en el cual las personas, vistas como sistemas adaptativos holísticos, según Roy (1999, citada por Romero, Martínez, Makaiza, Guarín y Pérez, 2013), que se encuentran en una continua interacción con un ambiente cambiante, “piensan y sienten como grupos o individuos, usando conscientemente el conocimiento selecto para crear una integración humana y ambiental” (párr. 8).

Los estímulos ambientales, al entrar en contacto con el sistema, activan los subsistemas de afrontamiento regulador y cognitivo y desencadenan una serie de respuestas observables a través de los cuatro modos de adaptación: respuesta fisiológica, autoconcepto, función del rol e interdependencia. (Díaz, Betancourt, Cheverría, Rodríguez y González, 2014, p. 6).

Para el desarrollo del presente proyecto se consideró algunos artículos que hacen parte de la práctica psicológica, y los lineamientos del código deontológico del psicólogo, para el correcto procedimiento en la aplicación de los instrumentos necesarios.

Diagnóstico

En el proyecto se tuvo en cuenta el Servicio de Hemodiálisis para la intervención de usuarios y familiares que hacen parte de la Unidad Renal, la cual se encarga de atender a pacientes con IRC, quienes en la gran mayoría de los casos también padecen enfermedades cardiovasculares, pulmonares y digestivas, que requieren un tratamiento esencial que solo pueden recibir en instituciones de alto nivel de complejidad, con atención integral y servicios que se interrelacionan en respuesta a sus patologías. La atención es prestada por: médico nefrólogo, enfermero profesional y auxiliar.

Por otra parte, cabe resaltar que los resultados obtenidos en el cuestionario aplicado a los usuarios de dicha unidad fueron de gran importancia, pues de esta manera se observó que la mayoría de los casos presenta un nivel socioeconómico bajo que oscila entre los estratos 1 a 3, lo que se relaciona con sus redes sociales y el lugar de procedencia, evidenciando un posible factor de riesgo para la adecuada adaptación al proceso dialítico; de igual manera, se evidenció una afectación emocional, ya que la mayoría de las personas entrevistadas lo manifiestan en diferentes preguntas del cuestionario aplicado, razón por la cual se interviene con esta población, para lograr disminuir el malestar y brindar estrategias que sean útiles en cuanto a una mejor adaptación al tratamiento.

Resultados

Inicialmente se realizó valoraciones manejadas de manera individual; de igual forma, con cada usuario se determinó un plan psicológico de intervención, además de seguimientos constantes para el manejo de diferentes factores de riesgo asociados al malestar psicológico y adaptación al diagnóstico.

Para dar cumplimiento a los objetivos planteados se estableció talleres psicológicos grupales con usuarios que asistían al proceso de diálisis, para el abordaje de temáticas como: reestructuración y restablecimiento de proyecto de vida, afrontamiento de emociones negativas (psicoeducación en emociones negativas), manejo de eventos estresantes mediante técnicas de relajación y reestructuración de pensamientos negativos.

De igual manera, se hizo talleres grupales para los acompañantes, con las siguientes temáticas: psicoeducación en la enfermedad (cambios emocionales), orientación en tipos de comunicación (comunicación asertiva, diálogo como estrategia de resolución de problemas y escucha activa), expresión de emociones por medio de ejercicios lúdicos de apropiación de la enfermedad del acompañante y vínculos afectivos. En consecuencia, al brindar mayor información acerca de la calidad de vida y las estrategias de afrontamiento de pacientes con IR, cabe destacar que se analizó e intervino aspectos como los problemas sociales y personales, para lograr disminuir el malestar emocional de la población objeto de estudio.

Los talleres psicoeducativos resultaron relevantes, ya que las estrategias y el sistema de educación deben poseer algunas características particulares como un enfoque educativo funcional relacionado con los problemas que las personas deben enfrentar diariamente, programas educativos orientados a la motivación, con herramientas de fácil comprensión y asimilación, sin que esto requiera altos niveles de escolaridad. Las estrategias deben aprovechar la habilidad de aprendizaje propia de cada usuario; de este modo, la psicoeducación y sus estrategias son indispensables para generar cambios en las conductas, que permitan lograr una mejor calidad de vida.

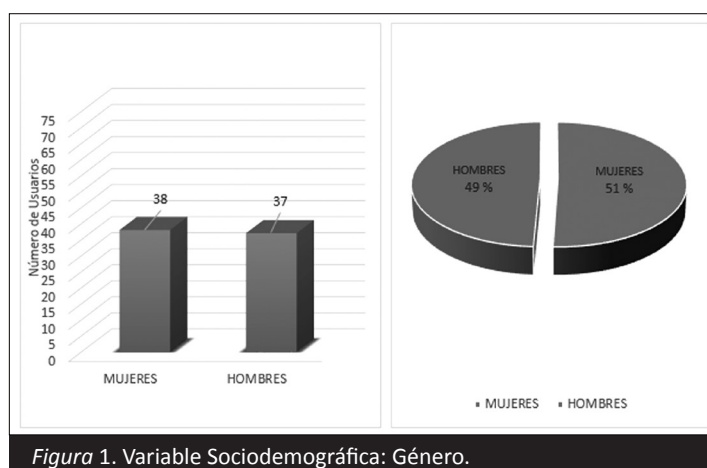


Figura 1. Variable Sociodemográfica: Género.

En la intervención psicológica fueron atendidos 75 usuarios, de ellos 38 mujeres y 37 hombres; se puede evidenciar que tanto el género masculino como el femenino tienen una estrecha relación con el padecimiento de la enfermedad, puesto que el porcentaje de diferencia entre los dos no es significativo, siendo éste el 2 %, de lo que se deduce que ambos géneros pueden correr riesgo de padecer esta enfermedad.

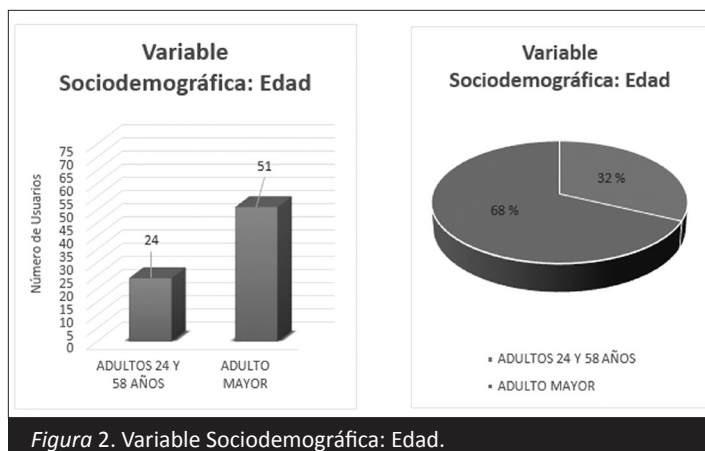


Figura 2. Variable Sociodemográfica: Edad.

En el análisis sociodemográfico de este estudio se nota que el intervalo de edad por encima de los 60 años presenta mayor incidencia de IRC, lo que se evidencia en el 68 % de la población intervenida. Este hecho puede ser explicado por el avance de la edad y factores asociados que disminuyen la funcionalidad orgánica como parte del proceso de envejecimiento.

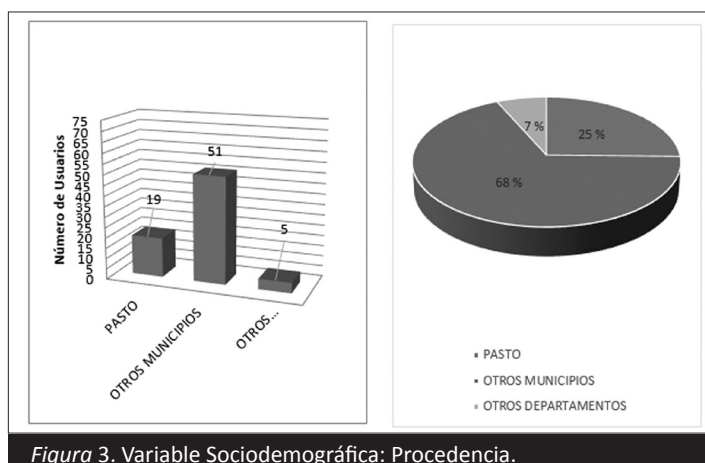


Figura 3. Variable Sociodemográfica: Procedencia.

En cuanto a la incidencia sociodemográfica, en relación con el lugar de procedencia, los usuarios atendidos residen en su mayoría en zonas aledañas a la capital: 68 % pertenecen a otros municipios, el 25 % a la ciudad de Pasto y el 7 % a otros departamentos de Colombia. Es importante tener en cuenta este ítem, puesto que si el apoyo familiar es distante y la situación socioeconómica no brinda los recursos necesarios para el traslado, el bienestar integral del usuario y su acompañante se ve afectado por episodios de estrés y angustia.

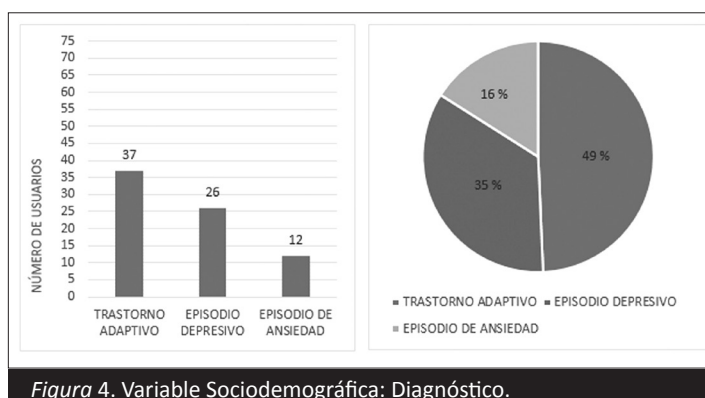


Figura 4. Variable Sociodemográfica: Diagnóstico.

Los principales diagnósticos evidenciados en la población intervenida fueron, en un 49 % Trastorno adaptativo, asociado al diagnóstico y al proceso de diálisis; un 35 % Episodio depresivo, lo que causa desestabilización emocional relacionada con la disminución de valía, autocrítica y toma de decisiones; un 16 % Episodios an-

siosos relacionados con la estancia hospitalaria prolongada, el pronóstico médico y el tratamiento.

A continuación se describe los cinco talleres ejecutados durante los dos semestres de práctica, los cuales contienen el objetivo, los recursos utilizados, desarrollo del taller, retroalimentación (dirigida principalmente a los logros conseguidos), el total de participantes y la calificación del nivel de satisfacción por parte de los usuarios asistentes.

Es esencial destacar que para la realización de los talleres no se tuvo en cuenta un número determinado de invitaciones y por tanto asistentes, puesto que las características fluctuantes de la población con la que se trabajó, dependían de los factores sociales y familiares.

Nivel de satisfacción de talleres con usuarios

Mediante el formato de evaluación que se brindó a los usuarios al finalizar los talleres mencionados, se pudo evidenciar un nivel de satisfacción óptimo en cuanto al conocimiento adquirido, que les ayuda a disminuir factores estresantes por estancia hospitalaria y procedimiento dialítico. Se observó, en la mayoría de ellos, el cambio comportamental y el aumento en la capacidad de toma de decisiones relacionadas con pensamientos positivos frente a la enfermedad y planes concretos a futuro. Como lo mencionan en un apartado del formato de manera escrita, "Es bueno que le ayuden a uno; ahora entiendo que soy útil y puedo salir adelante"; "Soy capaz, voy a luchar, uno se da cuenta que sí se puede, con la ayuda que le brindan ustedes".

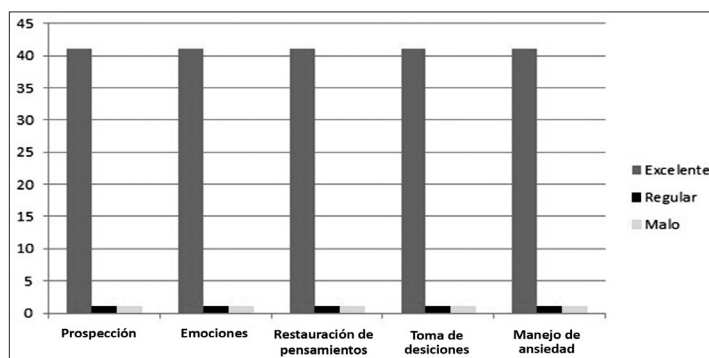


Figura 5. Nivel de satisfacción de talleres con usuarios.

Nivel de satisfacción de talleres con familiares

Teniendo en cuenta la información brindada por los familiares de los usuarios mediante las observaciones escritas, se evidencia un nivel de satisfacción esperado frente al objetivo planteado en cada taller, siendo calificado como excelente en la mayoría de los sujetos. De esta manera se observa el aprendizaje adquirido con relación a la IRC y sus cambios emocionales, considerados como normales, y la adquisición de herramientas para aumentar la comunicación asertiva en un contexto adecuado para el usuario y demás familiares.

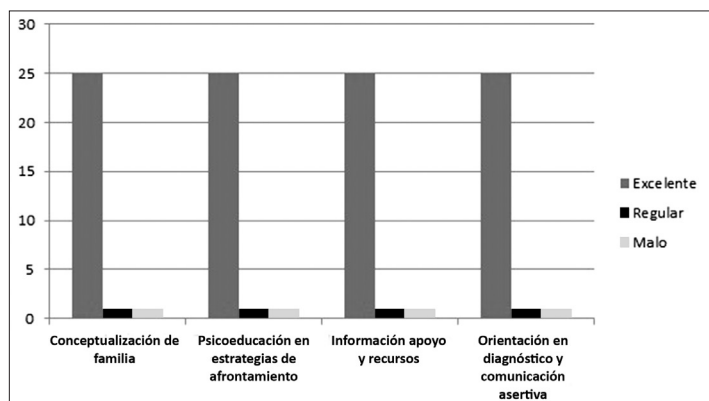


Figura 6. Nivel de satisfacción de talleres con familiares.

Conclusiones

Los resultados del presente proyecto evidencian la importancia de la psicología de la salud en el abordaje de la insuficiencia renal, así como también la necesidad de trabajar interdisciplinariamente en su tratamiento.

Se observa que existe una necesidad de visualización de este tipo de enfermedades desde una perspectiva psicosocial, puesto que recíprocamente se genera un cambio de impacto en los usuarios que padecen este tipo de afecciones, modificando los estilos de vida de una persona y su contexto.

Las problemáticas familiares y socioeconómicas están asociadas en la mayoría de los casos a su estabilidad emocional y disminución en la capacidad de autoaceptación y toma de decisiones adecuadas, puesto que éstas son una red de apoyo que propende por su bienestar en general. La inexistencia o dificultad en estas redes hace que esta enfermedad avance, por ende el problema de la persona se complica mucho más, tomando en cuenta el impacto que genera desde el punto de vista laboral, disponibilidad de recursos propios y su funcionalidad en el diario quehacer.

Recomendaciones

Teniendo en cuenta que el ser humano es integrado por componentes biológicos y psicológicos que interactúan entre sí y con su entorno, se hace las siguientes recomendaciones:

Ampliar los estudios en la Unidad Renal del Hospital Universitario Departamental de Nariño acerca del impacto de los elementos psicosociales y psicológicos en general sobre la calidad de vida de los usuarios diagnosticados con Insuficiencia Renal Crónica, y sus familiares.

Propender espacios biopsicosocioambientales que permitan entender más coherentemente la enfermedad mediante un espacio dinámico e interdisciplinar.

Vincular al equipo psicológico al Servicio de Unidad Renal, con la finalidad de brindar una atención integral orientada a la política de humanización que aporte a nuevas condiciones y mejora de calidad de vida de usuarios y familiares.

Referencias

- Díaz, A., Betancourt, C., Cheverría, S., Rodríguez, M. y González, C. (2014). Diabetes Mellitus: un estudio sobre el nivel de adaptación fisiológica y de autoconcepto en pacientes que participan en un grupo de apoyo. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa*. Recuperada de <http://www.pag.org.mx/index.php/PAG/article/viewFile/31/180>
- Romero, E., Martínez, B., Makaiza, E., Guarín, A. y Pérez, J. (2013). Afrontamiento y Adaptación de Pacientes en Hemodiálisis y Diálisis. *Avances en Enfermería* 31(1), 32-41.

Prácticas de gestión humana, un proceso de apoyo en la empresa

Inversiones Electrónicas y Tecnológicas S.A.S

Brigith Alejandra Narváez Pantoja

Estudiante del programa de Psicología
Universidad Mariana



Empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS.

organizacionales y la construcción de ventaja competitiva sostenida. (Beer, 1997, citado por Calderón, Naranjo y Álvarez, 2010, p. 23).

El reto de seguir apoyando los procesos de gestión humana de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS significa apropiarse de las necesidades y situaciones, y con base en esto brindar el apoyo y las herramientas necesarias para solventar los problemas de la organización con la ayuda de sus colaboradores, quienes ya tienen experiencia y conocimientos previos a través de los cuales contribuyen de manera efectiva y positiva para lograr las metas u objetivos de la organización.

Cuando se quiere desarrollar y apoyar los procesos de gestión humana, **éstos** deberán ir encaminados hacia el conocimiento, para lo cual se requiere identificar los elementos más importantes que hacen parte de una organización; se hace referencia entonces a: manual de cargos, capacitación laboral, salud y seguridad en el trabajo, pausas activas, entre otros, cuya comprensión y dominio lograrán integrar y adaptar los procesos.

Resumen

El presente documento tiene como objetivo dar a conocer la importancia de los procesos de gestión humana de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS, organización de carácter privado. El proceso de práctica formativa se llevó a cabo desde febrero a noviembre de 2017, contribuyendo y apoyando la ejecución de las prácticas de gestión humana de la empresa. Como metodología se tuvo la revisión documental de los procesos existentes en la organización; a partir de la recolección de esta información se ejecutó la implementación de los mecanismos para la salud y seguridad en el trabajo, selección de personal, modificación del perfil sociodemográfico, flujogramas, creación de procesos de gestión de calidad y actualización del perfil de cargos.

Palabras clave: flujogramas, gestión humana, prácticas de gestión humana, selección de personal, perfil de cargos, perfil sociodemográfico, procesos de gestión de calidad salud y seguridad en el trabajo, selección de personal.

Introducción

La gestión humana es uno de los campos empresariales que durante los últimos años ha tenido los mayores cambios: de ser una oficina de trámites para cumplir las prácticas de administración de personal, pasó a convertirse en un área fundamental para lograr los objetivos



Instalaciones de la empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS.

Por lo anterior, la investigación tiene como base, apoyar los procesos de gestión humana de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS, acompañar en la implementación de los mecanismos de salud y seguridad en el trabajo, impulsar las prácticas de gestión humana, modificar el perfil sociodemográfico, crear flujogramas y procesos de gestión de calidad, realizar la selección de personal, y actualizar el manual de funciones.

Metodología

El desarrollo de la práctica en esta organización se basó principalmente en la recolección de información, revisión documental tanto digital como física, donde el método fue un procedimiento científico que consistió en indagar, recolectar, organizar, analizar e interpretar la información o datos encontrados. Dicho esto, es importante mencionar que este documento es el resultado del proyecto de práctica, el cual está conformado por objetivos generales y específicos que surgieron a partir de las necesidades de la empresa; el proyecto fue realizado en dos niveles, tiempo justo para cumplir con cada uno de los objetivos planteados. Para hacer la recolección de la información necesaria y obtener un diagnóstico organizacional favorable se hizo uso de una entrevista, técnica e instrumento de recolección de información direccionado a la descripción del perfil de cargo de los colaboradores de la empresa; a través de ella, denominada 'Análisis de puesto', y a través del perfil de cargo construido con base en lo propuesto por Hoyos (2010), se creará un perfil ideal donde se ubicará con mayor claridad las funciones que deben desempeñar los colaboradores de la empresa.

Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS tiene como actividad fundamental llevar soluciones de última tecnología al hogar o empresa, en productos electrónicos, audio, iluminación y energía solar, garantizando a través de su amplia trayectoria, la total satisfacción de las necesidades y expectativas.

El señor José Eduardo Cabrera Solarte fundó Radio Sanyo en el año de 1968, en la ciudad de San Juan de Pasto, departamento de Nariño, en Colombia, con el objetivo de solventar la creciente demanda de repuestos electrónicos en la ciudad.

Comenzó funcionando en un local ubicado en la calle 17 entre carreras 24 y 25. Uno de los primeros intentos de expansión se hizo en 1983, en un local ubicado en la misma calle, pero esta vez con carrera 22 esquina. En esta sede se comercializó materiales eléctricos hasta 1986, momento en el cual se retomó el rumbo inicial de la electrónica, fundando la sede principal, inscrita para entonces como Radio Sanyo del Sur, en la calle 16 No. 22-68.

En 2004 se fundó la sucursal denominada Radio Sanyo No. 2 que por más de una década ha apoyado la operación comercial que se adelanta en la sede principal, brindando al público un punto de venta cercano en donde es posible adquirir los mismos productos. En la actualidad, en el local ubicado en la calle 16 No. 21 A 27, funciona una tienda especializada en sonido, iluminación de escenarios e instrumentos musicales, consolidando la empresa como líder indiscutible en la región, en cuanto a audio se refiere.

Población

La población objeto de esta investigación corresponde a las personas que ocupan los 16 cargos existentes en la empresa. Teniendo en cuenta la recolección de la información realizada y gracias al diagnóstico encontrado, se logró determinar la necesidad prioritaria para la empresa, lo que indica que para su desarrollo también era fundamental contar con la colaboración de todos los trabajadores.

Resultados

A partir del diagnóstico situacional y la recolección de información que se obtuvo a partir de la entrevista, la encuesta y la revisión documental, se halló que los practicantes anteriores habían realizado algunos procesos como clima laboral, hábitos de vida saludable, lo que evidenció que era necesario seguir apoyando las prácticas de gestión humana para cumplir con los objetivos de la empresa y de los trabajadores.

Las organizaciones están conformadas por personas, de las cuales dependen para conseguir sus objetivos y cumplir sus misiones. A su vez, son un medio para que éstas alcancen sus objetivos individuales en el menor tiempo posible, con el menor esfuerzo y mínimo conflicto, muchos de los cuales jamás serían logrados con el esfuerzo personal aislado. "Las organizaciones surgen para aprovechar la sinergia de los esfuerzos de varios individuos que trabajan en conjunto" (Chiavenato, 2002, p. 2).



Fachada empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS.



Personal empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS.

Dentro de los resultados encontrados se puede evidenciar cómo la implementación de los mecanismos de salud y seguridad en el trabajo contribuyó en gran medida al bienestar de los trabajadores y de la empresa en general. La seguridad es la base fundamental para el correcto funcionamiento y productividad de las empresas, por lo tanto, las organizaciones que se ocupen de

manera integral de sus trabajadores, tienen más probabilidades de sobrevivir al entorno laboral y cumplir sus objetivos organizacionales. En este punto, se debe tener en cuenta que no todas las empresas están realmente comprometidas con la seguridad y salud de los trabajadores, debido a la falta de conocimiento de sus obligaciones y deberes legales.

En la empresa objeto de estudio fue necesario seguir trabajando y reforzando aquellos procesos relacionados con el Sistema General de Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST); para esto se elaboró una cartilla sobre pausas activas, las cuales fueron diseñadas y ajustadas a cada área de trabajo, con el fin de aportar al éxito y cumplimiento de los objetivos de la empresa y, al mismo tiempo, garantizar la salud y el bienestar de sus trabajadores.

La pausa activa es una actividad física realizada en un breve espacio de tiempo en la jornada laboral o durante extenuantes jornadas de estudio, orientada a que las personas recuperen energías para un desempeño eficiente, a través de ejercicios que compensen las tareas [ejecutadas], revirtiendo de esta manera la fatiga muscular y el cansancio generado por el trabajo. (Wordpress.com, s.f., párr. 1).

Se realizó un programa de hábitos de vida saludable que tiene como propósito, sensibilizar a los trabajadores sobre la importancia de alimentarse sanamente, cómo adoptar una buena postura en el lugar de trabajo y conocer los elementos de protección personal que deben utilizar para realizar sus funciones, con el fin de evitar accidentes laborales o enfermedades.

Los hábitos de vida saludable son actividades que hacen las personas para cuidar su salud, por lo general con un énfasis natural y muy armónico con las demás personas y el medio ambiente.

Una adecuada alimentación y estilo de vida componen la mejor herramienta de prevención de enfermedades y de promoción de salud en las personas; además es muy importante que estos buenos hábitos [sean adquiridos] en las primeras etapas de la vida. (Servicio Nacional de Aprendizaje, SENA, s.f., párr. 1-3).

Para impulsar las prácticas de gestión humana fue necesario realizar modificaciones pertinentes al perfil sociodemográfico. Se desarrolló una encuesta a toda la planta de personal activo, que contenía las características generales de la población, las cuales pueden incidir en su conducta social. La información incluyó: edad, estado civil, género, número de personas a cargo, nivel de escolaridad, tendencia de vivienda, uso de tiempo libre, promedio de ingresos (S.M.L), antigüedad en la empresa, antigüedad en el cargo actual, tipo de contratación, participación en actividades de salud realizadas por la empresa, diagnóstico de enfermedades, consumo de bebidas alcohólicas y tabaco. Todas las personas encuestadas dieron su consentimiento para la aplicación e inclusión de los datos en el perfil anual. Todo esto se llevó a cabo ya que es una herramienta que hace parte del SGSST, y proporcionó información de gran importancia que permitió hacer una aproximación a los estilos de vida de los trabajadores. A partir de los resultados se identificó posibles vulnerabilidades, e incluso los factores de riesgo que se debe tener en cuenta en los programas que desarrolle la empresa.

Fue necesario crear flujogramas de procedimientos, como “muestra visual de una línea de pasos y acciones que implican un proceso determinado” (Montoya, 2017, p. 20), adoptado para comprender un proceso e identificar las oportunidades de mejorar las situaciones actuales, diseñar nuevos procesos en los cuales aparezcan mejoras, facilitar la comunicación entre las personas intervinientes, así como también para difundir de manera clara y concreta, información sobre los procesos (Sánchez, Castañón y Rodríguez, 2017). Los flujogramas que se implementa en una empresa permiten determinar las ideas principales de cada uno de todos los procesos; además son utilizados para describir paso a paso las operaciones que se lleva a cabo dentro de un proceso. Durante el periodo de práctica quedaron establecidos los flujogramas del área contable, de bodega, de evaluación de rendimiento, y de selección de personal.

Ahora bien, para seguir cumpliendo con el segundo objetivo, se describirá lo siguiente: el proceso de selección de personal se inició a partir de la convocatoria donde se publicó las vacantes de trabajo; seguidamente se recibió las hojas de vida de manera digital o física para proceder a su estudio, teniendo en cuenta los conocimientos de los candidatos; después se citó a las personas seleccionadas. Para encontrar al personal ideal fue necesario aplicar dos entrevistas; una, estructurada de acuerdo con la empresa, y la otra, el test del dibujo de la figura humana de Machover (s.f.), el cual tiene como objetivo analizar aspectos de la personalidad del sujeto en relación con su autoconcepto, su imagen corporal y su estado emocional actual. Como se puede evidenciar, el proceso de selección de personal es un proceso muy importante, ya que por medio de éste se puede determinar la persona más adecuada para cumplir con los objetivos y las necesidades de la empresa.

El reclutamiento y la selección de personal son dos fases de un mismo proceso: consecución de recursos humanos para la organización. El reclutamiento tiene como objetivo específico suministrar la materia prima para la selección: los candidatos. El objetivo específico de la selección es escoger y clasificar los candidatos más adecuados para satisfacer las necesidades de la organización. (Chiavenato, 2007, p. 1).

Para cumplir con el objetivo de actualizar el manual de funciones, fue necesario realizar una entrevista estructurada llamada “análisis de puesto”, la cual consta de 14 ítems y de ellos se desprende nuevas preguntas. Para esta recolección de información fue necesario dirigirse a cada uno de los puestos de trabajo; la información fue plasmada y ajustada al modelo del perfil de funciones que tiene diseñado la empresa.

Con este análisis se logró describir y determinar las funciones, requisitos, competencias y comportamientos de los trabajadores. Con base en la información recolectada se hizo el perfil de cargo adecuado, para que estos tengan claridad sobre sus funciones dentro de la empresa.

Discusión

El éxito de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS está muy ligado a las prácticas de gestión humana que se realice, ya que de éstas depende que los trabajadores puedan alcanzar sus obje-

tivos y su autorrealización, y que no vean el trabajo únicamente como un solvente de necesidades. Todas las gestiones hechas para optimizar el recurso humano están encaminadas a brindar satisfacción, bienestar, compromiso y productividad en la organización; el perfil sociodemográfico, los flujogramas, los procesos de gestión de calidad, la selección de personal, el manual de funciones, son algunas de las prácticas necesarias en la empresa, las cuales permiten conocer las habilidades, capacidades y puntos a mejorar por parte del personal; estas herramientas han sido empleadas durante muchos años con la única finalidad de incrementar la producción; hoy en día son vistas como una oportunidad de crecimiento y desarrollo, sin olvidar el fin con el que fueron creadas.

Como primer elemento se destaca la seguridad y salud en el trabajo, que hace referencia al bienestar social, físico y psicológico de los trabajadores; las malas condiciones de trabajo pueden influir en estos dos factores. Para evitar este tipo de situaciones fue necesario crear un programa de pausas activas, las cuales fueron diseñadas y especificadas para cada uno de los cargos; además de esto, existe un programa llamado 'Hábitos de vida saludable' cuyo objetivo es sensibilizar a los trabajadores sobre la importancia de una buena alimentación, cómo adoptar una buena postura en el lugar de trabajo, e identificar los elementos de protección personal que deben utilizar para realizar sus funciones, con el fin de evitar accidentes laborales o enfermedades.

Hablar de seguridad es hablar de estabilidad en el empleo, ya que éste es un indicador del compromiso de la organización con sus trabajadores (Peña y Hernández, 2007). Dentro de los beneficios que generan estabilidad en el empleo, está la contribución de los conocimientos y esfuerzos que hacen los trabajadores para aumentar la productividad. Pfeffer (1998) plantea que las empresas que brindan seguridad, capacitación y formación a sus trabajadores en épocas en donde actúan factores externos como la recepción económica, tendrán en ellos altos niveles de motivación, observados en la pertenencia por su empresa, lealtad por sus trabajos y muy bajos niveles de deserción, esfuerzo que dará altos beneficios, contrario al tener una alta tasa de rotación que pone a disposición de la competencia el mayor activo de la organización: sus empleados.

Como segundo elemento está impulsar las prácticas de gestión humana. Según Calderón, Cuartas y Álvarez (2009):

La gestión humana tiene la oportunidad de ser protagonista en los procesos de transformación organizacional, ya que estos hacen posible que sea el colectivo de los miembros de la organización quienes ocupen el papel protagónico de los cambios culturales que permitirán mejorar los procesos y los resultados de la organización. Para que [ésta] pueda afrontar un proceso de transformación de forma holística [(un sistema se comporta diferente que cuando hay una suma de todas las partes), entonces], se hace necesario replantear los procesos típicos llevados a cabo por la gestión humana, de modo que estos logren constituir un proceso integrado conducente al desarrollo organizacional, que le agregue valor a la organización y que se refleje claramente en su eficiencia. (p. 163).

Por lo anterior, las prácticas de gestión humana se han convertido en una herramienta fundamental para las organizaciones, ya

que permiten que los trabajadores se integren y puedan trabajar en conjunto para apoyar y lograr los objetivos de la empresa. Se debe tener en cuenta que quienes integran una empresa son personas en constante aprendizaje, que contribuyen tanto a su labor como a ellos mismos, por lo tanto se debe valorar su experiencia, conocimientos y competencias en las actividades que realizan. En consecuencia, es necesario que se impulse las prácticas de gestión humana, y para esto se ha creado procesos y procedimientos en función de lo establecido en la organización, sin dejar de lado que dichos procesos también van relacionados con el personal.

Como tercer y último elemento importante de la investigación, está actualizar el perfil de cargo de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas a través de un análisis de los cargos y sus respectivas actividades a realizar, dependiendo de los puestos establecidos en la organización.

Para lograr lo propuesto se elaboró una entrevista semiestructurada que constó de 14 ítems, aplicada a 16 cargos existentes dentro de la institución: gerente, subgerente, revisor fiscal, contador, coordinadora de compras y gestión de recursos, psicóloga, ingeniero de sistemas, auxiliar contable, técnico electricista, auxiliar logístico, vendedoras, cajera, responsable de entregas, coordinadora de bodega, auxiliar de bodega, auxiliar de inventario, servicios generales. Seguido a esto se recolectó la información para conocer de forma detallada las funciones, factores, requisitos, competencias y comportamientos que demanda cada uno de los cargos, para lograr su desarrollo de manera óptima. Es indispensable crear un perfil de cargo y aplicar una técnica de análisis de puestos de trabajo para dar información detallada que dé a conocer lo que cada trabajador debe hacer y las aptitudes que requiere para desempeñar de manera eficaz su labor.

Para continuar con la investigación, a partir de lo encontrado se creó un formato para cada uno de los cargos, el cual se encuentra conformado por las generalidades del puesto, la ubicación, la persona a la cual se debe reportar, quién es el jefe inmediato, qué relaciones laborales demanda el cargo, el objetivo del trabajo, la misión del trabajador, las funciones que se requiere, los conocimientos para desempeñar las actividades, la escolaridad necesaria, la experiencia, los requisitos físicos que exige el cargo, las responsabilidades de objetos, documentos, maquinaria que solicita la ocupación, demandas ocupacionales, y factores de riesgo ocupacional.

El manual de descripción y perfil de cargos de la empresa Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS, fue actualizado con el fin de tener mayor claridad sobre las funciones, responsabilidades, requerimientos y competencias de un cargo. La descripción de puestos de trabajo tiene por objeto el conocimiento exacto de la estructura de la empresa, su organización jerárquica y los requisitos necesarios para el adecuado desempeño de tales tareas y responsabilidades, definiendo el objetivo que cumple cada uno de ellos. Este manual será una herramienta de soporte para la empresa; contiene información ordenada y sistemática, estableciendo claramente los objetivos, normas, políticas y procedimientos de la organización.

Conclusiones

Las prácticas de gestión humana son una herramienta muy efectiva para cumplir los objetivos en una organización; también permiten el incremento de la competitividad, lo que lleva a mejorar la productividad.

El tema de salud y seguridad en el trabajo influye mucho en una empresa, y si se trabaja y crea actividades relacionadas, se logrará generar un ambiente laboral armonioso y saludable, bajo situaciones sanas y seguras.

Se puede decir que el análisis de puestos es una herramienta eficaz con la cual deben contar todas las empresas para lograr entender el funcionamiento interno y tener una buena organización en las ejecuciones, lo cual permitirá coordinar cada una de las funciones del colaborador.

Es esencial realizar el análisis de puestos, ya que este proceso permite encontrar y contar con un personal idóneo, capaz de responder a los objetivos de la empresa.

A cada cargo establecido dentro de la organización y que pudo ser entrevistado, se le ha determinado una serie de variables que permiten servir como guía en varias prácticas de gestión humana, como la selección de personal, evaluación de desempeño, y a que los colaboradores tengan una idea más clara de su puesto de trabajo, basado en las competencias que requiere cada cargo para ser evaluado o seleccionado.

Recomendaciones

Dado que las prácticas de gestión humana son un tema muy amplio, existen muchos temas relacionados que podrían ser investigados con mayor profundidad, como por ejemplo, las evaluaciones de desempeño de los empleados, que podría ser muy útil para las empresas.

Realizar un foro donde se evalúe si los procesos de salud y seguridad en el trabajo, como las pausas activas y hábitos de vida saludable, contribuyeron de manera positiva en los trabajadores.

Seguir creando o fortaleciendo programas orientados a mejorar la salud y seguridad de los trabajadores.

Realizar una socialización exhaustiva del manual de perfil de cargos, para que los colaboradores de la organización tengan conocimiento de las funciones que deben desempeñar, y así aumentar el nivel de calidad de Inversiones Electrónicas y Tecnológicas SAS.

Por otra parte, es necesario verificar qué pasaría después de realizar la socialización del perfil de cargos, si los colaboradores reconocen con claridad las funciones que deben desempeñar.

Referencias

- Calderón, G. Cuartas, J. y Álvarez, C. (2009). Transformación organizacional y prácticas innovadoras de gestión humana. *Innovar* 19(35), 151-166.
- Calderón, G., Naranjo, J. y Álvarez, C. (2010). Gestión humana en la empresa colombiana: sus características, retos y aportes.

Una aproximación a un sistema integral. *Cuadernos de Administración* 23(41), 13-36. Bogotá, Colombia.

- Chiavenato, I. (2002). *Gestión del talento humano*. Bogotá, Colombia: Editorial Mc Graw Hill.
- (2007). *Administración de Recursos Humanos. El capital humano de las organizaciones* (8ª ed.). México: Editorial McGraw Hill.
- Hoyos, W. (2010). Diseño de perfil del cargo basado en competencias. *Revista Universidad EAFIT* 46(159), 11-30.
- Peña, I. y Hernández, F. (2007). La Integración de la Dirección de Recursos Humanos en el proceso de formulación de la estrategia como determinante de los resultados. *Universia Business Review*, 15, 68-87.
- Pfeffer, J. (1998). *La Ecuación Humana*. Badalona, España: Ediciones Gestión 2000.
- Machover, K. (s.f.). Test del dibujo de la figura humana. Recuperado de <http://www.saltamundoeducativo.com/wp-content/uploads/2012/12/Test-de-la-Figura-Humana.pdf>
- Montoya, D. (2017). *Diseño e implementación de estrategias para el mejoramiento de la productividad en el área de producción en la empresa Público* (Trabajo de grado). Universidad de San Buenaventura, Santiago de Cali.
- Sánchez, R., Castañón, G. y Rodríguez, M. (2017). *Proyecto de instalación y redes de abastecimiento y distribución de agua y saneamiento*. Madrid, España: Ediciones Paraninfo S.A.
- Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA). (s.f.). Hábitos saludables y seguridad en el trabajo. Recuperado de https://senaintro.blackboard.com/bbcswebdav/institution/seminillas/513208_1_VIRTUAL/Material/Documentos/Fase%20III/Actividad_Aprendizaje12/Material_Promover_AA12.pdf
- Wordpress.com. (s.f.). Salud ocupacional. Recuperado de <https://marinela06.wordpress.com/pausas-activas/>

Derechos humanos y equidad: de la teoría a la práctica institucional

Dannia Stephany López
Claudia Patricia Quintero

Estudiantes del Programa de Psicología
Universidad Mariana



Fuente: pixabay

Resumen

El presente artículo nace del proyecto de práctica profesional de último nivel, llevado a cabo en el área de Psicología de la Casa de Justicia sede Bomboná, perteneciente a la Alcaldía del municipio de Pasto. El objetivo principal fue desarrollar acciones orientadas a la resolución pacífica de conflictos, con el fin de contribuir a la misión de la Casa de Justicia de San Juan de Pasto. Los objetivos específicos apuntaron a brindar atención psicológica a los usuarios del servicio de esta área, es decir, niños, adolescentes, madres cabeza de familia, adulto, adulto mayor y personas con discapacidades tanto físicas como psicológicas, entre otros, y a implementar sistemas de promoción y prevención sobre resolución pacífica de conflictos.

El trabajo se realizó a través de talleres que pretendían promover el buen trato y evitar el conflicto, promocionando los derechos humanos en los diversos colegios de la ciudad de Pasto, y en barrios donde hace presencia la Casa de Justicia móvil.

Palabras clave: conflicto, resolución de conflictos, sistemas de promoción y prevención, atención psicológica.

Introducción

Durante muchas décadas el conflicto se ha manifestado de forma significativa en todo el mundo, y Colombia no ha estado ajena a estas problemáticas diarias. En el departamento de Nariño y, específicamente en el municipio de San Juan de Pasto, se evidencia, en un gran porcentaje, situaciones de violencia intrafamiliar y de pareja, violencia de género, consumo de sustancias psicoactivas (SPA), intransigencia en la resolución de conflictos y violación

de los derechos y deberes del ciudadano, factores que reflejan violencia física, psicológica, económica, sexual, etc., ameritando tanto la inclusión de nuevos profesionales que brinden atención pertinente, como instituciones donde los ciudadanos puedan llegar y solventar las problemáticas.

La Casa de Justicia, concebida como centro interinstitucional de orientación, referencia y atención para facilitar a la población, mayor acceso a sus derechos, es una de las alternativas a estas problemáticas; dentro de los servicios que presta de forma gratuita se encuentra el área psicológica, que busca fortalecer los procesos psicosociales por medio de métodos alternativos de solución pacífica de conflictos.

Parte del diagnóstico y algunas actividades del proyecto realizado durante los periodos A y B de 2017, son iniciativas que surgen de las necesidades manifestadas de algunas instituciones, a las cuales se vio pertinente dar continuidad; fueron ejecutadas en pro de la comunidad, para la promoción de los derechos humanos, el buen trato y prevención de conflictos sin distinción de religión, género, raza, edad, nacionalidad, condición social, etc., en las instituciones educativas municipales.

Metodología

Para desarrollar el proyecto de práctica en la Casa de Justicia sede Bomboná de Pasto, se utilizó como metodología, el paradigma cualitativo. Taylor y Bogdan (1996) consideran, en sentido amplio, la investigación cualitativa como “aquella que produce datos descriptivos: las propias palabras de las personas, habladas o escritas, y la conducta observable” (p. 18). De este modo, para la realización del proyecto se ejecuta un diagnóstico psicosocial

que busca recolectar información relevante al área de psicología, para conocer las necesidades de la comunidad y contribuir a su bienestar. Las herramientas utilizadas son: revisión documental en la Casa de justicia, los proyectos realizados con anterioridad y conversatorios con la psicóloga de la misma.

A partir del diagnóstico realizado se concluye que las principales problemáticas que se manifiesta en esta dependencia son aquellos casos asociados a problemas de violencia física, psicológica, sexual y económica, teniendo en cuenta que las diversas necesidades presentes en la población que asiste, se enfocan en problemas de tipo social que violan los derechos humanos de familias, niños, adolescentes, madres cabeza de familia, adulto, adulto mayor y personas con discapacidades tanto físicas como psicológicas, entre otros.

A raíz de esto se evidenció la necesidad de plantear un objetivo general y dos específicos, para brindar estrategias y técnicas enfocadas a la resolución pacífica de conflictos a nivel individual y grupal, con el fin de orientar y prevenir problemas psicosociales de forma asertiva y pacífica con cada persona que solicite atención psicológica, como también la promoción de los derechos humanos en las diferentes instituciones educativas y los programas de descentralización de casas móviles de la Casa de Justicia.

Para dar respuesta a estos objetivos se diseñó un plan anual, conformado de actividades, acciones, metodología, logros, indicador de logros, responsables y fechas.

Resultados

A continuación se presenta los resultados para cada una de las actividades planteadas en pro de promover formas adecuadas de resolución pacífica de conflictos. Este proyecto, como aparece en su objetivo general, buscó desarrollar acciones orientadas a la resolución pacífica de conflictos, con el fin de contribuir a la visión de la Casa de Justicia de Pasto.

Para poder implementar acciones fue necesario enfocarse en dos categorías importantes: una, la atención psicológica y, dos, los sistemas de promoción y prevención. La primera categoría que se trabajó en el proyecto fue la de atención psicológica, de la cual, se llevó a cabo diferentes actividades enfocadas a la atención en adultos, jóvenes, adultos mayores y niños. La atención psicológica desde la Casa de Justicia es abordada como un proceso mediante el cual se brinda ayuda integral a una persona en su área emocional, familiar y social para el fortalecimiento de su calidad de vida. Es así como la atención psicológica brindada por el profesional, pretende facilitar al consultante a prestar atención y a ser consciente de su situación, para que sea capaz de reconocerse y evaluar su situación.

El Servicio de Atención Psicológica (S.A.P.) conceptualiza la atención psicológica como un servicio público dirigido a la población, que ofrece un conjunto de actividades psicológicas profesionales que busca orientar a la persona, integrando visiones clínicas, socioeducativas y formativas. Trabajar directamente con una población que tiene diferentes problemáticas ha permitido su abordaje desde las diversas áreas de la Psicología, en especial desde el área social comunitaria, generando conocimientos, apropiación, interés, destreza, habilidades y sobre todo, sensi-

lización frente a la situación de violencia que se vive no solo en Nariño sino en todo el país.

En la implementación del proyecto se atendió en el área de Psicología, un total de 84 usuarios, entre los cuales se evidenció mayor incidencia en la población adulto-adulto mayor con un total de 35 personas, seguida de adolescentes con un total de 22 personas, madres cabeza de hogar 15, niños 11 y personas con discapacidades especiales 1.

En cuanto a la caracterización de la población por género se halló que el grupo que más asiste a orientación y atención psicológica es la población femenina, con un total de 54, seguida de la población masculina, con un total de 30 usuarios. Entre las principales problemáticas que se atendió están: consumo de SPA, baja autoestima, infidelidad, episodio depresivo, víctimas de violencia intrafamiliar, pautas de crianza ambivalentes, falta de comunicación, problemas de conducta y bajo rendimiento académico. Estos conflictos, en su mayoría, incidían en problemas de comunicación y resolución pacífica de conflictos.

Simultáneamente a la identificación de las problemáticas se llevó a cabo el proceso de orientación para cada uno de los casos que lo ameritaban, a través de estrategias entre las que se encontraba: 16 PF¹, acuerdos de convivencia, pautas de crianza, orientación en comunicación asertiva, técnicas de elaboración de duelo, herramientas para cambios de conducta, resolución pacífica de conflictos, autoconfianza y técnicas de estudios. No solo se abordó los casos a través de estrategias psicológicas, sino que también se realizó remisiones a entidades competentes (EPS, Comisaría Primera de Familia y Oficina de Conciliación), debido a que algunos casos necesitaban manejo con psicólogo clínico, o eran problemas de índole legal. Cabe señalar que estos 84 usuarios, en su mayoría, necesitaron seguimiento; es decir, un plan de orientación, por lo cual se debió programar diferentes sesiones para cada caso. En total se hizo 310 encuentros con los usuarios que asistieron al área de Psicología.

Seguidamente, para un mejor diligenciamiento de la información, se diseñó dos acciones: diligenciamiento oportuno y revisión periódica de los formatos, que permitieron organizar y llevar de manera ordenada cada caso en su formato correspondiente.

El registro de asesorías psicológicas, atención u orientación y seguimiento de casos, se diligenció en diferentes formatos, con el fin de utilizar la información para el trabajo psicológico que cada situación ameritaba. Estos permiten que la información que se obtiene de casa usuario no solo se focalice en las cosas negativas de sus conflictos, sino que, a su vez, se pueda conocer aspectos protectores y positivos del usuario, que ayudarán en su proceso de orientación y seguimiento. A su vez, se busca contribuir con el proceso que está llevando a cabo la Alcaldía en la Casa de Justicia, que busca principalmente, brindar un mejor servicio a los usuarios que asisten en busca de ayuda en las diferentes dependencias que hacen parte de la misma. En esta actividad se logró atender, en la sala lúdica de psicología, un total de 11 niños con los que se desarrolló acciones encaminadas a encontrar los síntomas y efectos de los conflictos vivenciados en su núcleo familiar, con el fin de trabajar con ellos y con los padres de manera integral y hu-

¹ Prueba estructurada como instrumento para la medida y comprensión de la personalidad (Núñez y Alemán, s.f.).

mana, en cada una de las personas del conflicto. Las actividades lúdico-terapéuticas fueron ejecutadas a través de juegos, cuentos, conversatorios y dibujos, los cuales ayudaron a identificar el problema y los síntomas en cada uno de los niños que asistieron en compañía de sus padres/cuidadores.

El proceso de atención que se realizó con los niños y niñas en la sala lúdica generó aumento en su participación, brindando información más clara e importante frente a los casos, más credibilidad y seguridad en la población. El proceso contribuyó a solucionar los conflictos pacíficamente, puesto que se les enseñó a los papás y a los niños, mejores y asertivas maneras de comunicación y formas de solucionar sus conflictos. En esta actividad no solo se ayudó a los papás, sino que se mejoró el bienestar y la calidad de vida de los niños que se encontraban en el contexto de violencia, donde ellos son el principal síntoma de estas problemáticas. A su vez, se buscó hacer cambios en el espacio donde está ubicada la sala lúdica (dentro de la oficina de psicología) con el objetivo de armonizar el lugar y hacerlo más propicio para atender a los niños y niñas y, que, a su vez, éstos se sientan confiados y tranquilos al interactuar con el profesional, en este caso, el psicólogo. De igual manera, se hizo el proceso de recolección de juguetes para dotar a la sala lúdica con estos implementos de gran importancia que mejorarán el proceso de atención en el área de psicología y, por otro lado, dejar un aporte del proceso de práctica profesional desarrollado en la institución.

También se llevó a cabo, como una actividad dentro del primer objetivo, propiciar un convenio con la Universidad Mariana para tener la facilidad de hacer uso del banco de pruebas que se halla en el Laboratorio de Psicología, con el fin de que los usuarios que ameriten la aplicación de alguna prueba se dirijan a este lugar, con un respectivo oficio dirigido al coordinador del mismo para poder hacer uso de ellas. Esta actividad tuvo como acogida a dos usuarios de la Casa de Justicia, los cuales quedaron satisfechos con los resultados y el seguimiento de su caso.

Con las actividades realizadas en cuanto a atención psicológica, se puede concluir que se brindó a toda la comunidad que asistió en busca de orientación y atención, un espacio donde sus conflictos y situaciones fueron abordados de manera humana y responsable, originando el equilibrio de sus cargas emocionales, ayudándoles a minimizar sus problemas. A su vez, las estrategias planteadas para dar respuestas oportunas a los usuarios que acudían a la institución generaron mejor recepción de la información brindada por estos, por lo cual la orientación que se les daba fue asertiva y organizada.

Cabe resaltar que se generó más afluencia en la sala lúdica, puesto que las familias y/o parejas que llevaban a los menores de edad para el trabajo terapéutico, se mostraron satisfechas y comprometidas con los cambios positivos obtenidos. Finalmente, se logró evidenciar que el proceso de atención y orientación psicológica brindado a la comunidad ha disminuido los conflictos familiares, de pareja e individuales, información sustentada por los usuarios en el proceso de seguimiento. La segunda categoría hace referencia a los Sistemas de Promoción y Prevención, en los cuales se busca plantear soluciones sobre un tema o una necesidad, teniendo en cuenta que esa necesidad tiene un antes y un después, que ocurre en un lugar y que involucra a unos y otros; por consiguiente, es importante saber cómo intervenir para que aquella

situación no aparezca o, si es el caso y ya está presente, cómo actuar para que disminuya.

Para ser más práctico en cuanto a estos sistemas, hay que aclarar la génesis o conceptualización de cada uno. Se comenzará diciendo que la promoción, son las acciones de información, educación y comunicación en salud, dirigidas a la modificación de comportamientos, para el logro de estilos de vida saludable y fomentar el autocuidado. En este caso, podemos encontrar que el concepto de promoción es tomado como un proceso que vincula un mensaje, una herramienta para comunicar, y como último fin, un objetivo que es modificar ciertas conductas o comportamientos del individuo, como el caso de este proyecto.

Dentro del segundo objetivo estaba la actividad que consistió en propiciar espacios de participación y pedagogía ciudadana que contribuyeran a la construcción de una convivencia pacífica en diferentes comunidades. Se ejecutó junto con las casas móviles de la Casa de Justicia y, su objetivo principal fue propiciar espacios de participación ciudadana en diferentes barrios y colegios de la ciudad, con el fin de sensibilizar a la población asistente a las casas móviles de la Casa de Justicia Bomboná, acerca de la importancia de conocer cómo resolver un conflicto, crear en ellos una cultura de paz, y hacerlos partícipes de programas de prevención y de adopción de modelos de intervención que promuevan el buen trato y prevengan la violencia.

La participación en las casas móviles tuvo lugar en la comuna 10, en la Institución Educativa Ciudad de Pasto CCP, en Pandiaco y en el barrio Corazón de Jesús del municipio de Pasto, promoviendo principios que generaran en la población, conciencia acerca de la importancia de conocer las habilidades para mejorar un conflicto, así como también, fortalecer valores para causar el respeto entre los miembros de una comunidad y, de esta forma, prevenir escenarios de violencia.

También se programó actividades para la promoción del buen trato y prevención de violencia de género dentro de las diferentes dependencias de la Casa de Justicia, donde se realizó una presentación lúdica por parte del Grupo de Teatro Unicornio de la Universidad Mariana; como segunda instancia, se generó actividades informativas a partir de carteles en donde tanto usuarios como los diferentes colaboradores de la Casa de Justicia pudieran tener conocimiento acerca de la violencia de género y cómo prevenirla.

Otra de las actividades consistió en programar y desarrollar talleres para la promoción de los derechos humanos en las instituciones educativas de la ciudad; para ello se realizó un análisis descriptivo a través de talleres psicoeducativos dirigidos a estudiantes de grados cuarto en adelante hasta décimo primero, con el fin de brindar conocimiento acerca de los derechos humanos y promover en los estudiantes igualdad, respeto y tolerancia. De igual forma, se buscó incentivar a los jóvenes a adoptar actitudes positivas ante la vida, en donde a través del conocimiento de los derechos se adopte técnicas que contribuyan a la construcción de una convivencia pacífica, tanto en sus instituciones como en sus hogares.

En total se programó y desarrolló cinco talleres en dos instituciones: I.E.M. Aurelio Arturo Martínez, con sede en San Rafael y Aurelio Arturo Martínez en su sede principal en Pandiaco; también

se llevó a cabo un taller en el Hogar Comunitario Mis pequeños creadores. Estos talleres dieron un total general de 530 estudiantes, de los cuales 312 fueron mujeres y 218 hombres. En su desarrollo se compartió aspectos teóricos y lúdicos, a través de preguntas como: ¿Qué es un derecho?, ¿Conoce cuáles son sus derechos?, ¿Quién garantiza los Derechos Humanos?, ¿Qué son los delitos de lesa humanidad? y ¿Qué son los Derechos Universales?, y a través de canciones y videos con los que se logró evidenciar aspectos que trasgreden los derechos humanos y generan violencia.

A partir de los videos y la canción, los estudiantes debían plasmar en un dibujo el derecho humano que más les haya llamado la atención y seguido de esto ellos saldrían a socializarlo a sus demás compañeros, con el fin de vivenciar más a fondo la temática. Como resultado final, se observó que la mayoría de ellos desconocen o tienen muy poco conocimiento acerca del significado de los derechos, cuántos existen actualmente y quién se encarga de garantizar su cumplimiento.

Entre algunos de los derechos destacados están: el derecho a la libertad, a la vida, a la educación, a tener un nombre, una familia. Estos derechos fueron destacados en los estudiantes de acuerdo a situaciones vivenciadas en sus hogares, colegios y barrios, en donde a partir de la violación de los mismos, se generan situaciones de violencia, especialmente en la familia. Algunos de los resultados positivos que se logró a partir de la capacitación, fue la apropiación del tema por parte de los estudiantes; evidenciaron interés y mencionaron que este tipo de actividades son necesarias en las instituciones para generar conciencia en las diferentes esferas sociales y, evitar así todo tipo de injusticias, especialmente en los más débiles.

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos en las diferentes instituciones, se puede concluir que desarrollar actividades referidas a temáticas de índole social que brinden estrategias de seguridad e igualdad como los derechos humanos, es de gran importancia, ya que otorga en las personas seguridad y autonomía para exigir su cumplimiento, así como también el acercamiento a formas de vida más sanas, humanas y respetuosas. De igual forma, promover el conocimiento de los derechos humanos en actividades de solución pacífica de conflictos, ayuda a la población a empoderarse de sus derechos y a conocer diferentes procesos y normas que, ligados al conocimiento de los derechos, fortalezca la visión y su rol como individuos en la sociedad, evitando diferentes tipos de abuso y poder en la sociedad.

Conclusiones

Se pudo evidenciar que, a través de la atención y orientación psicológica, promoción y prevención enfocada a la resolución pacífica de conflictos, se logra aportar de manera significativa a los miembros de la comunidad, ofreciendo en ellos estrategias que puedan evitar un conflicto y garanticen así su bienestar.

El trabajo de atención psicológica que se realizó con toda la comunidad de la ciudad de Pasto puede resumirse en una experiencia humanizante, puesto que estar en contacto permanente y directo con el usuario y su caso en particular, generó sensibilidad y compromiso hacia ellos, por brindarles herramientas para la resolución pacífica de conflictos, no solo para su bienestar sino también

para el del resto de la comunidad; por lo anterior, el trabajo se centró en la responsabilidad y respeto por cada uno de los usuarios y su mejoría a nivel psicológico.

Finalmente, estas herramientas ayudarán a solucionar, de manera asertiva, los diferentes conflictos que padezcan, y será más fácil para ellos encontrar una solución antes de remitirse a la institución en busca de orientación psicológica. En el marco del desarrollo de las actividades encaminadas a la promoción y resolución pacífica de conflictos, se puede concluir que este tipo de actividades es de gran relevancia en el marco social comunitario y educativo, ya que la implementación de estrategias que garanticen el bienestar emocional y social de las comunidades, aporta de forma significativa en el bienestar y calidad de vida de las personas.

Es importante, a la vez, resaltar que la construcción de escenarios dirigidos a la prevención de la violencia, la resolución pacífica de conflictos y la promoción de los derechos humanos, ejerce en la población seguridad, autonomía y fortalecimiento de los valores, así como también la visión de su papel en la sociedad.

De esta forma, es necesario consolidar y fortalecer este tipo de procesos, ya que se evidencia que, a través de la planeación participativa con las comunidades se fomenta una visión de desarrollo y cambio, lo cual permite conocer sus necesidades, y orientar y prevenir problemas psicosociales de forma asertiva con los miembros de las mismas. Consolidar estrategias enfocadas a la resolución pacífica de conflictos tuvo resultados positivos dentro de la elaboración del proyecto tanto a nivel individual y social como relacional, entre los miembros de la comunidad. En el proyecto se destaca la actitud y el interés de los ciudadanos al adoptar estrategias que ayuden al crecimiento personal, evitando así un conflicto, en especial en los jóvenes, quienes fueron la población con mayor interés y participación dentro de las actividades planteadas.

Agradecimientos

A Dios, por darnos la capacidad para terminar con nuestra práctica profesional, a nuestras familias por su apoyo, paciencia y confianza, a nuestro asesor de práctica, psicólogo Diego Basante por ayudarnos a crecer como profesionales, por brindarnos su tiempo, a la Universidad Mariana y a la Casa de Justicia, por ofrecer los espacios para aprender y afianzar nuestros conocimientos.

Referencias

- Núñez, M. y Alemán, Y. (s.f.). El 16PF como instrumento psicométrico. Recuperado de http://vidadigital.net/blogfolio/?page_id=23
- Taylor, S. y Bogdan, R. (1996). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica.

Elección de soluciones pacíficas en pro de un bienestar mutuo

Yesica Marcela Ahumada Burbano

Jessika Lorena Vinchira López

Estudiantes del Programa de Psicología
Universidad Mariana

Resumen

El presente artículo nace del proyecto de práctica profesional realizado en la Comisaría Primera de Familia, adscrita a la Casa de Justicia de San Juan de Pasto (N) en el sector de Bomboná, titulado “El amor por la vida comienza con la elección de soluciones pacíficas en pro de un bienestar mutuo”, encaminado a la búsqueda de soluciones pacíficas ante cualquier acto que genere violencia intrafamiliar, ante las diferentes situaciones de conflicto o ante una posible vulneración de los derechos de los niños, niñas y adolescentes (NNA) y demás personas que asisten a estas instalaciones. Como objetivo general se planteó desarrollar acciones orientadas a promover la resolución de conflictos. La metodología utilizada se basó en la revisión documental de los casos que se atiende, de los proyectos ya realizados por otros practicantes en el área de psicología y por la indagación que se hizo con los funcionarios que prestan sus servicios en la Comisaría, como son la psicóloga, la trabajadora social y la persona del área legal.

Finalmente, el presente artículo busca dar una perspectiva en donde la familia sea la base de los valores, y de paso dar respuesta al cumplimiento de los objetivos a través de las estrategias ejecutadas durante los periodos de práctica A y B del año 2017, con pautas para la resolución pacífica de conflictos y la protección de los derechos de los NNA, fomentando y fortaleciendo el buen trato en cada uno de los hogares.

Palabras claves: relaciones familiares, conflicto, violencia, resolución de conflictos, comunicación.

Introducción

Dentro del presente proyecto, es primordial tener en cuenta que la Comisaría Primera de Familia, adscrita a la Casa de Justicia, se encarga de prestar atención a familias en las cuales se vulnera los derechos de los NNA, mujeres y personas de la tercera edad, con el objetivo de tomar medidas de protección por razones de vulneración de derechos, violencia intrafamiliar, conflictos de pareja o desórdenes domésticos. De ahí que resulta de gran importancia trabajar en la resolución de conflictos y en la promoción de la comunicación asertiva dentro del núcleo familiar, dado que, a partir de dichas temáticas, se orienta en cuanto a la importancia de la escucha, y además se opta por desarrollar actividades enfocadas a promover un ambiente sano que beneficie tanto la salud física de los miembros del hogar, como la psicológica, para que de esta manera se dé un ambiente de bienestar, libre de dificultades.

En este orden de ideas, se planteó estrategias garantes de un bienestar social, psíquico y emocional, encauzadas hacia la promoción de la temática ‘Resolución de conflictos’, como una manera de fo-

mentar una sana convivencia familiar en cada uno de los hogares que solicitan la prestación del servicio de la Comisaría Primera de Familia. Desde el área de psicología se realizó intervenciones de orientación familiar y asesoría psicológica.

Es así como se diseñó un plan operativo anual, el cual se llevará a cabo durante los periodos A y B del año 2017, dentro del cual fueron formulados unos objetivos que hacen referencia a la resolución de conflictos de una manera asertiva, en pro del mejoramiento de la calidad de vida de cada familia.

Por tanto, el presente proyecto tuvo como objetivo general, desarrollar acciones orientadas a promover la resolución de conflictos; estuvo dirigido a la población que acude a la Comisaría Primera de Familia adscrita a la Casa de Justicia de San Juan de Pasto (N), acompañado de objetivos específicos tales como: prevenir la vulneración de derechos de NNA y familia, en conjunto con el equipo que integra la Comisaría; brindar atención psicológica enfocada en la resolución de conflictos (R.C.) y a lograr una comunicación asertiva (C.A.) en cada caso particular; apoyar a la Comisaría en la protección y restablecimiento de los derechos vulnerados de NNA y familias, y finalmente, fortalecer el proceso atencional en la Comisaría, con NNA.

El primer objetivo buscó garantizar la protección de los derechos de los NNA, así como sensibilizar en cuanto al ejercicio y exigibilidad de los mismos, y por tanto se planteó realizar actividades como: Entrega y orientación de folletos, Desarrollo de talleres lúdicos psico-educativos en los cuales se abordó temáticas como Pautas de crianza, Rutas de atención, Buen trato, Vulneración de derechos, Código de ética, Derechos y deberes de los NNA, Vínculos afectivos y Comunicación asertiva, en pro del bienestar físico e integral de los NNA.

El segundo objetivo se encaminó a brindar una atención psicosocial a nivel individual, familiar y de pareja, con espacios de reflexión y de escucha que permitieran lograr una convivencia armónica y pacífica entre sus integrantes; para ello se llevó a cabo el estudio y análisis de casos, así como también el apoyo del proceso atencional y seguimientos, que a su vez permitieron promover el buen trato intrafamiliar.

El tercer objetivo dio lugar a espacios de sensibilización hacia la apropiación y compromiso de sus acciones, con una participación activa de cada uno de los integrantes, fortaleciendo así ambientes familiares sanos por medio de visitas domiciliarias y estudios socio-familiares.

Finalmente, el cuarto objetivo dio paso a fortalecer el proceso atencional en la Comisaría con NNA por medio de la elaboración de una campaña para la recolección de juguetes para la implementación de la sala lúdica y la indagación de test o instrumentos para el fortalecimiento de la atención con NNA.

Metodología

La metodología utilizada en el desarrollo del proyecto corresponde al paradigma cualitativo; para Hernández-Arteaga (2012), este tipo de investigación es abierto; se necesita de la observación y comprensión del investigador para interpretar aquello que investiga, lo cual le permite comprender la realidad de un contexto.

Este paradigma de investigación brinda estrategias que sirven para abordar el proyecto y posteriormente hacer una recolección de datos y una producción de conocimiento. Para Bogdan y Knopp (2006) la investigación cualitativa es un enfoque práctico que permite la obtención de conocimiento y posteriormente una comprensión de la situación estudiada; no se persigue la generalización sino la comprensión de la situación que fue objeto de estudio.

En este orden de ideas, se hizo una revisión documental de los casos atendidos en la Comisaría, de los proyectos realizados en periodos anteriores por otros practicantes de psicología, y de la indagación a algunos funcionarios, con el fin de identificar las problemáticas en las cuales era necesario intervenir, planteando así un proyecto que dé solución a lo que se encontró.

El proyecto fue dirigido a toda la población o los usuarios que asistían a solicitar servicio en la Comisaría, dentro de los cuales se encontraban mujeres u hombres víctimas de violencia intrafamiliar o que presentaban situaciones de conflictos de pareja, NNA a los que se les había vulnerado sus derechos, y personas abandonadas, de la tercera edad.

Cabe resaltar que se elaboró diferentes estrategias que fueron utilizadas para la solución de estas problemáticas y que las responsables de cada actividad fueron las practicantes, quienes dentro de los periodos A y B de 2017 implementaron el proyecto.

Resultados

De acuerdo con los objetivos planteados, se tiene como objetivo general, desarrollar acciones orientadas a promover la resolución de conflictos, dirigidas a la población que acude a la Comisaría Primera de Familia, dando paso así a cuatro objetivos específicos a los cuales se procede a realizar el análisis y la interpretación de los resultados.

En el marco del desarrollo del presente proyecto se encuentra como primer objetivo específico, la prevención de la vulneración de derechos de NNA y familia, en conjunto con el equipo que integra la Comisaría Primera de Familia. Dando cumplimiento al mismo, se llevó a cabo la realización de talleres para la capacitación de padres de familia, en donde se trabajó temáticas que son competencia del despacho de la Comisaría.

Se logró realizar un total de 11 talleres psicoeducativos, de los cuales nueve fueron en diferentes Centros de Desarrollo Infantil (CDI), uno en la Comisaría Primera de Familia y uno en la Unidad Nacional de Gestión del Riesgo, con temas que promovían la prevención de la violencia intrafamiliar y el buen trato, enfatizando en temáticas como Pautas de Crianza, Rutas de atención, Vulneración de derechos, Código de ética, Derechos y deberes de los NNA, Vínculos afectivos y Comunicación asertiva, con una población asistente de 366 personas, de las cuales 321 fueron mujeres (88 %) y 45 hombres (12 %), contando con una participación activa y logrando capacitar y sensibilizar de una manera lúdica a padres de familia, funcionarios de la Comisaría y personas externas en pro de un bienestar.

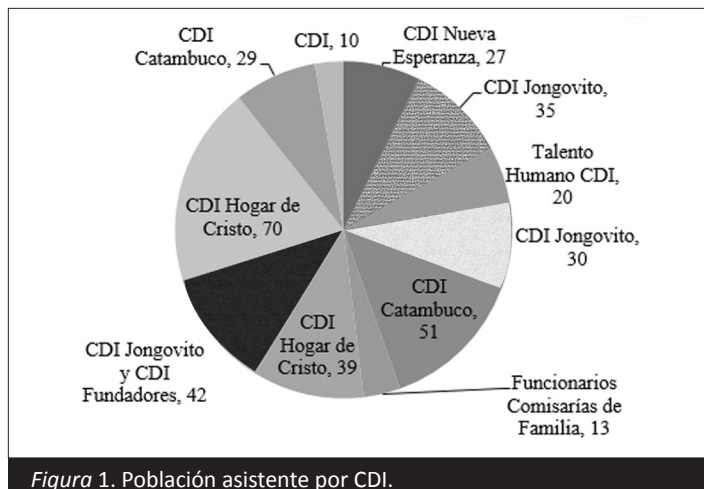


Figura 1. Población asistente por CDI.

Así mismo, para alcanzar este objetivo se hizo acciones pedagógicas encaminadas a la promoción de los derechos humanos, resolución de conflictos y comunicación asertiva, por medio de folletos repartidos a los usuarios que fueron atendidos en el área psicosocial.

Como segundo objetivo, se brindó atención psicológica enfocada a la R.C. y a lograr una C.A. en cada caso particular. Para ello se llevó a cabo actividades como entrevistas psicológicas, estudio y análisis de casos e informes, y se prestó el apoyo requerido dentro del proceso atencional y de seguimiento, con el fin de orientar y verificar el cumplimiento de los derechos a los usuarios que solicitaban el servicio en la Comisaría de Familia, por motivos de violencia intrafamiliar, conflicto de pareja, o restablecimiento de derechos.

Dentro del estudio y análisis de casos se elaboró un total de diez entrevistas psicológicas a NNA, de los cuales tres fueron varones, cuatro niñas, un adolescente varón, y dos adolescentes mujeres, para una valoración psicológica en cuanto a su estado emocional y para identificar en la situación en la que se encontraban los usuarios, en donde se llevó a cabo la evaluación y el diagnóstico, y para ver si era necesario hacer las remisiones pertinentes a otras instituciones, de los casos que se atendió en la Comisaría. Se puede evidenciar que se hace un mayor número de entrevistas al género femenino, ya sean niñas o adolescentes. Desde el área de psicología se hizo un total de 144 atenciones, 87 en mujeres (60 %) y 57 en hombres (40 %). Cabe resaltar que estas atenciones estaban enfocadas en Primera atención, Seguimientos, Verificación de derechos y Entrevistas psicológicas, con el fin de que los usuarios fortalecieran su habilidad para la resolución de conflictos, utilizaran una comunicación asertiva y no les fueran vulnerados sus derechos.

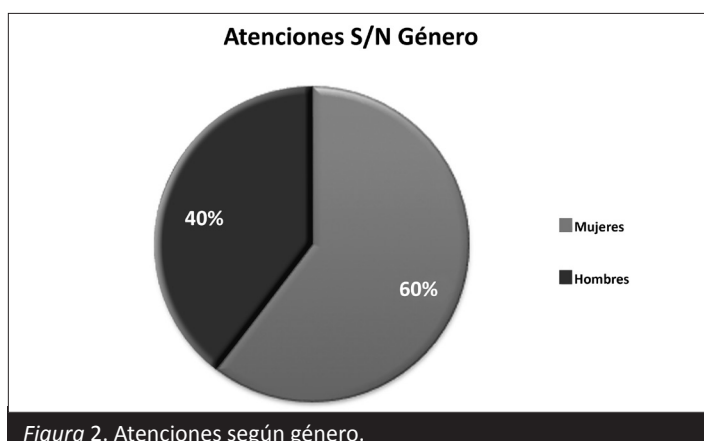


Figura 2. Atenciones según género.

Es fundamental manifestar que en algunas ocasiones los usuarios asistían a las citas programadas de dos a siete personas, o por el contrario, solo asistía una persona para ser orientada y atendida.

Por otra parte, hubo 84 asistencias y 35 inasistencias a las citas programadas por el área de psicología, en las cuales se realizaba llamados telefónicos para la reasignación, y cuando no contestaban o no volvían, si eran muy urgentes, se programaba visita domiciliaria, dando así un total de 119.

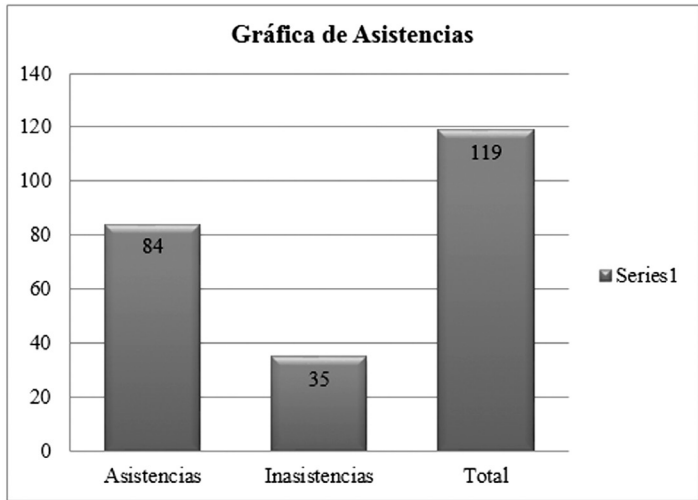


Figura 3. Asistencias e Inasistencias.

Concluyendo con este objetivo, se hizo un total de 91 informes: Atenciones y seguimientos 35; Visitas domiciliarias 37; Entrevistas psicológicas 10; Actas de compromiso 2 y Oficios y fichas RAF 7. Conviene resaltar que las atenciones y las visitas domiciliarias fueron mayores, pero se obtuvo el apoyo y ayuda de otras profesionales, y de igual forma de los demás practicantes de la Comisaría de Familia para la elaboración de los demás informes.

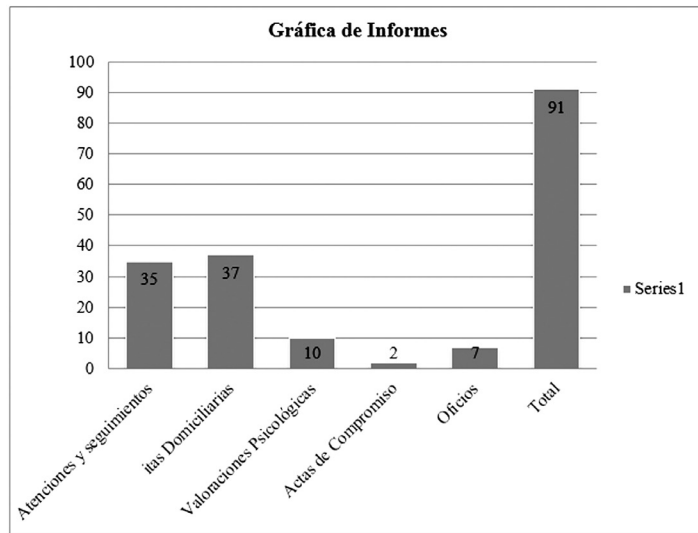


Figura 4. Informes.

Como tercer objetivo se tiene, apoyar a la Comisaría de Familia en la protección y restablecimiento de los derechos vulnerados de NNA y familias. Para ello se hizo visitas domiciliarias y estudios sociofamiliares, con el fin de verificar la situación actual de los usuarios y realizar seguimientos a los diferentes casos atendidos.

Se llevó a cabo un total de 71 visitas domiciliarias en 32 barrios, cuatro instituciones educativas y tres instituciones de salud de la ciudad de San Juan de Pasto, que le correspondían a la Comisaría Primera de Familia, ejecutadas de la siguiente manera: San Vicente 5, Panorámico 3, La Panadería 2, Fátima 1, Parque Infantil 1, Las Cuadras 3, La Cruz 1, Las Palmas 1, Maridíaz 1, Pandiaco 1, Mijitayo 5, Caicedo 3, Anganoy 2, ITSIM 1, Obonuco 6, Tamasagra 2, Agualongo 3, Bachué 1, Las Américas 2, Obrero 2, Normal 1, Centro 4, Juan XVIII 1, Paraná 1, Plaza del Carnaval 1, Colpatria 1, Santiago 1, Gualmatán 1, Las Acacias 1, Colón 1, Hogar de Cristo 1, Hospital Departamental 2, Quito López 2, Ciudad Jardín 1, Fundadores 1, Jongovito 2, Navarrete 1, Proinsalud 1, Institución Educativa Estudiar 1, con el fin de hacer seguimientos, verificar la situación actual y lograr el restablecimiento de los derechos.

De igual forma, dentro de este objetivo se planteó como actividad, la realización de estudios sociofamiliares, en la que se elaboró un total de diez estudios familiares y uno en que el usuario no asistió a la cita programada; estos eran realizados cuando se hacía la visita domiciliaria, y si no se encontraba a la persona, se le dejaba una boleta de citación y posteriormente se indagaba su situación actual y se verificaba la no vulneración de sus derechos.

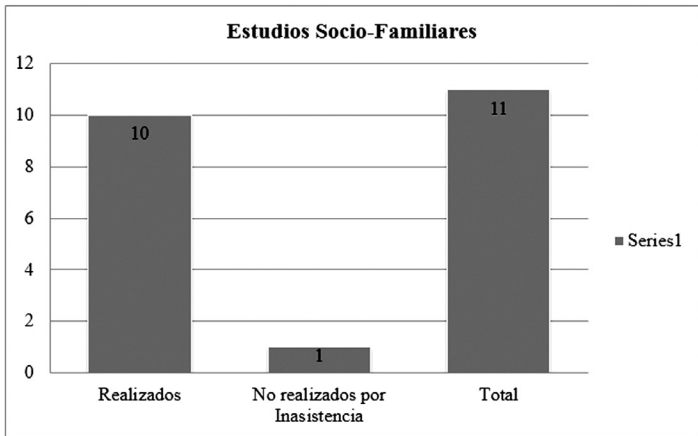


Figura 5. Estudios Socio Familiares.

Dando respuesta al último objetivo de fortalecer el proceso atencional en la Comisaría de Familia con NNA, se puede decir que este objetivo se realizó con el fin de fortalecer la sala lúdica del área de Psicología de la Casa de Justicia, por medio de la recolección de juguetes para los niños y niñas que a ella asisten, como una forma de apoyo en la valoración y las atenciones que se realiza con ellos. Se hizo una campaña a la que se le denominó ‘El Gran Jugueterón’, la cual inició el 20 de septiembre y terminó el 20 de octubre. Para la recolección de juguetes se repartió unos volantes, se fue por las diferentes dependencias difundiendo la información y se extendió hasta algunos barrios de la ciudad de San Juan de Pasto, lo cual tuvo gran éxito gracias a las personas solidarias y colaboradoras que donaron juguetes y ayudaron y apoyaron con esta gran causa.



Figura 6. Campaña 'El gran juguétón'.

Se quiere resaltar que por parte de las practicantes de la Comisaría de Familia, se elaboró una indagación en el Laboratorio de Psicología de la Universidad Mariana, para la inclusión de baterías y pruebas psicológicas para fortalecer el proceso atencional con NNA. Se llegó a la conclusión de que no es pertinente incluir ninguna batería o prueba en el área de Psicología de la Comisaría, ya que su aplicación necesita más de una sesión, y en este lugar solo se tiene un encuentro con el usuario, lo cual dificulta el proceso de aplicación y no permite seguir con la idea de implementar elementos psicológicos en donde sea necesaria más de una sesión.

Discusión

A continuación se hará un contraste teórico con diferentes autores, basándonos en la temática planteada en el proyecto.

Suares (1996) considera el conflicto como un proceso interaccional que, como tal:

Nace, crece, se desarrolla y puede a veces transformarse, desaparecer y/o disolverse, y otras veces permanece estacionado. El conflicto se construye en forma recíproca entre dos o más partes que pueden ser personas, grupos grandes o pequeños, en cualquier combinación; en esta situación predominan interacciones antagónicas sobre las interacciones cooperativas, llegando en algunas ocasiones a la agresión mutua, donde quienes intervienen lo hacen como seres totales con sus acciones, pensamientos, afectos y discursos. (p. 267).

Bonilla (1998, citado por Fuquen, 2003):

Considera el conflicto como una situación social, familiar, de pareja o personal que sitúa a las personas en contradicción y pugna por distintos intereses y motivos, teniendo en cuenta que por contradicción se entiende la oposición de dos o más personas o grupos étnicos, sociales y culturales, o la manifestación de incompatibilidades frente a algún asunto que les compete, y por pugna, la acción de oponerse a la otra persona; la lucha que se presenta por la intención de su decisión. (p. 267).

En este orden de ideas, se puede decir que esto es lo que se presenta en los casos que se atiende en la Comisaría, cuando los usuarios que asisten entran en contienda y no respetan la decisión del otro, manifestándose de esta forma el conflicto que a la vez solo busca velar por los intereses propios, dejando de lado el respeto por el otro y la manera adecuada y asertiva de comunicarse.

Bernstein y Nietzel (1982) sostienen que la intervención psico-social "es un movimiento de gran alcance que intenta aplicar los principios psicológicos a la comprensión de los problemas sociales y la creación del cambio social verdadero" (p. 43). En términos más amplios, se puede decir que ésta busca generar un proceso

más extenso, que permita mejorar el bienestar y la calidad de vida de las personas, por medio de acciones orientadas a buscar alternativas de solución a las diferentes problemáticas existentes en el entorno individual, familiar y de pareja.

Así, desde el área de psicología se desarrolló acciones orientadas a promover la resolución de conflictos, dirigidas a individuos, parejas y familias, realizando estrategias de intervención que orientaran, guiaran y sensibilizaran, por medio de talleres, atenciones psicológicas, intervenciones familiares, entrevistas sociofamiliares, seguimientos, visitas domiciliarias, y el apoyo al área de trabajo social, con el fin de buscar y mejorar la calidad y el bienestar de vida de los usuarios que asistían en busca de nuestros servicios.

Conclusiones

El proyecto permitió articular variedad de aspectos y dar respuesta a los diferentes objetivos planteados.

Se logró psico-educar de manera lúdica a padres de familia en cuanto a las diferentes temáticas planteadas desde la Comisaría Primera de Familia, y llegar al cumplimiento de algunos acuerdos pactados.

Se logró orientar y atender de manera pertinente y satisfactoria a los usuarios que asistían a las citas programadas con el área de psicología, logrando fomentar y fortalecer la elección de soluciones pacíficas en pro del bienestar mutuo.

Se alcanzó a evidenciar que en la mayoría de los casos, la asistencia con mayor índice era de mujeres, tanto de niñas como de adolescentes.

De igual forma se pudo evidenciar que las personas citadas asisten en el 71 % de los casos, y que en el 29 % no lo hacen.

Finalmente, cabe resaltar que la campaña para la recolección de juguetes fue todo un éxito ya que se logró recoger tanto juguetes nuevos como usados, todo esto gracias a la colaboración de las personas solidarias.

Agradecimientos

En primer lugar a Dios, quien nos dio la fortaleza y la sabiduría para culminar esta etapa de nuestra vida; de igual forma a nuestros padres y hermanos, que han sido un gran apoyo; a nuestro asesor Mg. Diego Basante, que ha sido nuestro maestro y guía; a las doctoras Francia Isabel Obando y Marcela Mora, que fueron nuestras instructoras en este recorrido de práctica profesional, y finalmente a los usuarios que fueron orientados y guiados por estas dos practicantes en ese proceso de aprendizaje y de adquirir experiencia en el campo laboral. Dios los bendiga a todos.

Referencias

- Bernstein, D. y Nietzel, M. (1982). *Introducción a la Psicología Clínica*. México, D.F.: McGraw-Hill.
- Bogdan, R. & Knopp, B. (2006). *Qualitative Research for Education: An introduction to theories and methods* (5th. ed.). United States: Pearson Education.
- Fuquen, M. (2003). Los conflictos y las formas alternativas de resolución. *Revista Tabula Rasa* 1, 265-278.
- Hernández-Arteaga, I. (2012). Investigación cualitativa: una metodología en marcha sobre el hecho social. *Revista Rastros Ros-tros*, 14(27), 57-68.
- Suares, M. (1996). *Mediación: conducción de disputas, comunicación y técnicas*. Barcelona, España: Ediciones Paidós.

Implementación de un Programa Cognitivo Comportamental de Tercera Generación (*Mindfulness*)

enfocado a la autorregulación emocional en pacientes con diagnóstico de depresión unipolar de la Unidad “Intermedio Mujeres” del Hospital San Rafael de San Juan de Pasto

Gabriela Moreno Riascos

Arturo Rengifo Nasner

Estudiante de Programa de Psicología
Universidad Mariana

Resumen

Este proyecto desarrolló y aplicó un programa cognitivo comportamental basado en *mindfulness*, con miras a incrementar los niveles de autorregulación emocional de la población seleccionada, para este caso siete pacientes de la Unidad Intermedio Mujeres del Hospital San Rafael de Pasto, con diagnóstico de depresión unipolar. Se llevó a cabo bajo el paradigma cuantitativo, enfoque empírico analítico, tipo explicativo, con un diseño cuasi experimental.

Se encontró que el programa basado en *mindfulness* genera un impacto positivo en la autorregulación emocional de las participantes, sin embargo, no se pudo establecer generalidades, por cuanto los resultados arrojados no fueron significativos a nivel estadístico, dado el tamaño de la población.

Se destaca de especial manera que lo novedoso y práctico de las técnicas de atención y conciencia plena permiten un alto nivel de enganche y facilitan el encuentro empático entre terapeuta y practicante, lo cual contribuye en gran medida a la consecución de los logros propuestos.

Palabras clave: *Mindfulness*, depresión, autorregulación emocional, atención plena, intervención.

Introducción

Este proyecto busca estructurar un programa de intervención psicológica cognitivo comportamental de tercera generación basado en *mindfulness*, enfocado a la mejora de los niveles de autorregulación emocional de las pacientes con diagnóstico de depresión unipolar de la Unidad Intermedio Mujeres del Hospital San Rafael de Pasto.

Para conseguir este objetivo se inicia con la conceptualización de la depresión y la autorregulación emocional, para después

ajustar el plan de intervención desde lo cognitivo comportamental, mediante la implementación de una técnica de tercera generación basada en la conciencia plena (*Mindfulness*).

Después de haber realizado el análisis del micro y macro contexto, y encontradas las necesidades específicas de la población, se estructura una intervención de seis pasos, de tipo grupal y con algunas orientaciones individuales, en las que a través de diferentes intervenciones basadas en *mindfulness*, se permita al participante mejorar su capacidad para identificar las emociones, reconocer los precipitantes, gestionar la emoción y desarrollar una conciencia plena de su realidad.

Metodología

Este trabajo investigativo se desarrolló dentro del paradigma cuantitativo acorde con lo planteado por Hernández, Fernández y Baptista (2003), dado que permite explorar fenómenos, eventos, comunidades, hechos y conceptos por medio de determinadas variables; tuvo un enfoque empírico analítico que permite profundizar en el estudio de fenómenos para establecer resultados a partir de la conexión entre causa y efecto en un contexto determinado. Fue de tipo explicativo, por cuanto el trabajo estuvo orientado a responder por causas y explicar por qué ocurre un fenómeno determinado y en qué condiciones se manifiesta. El diseño de la investigación consistió en el plan o estrategias para obtener la información que facilite el desarrollo del planteamiento del problema, y así verificar la certeza de los lineamientos del proyecto investigativo, con un corte cuasi experimental.

Desarrollo del tema

Este proyecto encontró que la aplicación de un programa cognitivo comportamental de tercera generación basado en *mindfulness* genera efectos positivos en las participantes, incrementando

¹ La palabra *mindfulness* no tiene una traducción exacta en el español; proviene de la meditación budista, con el significado de ‘conciencia plena’, y en psicología equivale a la concentración de la atención y la conciencia.

para el caso en particular la autorregulación emocional, así como la inteligencia emocional a nivel general. También es destacable mencionar la gran utilidad del instrumento de medición conocido como TMSS 24, el cual es de aplicación versátil, ágil y flexible.

Es pertinente comentar que las actividades de *mindfulness* generaron un nivel de enganche alto con los practicantes, lo cual facilita en gran medida el trabajo de las sesiones y el logro de los objetivos planteados. Se establece por medio de una serie de subtítulos que dan cuenta de la información recopilada, clasificándola e integrándola, respondiendo a una coherencia discursiva presta a cumplir el propósito comunicativo del texto. Justamente, en esta sección se orienta todo el aporte teórico de las fuentes originales, constatando su pertinencia y significación en la estructuración sólida de los argumentos empleados en el artículo.

Discusión

Para el desarrollo de este proyecto se planteó tres objetivos específicos, los cuales en su orden exigían en primer lugar realizar la medición del nivel de autorregulación emocional de la población seleccionada, para lo cual se escogió el instrumento de medición conocido como TMMS 24 versión abreviada y en español de la *Trait Meta Mood Scale* 48 que en una de sus dimensiones hace la medición del nivel de regulación emocional que posee una persona. En un segundo momento, diseñar un programa de intervención que permitiera a las participantes del proyecto conocer nuevas herramientas y aprender ciertas habilidades que mejoraran su capacidad de regulación de su respuesta emocional ante los diferentes estímulos y eventos que enfrentan en la cotidianidad, para lo cual se planteó un programa de tipo cognitivo comportamental basado en *mindfulness*. Finalmente, se planteó como tercer objetivo, elaborar una nueva medición de la autorregulación con el mismo instrumento ya referenciado, en aras de observar cuál fue el impacto real de las actividades realizadas, datos que fueron efectivamente recopilados y procesados estadísticamente, arrojando que si bien hubo un incremento en la autorregulación emocional de las participantes, éste no fue estadísticamente significativo.

Frente al cumplimiento del primer objetivo, es decir la medición del nivel de autorregulación emocional de las participantes, vale la pena rescatar lo planteado por Cerón, Pérez-Olmos e Ibáñez (2011), quienes realizaron una investigación sobre la inteligencia emocional de adolescentes en dos colegios de Bogotá, y tras una extensa revisión de la literatura científica sobre el tema, encontraron que el instrumento conocido como TMMS 24, era el más adecuado para realizar una medición sencilla y completa de la inteligencia emocional, teniendo en cuenta que esta prueba incluye entre sus dimensiones la percepción emocional, la comprensión emocional y la capacidad de regulación emocional, y es ésta última precisamente la más relevante para el presente proyecto; por ende, teniendo en cuenta su fácil diligenciamiento y la capacidad de aplicación colectiva, se decide su uso para realizar las mediciones de éste.

En la medición inicial realizada se encontró que más del 57 % de las participantes obtuvo un puntaje igual o inferior a veintitrés puntos, lo que indica que poseen un nivel bajo de autorregulación emocional, y el 42 % restante de las participantes obtuvo un nivel intermedio en su capacidad de regulación emocional. Contrastando esto con los resultados obtenidos en la investigación de Cerón

et al., (2011), se encuentra que en su medición, entre el 50 y el 84 % de la población estudiada se ubicó en el nivel intermedio de regulación emocional; estas diferencias obedecen al tipo de población por cuanto en el presente estudio, la población se encontraba atravesando un proceso de hospitalización e intervención tanto psicológica como psiquiátrica.

Frente al cumplimiento del segundo objetivo, diseño del programa de intervención, vale la pena rescatar lo mencionado por Cuervo e Izzedin (2007), quienes proponen que se debe fortalecer la búsqueda de estrategias de autorregulación frente a la tristeza, en especial con los menores de edad, por cuanto es la forma para evitar que la tristeza desadaptativa se torne en depresión, y hacen énfasis en la búsqueda de estrategias diversas que permitan afianzar el control de la respuesta emocional. Por otra parte, cabe resaltar los postulados de Enríquez (2011), quien realiza un extenso recuento de cómo el *mindfulness* ha ido evolucionando en su aplicación clínica, hasta conformarse como una herramienta propia de los programas cognitivos conductuales de tercera generación, mediante la cual, a través de su práctica constante, las personas son capaces de conocer de mejor manera lo que sienten respecto a lo que está sucediendo a su alrededor, y así también evitar los juicios negativistas al reemplazarlos por valoraciones más neutrales que puedan reconocer tanto aspectos positivos como negativos de lo que sucede en su entorno.

Los anteriores referentes teóricos validan la intervención a través de *mindfulness*; sin embargo, también es necesario rescatar a Cebolla (2007), quien ha realizado grandes avances en el uso de la atención plena con pacientes que han sufrido o sufren trastornos del ánimo; recoge múltiples experiencias de aplicaciones clínicas en las que, a través de la atención plena ha logrado un cambio significativo en pacientes en estados depresivos, ansiosos y, en otras situaciones, en casos de estrés.

Ahora bien, la elección de las actividades de este programa obedece al elevado grado de empatía que se puede establecer con las participantes, una vez realizada la actividad, y también a su independencia. Si bien estas actividades pueden ser desarrolladas secuencialmente, no impiden que un participante pueda realizar una de ellas sin haber experimentado las anteriores; su simplicidad es tal, que no requieren de materiales complejos ni una planeación compleja, aunado a su efectividad. En el trabajo investigativo realizado por Santamaría, Cebolla, Rodríguez y Miró (2006), tras aplicar el programa de entrenamiento en un servicio de hospital, los autores evidenciaron efectos positivos en la reducción del estrés y la depresión, encontrando que las técnicas basadas en *mindfulness* son herramientas viables y satisfactorias. Por lo tanto, estas técnicas son consideradas de particular utilidad.

De igual manera, Cebolla y Miró (2006) encontraron que tras la aplicación de la terapia en pacientes con sintomatología depresiva en contexto público, se puede reducir los síntomas de la depresión y, en especial, los pensamientos de tipo rumiador, resaltando los múltiples beneficios y resaltando su relación costo beneficio.

Otra investigación que aporta elementos importantes al desarrollo del *mindfulness* como terapia efectiva frente a la depresión es la desarrollada por Williams, Russell I. y Russell D. (2008) en donde demuestran la efectividad en la reducción de recaídas en episodios depresivos tras la aplicación de un programa basado en la atención plena.

En la ejecución del presente proyecto se destaca de manera especial el alto nivel de aceptación que reciben las técnicas basadas en *mindfulness* por parte de sus practicantes, así como también la efectividad en el desarrollo de las sesiones, para entregar el mensaje que se pretende: alcanzar la conciencia del entorno y de sí mismo, la capacidad de relajación corporal y el escape de los estados ansiosos y depresivos, la habilidad de resignificar las experiencias de la cotidianidad, y la disminución de la percepción negativa del entorno.

Para la realización de este trabajo se planteó seis sesiones, atendiendo otras experiencias positivas de reconocidos autores como Kabat-Zinn (2011), y Miró, Arceo e Ibáñez (2016), quienes han aplicado efectivamente programas de siete y ocho sesiones, cuyo esquema se replica en este proyecto; sin embargo, la aplicación aquí debió efectuarse con mayor celeridad por cuanto la población hospitalaria con la que se trabajó presentaba una tasa de rotación elevada, lo cual implicaba que su permanencia en la institución no superaba las tres semanas, y en consecuencia se decidió hacer un promedio de dos sesiones por semana para así lograr una aplicación completa con las pacientes.

En el curso de la aplicación del proyecto también se encontró que de manera previa a su ejecución, y durante la etapa de recolección de consentimientos informados para las menores de edad, se presentaba gran interés por parte de los padres o acudientes en la realización de actividades complementarias al tratamiento principal, que brindaban herramientas a las menores, para un mejor afrontamiento de las situaciones de la cotidianidad.

En cuanto al cumplimiento del objetivo general, es posible afirmar que los resultados obtenidos son positivos por cuanto efectivamente se logró incrementar los niveles de autorregulación emocional de las participantes, y a pesar de que los resultados no fueron significativos a nivel estadístico, sí se evidencia una mejora tras la medición final realizada con el TMMS 24, con el cual las pacientes pasaron de obtener una puntuación mínima de 21 a 24 tras la aplicación del programa y en su máxima puntuación se elevó de 31 a 38, cambiando así la media estadística de 24 puntos en su primera medición, a 31, datos que coinciden con lo encontrado por Cebolla y Miró (2007), quienes tras aplicar un programa de ocho semanas en 38 individuos con tratamiento clínico psicológico por su sintomatología depresiva, concluyeron que se presentaba una reducción de los síntomas depresivos, una reducción del estilo rumiador y un aumento del afrontamiento.

Conclusiones

El instrumento TMMS-24 se mostró como una herramienta versátil y adecuada para realizar la medición de los aspectos que componen la inteligencia emocional y, en especial, del ámbito de la regulación emocional; la escala es de fácil aplicación, permite ser impartida de manera grupal o individual y tan solo requiere entre cinco a diez minutos para su diligenciamiento.

Los programas de intervención cognitivo comportamentales de tercera generación basados en *mindfulness*, permiten establecer de manera orgánica lazos de empatía con los practicantes, lo que facilita el desarrollo tanto de las actividades como la consecución de los objetivos, y además de ser novedosos en sus ejercicios, son de fácil implementación, generando curiosidad en los practicantes y deseo por experimentar la conciencia plena.

Se abstrae también que seis sesiones es un número adecuado, que posibilitan una alta efectividad del programa de intervención, así como también se rescata que la flexibilidad en la aplicación de las actividades de cada sesión permite obtener buenos resultados.

Es relevante mencionar que lo novedoso de la conciencia plena permite realizar un enganche con las practicantes, que facilita en buena medida la transmisión efectiva del mensaje o enseñanza deseada, además de disponer a las personas participantes con una mayor receptividad, lo que finalmente se ve reflejado en su bienestar y aprendizaje.

Se destaca también cómo la recolección de auto-registros sesión a sesión, permite realizar un seguimiento más preciso de la evolución que se presenta en el desarrollo de la intervención, lo que convierte a esta sencilla herramienta en un elemento fundamental de seguimiento.

Los programas cognitivo-conductuales basados en *mindfulness* tienen una efectividad alta en el contexto hospitalario, lo cual pudo ser corroborado con el presente trabajo, siguiendo la misma línea de otras investigaciones que han hallado resultados positivos tras su implementación, encontrando también que las intervenciones basadas en *mindfulness*, requieren de una práctica continuada a fin de generar hábitos que permitan lograr los cambios deseados; sin embargo, experiencias breves como la de este programa son la semilla que permite a los practicantes conocer otras maneras de experimentar el aquí y el ahora.

Referencias

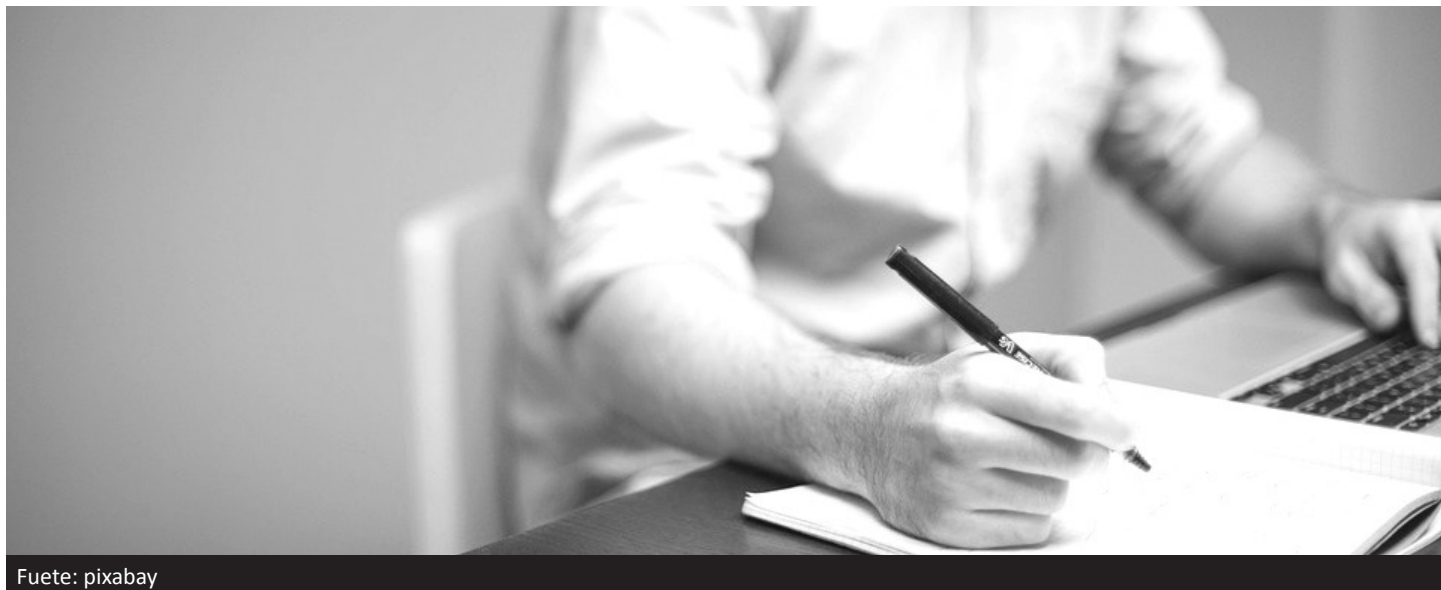
- Cebolla, A. (2007). *Eficacia de la terapia cognitiva basada en la atención plena en el tratamiento de la ansiedad y la depresión* (Tesis doctoral). Universitat de València.
- Cebolla, A. y Miró, M. (2006). Eficacia de la terapia cognitiva basada en la atención plena en el tratamiento de la depresión. *Revista de Psicoterapia* 17(2), 133-156.
- Cerón, D., Pérez-Olmos, I. e Ibáñez, M. (2011). Inteligencia emocional en adolescentes de dos colegios de Bogotá. *Revista Colombiana de Psiquiatría* 40(1), 49-64.
- Cuervo, Á. e Izzedin, R. (2007). Tristeza, Depresión y Estrategias de Autorregulación en Niños. *Tesis Psicológica* 2, 35-47.
- Enríquez, H. (2011). *Inteligencia emocional plena: Hacia un programa de regulación emocional basado en la conciencia plena* (Tesis Doctoral). Universidad de Málaga, Facultad de Psicología.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2003). *Metodología de la investigación* (5ª ed.). México: McGraw-Hill Interamericana.
- Kabat-Zinn, J. (2011). *Mindfulness for beginners: Reclaiming the present moment – and your life*. Boulder, Colorado: Sounds True.
- Miró, M., Arceo, J. e Ibáñez, I. (2016). Mindfulness en la psicosis: un estudio piloto. *Revista de Psicoterapia* 27(103), 37-56.
- Santamaría, M., Cebolla, A., Rodríguez, P. y Miró, M. (2006). La práctica de la meditación y la atención plena: técnicas milenarias para padres del siglo XXI. *Revista de Psicoterapia* 17(2), 157-176.
- Williams, J., Russell I. & Russell D. (2008). Mindfulness-based Cognitive Therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology* 76(3), 524-529.

Factores psicosociales que afectan a los funcionarios de la Alcaldía Municipal de Pasto

Kelly Salas Jurado

Estudiante del Programa de Psicóloga

Universidad Mariana



Fuente: pixabay

Resumen

En el presente artículo se da a conocer los hallazgos encontrados en el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SGSST) de la Alcaldía de Pasto, correspondiente al Riesgo Psicosocial en el año 2017. Se llevó a cabo una revisión documental, entre la que se halló el Diagnóstico de Condiciones de Salud que se realizó a partir del perfil epidemiológico y la matriz de peligros.

Tanto en la exploración documental como en la exploración teórica se ejecutó diversas intervenciones a lo largo del año 2017, con el propósito de disminuir el riesgo psicosocial en pro del bienestar de los trabajadores de la administración municipal, correspondiente al SGSST, Área de Psicología. Como método de investigación se utilizó la revisión documental y fuentes teóricas que apoyaron las diversas intervenciones que la practicante realizó en el año 2017.

Como resultados se obtuvo diversas formas de intervención que posibilitaron ayudar a los trabajadores no solo en la disminución del riesgo psicosocial alto/medio (presente en todas las dependencias) sino también en la motivación, que se veía afectada. Al final del documento se hace recomendaciones para mediación en cada dependencia, siempre en pro de los trabajadores de la administración municipal, resaltando el trabajo y el apoyo de los contratistas y de los trabajadores de planta.

Palabras clave: Riesgo psicosocial, Motivación laboral, Intervención psicosocial.

Introducción

El presente artículo se centralizó en el riesgo psicosocial y en las intervenciones que se efectuó para su mitigación en el contexto laboral, concibiendo el riesgo psicosocial como aquellos aspectos de la organización y gestión del trabajo, los del contexto social y ambiental, que tienen la potencialidad de causar daño físico, social o psicológico en los trabajadores (Cox y Griffiths, 1996, citados por Moreno-Jiménez, 2014). Así, observamos que el riesgo psicosocial en el contexto laboral es potencialmente perjudicial para los trabajadores que están expuestos. Resultados a nivel nacional fueron presentados hace bastantes años, por tal razón en el año 2008 el Ministerio de la Protección Social da a conocer la Resolución 2646 por la cual establece disposiciones y define responsabilidades para identificar, evaluar, prevenir, intervenir y monitorear de manera permanente la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo, y para determinar el origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional.

Por este motivo, es relevante poner en práctica acciones que ayuden, en este caso, a la intervención, monitoreo y mitigación del riesgo psicosocial desde el Área de Psicología del SGSST, ya que los estudios revelan que éste es un riesgo inminente y de alto nivel en la administración municipal. De 29 dependencias macro (sin subsecretarías), todas se encuentran en riesgo psicosocial medio y nueve en riesgo psicosocial alto; esto nos indica que el 100 % de las dependencias de la Alcaldía presentan un porcentaje elevado de probabilidad de sufrir alguna condición física que afecte su salud; por tal razón, poner en práctica estas acciones no solamente ayudará a la reducción del riesgo y al bienestar de los

funcionarios, sino que beneficiará la productividad, motivación, clima laboral, atención al público, etc.

Este análisis ayuda al continuo crecimiento de la organización; al ser un ente público, es de conocimiento que los trámites a nivel interno son un poco complejos, pero este tipo de proyectos que hacen parte del SGSST ayuda a la productividad activa y puesta en marcha del bienestar de los funcionarios que trabajan para la comunidad, e igualmente es un ejemplo de mejoramiento continuo de los entes gubernamentales y municipales en la ciudad, lo que repercute en la promoción del bienestar interno, frente a otras organizaciones.

La Alcaldía de Pasto, al ser un ente territorial, promueve el desarrollo y la productividad en las necesidades básicas de los ciudadanos, para generar una mejor calidad de vida, ofreciendo servicios de calidad con personal competente; esto nos dice que es importante tanto el bienestar de la comunidad como el de sus trabajadores, puesto así que los programas que se realiza están también dirigidos a favorecer la comunidad pastusa, motivo por el cual es vital la labor que hace el sistema, ya que con una buena puesta en marcha de estas actividades, los funcionarios podrán rendir de forma adecuada a nivel laboral y cumplir con las expectativas y propósitos de la administración.

Metodología

Para la puesta en marcha del presente artículo se realizó una revisión documental y teórica, en conjunto con las estrategias de intervenciones planteadas a lo largo del año 2017 para el establecimiento de análisis y posturas del tema a evaluar. Entre la revisión documental se encuentra el Diagnóstico de Condiciones de Salud (creado en el sistema), perfil epidemiológico, y matriz de peligros, al igual que el apoyo de diversas fuentes, entre otros, los cuales ayudaron a alcanzar los resultados planteados en el proyecto profesional de práctica que se llevó a cabo en el SGSST, Subsecretaría de Talento Humano, Alcaldía de Pasto, ejecutando actividades que apuntaban a la reducción y mitigación del riesgo psicosocial de los funcionarios, tanto contratistas como personal de planta.

Resultados

Gracias al material documental presente en el SGSST, en especial la Matriz de peligros y el Diagnóstico de condiciones de salud, se logró la recopilación de información para el desarrollo de diversas estrategias de intervención enfocadas al estrés laboral, comunicación asertiva, autoestima, relaciones interpersonales, estilos de vida saludable, manejo de emociones y proyecto de vida, características más sobresalientes de acuerdo con los resultados que se obtuvo y en los cuales se intervino, con el fin de disminuir el riesgo psicosocial presente en todas las dependencias de forma imminente y alta, ya que de 40 entidades diferentes, pertenecientes a la Alcaldía, entre las que se encuentra secretarías y oficinas, se observa que el 100 % está en riesgo psicosocial medio, y el 17,5 % en nivel medio/alto, por lo cual se hizo diferentes capacitaciones, divulgación mediante folletos e intervenciones enfocadas a la disminución del riesgo.

En cuanto a las actividades, hay que destacar que las intervenciones, capacitaciones, presentación de folletos, talleres, relajaciones y meditaciones guiadas, apuntaban a la disminución del

riesgo y al bienestar de los trabajadores a nivel psicosocial, con resultados positivos a lo largo del año, lo cual se hizo manifiesto en la participación en las diversas jornadas encaminadas a la disminución del estrés laboral, tan presente en los trabajadores de la administración municipal; además, los comentarios en relación con las estrategias siempre fueron favorables, mencionando que el impacto de los eventos realizados ayudaba a la disminución del estrés y al bienestar, tanto personal como grupal.

Por otro parte, se observó que lo trabajado a nivel interno del sistema, como los diversos proyectos realizados por el área de psicología, en conjunto con la practicante y algunos de los miembros del sistema, como terapeutas, enfermeras, médico, etc., fue percibido como satisfactorio, ya que se logró la realización y consolidación del diagnóstico de condiciones de salud, el programa para la promoción de estilos de vida saludable, matriz de priorización y el inicio del proyecto de prejubilación, proyectos que ayudarán a la disminución de los diferentes riesgos, en especial, del riesgo psicosocial, y favorecerán el bienestar de los trabajadores de la administración municipal.

Una de las fuentes más sobresalientes en el presente año de práctica fue la Batería de Riesgo Psicosocial. En un principio el proyecto se basaba únicamente en este punto, pero al ver la demanda existente del entorno, en especial lo relacionado con el riesgo psicosocial en toda la organización y el sistema, se cambió el enfoque del proyecto a la realización de buenas prácticas en el área de psicología del SGSST.

La aplicación de esta batería tuvo como objetivo, toda la recolección de información, logística y aplicación de ésta; los últimos objetivos específicos del presente proyecto manifestaron el proceso de análisis, diseño y elaboración del plan de mejoramiento por dependencias, para la disminución del riesgo de acuerdo con las necesidades.

Estos dos últimos objetivos no pudieron ser realizados, ya que el proceso de aplicación se tardó un poco más de lo programado, pero su aplicación se hizo de forma satisfactoria, obteniendo un 83 % de la población.

El SGSST, siempre trabajando en el bienestar de los trabajadores, hace constantes intervenciones y capacitaciones. Para la puesta en práctica de estas actividades se realizó constantes reuniones con la Subsecretaría de Talento Humano y la Secretaría General. Se debe aclarar que el sistema de gestión trabaja para los funcionarios, a excepción de la Secretaría de Tránsito y Transporte municipal y la Secretaría de Educación, ya que estas dependencias cuentan con trabajadores competentes para la realización de estos proyectos.

De manera global, respecto a lo que se trabajó en la Administración municipal para la reducción del riesgo psicosocial, algunas personas manifestaron que las estrategias utilizadas les ayudaron en cuanto a la reducción del estrés en las jornadas laborales, evidenciando resultados positivos, lo cual repercutió en el crecimiento de la empresa.

Finalmente, al recopilar la información de las diversas estrategias, se observa claramente que los resultados predominan en la satisfacción de los funcionarios.

Discusión

Teniendo en cuenta lo que se conoce como riesgo psicosocial, descrito por Cox y Griffiths (1996, citados por Moreno-Jiménez, 2014) como aquellos aspectos de la organización y gestión del trabajo, el contexto social y el ambiental, que tienen la potencialidad de causar daño físico, social o psicológico en los trabajadores, se destaca las intervenciones que se ha llevado a cabo en la Alcaldía de Pasto, interviniendo a través del SGSST, trabajando por el bienestar de sus trabajadores y promoviendo estilos saludables para la reducción de este riesgo, tan evidente y tan preocupante en los miembros de esta organización. Estas diversas intervenciones fueron realizadas con el fin específico de reducir el riesgo psicosocial, trabajando por el bienestar, salud y bienestar, tanto físico como emocional y personal, brindando estrategias de bienestar laboral que motiven y sean guía para el empleado en situaciones en las que éste se vea involucrado, y así satisfacer las exigencias del medio laboral, y, a su vez, proporcionar un buen servicio a la comunidad, que es básicamente el objetivo de la administración municipal: brindar un buen servicio a la comunidad a través de sus trabajadores.

Esto confirma que todo el trabajo realizado, las intervenciones comunicativas y de capacitación brindadas a lo largo del año, han sido exclusivamente para proporcionar herramientas útiles que ayuden a los funcionarios de la administración municipal a actuar y responder ante el riesgo psicosocial, de forma que puedan ser agentes activos del cambio, y generadores del comienzo de la mitigación del riesgo.

Los resultados permiten observar que el proceso y el riesgo psicosocial son factores altamente importantes y preocupantes en la organización; las estrategias de intervención y de mitigación fueron pensadas y ejecutadas para reducir ese riesgo psicosocial, que tiene un gran impacto no solo a nivel individual sino general en cada dependencia y oficina, motivo por el cual las estrategias fueron proporcionadas de forma individual (por dependencias) y grupal (trabajadores de toda la alcaldía).

Esto proporciona estándares en los cuales se puede basar una intervención más apropiada. Es clave resaltar que el sistema en la organización fue implementado en el año 2016, y se trató de un proceso de recolección e identificación de información; por tal razón se comenzó el proceso de intervención en el año 2017.

También es significativo mencionar que si bien todos los procesos que se ejecuta en pro del bienestar de los trabajadores, son responsabilidad de la Alcaldía, la cual tiene como obligación, brindar herramientas necesarias para la mitigación de estos riesgos y una adecuada calidad de vida laboral, a los trabajadores les corresponde crear un grado de compromiso y autocuidado de su salud y bienestar, no solo a nivel físico, sino emocional y psicológico, y capacitarse para promover su integridad laboral, que redundará en resultados positivos y un cambio próspero en la organización.

Teniendo en cuenta este punto, hay que mencionar que se evidenció una falta de compromiso y de responsabilidad frente al proceso de capacitación por parte de algunos empleados, en es-

pecial funcionarios de planta de la organización, quienes no se mostraban interesados por ver o hacer un cambio en su lugar de trabajo, talvez debido a que en muchas ocasiones llevan un tiempo en la organización y no se involucran en los cambios, o se acostumbran a cierto tipo de inconvenientes por la forma del trabajo y jerarquización que se evidencia en lugares gubernamentales, haciendo un poco complicado llevar a cabo una intervención limpia y próspera para la reducción de este riesgo.

Es necesario reconocer que la motivación que mueve a los funcionarios a trabajar en pro del bienestar propio y de la organización se ve afectada y un tanto distorsionada, corroborando así el ciclo de motivación de Valderrama (2010), quien manifiesta como primera etapa la motivación por incentivos o estímulos, en la cual se evidencia un claro desgaste funcional debido a que los funcionarios manifiestan que el trabajo en la organización es bastante absorbente y pesado, y les afecta en la atención al usuario, en el proceso interno en cuanto a un salario monetario bajo, lo que a su vez lleva a un riesgo psicosocial. Así mismo, observamos que la etapa tres del proceso de motivación se ve alterada en cuanto se conoce que ésta es la obligación de realizar un esfuerzo, impulso o tensión para orientar comportamientos (Valderrama, 2010). Esto evidencia que al haber un corto nivel de estímulo, el impulso de realizar algo se ve afectado; en este caso, el bajo salario y los diversos inconvenientes en el lugar de trabajo, hacen que el impulso de trabajar se encuentre en un nivel bajo, lo que lleva al malestar y a cifras elevadas respecto al riesgo psicosocial.

Por tal razón, cabe destacar que el reconocer la importancia de este tipo de proyectos e investigaciones ayuda a la puesta en marcha y a la identificación de la problemática existente en la organización, en especial en entidades gubernamentales y del Estado, en las cuales es difícil llevar a cabo un proceso de intervención, reducción y mitigación del riesgo psicosocial en su totalidad, pero sí se puede intervenir y relacionar los inconvenientes de cada nicho social para brindar el bienestar que merecen los trabajadores de las diversas organizaciones municipales, en este caso de la Alcaldía de Pasto.

Es esencial tener en cuenta y reconocer el trabajo que realiza el SGSST por el bienestar de los trabajadores y por la puesta en marcha de sus capacidades para brindar un adecuado servicio a la comunidad.

Conclusiones

La práctica académica en la Alcaldía de Pasto fue encaminada directamente a la intervención del riesgo psicosocial y, en cierta medida, a su mitigación, siendo una problemática continua en las diversas organizaciones a nivel nacional, en especial en las entidades gubernamentales, nacionales y municipales, expuestas en gran medida por las problemáticas que desencadenan las diversas funciones en el área de trabajo, donde cada funcionario se ve expuesto, afectando su calidad de vida laboral y bienestar individual.

Se está efectuando cambios en los cuales se evidencia una perspectiva que intenta reducir el riesgo, no solo por reducirlo sino por mejorar el estilo de vida laboral de los diferentes trabajadores, a

quienes les corresponde luchar por su bienestar, protegerlo y mantenerlo, para que la organización pueda hacer lo propio, para cumplir con el objetivo de brindar un buen servicio a la comunidad.

Las labores realizadas en la Alcaldía Municipal fueron brindadas a los funcionarios, independientemente de su situación contractual, con el fin de orientarlos y brindarles herramientas necesarias para poder reducir el riesgo psicosocial en cada una de sus oficinas y dependencias, ayudando en casos particulares a reducir el estrés laboral, mejorar el clima laboral, entre otras estrategias que ayudaran a la disminución del riesgo psicosocial, para lograr un bienestar óptimo en el lugar de trabajo, y en consecuencia, el crecimiento y la productividad de la organización, dado que brinda un servicio tanto a sus usuarios y trabajadores como a la comunidad en general, bajo un enfoque netamente social que la ubica en una posición humana desde la competitividad y la calidad de vida de sus trabajadores.

Es relevante que las organizaciones responsables nacionales, gubernamentales y municipales tengan en cuenta el problema derivado del riesgo psicosocial, puesto que estos inconvenientes son una problemática que afecta a los trabajadores de forma intrínseca y sus resultados y/o patologías son evidentes después de un periodo de tiempo, cuando ya existe una enfermedad grave. Hay señales que deben ser identificadas por los miembros que trabajan por el bienestar de los trabajadores, con el fin de brindar los insumos necesarios para combatir estos problemas; se necesitan estrategias guiadas y dirigidas a cada problema en particular, y no a un todo común, que ayuden a involucrar a la comunidad de forma igualitaria y satisfactoria.

Los trabajadores de la Alcaldía de Pasto, como todo ser humano, necesitan motivación y fortalecimiento en su lugar de trabajo, un bienestar óptimo para cumplir sus funciones, capacitaciones continuas relacionadas no solo con su trabajo directo, sino con su estilo de trabajo, ambiente laboral, relaciones interpersonales, ya que todas estas esferas o dimensiones hacen parte integral del ser. Al estar en continuo crecimiento y mejoramiento, los funcionarios van a mejorar y a mantenerse estables en todos sus ámbitos. Así se muestra la importancia de trabajar los estilos de comunicación, estilos de vida saludable, entre otros programas que maneja el SGSST, que tiene en cuenta que si el funcionario se encuentra bien a nivel personal y familiar, va a tener un adecuado funcionamiento laboral, que ayuda a las organizaciones a su producción y eficiencia. En este sentido, hay que tener en cuenta que las organizaciones son una especie de engranes que deben estar en buenas condiciones para trabajar y funcionar, y al trabajar en el bienestar de los trabajadores y funcionarios se está construyendo el propio bienestar.

Agradecimientos

En principio, a la Alcaldía municipal de Pasto por brindar y abrir sus puertas a la oportunidad de poner en práctica todos los conocimientos adquiridos a lo largo de la carrera, demostrando interés y confianza en los estudiantes para llevar a cabo las diferentes actividades.

A los miembros de la Secretaría General, en especial a su secretario, y a la Subsecretaría de Talento humano, a los supervisores, a la coordinadora del SGSST por permitir trabajar y evidenciar la realidad en los ámbitos municipales, y la forma de desenvolverse, de ver cómo funcionan las organizaciones con este estilo y cómo el trabajo por la comunidad es un trabajo arduo de dedicación y empeño. El aporte personal y profesional que brindó la oportunidad de realizar la práctica en esta organización fue enriquecedor.

A la psicóloga que abrió su conocimiento y su tiempo para guiar esta práctica profesional y mostrar una realidad evidente en el campo de la psicología. A pesar de las dificultades a la hora de ejercer la profesión, es de vital importancia hacerlo de forma correcta, dedicada, con disciplina para brindar un buen servicio a los trabajadores.

Al SGSST por brindar no solo conocimientos psicológicos, sino aquellos relacionados con las intervenciones dentro del sistema y del trabajo de equipo, la responsabilidad y lo maravilloso que es trabajar de forma multidisciplinar, ya que así se evidencia cambios y se puede trabajar de forma más acertada por el bienestar del otro.

A mis dos asesoras de práctica, mujeres maravillosas, inteligentes y fuertes que ayudaron a lo largo de toda la práctica formativa, por su tiempo y dedicación, por enseñarme que las dificultades no deben interrumpir el trabajo y que el trabajar siempre por un propósito, es la base del éxito.

A las personas que diariamente pudieron hacer realidad el sueño de culminar otra etapa importante con respecto a mi carrera. Finalmente a Dios por guiarme y brindarme las innumerables oportunidades de aprender, conocer y acercarme a personas invaluable.

Referencias

- Ministerio de la Protección Social. (2008). Resolución 2646 “por la cual se establecen disposiciones y se definen responsabilidades para la identificación, evaluación, prevención, intervención y monitoreo permanente de la exposición a factores de riesgo psicosocial en el trabajo y para la determinación del origen de las patologías causadas por el estrés ocupacional”. Bogotá, Colombia. Recuperada de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=31607>
- Moreno-Jiménez, B. (2014). Los riesgos laborales psicosociales. *ORP Journal* 1, 4-18.
- Valderrama, B. (2010). *Motivación inteligente, el impulso para lograr tus metas*. Madrid, España: Pearson Educación S.A.

Libro *Patrimonio cultural*

aporte académico de la Universidad Mariana
en el onomástico de Pasto

José Luis Villarreal

María del Socorro Bucheli

Docentes del Programa de Contaduría Pública
Universidad Mariana



Publicidad del evento.

En el marco de la conmemoración del onomástico de la ciudad de Pasto, que cumplió 480 años de fundación, fue presentado el libro *patrimonio cultural de San Juan de Pasto*, por parte de los magísteres María del Socorro Bucheli y José Luis Villarreal, docentes investigadores reconocidos por Colciencias.

El evento realizado el viernes 23 de junio en el auditorio de la Alcaldía, sede San Andrés, contó con la asistencia de más de 90 personas. Por parte de la Alcaldía se contó con las palabras de bienvenida del Secretario de Gobierno, junto a él, concejales del municipio y diputados de la Asamblea Departamental de Nariño; además de directivas de la Universidad Mariana, funcionarios de la secretaria de cultura, el artista Diego D'alba, académicos y ciudadanos interesados en la promoción y conservación del patrimonio cultural.

De esta manera, el grupo de investigación Identidad Contable del programa de Contaduría Pública, se vincula con el sector gubernamental e interactúa con el contexto local, en el marco del plan de desarrollo municipal: Pasto educado constructor de paz.

Como afirma Bucheli, Castillo y Villarreal (2009):

El patrimonio es un concepto en sí mismo que alude a la historia y que hace parte esencial de la cultura. El patrimonio es considerado por muchos como la síntesis simbólica de los valores identitarios de una sociedad que los reconoce como propios. (p. 53).

Promover el patrimonio cultural es construir ciudad, es reconocer el ADN que cada uno lleva, a la vez fortalecer la identidad para salvaguardar el interés público, como una plataforma del cambio social, es cuidar bienes comunes, representados por bienes materiales e inmateriales que son un legado del pasado y atractivos turísticos, para ser disfrutados por las presentes y futuras generaciones. De esta forma, se construye ciudadanía para pensar en sí mismo y en especial en sociedad, como un colectivo humano que desea avanzar y alcanzar la paz.

Referencias

Bucheli, M., Castillo, C. y Villarreal, J. (2009). Medir el patrimonio cultural: un desafío para la Contabilidad. *Rev. cuad. contab.*, 10(26), 51-65.

Movilidad docente y estudiantil a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador en Quito

José Luis Villarreal

Docente del Programa de Contaduría Pública
Universidad Mariana

Myrian Rubio

Coordinadora Contabilidad y Auditoría
Pontificia Universidad Católica del Ecuador



Participantes de la movilidad académica.



Estudiantes del programa de Contaduría Pública de la Universidad Mariana.

En el interés por el acercamiento para generar actividades de intercambio y colaboración entre la Pontificia Universidad Católica del Ecuador – PUCE (Quito, Ecuador) y la Universidad Mariana (Pasto, Colombia), y con el fin de fortalecer los procesos de internacionalización y movilidad docente y estudiantil entre las dos universidades durante los días 12 y 13 de octubre de 2017, los docentes Ricardo Melo y José Luis Villarreal junto con 25 estudiantes del programa de Contaduría Pública de la Universidad Mariana, se desplazaron a la ciudad de Quito para participar en un ciclo de conferencias sobre Contabilidad de Costos, Finanzas y Gobierno Corporativo. Las palabras de bienvenida las realizó la decana de la Facultad de Ciencias Administrativas y Contables Dra. Fabiola Jarrin.

En el evento también se tuvo capacitación en la sede de la Bolsa de Valores de Quito (BVQ), donde se aprendió sobre

el funcionamiento del mercado de capitales y, se realizó un ejercicio práctico sobre oferta y demanda de acciones para la construcción de valor económico.

La actividad contó con el apoyo de la Unidad de Servicios Internacionales y decanatura de la Facultad de Ciencias Contables, Económicas y Administrativas. Además, se tiene como resultado el interés de la Magíster Myrian Rubio, Coordinadora de la Carrera de Contabilidad y Auditoría junto a un grupo de estudiantes de la PUCE, el desplazarse a la ciudad de Pasto para el mes de marzo de 2018 en el marco de la conmemoración del día del Contador Público Colombiano.

Orientación al Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo

Ana Cristina Tumal Enriquez

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Jully Dayám Narváez Benavides

Estudiante del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Resumen

La orientación para la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo para la Picantería Chancholandia, consiste en el desarrollo de un proceso lógico por etapas, basado en el ciclo de mejora continua: planear, hacer, verificar y actuar (PHVA), fundamentado en el Reglamento Único del Sector Trabajo, Decreto 1072 de 2015. Se realizó un diagnóstico inicial basado en los requerimientos mínimos para empresas medianas y evaluación de riesgos a los que pueden estar expuestos los trabajadores, por medio del levantamiento de la Matriz de Riesgos, posteriormente, se implementó un programa de capacitación, se conformó el Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo y el Comité de Convivencia Laboral. Finalmente, se evalúa las actividades planeadas y en pro del cumplimiento de la verificación se espera que la empresa continúe con la secuencia del proceso “actuar”, para así dar cumplimiento a las mejoras.

Palabras claves: sistema, riesgo, trabajo, salud, seguridad.

Introducción

La Seguridad y Salud en el Trabajo según la Ley 1562 es definida como aquella disciplina que se encarga de la prevención de las lesiones y enfermedades causadas por las condiciones de trabajo y, de la protección y promoción de la salud de los trabajadores. Tiene por objeto mejorar las condiciones y el medio ambiente de trabajo, así como la salud en el trabajo, que conlleva a la promoción y el mantenimiento del bienestar físico, mental y social de los trabajadores en todas las ocupaciones. Para la Picantería Chancholandia es de vital importancia cumplir con dichos requerimientos, debido al avance y desarrollo permanente de los últimos años. Dicha empresa cuenta con más de 20 años de experiencia, 53 trabajadores y 8 sedes en la ciudad de Pasto y es consiente que necesita ampliarse y además, mejorar la calidad de su servicio, instalaciones y el ambiente laboral para sus trabajadores, dándole cumplimiento a la normatividad colombiana legal vigente. Para lograr

este propósito, la Universidad Mariana da aval a la pasantía para el área laboral, “Orientación para la implementación del Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo (SG-SST)”. Por lo tanto, desde la pasantía se procedió a realizar un diagnóstico inicial para priorizar los riesgos más latentes, estableciéndose una serie de actividades que permiten la asesoría y construcción del sistema, que además promueven el autocuidado en el entorno laboral, creando un ambiente armónico y saludable.

Método

El sistema consiste en un desarrollo de un proceso lógico y por etapas, basado en la mejora continua, con el objeto de anticipar, reconocer, evaluar y controlar los riesgos que puedan afectar la seguridad y salud en el trabajo. Este sistema es liderado por el empleador, pero la participación de los trabajadores es indispensable para garantizar la aplicación de las medidas de seguridad y salud en el trabajo. Por lo tanto, se midió de manera cualitativa, el mejoramiento del comportamiento de los trabajadores, uso y manejo de EPP, actitudes frente al riesgo y estado de salud actual. Para la evaluación de las condiciones de riesgo a las que se encuentra expuesto el trabajador, se utilizó la Guía Técnica Colombiana GTC-45, la que da un valor cualitativo: medio, bajo, alto y muy alto; según el grado de exposición, consecuencias, probabilidad y deficiencia de ocurrencia de accidente de trabajo u enfermedad laboral. Al aplicar las fórmulas, el resultado nos permite medir el nivel de riesgo, el cual es un valor cuantitativo, al igual que las cifras de ausentismo, accidentalidad, cobertura entre otras. Se aclara entonces que siendo un sistema de gestión, sus principios deben estar enfocados en el ciclo PHVA (planear, hacer, verificar y actuar).

Resultados

Para establecer las características cualitativas del personal de la empresa, se realiza en primera instancia una caracterización sociodemográfica, obteniendo los siguientes resultados:

Distribución por género: se encontró predominio del sexo femenino con el 53% en el total de la empresa, pero se encuentran cambios significativos en cada área: mientras en los puntos de venta se evidencia el predominio por el género femenino en comparación con el masculino; en el área de producción, se observa

¹ Documento resultado de práctica de profundización realizada en la empresa Chancholandia en el periodo de enero a junio del 2017, orientada por la docente asesora Ana Cristina Tumal Enriquez. Programa de Terapia Ocupacional. Universidad Mariana

que el total de los empleados en esta área pertenecen al género masculino. Esto puede deberse a las actividades ejercidas requeridas para este cargo, pues mientras en los puntos de venta la empresa opta por un personal responsable de despachar pedidos con “sazón hogareña”, mostrando una cara amable a los clientes; con el fin de ser consecuentes con su trayectoria de llevar a la mesa de los clientes una comida típica; en la planta de producción se requieren personas fuertes, con alto potencial para soportar trabajos de mayor riesgo y resistencia, pues el trabajo exige cargas pesadas, desposte y fritura en gran cantidad. La Tabla 1 muestra la distribución por sexo por cada área.

Tabla 1. Distribución por género

Área / Sección	Cantidad Masculino	M %	Cantidad Femenino	F %	Total Empresa	% Total
Administrativos	2	3,8	5	9	7	13
Puntos de Venta	13	25	23	43	36	68
Producción	10	19	0	0	10	19
Totales	25	47	28	53	53	100

Distribución de la población según grupo etario: de las personas que hasta el momento se encuentran laborando en la empresa, se evidencia un mayor predominio del rango de edad de los 28 a los 37 años, con un 62%; seguido de un 49% de población entre los 18 a 27 años de edad. Por lo tanto, se estaría hablando que la mayoría de trabajadores son adultos jóvenes y jóvenes. La etapa de adultos jóvenes es la del ciclo de vida, presidida por la mayor vitalidad y dinamismo en todas las facetas: en la bio-fisiológica, en la psicológico-emocional, en lo cognitivo-intelectual, sanitaria, en la actividad sexual, física y laboral. Podemos concluir entonces que, ésta es la razón de la superioridad de la población, puesto que según lo evidenciado, las labores de restaurante se tornan desgastadoras y rutinarias y por eso, requiere un óptimo estado físico, de salud y mental.

Tabla 2. Distribución de la población según grupo etario

Rango de edad	Cantidad	%
menor de 18 años	0	0
18-27	26	49
28-37	33	62
38-47	10	19
48 años o más	1	2

Distribución del nivel de escolaridad de la población: el nivel de escolaridad con mayor porcentaje dentro de la empresa corresponde a secundaria con un 42%; en segundo lugar, está técnico/tecnólogo con un 19%; en un tercer lugar, universitario con un 15%; en cuarto lugar, primaria con un 6% y finalmente, un 0% en especialización/maestría. En los resultados del Censo 2005 que entregó el DANE, arrojaron una cruda realidad: en Colombia llegar al nivel profesional educativo es un privilegio. Paradójicamente, mientras la población colombiana ha logrado avances notorios en su calidad de vida, con mejoras significativas en el cubrimiento de servicios públicos, el grueso de la población colombiana apenas llega a la educación secundaria, son muy pocos los que logran avanzar hacia el nivel profesional y, casi se cuentan con los dedos de las manos los que han pasado a una especialización, maestría

o doctorado. Para el director del DANE, Ernesto Rojas Morales, el dato revela una realidad preocupante, para un país como Colombia que está en proceso de desarrollo y que necesita que su población alcance estándares educativos mayores. Podemos concluir entonces que, estos datos del 2005 hasta la fecha, año 2017, no han cambiado y por lo tanto, el alcanzar niveles educativos superiores es cada vez más difícil para la comunidad colombiana.

Tabla 3. Distribución del nivel de escolaridad de la población

Nivel de escolaridad	Cantidad	%
Primaria	4	8
Secundaria	21	40
Técnico / Tecnólogo	10	19
Universitario	8	15
Especialista/ Maestro	0	0

Distribución de la población por antigüedad: el porcentaje predominante corresponde a los trabajadores con menos de un año de antigüedad en la empresa con un 64%. Le sigue un 30% con trabajadores con una antigüedad de 1 a 5 años. Esto puede deberse a un cambio en la administración de la empresa y además que, la empresa ha crecido y se ha desarrollado considerablemente en este último año; abriendo en menos de dos meses, dos nuevos puntos de venta.

Tabla 5. Antigüedad en el cargo

Antigüedad	Cantidad	%
Menos de un año	31	58
de 1 a 5 años	19	36
de 5 a 10 años	1	2
de 10 a 15 años	1	2
Más de 15 años	1	2
Total	53	100

Exámenes médico laborales: se evaluó a los trabajadores de la empresa Chancholandia S.A.S. Teniendo como base una población objeto de 53 funcionarios; se practicaron: 11 exámenes de ingreso; 1 examen de alturas; 6 exámenes de retiro; 1 examen periódico, entre febrero del 2017 a mayo del 2017, con una cobertura de 18 trabajadores evaluados por la Kumara Seguridad y Salud en el Trabajo, lo que corresponde a un 34% del total de los trabajadores. Cabe aclarar que el otro porcentaje de los trabajadores, ya contaban con este tipo de evaluaciones.

Tabla 6. Exámenes ocupacionales

Examen	Cantidad	%
Ingreso Básico	11	21
Periódico	1	2
Retiro Básico	6	11
No Evaluados	35	66

Indicadores de evaluación del SG-SST

- Política de SST.
- Objetivos y metas.

- Plan de trabajo anual.
- Responsabilidades.
- Identificación de peligros y riesgos.
- Funcionamiento del COPASST.
- Recursos.
- Plan de emergencias.
- Capacitación en SST.

Evalúan la estructura del programa en términos de disponibilidad de los recursos, lo cual permite concluir si los recursos disponibles al inicio del programa permitieron atender las necesidades y demandas de la población trabajadora y por lo tanto, los resultados esperados.

Divulgación de la política. Del total de los trabajadores, al 50% de ellos se les socializó la Política del SG-SST. El porcentaje se muestra por la mitad de los trabajadores, dado a que la implementación de la política y su socialización, se la realizó en el mes de febrero y marzo. En abril y mayo ingresaron alrededor de 15 trabajadores, a causa de la apertura de dos puntos nuevos de venta.

Tabla 7. Divulgación de la política de SST

Número de trabajadores-socialización	Número Total de Trabajadores	Porcentaje
27	53	50%

Ejecución del plan anual de trabajo en el SG-SST:

No. de actividades desarrolladas en el periodo enero/junio de 2017 en el plan/

No. de actividades propuestas en el periodo en el plan de trabajo x 100

$$66 / 153 \times (100) = 43\%$$

El plan de trabajo para efectos del SG-SST, se realiza de manera anual, por lo tanto, se plantea una serie de actividades a realizarse en el transcurso del año. Para la presentación del presente proyecto de pasantía, se ejecutó el 43% de las actividades planeadas en el plan anual de trabajo.

Indicadores de proceso del SG-SST

Autoevaluación. Evaluación inicial del SG-SST: el proceso de ejecución se evalúa a través de indicadores y criterios que muestran el grado de desarrollo alcanzado del programa, así como la proporción de cumplimiento respecto a lo programado al inicio del periodo.

- Sumatoria de porcentaje por cada uno de los ítems evaluados a febrero de 2017: 8 (bajo), lo que significa que la empresa requiere dar prioridad a la gestión del SG-SST.
- Sumatoria de porcentaje por cada uno de los ítems evaluados a mayo de 2017: 13 (medio) que nos indica que, la empresa realiza algunas actividades del SG-SST, pero debe aplicar acciones correctivas.

Intervención de los peligros identificados:

No. total de peligros intervenidos en el periodo enero/junio de 2017/Total de peligros identificados x 100

$$15/29 \times (100) = 52\%.$$

Según la matriz de peligros realizada para el periodo febrero – mayo de 2017 en la empresa Chancholandia S.A.S., el 52% de los peligros identificados fueron intervenidos.

Ejecución del plan de intervención de la accidentalidad

No. de actividades desarrolladas en la intervención de los riesgos prioritarios/actividades propuestas para la intervención de los riesgos prioritarios x 100.

$$43 / 63 \times 100 = 68\%$$

Para el periodo de pasantía se alcanzó a intervenir un 68% de las actividades propuestas.

Indicadores de impacto. Miden los resultados del programa en relación con las condiciones de trabajo y de salud durante el periodo de interés.

Tasa accidentalidad

TA = No. AT ocurridos en el periodo enero/junio de 2017/ No. de trabajadores x 100

$$TA = 2/53 \times 100 = 3.8\%$$

Por cada 100 trabajadores expuestos en la empresa, se presentan 3.8% accidentes en el periodo.

Índices de ausentismo laboral

• Índice General de ausentismo

No. de ausencias por toda causa / No. trabajadores x 100

$$14 / 53 \times 100 = 26.4\%$$

Para el año 2017 en el periodo febrero – mayo, el 26.4 % de los trabajadores se han ausentado de sus labores por diferentes causas.

• Índice ausentismo por AT

No. de ausencias por AT / No. trabajadores x 100

$$2/53 \times 100 = 3.7 \%$$

El indicador nos refleja un bajo porcentaje de ausencias por AT, pero considerando el mejoramiento del programa, se deben aumentar los esfuerzos por erradicar este tipo de incapacidades.

• Índice ausentismo por enfermedad general

No. de ausencias por EG / No. trabajadores x 100

$$12 / 53 \times 100 = 22.6\%$$

En la empresa Chancholandia S.A.S., en el periodo febrero – mayo de 2017, el 22,6% del personal se ausentó a causa de **enfermedad común/general**, motivo por el cual se deben maximizar los esfuerzos para darle continuidad al programa de Estilos de Vida Saludables.

Indicadores de cobertura

Cobertura inducción:

Número de personas que asisten a la Id/número de personas que ingresan en el periodo x 100

$$19 / 35 \times 100 = 54.3\%$$

Del número de Personas con las que se contaba en el mes de febrero, el 54.3% asistieron a la inducción.

Plan de capacitaciones

Peligros según matriz de riesgos (GTC-45): en la matriz de riesgos de la empresa Chancholandia S.A.S, se ve reflejado la importancia de tomar medidas correctivas en todos los riesgos a los cuales se encuentran expuestos los trabajadores. Desde la Coordinación del SG-SST, se toma la decisión de motivar y ejecutar la capacitación de todos los trabajadores en la mayor cantidad de peligros que sea posible, para este proceso se optó por capacitar a trabajador por trabajador; se contó con un excelente equipo de trabajadores, siempre dispuestos a aprender e interesados por colaborar, logrando cumplir las metas propuestas con relación a capacitaciones planeadas.

Tabla 8. Porcentaje personas expuestas según el riesgo

Peligros	Núm. Personas xpuestas	% Personas expuestas
Mecánico	46	87
Eléctrico	46	87
Biológico	46	87
Psicosocial	36	68
Físico	10	19
Biomecánico	7	13

Cobertura capacitaciones: se evidencia mayor población capacitada en riesgo biomecánico y psicosocial.

Tabla 9. Cobertura capacitaciones

Peligros	Núm. Personas c apcitadas	% Personas capacitadas
Mecánico	19	42
Eléctrico	12	27
Biológico	16	36
Psicosocial	27	60
Físico	21	47
Biomecánico	27	60

Capacitaciones adicionales: desde la Coordinación del SG-SST se tomó la decisión de realizar la capacitación de Levantamiento Manual de Cargas, específicamente a los 7 trabajadores (febrero de 2017) de la planta de producción, ya que se evidenció que en los procesos, los trabajadores no manipulaban de manera adecuada los pesos, realizando sobreesfuerzos, malas posturas y exponiéndose a lesiones varias. La capacitación en AT-EL, se realizó con el fin de adelantar los requerimientos del SG-SST y además, por la importancia que este tema tiene.

Creación de comités. El día 10 de febrero de 2017 siendo las 2:00 pm y hasta las 6:00 pm, se llevó a cabo la votación para elegir a los representantes de los trabajadores ante el Comité de Convivencia y Comité Paritario de Salud y Seguridad en el Trabajo de la empresa “Chancholandia S.A.S”. Se postularon 12 trabajadores para los dos comités. EL día 17 de febrero siendo las 8 am, se realizó la votación por pate de los trabajadores y el

empleador hizo también su elección, quedando conformados los comités de esta manera:

Comité Paritario de Seguridad y Salud en el Trabajo

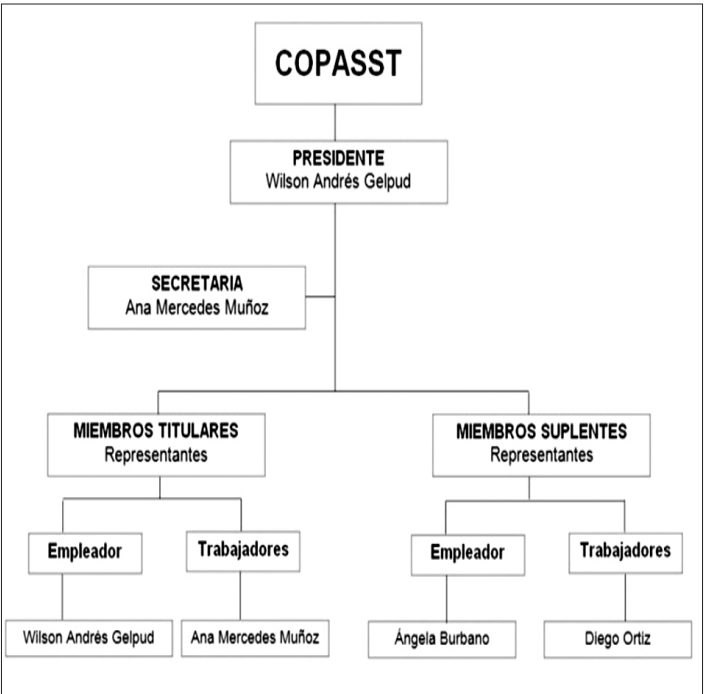


Figura 1. COPASST – SG-SST 2017, Chancholandia S.A.S.

Comité de Convivencia

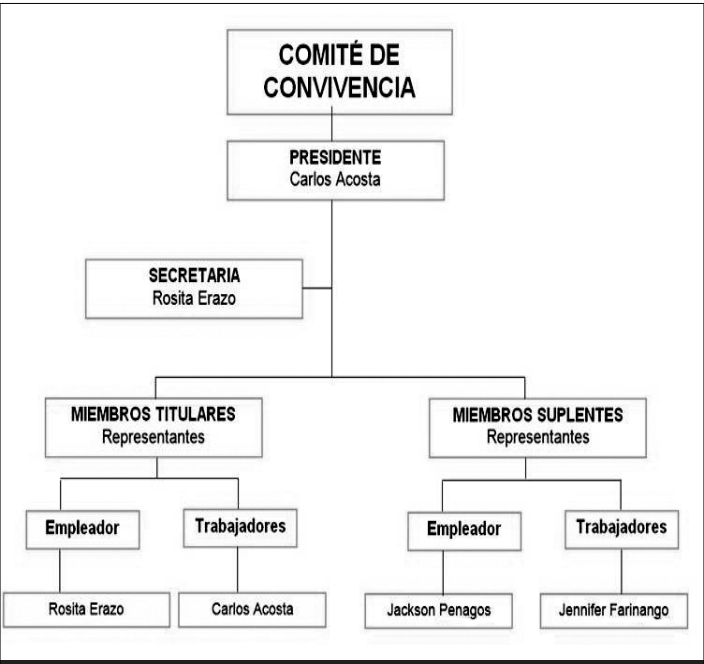


Figura 2. Comité de Convivencia – SG-SST 2017, Chancholandia S.A.S.

Los miembros de cada comité fueron capacitados en cuanto a sus responsabilidades y se comprometieron a aportar significativamente con el SG-SST.

Otras actividades ejecutadas

Programa de orden y aseo: el día sábado 25 de febrero se realizó la jornada de orden, aseo y desinfección en todas las sedes de la

empresa Chancholandia S.A.S. Se hizo la invitación extensiva a dicha jornada desde el día miércoles 22 de febrero, la jornada transcurrió con normalidad y gran éxito en todos los puntos de la empresa; sobresaltando la ardua labor que se requería en las instalaciones del segundo nivel de la planta, en el cual se encuentran las oficinas y en el que mayor foco de atención se debió implantar, por cuanto era el lugar en donde más se requería de esta actividad. Se sensibilizó a los trabajadores administrativos acerca de la importancia de mantener su lugar de trabajo ordenado y aseado, mejorando el ambiente y la armonía laboral.

Programa señalización y demarcación de las áreas: con el objetivo de delimitar o demarcar las áreas de trabajo, zonas de almacenamiento y vías de circulación y señalizar salidas, vías de emergencia, resguardos y zonas peligrosas de las máquinas e instalaciones de acuerdo con las disposiciones legales vigentes. En primera instancia, se procedió a identificar las necesidades que presenta la empresa de señalización y demarcación por medio de un reconocimiento de sus procesos. En la planta de producción se implementó señalización de vías de evacuación, botiquín, extintor y fueron ubicados adecuadamente; se realizó demarcación de las áreas de desposte, fritura, bodega, cafetería, hornos, estufas con sus respectivas válvulas. Para los puntos de venta igualmente, se ubicó señalización, demarcación, botiquines y extintores; adicionalmente, se brindó una capacitación sobre la correcta interpretación de la señalización y demarcación con su respectiva verificación de lo aprendido.

Conclusiones

El SG-SST logra acaparar la totalidad de las funciones en una empresa, pues es un sistema que se ocupa por el bien de la totalidad de los trabajadores y de la empresa; permitiéndole un mejor progreso y brindando a los trabajadores una mejor calidad en su ambiente laboral. A pesar de que el sistema engloba la totalidad de la empresa, los empresarios y trabajadores aún no reconocen ni le dan el valor que se merece a sus procedimientos. Desafortunadamente, aún se evidencian actitudes estrictamente inclinadas hacia el cumplimiento de la norma.

La población asalariada no es consciente del autocuidado que el sistema exige; resultan complicaciones al intentar modificar hábitos y rutinas no saludables por un estilo de vida de promoción de la salud y prevención de la enfermedad y accidentes. El sistema requiere de la colaboración y compromiso de la totalidad de la empresa para lograr cumplir las metas; resulta arduo el trabajo en equipo debido a la falta de información de la temática de salud y seguridad en el trabajo.

La implementación y coordinación del sistema trae consigo una gran responsabilidad, que si no se es prudente y sagaz en el desarrollo de las actividades, puede generar problemas legales lamentables para la vida profesional de las personas a cargo.

Referencias

- Aje Madrid Jóvenes Empresarios. (2017). Riesgos Ergonómicos y Medidas Preventivas en las Empresas Lideradas por Jóvenes Empresarios. *Revista Joven Empresario*. Recuperado de <http://bit.ly/2kekirg>
- Martín, J. (2005). Los factores definitorios de los grandes grupos de edad de la población: tipos, subgrupos y umbrales. Universidad de La Laguna. Recuperado de <http://www.ub.edu/geocrit/sn/sn-190.htm>
- Ministerio del Trabajo. (1989). Resolución 1016 de marzo de 1989. Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=5412#1>
- _____. (2012). Ley 1562 de julio de 2012. Recuperado de <http://wsp.presidencia.gov.co/Normativa/Leyes/Documents/ley156211072012.pdf>
- _____. (2014a). Sistema de Gestión de la Seguridad y Salud en el Trabajo SG-SST Año 2014 – 2015. Subdirección de gestión del talento humano grupo de capacitación y bienestar laboral Bogotá, D.C. mayo de 2014. Recuperado de <http://bit.ly/2jC5xh9>
- _____. (2014b). Decreto 1477. Por el cual se expide la tabla de enfermedades Laborales. Recuperado de http://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36482/decreto_1477_del_5_de_agosto_de_2014.pdf/b526be63-28ee-8a0d-9014-8b5d7b299500
- _____. (2015). Decreto 1072. Documento suministrado por el Departamento Administrativo de la Función Pública – DAFP, en virtud del convenio Interadministrativo N° 2214100 – 479 – 2015 suscrito con la Secretaria General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C. Recuperado de <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=62506>
- Ministerio de la Protección Social. (2008). Resolución 2646. Recuperado de <http://bit.ly/2jC36vn>

Aprendiendo a soñar¹

Nathalia Maricell Parra Narváez

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
 Universidad Mariana

Rosa del Carmen Pepinosa

Gabriela Isabel Ceballos

Cristian Fernando Mainguez

Estefanía Alexandra Erazo

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
 Universidad Mariana

Introducción

El presente artículo es el resultado del proceso de formación en el curso de Terapia Ocupacional en Comunidad, orientado en el segundo semestre, en el periodo de enero a mayo de 2017, en el cual se pone en marcha los conocimientos adquiridos sobre la intervención en comunidad, siendo escogida la población infantil relacionada con la problemática del trabajo infantil en una comunidad de la ciudad de Pasto, logrando realizar una identificación del contexto, su dinámica social y proponer algunas estrategias que se derivan del ejercicio profesional de la Terapia Ocupacional, en un campo específico como es la comunidad.

El proyecto tuvo como finalidad brindar información para la promoción de la educación y la prevención del trabajo infantil de niños y adolescentes en edades de 12 y 17 años en población vulnerable. De esta manera, lo que se espera es que los niños y adolescentes, tomen conciencia de que el trabajo no es una obligación a la cual están expuestos y sepan o conozcan sus derechos, al igual dar a conocer que el trabajo infantil afecta su desarrollo normal tanto físico como psicológico; y promulgar o incentivar a que los padres apoyen su educación, y se evite el abuso de dichos menores con el trabajo. Así mismo, motivar a los niños y adolescentes a continuar su proceso de aprendizaje, asistiendo a un establecimiento escolar y desempeñando su respectivo rol acorde a su etapa.

La niñez tanto como la adolescencia son periodos de evolución física, psicológica, emocional, cognitiva y social, por esto es importante que nazcan estas iniciativas y proyectos comprometidos con el mejoramiento del futuro de la historia de vida de nuestros niños y adolescentes.

El objetivo general de la propuesta fue diseñar un programa de tipo informativo, dirigido a la población de niños(as) y adolescentes del barrio “El Común” en situación de desescolarización y trabajo infantil. Igualmente, se contemplan como objetivos específicos, el brindar información acerca de la importancia de la educación en las etapas de infancia y adolescencia; informar acerca de la normativa vigente que ampara a los niños(as) y adolescentes, y realizar monitoreos con el fin de verificar la problemática en dicha población.

¹ Documento realizado para el curso de Terapia Ocupacional en Comunidad, orientado por la Docente Nathalia Maricell Parra Narváez. Programa de Terapia Ocupacional. Enero a mayo de 2017.

El trabajo infantil es un problema no solo a nivel regional sino también a nivel mundial, a pesar de la existencia de las normas vigentes, esta situación se presenta a diario, donde los niños y adolescentes abandonan sus actividades escolares, algunas veces por obligación porque sienten la necesidad de tener un ingreso y ser una ayuda para sus familias, antes que una carga, pero no son conscientes que al hacer esto están vulnerándose sus derechos y pasando a ser víctima, en muchos casos de explotación laboral; con frecuencia esta problemática se presenta por falta de buenas oportunidades laborales para sus padres o cuidadores, baja escolarización por parte de los mismos y por factores socioeconómicos y culturales que cada familia o comunidad presenta sin importar la causa u origen, es importante entender que esta situación afecta no solo a la comunidad vulnerada sino a la sociedad en general, por lo cual es necesario la realización de muchos proyectos que ayuden o al menos incentiven al menor a seguir con sus actividades escolares para que se forme como persona y pueda construir un mejor futuro, de igual forma, concientizar a los padres sobre la importancia de brindar una buena educación a sus hijos y, lo importante, es el apoyo que ellos les puedan brindar.

El trabajo infantil se refiere a cualquier trabajo o actividad que priva a los niños de su infancia. En efecto, se trata de actividades que son perjudiciales para su salud física y mental, por lo cual impiden su adecuado desarrollo. Según la normativa, en Colombia el trabajo infantil se ha entendido como:

Toda actividad física o mental remunerada o no dedicada a la producción, comercialización, transformación, venta o distribución de bienes o servicios, realizado en forma independiente o al servicio de otra persona natural jurídica, que es realizada por menores de 18 años. (Gil, 2006, p. 46).

La edad legal mínima en la que los niños están autorizados a trabajar es de 15 años (14 en los países en desarrollo). Para trabajos ligeros (sólo unas horas de vez en cuando) el límite mínimo de edad es de 13 a 15 años (12 a 14 en los países en desarrollo). Finalmente, para realizar trabajos arduos, el límite asciende a los 18 años (16 años bajo ciertas condiciones en los países en desarrollo). (Humanium, s.f., párr. 3).

En cuanto al trabajo forzoso, éste comprende “tareas domésticas realizadas durante largas horas en un medio insalubre, en lugares peligrosos que requieran el uso de materiales o herramientas peligrosas o que fueren al niño a cargar objetos que son demasiado pesados” (Humanium, s.f., párr. 4).

Ciertas actividades no son consideradas como trabajo o explotación. Las actividades que implican simplemente ayudar a los padres a completar las tareas diarias de la familia, a las que los niños pueden dedicar unas pocas horas a la semana y que les permite ganar un poco de dinero para sus gastos, no son consideradas como explotación infantil, ya que no perjudican su bienestar. (Humanium, s.f., párr. 5).

Existen unos factores asociados al trabajo infantil como los *factores culturales*, donde la cultura es la más penetrante de los contextos sociales, ya que es el rasgo más significativo de una sociedad, se compone de patrones aprendidos y organizados de conducta, característicos de una sociedad en particular, a nivel sociocultural, las niñas niños y adolescentes no son reconocidos como sujetos de derechos. Los factores socioeconómicos, aspectos relacionados al estrato socioeconómico, condiciones de vivienda o problemas psicosociales de la familia. Tiene en cuenta a la familia en

su espacio de vida, conexiones importantes, conflictos, recursos, carencias y relaciones familiares con sistemas externos como escuela, amigos, trabajo. En este factor se tiene en cuenta varios aspectos como: los ingresos familiares, los egresos, salud, educación, recreación, y vivienda.

Y por último, los *factores sociales* que constituyen las normas, pautas, exigencias y condiciones establecidas en el contexto inmediato que demanda una conducta específica para la aceptación de miembros de un grupo determinado.

La dificultad de las tareas y las duras condiciones de trabajo crean un gran número de problemas, como el envejecimiento prematuro, la desnutrición, la depresión o la drogadicción.

Los niños procedentes de entornos desfavorecidos, de grupos minoritarios o sustraídos del seno familiar carecen de protección. Sus empleadores hacen lo que sea necesario para hacerlos completamente invisibles y, por lo tanto, son capaces de ejercer control absoluto sobre ellos. Estos niños trabajan en condiciones degradantes, lo que socava todos sus derechos y principios fundamentales.

Por otra parte, los niños que trabajan no están en capacidad de tener una educación normal y serán condenados a convertirse en un adulto analfabeto, sin tener la posibilidad de crecer en su vida social y profesional.

En algunos casos, el trabajo infantil también pone en peligro la dignidad y la moral del niño, especialmente cuando es víctima de explotación sexual, como la prostitución o la pornografía infantil.

Además, los niños que trabajan están más expuestos a la desnutrición y suelen ser víctimas de violencia física, mental y sexual. (Humanium, s.f., párrs. 6-10).

Por lo anterior, reconocer la importancia de la educación de niños y adolescentes, teniendo en cuenta que educar, es en estricto sentido, conducir y, por tanto, en términos de vida, la educación sería entendida como conducir hacia una vida plena, gratificante y satisfactoria, donde el actor, es decir, aquel que vive, se reconozca en sí mismo como un ser magnífico, con atributos únicos, capaz de desarrollar habilidades y destrezas, que le lleven a experimentar plenamente su vida y trascendencia.

Metodología

La propuesta de intervención se realizó en el Barrio E Común, con Niños y adolescentes de 12 a 17 años en situación de desescolarización y trabajo, quienes presentan recursos económicos escasos, por lo cual se ven obligados a trabajar para su sustento diario y ser una ayuda para su familia.

El proyecto fue encaminado a que los niños y adolescentes comprendieran la importancia de asistir a un establecimiento educativo y así se apropien del determinado rol de acuerdo a su edad, y sean conscientes de que el trabajo no pertenece a su etapa de desarrollo; de igual forma, incentivar a esta población a realizar actividades con el fin de ocupar su tiempo libre y a evitar que tomen el trabajo como una responsabilidad o como resultado de una carga familiar.

Por lo anterior, se establecieron las siguientes actividades:

- Charlas con la población sobre el significado del trabajo infantil, la importancia de asistir a un establecimiento educativo y, la normativa vigente, si es posible acompañados de las personas a cargo.
- Proyección de videos acerca del trabajo infantil y la importancia de la educación.
- Volantes informativos relacionados con la problemática tratada.

Además, se tuvo en cuenta el registro de asistencia, registro fotográfico y aplicación de encuesta para reconocimiento de la población y su contexto. Dicho instrumento fue construido por el grupo de estudiantes, el cual contempla datos que se enuncian a continuación.

Resultados

Teniendo en cuenta la información recolectada durante la ejecución del proyecto, se evidencia la necesidad de establecer muchos proyectos como este, en donde se promuevan los derechos de cada niño o adolescente, que actualmente se encuentra en situaciones de desescolarización y trabajo, y así mismo, se sigan brindando charlas de concientización a sus padres o cuidadores; también es importante que se realicen más estrategias de intervención con el apoyo de fundaciones que estén dispuestas a contribuir con el cambio y con una mejor sociedad.

Los resultados de la intervención fueron positivos, ya que los temas tratados fueron de interés para la mayoría de la comunidad tratada, mostraron disponibilidad en la realización, participaron activamente y no se presentaron problemas durante la ejecución del proyecto.

Como estudiantes de Terapia Ocupacional, la realización de este proyecto en una comunidad con dichas problemáticas, facilitó una nueva visión del significado de la profesión y la importancia que implica a la hora de intervenir, el obtener un buen resultado, al igual que contribuir en la construcción de un mejor futuro.

Bibliografía

- Gil, A. (2006). *Análisis del trabajo infantil en Colombia: perspectiva legal y psicológica*. (Trabajo de maestría). Escuela superior de administración pública, Bogotá, Colombia.
- Humanium. (s.f.). Trabajo infantil. Recuperado de <https://www.humanium.org/es/trabajo-infantil/>
- Ministerio de Educación Nacional (MEN). (2013). Foro: El trabajo infantil en Colombia una historia inconclusa, donde todos estamos llamados a escribir... Recuperado de <http://www.mineducacion.gov.co/cvn/1665/w3-article-323678.html>
- Sanz, M. (s.f.). La importancia de la educación de niños y adolescentes. Recuperado de <https://grupoarke.net/2012/06/13/la-importancia-de-la-educacion-de-ninos-y-adolescentes/>

Futuro seguro: una propuesta para la prevención de embarazos en adolescentes¹

Nathalia Maricell Parra Narváez

Docente Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Gabriela Nathalia Bastidas Jojoa

Nathaly Silvana Daza Criollo

Jessica Fernanda Tupaz Ceballos

Laura Manuela Valencia Pejendino

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana



Fuente: pixabay

Introducción

El presente proyecto aborda la problemática de embarazos adolescentes. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la adolescencia es el período en la vida de una persona que comprende entre los 10 y los 19 años (Acuña, Palacio, Nader y Guerrero, 1989). En algunos casos, la adolescencia se ve interrumpida cuando la joven queda en embarazo. Y es que, una de cada cinco mujeres en el mundo ya tiene un hijo antes de los 18 años y cada año se producen 16 millones de nacimientos de mamás adolescentes.

Desde Terapia Ocupacional se busca disminuir los niveles de prevalencia de embarazos adolescentes, ya que desempeñar el rol de madre a temprana edad implica que adquiera nuevas responsabilidades, roles y hábitos (Míguez, 2013). Limitando su vida, ya que no cuenta con la misma libertad, las mismas oportunidades y posibilidades de cumplir sueños y metas planteadas anteriormente. Teniendo en cuenta que una adolescente al estar dentro de estas edades no está preparada física y psicológicamente para cuidar un bebé (Quintero y Rojas, 2015).

El proyecto abarcó todos los aspectos relacionados con los inicios de la sexualidad, las consecuencias que trae cuan-

do es llevada de forma irresponsable y cómo afecta el futuro de cada uno de estos adolescentes. El principal objetivo fue informar acerca de temas relacionados con la sexualidad como: métodos anticonceptivos y la responsabilidad que implica tener relaciones sexuales sin protección, ya que están expuestos a un alto nivel de convertirse en padres o adquirir cualquier tipo de enfermedad de transmisión sexual, colocando en riesgo su vida y futuro.

En consecuencia, se planteó como objetivo general: diseñar un plan de promoción y prevención dirigido a la información acerca de los embarazos en adolescentes, a estudiantes del Colegio Bachillerato COLSUP, al ciclo V-A, que corresponde a los grados décimo, con el fin de disminuir la prevalencia de embarazos en la institución.

A partir de objetivos específicos como: educar a los jóvenes del colegio Bachillerato COLSUP acerca de la responsabilidad que se debe tener al momento de acceder a una relación sexual; comunicar los nuevos roles que se deben asumir al tener un hijo y las responsabilidades que este conlleva e incentivar la solidificación del proyecto de vida, motivando al cumplimiento de las metas y objetivos planteados por los estudiantes.

¹ Documento resultado de estrategia pedagógica práctica para el curso de Terapia Ocupacional en Comunidad, orientado por la Docente Nathalia Maricell Parra Narváez. Programa de Terapia Ocupacional. Enero a mayo de 2017.

Metodología

El proyecto se realizó con 35 estudiantes de bachillerato de grado décimo, del Instituto Técnico COLSUP de San Juan de Pasto, ubicado en el centro de la ciudad, quienes se encuentran en el rango de edad entre 16 y 21 años de edad, que atraviesan la etapa de la juventud, la cual se caracteriza por la exploración de nuevas experiencias, y en algunos casos, replanteamiento del proyecto de vida; además de estar expuestos a riesgos como el consumo de alcohol, drogas o cualquier sustancia psicoactiva, tienen un riesgo inminente, ya que posiblemente han iniciado su vida sexual.

Teniendo en cuenta que este proyecto se realizó con el fin de prevenir y evitar embarazos en adolescentes, haciendo un enfoque en la solidificación del proyecto de vida de los mismos, se realizaron actividades para el reconocimiento de la población con la aplicación de una encuesta y talleres de sensibilización, según el resultado de la encuesta.

La encuesta, con el fin de recopilar información acerca de los conocimientos sobre métodos de planificación y proyecto de vida, permitirá identificar las necesidades de la población para que la intervención de sensibilización sea más significativa.

El procedimiento para la ejecución contempló la solicitud del permiso con la respectiva carta firmada por la representante del grupo, la cual fue entregada en la rectoría del Instituto COLSUP. Se diseñó una encuesta que abarcó temas relacionados con la sexualidad, sus consecuencias y sus planes a futuro, la cual fue aplicada a los 35 estudiantes que participaron voluntariamente en el proceso.

Se desarrolló un taller que tuvo en cuenta varios aspectos de la sexualidad y se enfocó en las consecuencias que genera un embarazo a temprana edad, como son los roles y proyecto de vida. Para concluir la actividad, se mostró un video acerca de un testimonio real de padres adolescentes, quienes dan a conocer los cambios a los que estuvieron sometidos al tener un bebé a tan temprana edad. Se hizo entrega de un texto de reflexión y promoción hacia la proyección de un proyecto de vida.

Resultados

La intervención fue productiva, ya que los estudiantes del Instituto COLSUP participaron activamente en el taller, aportando sus ideas y puntos de vista sobre el tema. A continuación, se presentan los resultados de la encuesta.

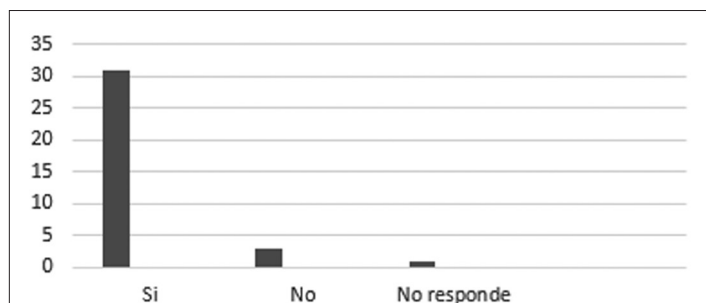


Figura 1. Inicio de la actividad sexual.

En la Figura 1 se observa que la mayoría de los adolescentes que se encuentra en un rango de edad de 16-21 años, ya han iniciado su vida sexual con un promedio de 31% de los adolescentes, y un promedio de 3% no han iniciado su vida sexual.

Esta pregunta permitió conocer que la mayoría de los jóvenes, iniciaron su vida sexual activa a una edad temprana durante la etapa de la adolescencia y que lo hicieron principalmente por curiosidad.

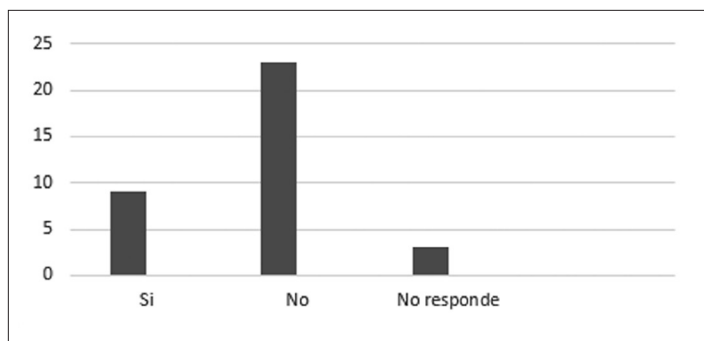


Figura 2. Desempeña el rol de padre o madre.

En la Figura 2 se identifica que la población de adolescentes que se encuentran en el rango de edad de 16 – 21 años, el 9% sí desempeña el rol de padre o madre y el 23% no desempeña el rol de padre ni de madre porque aún no tienen hijos. El índice es muy bueno, ya que no están en una edad adecuada para criar a un hijo, cubrir sus gastos y necesidades que conllevan esta situación.

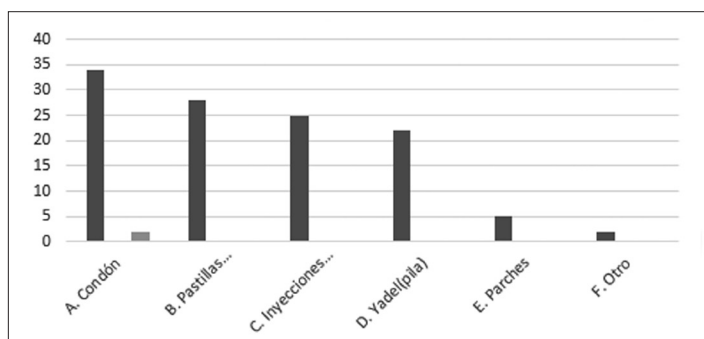


Figura 3. Métodos anticonceptivos conocidos.

En la Figura 3 se puede identificar que los adolescentes tienen más conocimiento del condón, en un 34% y las pastillas 28%, inyecciones 25%, Yadel (pila) 22%, con lo que se puede inferir que la población tiene conocimientos parcialmente sólidos acerca de los métodos anticonceptivos, aunque en algunos casos no saben la importancia que cada uno tiene y su función.

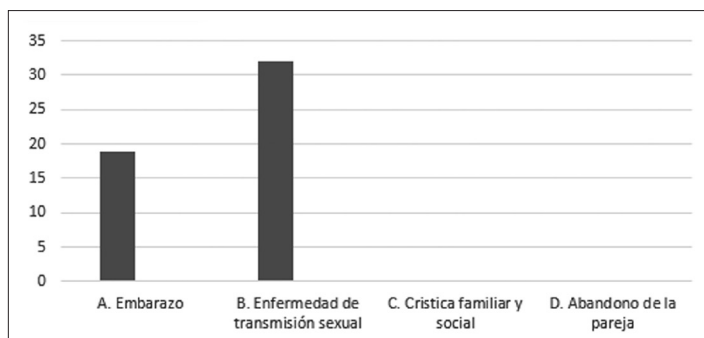


Figura 4.Cuál es el mayor riesgo al tener una relación sexual.

En la Figura 4 se puede identificar que los adolescentes tienen muy claro que al momento de tener relaciones sexuales puede quedar en embarazo o adquirir una enfermedad por transmisión sexual. El 19% contestaron que el mayor riesgo es el embarazo y 32% enfermedad de transmisión sexual. Crítica familiar y social y abandono de la pareja tiene un porcentaje de 0%, lo que da a

entender que para los jóvenes esto no es un riesgo, al tener relaciones sexuales.

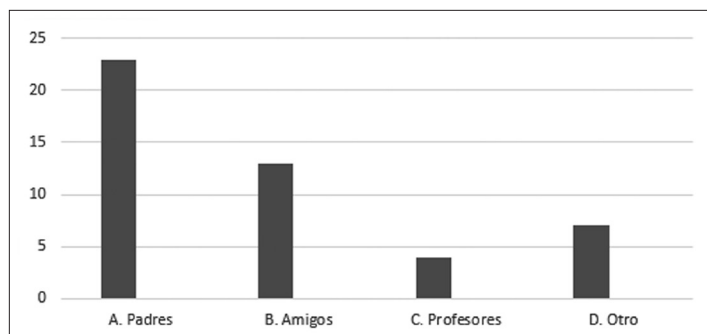


Figura 5. Personas con quien habla de sexualidad.

Se puede identificar que los jóvenes aún prefieren tratar sobre temas de sexualidad con sus padres debido al grado de confianza en las relaciones familiares; sin embargo, los jóvenes también tratan sobre temas de sexualidad con sus amigos, profesores y en algunos casos, con personas profesionales como psicólogos y médicos, con el fin de compartir, adquirir y conocer nuevos aspectos entorno al tema de sexualidad.

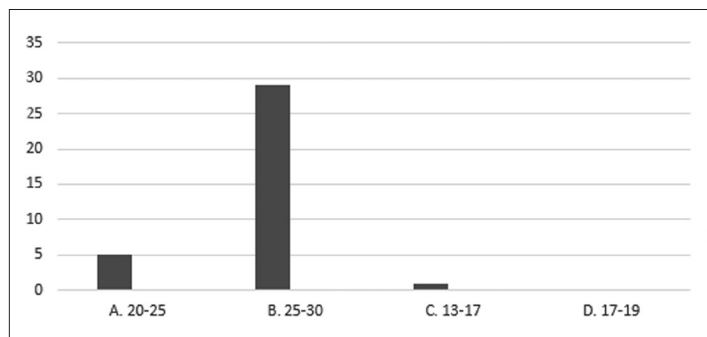


Figura 6. Edad apropiada para tener un hijo.

Por medio de la Figura 6, se puede ver que los jóvenes creen que la edad más apropiada para tener un hijo está alrededor de los 25 a 30 años de edad. Esto permite interpretar que los jóvenes piensan realizar actividades que se ajustan a su etapa de desarrollo antes de adquirir la responsabilidad de tener un hijo.

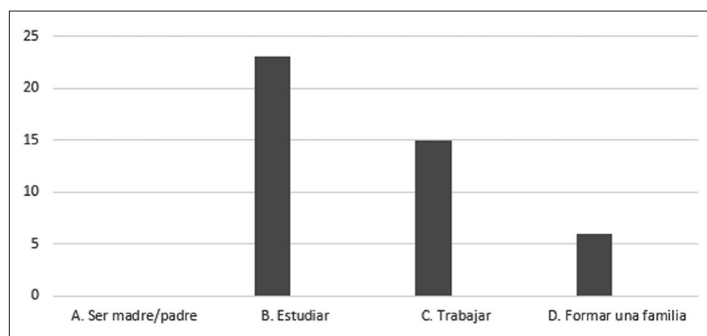


Figura 7. Planes en un futuro cercano.

Las estadísticas muestran que los jóvenes del Instituto Tecnológico COLSUP, en su mayoría, tienen como prioridad finalizar sus estudios y posteriormente trabajar. Algunos de los alumnos ya son padres y madres y aun así, manifiestan el deseo de superación académica y laboral, para brindar las mejores condiciones posibles a sus hijos.

En relación a una pregunta abierta que tiene la encuesta, sobre qué aspectos cambian en la vida de un adolescente al tener un hijo, las respuestas dadas por los estudiantes permiten ver que conocen parcialmente la responsabilidad que tiene tener un hijo, aunque las consecuencias se ven enfocadas mayormente a la afectación sobre la libertad de salir, compartir con sus pares y la responsabilidad económica que se adquiere. Otras personas que ya adquirieron el rol de padres manifiestan que un hijo no genera cambios significativos en la vida del joven y, que por el contrario, se convierten en una motivación para superarse, ya sea académica o laboralmente.

Conclusión

Este proyecto permitió conocer los diferentes puntos de vista que tienen los jóvenes en relación a temas de la sexualidad y de forma especial acerca del embarazo. Evidenciando que los jóvenes son parcialmente conscientes de los riesgos y consecuencias que genera tener una relación sexual a temprana edad, las responsabilidades que conlleva asumir el rol de padres y cómo afectan de forma especial la libertad de salir, compartir con sus pares y culminar los estudios; igualmente, permitió conocer los saberes de los jóvenes acerca de las formas de prevención del embarazo, evidenciándose que los jóvenes efectivamente conocen varios de los métodos anticonceptivos, pero no los usan por descuido, temor o desagrado.

Con respecto a los cambios de roles que el embarazo adolescente genera, los jóvenes se preocupan más sobre la pérdida de libertad, ya que asumen que un bebé es una responsabilidad muy grande, y esto conlleva, a dejar de hacer algunas cosas, como salir con amigos o continuar estudiando, ya sea en el colegio o ya no optar por estudios universitarios, y para algunos, está ya no es una opción, porque si ya asumen el rol de padres, algunos optarían por trabajar para ayudar en los gastos que se generan.

El plan de promoción y prevención de embarazo en jóvenes permitió llegar a la conclusión que, los jóvenes deben tener más claro, que la llegada de un hijo a temprana edad tiene diferentes cambios en su vida. El proyecto de vida es un método para que el joven plantee sus sueños, metas y planes, y que así se motiven para cumplir con ellos. Un embarazo a temprana edad trunca los sueños de los jóvenes, porque deben retrasarlos, o puede que no lleguen a cumplirlos, ya que cambia su proyecto de vida, sus metas, sus estudios, su futuro se complica porque es una responsabilidad bastante grande. Por lo anterior, es necesario crear programas para brindar información y servicios requeridos a los jóvenes, con el fin de concientizar y lograr una sexualidad responsable. También es necesario crear centros de apoyo para adolescentes embarazadas, tanto desde el punto de vista médico como emocional, motivándolos a continuar con su vida y sus metas.

Referencias

- Acuña, A., Palacio, M., Nader, L. y Guerrero, P. (1989). *Sexo al día. Es tiempo de vivir*. Bogotá: Unidad de Psicoterapia y Sexualidad Humana.
- Míguez, Á. (2013). Ocupaciones y roles de las madres adolescentes. (Trabajo de Grado). Universidade da Coruña. Recuperado de http://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/11504/MiguezBarreiro_Angela_TFG_2013.pdf?sequence=2
- Quintero, A. y Rojas, H. (2015). El embarazo a temprana edad, un análisis desde la perspectiva de madres adolescentes. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*, 1(44), 222-237.

Tu vida sin drogas, haz lo mejor

Nathalia Maricell Parra Narváez

Docente Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Laura Daniela Betancourt

Alejandra Katherine Bucheli

Katthy Loreni Marroquin

Yesenia Mayerli Perez

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana



Fuente: pixabay

Introducción

Una de las problemáticas que enfrenta la sociedad mundial es el problema de las drogas y Colombia no escapa de esta epidemia, donde pequeñas comunidades urbanas del país se ven inmersas en esta problemática latente; los terapeutas ocupacionales al involucrarse en la labor social, deben ejercer una acción preventiva, ya que no existe una fórmula mágica para derrotar el auge de las drogas en el país y el mundo. La prevención es la medida más efectiva que se puede tomar, por ende, esta prevención exige un trabajo duro y constante por parte de todos los miembros de la comunidad, a fin de desarrollar en la sociedad, capacidades y destrezas para evitar que caigan en el mundo de las drogas. En este sentido, el consumo de drogas se presenta en la actualidad como uno de los problemas más importantes a los que se enfrenta la sociedad, tanto por la magnitud del fenómeno como por las consecuencias personales y sociales derivadas del

mismo. Además, ha dejado de ser algo exclusivo de una minoría para configurarse como un problema de magnitudes sociales, comunitarias y de salud pública. Es especialmente preocupante el uso indiscriminado de sustancias en períodos como la adolescencia, etapa en la que se ha incrementado, en gran medida, y en la que toma especial relevancia, si se toma en cuenta a la adolescencia como un período vital de especial riesgo para uso y abuso de drogas, en la que se llevan a cabo los primeros acercamientos a las sustancias adictivas y el mantenimiento de patrones de consumo que, en gran parte de los casos, se consolidan en la vida adulta. Además, es necesario recordar que este momento evolutivo es un período de transición de la infancia a la madurez, en el que se producen una gran cantidad de cambios corporales, afectivos, cognitivos y de valores que, junto con un mayor deseo por obtener experiencias novedosas e intensas, por ampliar las redes sociales y la búsqueda de autonomía y de una identidad propia.

De allí que, consideramos que, si la necesidad apuntada por los jóvenes para iniciarse en el consumo de drogas es la de experimentar sensaciones nuevas, adaptarse al mundo social, combatir el aburrimiento, manejar el tiempo de ocio, etc. En ese sentido, debe ofrecer un marco ventajoso donde cabe posibilitar alternativas para que el adolescente pueda satisfacer su curiosidad y su necesidad de nuevas experiencias, enseñándole a planificar su ocio y facilitándole el contacto con sus iguales, todo ello desde un punto de vista constructivo. De ahí que las acciones preventivas contra el uso de sustancias en el ámbito escolar deban considerarse como prioritarias. En razón de lo expuesto, el trabajo presentado esta centrado en la implementación de un Plan de Acción destinado a alumnos de V y VI grado del Colegio Bachillerato COLSUP (educación por ciclos) basado en el manejo y comprensión de la problemática de las drogas con la finalidad de evitar su consumo.

El objetivo general planteado fue diseñar un programa de promoción y prevención del consumo de sustancias psicoactivas dirigido a la población estudiantil de la institución COLSUP, de la ciudad de Pasto creando canales de comunicación preventiva en toda la comunidad educativa, incluyendo a profesores, padres de familia y estudiantes, para que asuman una actitud de rechazo hacia el consumo de drogas.

Justificación

Mediante este proyecto buscamos la concientización de los adolescentes a los riesgos que se ven sometidos, día a día, mediante el consumo, y que a través del tiempo deben adaptarse a un mundo que va a una velocidad cada vez mayor y que está en constante cambio, siendo más competitivo y exigente, para esto se necesita jóvenes más dinámicos y consientes del potencial que hay en el desarrollo humano, por lo que requiere un mayor compromiso para asumir el reto de aprender y asumir el cuidado de su salud, desarrollo humano y complementarlo con una mentalidad ambiental (Ortega, Hernández, Arévalo, Díaz y Torres, 2015).

El consumo de sustancias psicoactivas, es una clara interferencia, y muchas veces un impedimento, para el desarrollo y la persistencia de las características señaladas anteriormente. La presencia y el aumento del consumo de estas sustancias en la población de los adolescentes pueden atentar contra la sustentabilidad de cualquier comunidad. Esta realidad implica el área de la salud no solo deben ofrecer tanto, condiciones de seguridad e higiene y capacitación, sino también condiciones de salud integral, de desarrollo de los adolescentes, promoviendo el bienestar psíquico y físico. (Ortega et al., 2015, p. 7).

¹ Documento realizado para el curso de Terapia Ocupacional en Comunidad, orientado por la Docente Nathalia Maricell Parra Narváez. Programa de Terapia Ocupacional. Enero a mayo de 2017.

Ahora bien, el uso de sustancias psicoactivas es un problema con múltiples causas, en una sociedad. Es una adicción que se adquiere, en algunos casos se da como consecuencia de la influencia que ejerce el medio social, amigos o grupos que inducen a otros, estados de depresión y la carencia afectiva dentro del hogar, estos son algunos de los factores que se relacionan para que se dé el primer paso para decidir probar las drogas (Ortega et al., 2015).

Los cambios desfavorables que surgen en la familia es uno de los principales factores para que se dé inicio en el uso de SPA, el hogar es el medio donde crecen los valores y se le brinda a sus integrantes las normas de comportamiento y conducta, cuando hay cambios en la dinámica familiar afecta a todos los integrantes convirtiéndose en un factor de riesgo que puede generar conductas inadecuadas en cualquiera de ellos, principalmente en los adolescentes, estos al no encontrar relaciones afectivas dentro de su núcleo familiar intentan reemplazar estas necesidades en las personas y sitios inadecuados eligiendo las drogas como mecanismo de escape, sin conocer o estar conscientes de las consecuencias que esta mala decisión trae para su vida y el medio en que interactúa. Afecta las condiciones para que se dé un buen desarrollo personal, dificulta las relaciones familiares, se generen problemas de salud a corto y largo plazo, en lo social trae la conformación de grupos delincuenciales, violencia y comportamientos agresivos. (p. 8).

La tendencia más alarmante es el incremento del consumo de drogas ilícitas, tabaco, y alcohol entre los jóvenes.

Descripción de la población. Estudiantes de bachillerato de los ciclos acelerados V y VI del Instituto Técnico COLSUP de San Juan de Pasto, para ello se abarcaron edades desde los 16 a 23 años, que se caracterizan por nuevas experiencias de vida, donde se ven sometidos a múltiples riesgos en la parte mental y en el organismo. En este caso, esta población es la que con mayor frecuencia se ve implicada en el uso y abuso de sustancias psicoactivas, mirándolo como una experiencia agradable, a muchos no se les da información sobre las consecuencias, entonces, se busca que estos adolescentes sean conscientes de los problemas que les puede ocasionar tanto a su entorno, como a su vida.

Descripción del problema. En términos de la edad, la mayor tasa de uso actual de alcohol, del 49.2%, se presenta entre los jóvenes de 18 a 24 años, y con un valor del 45.4% se define el consumo entre los jóvenes de 25 a 34 años (estudio Nacional del consumo de sustancias psicoactivas). El consumo de drogas es un tema en torno al cual existe en nuestro país una gran preocupación social, ya que es evidente el alto consumo de sustancias psicoactivas que afecta, principalmente, a la población adolescente y que mayor interés ha despertado debido a los costos humanos, económicos y sociales que representa para la población, sean estas de venta legal o ilegal, se ha reconocido como uno de los principales problemas con los que se enfrenta la sociedad actual, muchos padres, madres de familia, profesores, profesionales en el área de la salud, marcan este problema como algo que se debe resolver o tratar de la manera más inmediata posible, ya que el uso y el abuso del consumo de las drogas representa un grave problema capaz de producir importantes alteraciones de la salud y problemas sociales. El fenómeno del consumo de las drogas se presenta con unas características que lo hacen muy preocupante, el tipo de sustancias consumidas, la frecuencia de su uso, el aumento del número de consumidores, y la edad en la cual se inicia el consumo, por estos y muchos más

motivos se presenta la necesidad de una acción preventiva eficaz y de proponer nuevas estrategias de tratamiento adecuadas (Ortega et al., 2015).

Metodología

Para el desarrollo de esta intervención comunitaria se escogió el Instituto COLSUP, los ciclos V y VI que se estiman las edades entre 18 y 23 años, ya que es la población más vulnerable en el consumo de SPA. Se solicitó el permiso a los directivos del instituto, quienes colaboraron de manera activa, durante todo el proceso. Fue necesario diseñar una encuesta y folletos que fueron supervisados por la docente, para tener una fuente más detallada sobre los datos generales de estos adolescentes y el conocimiento sobre los riesgos del consumo de SPA en esta población, la cual fue aprobada y aplicada durante la intervención. Se tomó asistencia, donde todos los estudiantes de los ciclos V y VI fueron partícipes. Se preparó y se llevó a cabo una charla para los adolescentes sobre el consumo, tipos, causas, consecuencias, efectos, riesgos, patologías e intervención, también se presentaron videos reflexivos sobre historias basadas en hechos reales, donde los estudiantes se mostraron interesados y atentos durante toda la intervención. Al final de este proceso como gratificación por la colaboración y atención prestada se entregó un refrigerio.

Monitoreo: para continuar con el proyecto se realizarán visitas de seguimiento y monitoreo cada dos meses para acompañar el proceso y hacer ajustes en los casos que sean necesarios, con el fin de reevaluar a los estudiantes e identificar si se cumplieron los objetivos y si se generó algún cambio positivo en ellos. Se les hará participar a los jóvenes en actividades, utilizados como medios de intervención, mirando así, quién se muestra de manera voluntaria y qué tanto ha contribuido este proceso en su entorno, ya sea al adolescente consumidor o no consumidor, sabiendo también que estos pueden ayudar a prevenir el consumo, por medio de la información que se les ha generado por medio de las charlas. Realizaremos una breve reunión del equipo de trabajo después de cada sesión para deliberar sobre lo que ha funcionado bien y lo que debería cambiarse. También se asignará intercaladamente a un miembro del equipo que asuma el papel de observador o que pregunte en el instituto una vez al mes, acerca de los cambios evolutivos. Se volverá aplicar una encuesta más específica y si aún se detectan falencias en ellos, se debe plantear nuevas estrategias y continuar con la prevención del consumo de sustancias psicoactivas. Contar con el control de asistencia para que sea aplicada de manera efectiva.

Resultados

El diseño del proyecto fue no experimental, cuyo propósito fue referir las características de la población consumidora de drogas, es decir, describir en qué forma se manifiesta este fenómeno, utilizando el método cuantitativo, lo que implica una sola medición al total de la población; la técnica para la recolección de datos implicó la aplicación de un cuestionario en el cual se realizaron preguntas abiertas como cerradas. Este cuestionario que consta de nueve preguntas, se realizó a la población estudiantil del Colegio Bachillerato COLSUP, con el fin de determinar la influencia entre los diferentes aspectos.



Figura 1. Personas que recibieron información.

En la Figura 2 se puede evidenciar que del 100% de la población que diligenció la encuesta, el 58% consume o ha consumido por lo menos una vez sustancias psicoactivas, y el 41,25% no ha consumido nunca sustancias psicoactivas en su vida. Por otra parte, del 100% de la población masculina, el 38% son consumidores activos, y el 20% no son consumidores, y del 100% de la población femenina, el 20% son consumidoras y el 26,2% no consumen sustancias psicoactivas.

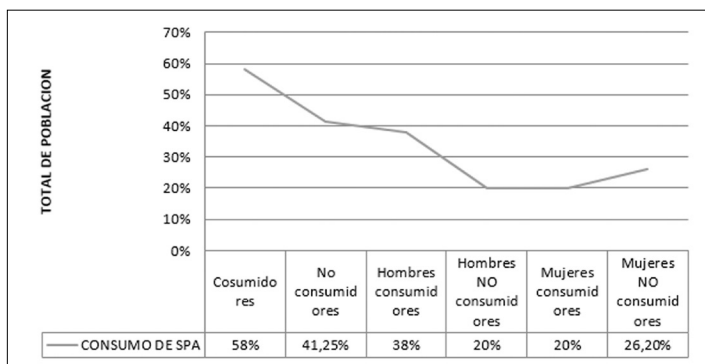


Figura 2. Encuesta sobre consumo.

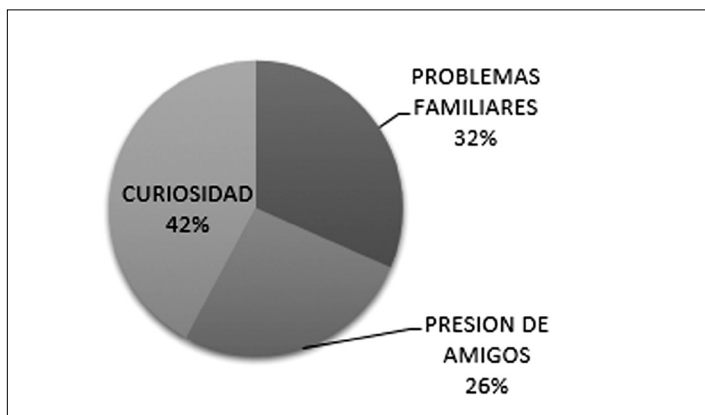


Figura 3. Razones de consumo.

Recomendaciones

Según el análisis de los datos que resultaron de la intervención comunitaria, las encuestas aplicadas y la observación que se realizó gracias a la colaboración de los directivos del Instituto COLSUP, se pudo destacar los resultados positivos que tuvo nuestra intervención a los jóvenes en formación, ya que se comprobó, mediante entrevista e información recogida, que lograron entender el objetivo de la charla. Esto se pudo comprobar con la actitud de los estudiantes, quienes se muestra-

ron muy interesados y motivados con la actividad que se llevó a cabo. Por este motivo, los resultados fueron más positivos frente a las expectativas que se tenían con el proyecto.

No se puede asegurar el futuro de estos jóvenes, pero sí, al menos, cambiar un poco la historia de su vida en este ciclo, porque con esta intervención, se logró concientizar al menos a algunos de ellos, y eso es signo de que se está logrando cambiar a uno de tantos jóvenes que están inmersos en este mundo de drogas y consumo.

Conclusiones

La drogadicción es un vicio que puede alcanzar a cualquier tipo de persona y se presenta más en los jóvenes por los cambios que sufren durante la adolescencia, ya que son más influenciables.

La información en los jóvenes de este problema es muy valiosa para que tomen conciencia de su responsabilidad y conozcan las causas, consecuencias y efectos que esto conlleva.

La edad de inicio en el consumo de SPA es muy temprana, oscilan entre los 18 y 23 años.

El inicio se suele producir por la influencia de amigos, tener nuevas experiencias, falta de afecto en la familia, problemas emocionales y sentimentales, el inicio al consumo de drogas las adquieren fuera de casa junto a sus amistades.

Se observó que no se tiene preferencia por ningún tipo de sustancia psicoactiva específica, siendo la marihuana, cocaína, tabaco, entre otras.

Quizá mucha gente piensa que mientras que no se conviertan en un drogadicto, las consecuencias del consumo de SPA frecuentemente y en altas dosis, no son tan alarmantes, pero los estragos de la droga pueden ser graves y muchos de ellos irreversibles.

Consideramos que el consumo de SPA es un gran problema social, por tanto, se deben realizar campañas de prevención y sensibilización.

Bibliografía

- Hualde, A. (1993). *La droga juvenil para padres, educadores, hijos*. Santafé de Bogotá, D.C.: San Pablo.
- Ortega, Y., Hernández, A., Arévalo, A., Díaz, A. y Torres, Z. (2015). *Causas y consecuencias del consumo de sustancias psicoactivas en adolescentes con ambientes de vulnerabilidad familiar y contextos sociales conflictivos*. Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, Santa Marta, Colombia. Recuperado de <http://www.ascodes.com/wp-content/uploads/2017/11/consumo-de-sustancias.pdf>
- Salazar, M. (1982). *La droga un fugaz y traidor paraíso*. Bogotá: Editorial Norma.

Percepción del rol del fisioterapeuta en la Unidad de Cuidado Intensivo

Mónica Chamorro Acosta

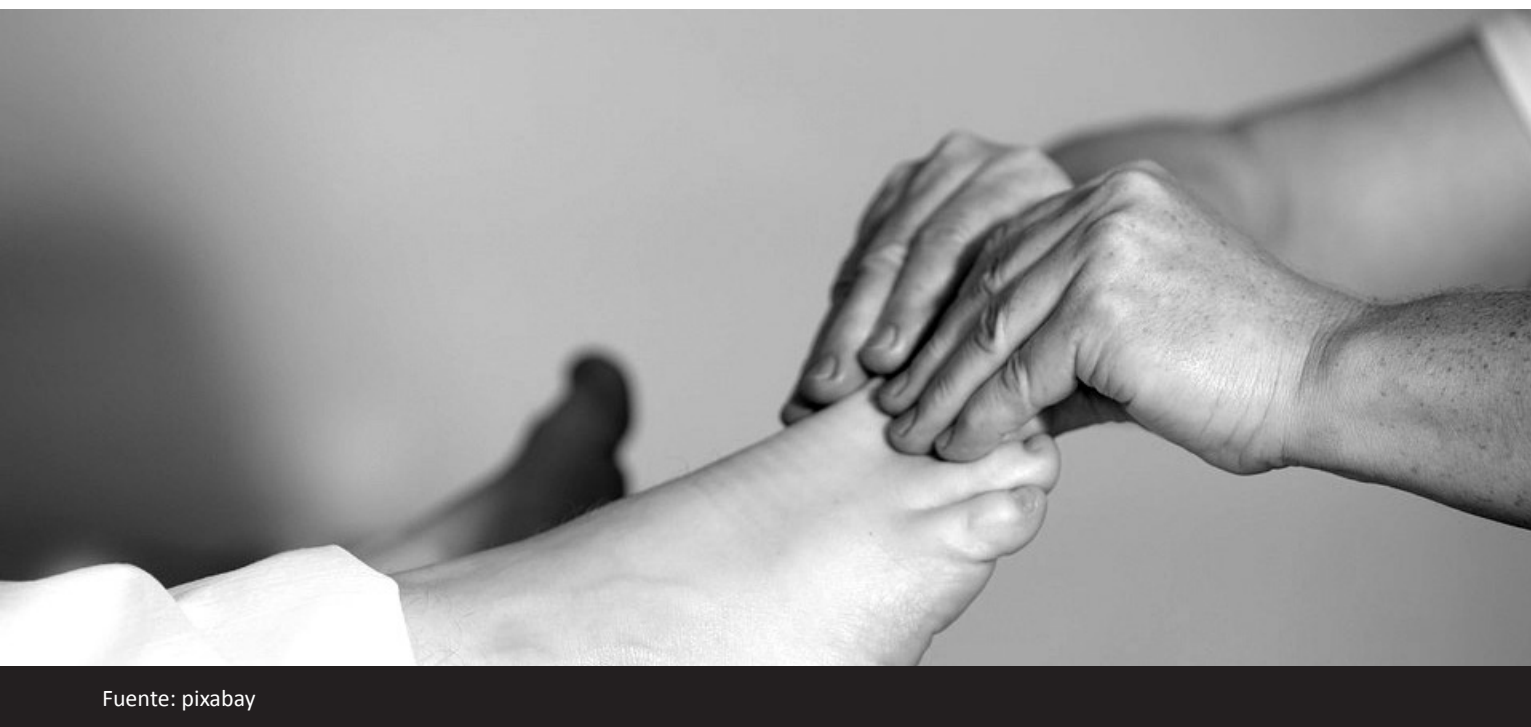
Docente del Programa de Fisioterapia
Universidad Mariana

María Isabel Aguirre

Angie Arcos

Andrea Caicedo

Estudiantes del Programa de Fisioterapia
Universidad Mariana



Fuente: pixabay

Los fisioterapeutas en la Unidad de Cuidado Intensivo (UCI) forman parte integral del equipo multidisciplinario para llevar a cabo el manejo del paciente en estado crítico, con el propósito de que la administración del tratamiento vaya encaminado a una intervención holística. Las enfermedades respiratorias siguen siendo una causa importante de morbilidad y mortalidad en la UCI y la fisioterapia respiratoria es un coadyuvante importante en el tratamiento de la mayoría de las enfermedades respiratorias. Según Stiller (2013) entre las técnicas que se utilizan, se encuentran la percusión, vibración, hiperinflación manual, tos, aspiración de secreciones, ejercicio respiratorio y físico; el beneficio de éste último, incluye reducir la estancia en la UCI, mejoría en la fuerza y en la funcionalidad. Con la fisioterapia respiratoria se busca promover el retiro de la ventilación mecánica y reducir los reintegros.

Es importante tener en cuenta que el papel preciso que los fisioterapeutas desempeñan en la UCI difiere significativamente

de una unidad a otra, dependiendo de factores como el país en el que se encuentra la unidad de cuidados intensivos, la tradición local, la dotación de personal, formación y experiencia. Por ejemplo, en Europa y Australia la fisioterapia incluye tanto la rehabilitación física como la respiratoria. En Australia y Nueva Zelanda tienen asignado modalidades de tratamientos divididas en dos categorías, así la terapia física y la respiratoria son realizadas únicamente por el fisioterapeuta, sin embargo, en América del Norte, la terapia física la ejerce el fisioterapeuta y de la terapia respiratoria se encuentra a cargo del terapeuta respiratorio.

En Suecia, los países bajos, Suiza y Austria, los fisioterapeutas no participan en el retiro de la ventilación mecánica, mientras que más del 50% de los fisioterapeutas en Bélgica y Portugal participan de forma rutinaria en el retiro de la ventilación (Malone, Ridgeway y Nordon, 2015). Según la formación académica recibida por el proceso de cambio de modalidad y retiro del soporte ventilatorio, es competencia del fisioterapeuta, especialmente si participa de

forma permanente en la toma de decisiones clínicas dentro del tratamiento del paciente junto con el equipo transdisciplinario, lo que le garantiza un seguimiento acorde con las situaciones específicas y cambiantes de cada individuo.

En América del Norte la práctica habitual a menudo no incluye el proceso de evaluación previa a realizar el tratamiento, en comparación con Australia donde la mayoría de las UCI tienen implementado un sistema de evaluación rutinario; el desempeño del fisioterapeuta en el país anteriormente mencionado es autónomo, ya que opera bajo un sistema de evaluación, administración y selección de tratamiento adecuado a cada paciente. Se evidencia que en algunos países, la selección del tratamiento se puede realizar por otros miembros del equipo multidisciplinario es decir que el fisioterapeuta ejecuta su plan de tratamiento bajo dirección del médico (Skinner, Haines, Warrillow, Harrold y Denehy, 2015).

Actualmente en Colombia, según Wilches y Casas (2014), la fisioterapia en las unidades de cuidado intensivo (UCI) se dirige a los pacientes que presentan deficiencias en cualquiera de los sistemas (cardiovascular, pulmonar, neurológico, osteomuscular y tegumentario) o con algún factor de riesgo para adquirir dicha deficiencia con el fin de prevenir las complicaciones por inmovilidad, promoviendo la movilidad temprana, restableciendo la funcionalidad (Stillier, 2013). Sin embargo, a pesar de la clara definición de funciones del fisioterapeuta expresada por Wilches y Casas, según Gordillo refiere que en Colombia se desconoce el rol exacto del fisioterapeuta en UCI, debido a la falta de documentación que permitan identificar el estado actual de la fisioterapia en las unidades de cuidado crítico, y por esta razón, la profesión seguirá evolucionando al igual que la sociedad, sin generar ni demostrar el impacto y la necesidad que representa el fisioterapeuta dentro de las unidades de cuidado crítico en la ciudad de Bogotá (Malone et al., 2015).

Cerón et al. (s.f.) en su artículo refiere que utilizó una metodología de evaluación en las unidades de cuidado crítico que incluyeron categorías del APTA como: integridad y movilidad articular, rango de movimiento articular, desempeño muscular, flexibilidad y tónico tanto al inicio como al final de la intervención; la propuesta anteriormente mencionada es de vital importancia y debería regir el quehacer del fisioterapeuta e implementarse dentro de las unidades de cuidado crítico como un método objetivo de intervención estandarizada, con el fin de obtener unos resultados medibles que permitan realizar una adecuada intervención individualizada, según las necesidades de cada usuario, para evitar el progreso de las complicaciones por el desacondicionamiento físico y con ello, reducir el tiempo de su estancia en la UCI.

Desde la experiencia en la práctica en la unidad de cuidado intensivo adulto (UCI-A), realizada en el Hospital Universitario Departamental de Nariño (HUDN), se observa que cada terapia es realizada por el profesional especializado, es decir, tanto la terapia física y respiratoria es segmentada debido a que la

terapia respiratoria es llevada a cabo por un fisioterapeuta especialista en cuidado crítico o entrenado en dicha especialidad, quien se encuentra en la unidad de cuidado intensivo de forma permanente; mientras la terapia física es realizada por un fisioterapeuta externo a la unidad, pero perteneciente al hospital, quien no participa de la revista médica ni de las decisiones clínicas tomadas por el equipo multidisciplinario, lo que genera una intervención basada en la indicación médica en contra de la autonomía que confiere la Ley 528 de 1999, por la que se rige el ejercicio de la profesión de la fisioterapia en Colombia.

Evidentemente, entendiendo el objeto de estudio de la fisioterapia y la importancia de su rol en el proceso de recuperación del paciente crítico, desde nuestro punto de vista, en la unidad de cuidado crítico se requiere la permanencia de un equipo de fisioterapeutas que aborden de forma integral al individuo, interviniendo tanto el componente respiratorio como el proceso de rehabilitación física, de tal forma que, dentro de los objetivos del equipo médico se evidencie la progresión clínica en términos del movimiento corporal humano.

Por lo tanto, la participación en la toma de decisiones y el planteamiento de metas acordes con la evolución clínica del individuo, por parte del fisioterapeuta de forma conjunta con el grupo de profesionales de la salud, es el único camino efectivo que llevará a la percepción del impacto que tiene el fisioterapeuta en la recuperación del paciente crítico.

Referencias

- Gordillo, E. y López, P. (2011). Caracterización profesional del fisioterapeuta en unidad de cuidado crítico en Bogotá. *Movimiento científico*, 5(1), 25-40.
- Malone, D. Ridgeway, K. y Nordon, A. (2015). Physical Therapist Practice in the Intensive Care Unit: Results of a National Survey. *Phys Ther*, 95(10), 1335-1344.
- Skinner, E. Haines, K. Warrillow, S. Harrold, M. Denehy, L. (2015). La fisioterapia habitual en la atención durante la hospitalización aguda en sujetos ingresados a UCI: un estudio de cohorte observacional.
- Stillier, K. (2013). Physiotherapy in Intensive Care: An Updated Systematic Review. *Chest*, 144(3), 825-847. Recuperado de <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S001236921360598X>
- Wilches, E. y Casas, I. (2014). Diseño de indicadores para el cuidado respiratorio y movilización temprana en una unidad de cuidado intensivo. *Rev Cienc Salud*, 12(1).

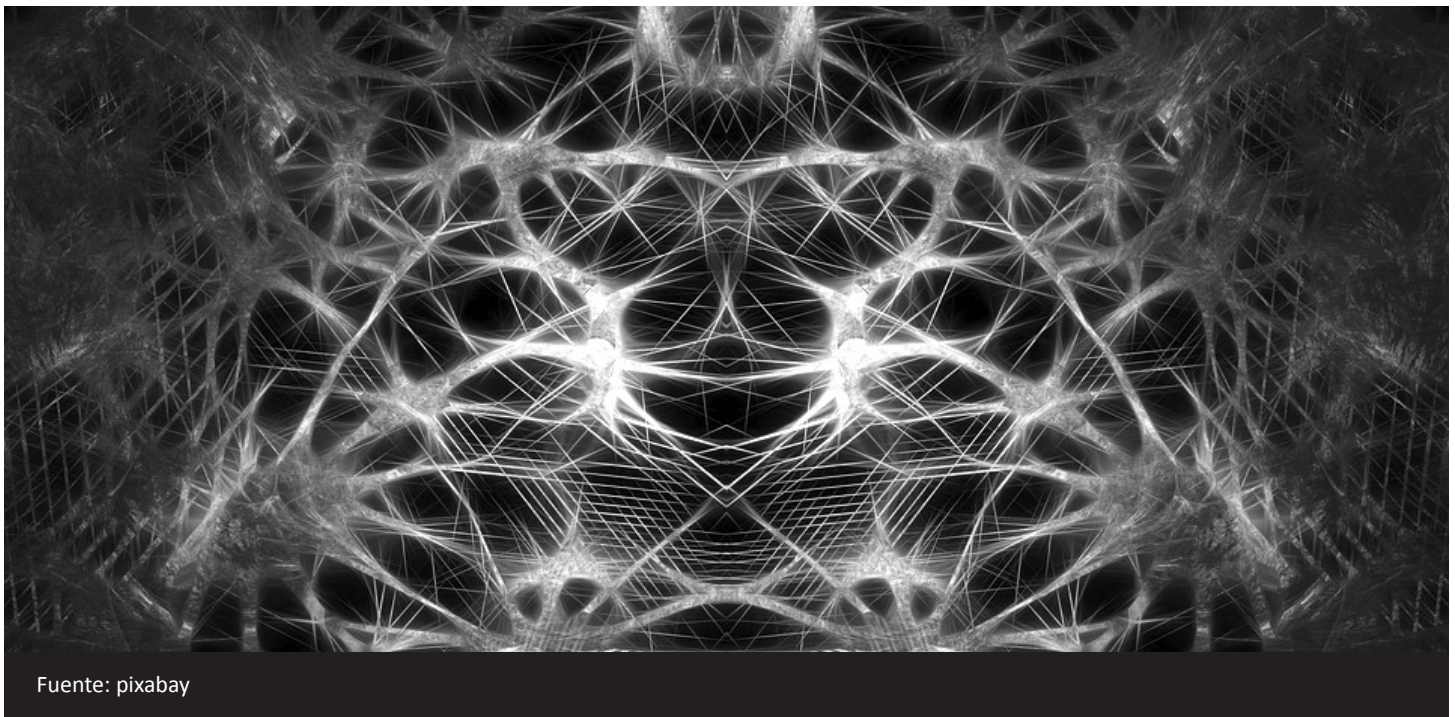
Práctica neurorehabilitación paciente adulto, bajo el modelo de la Asociación Americana de Fisioterapia

Nathalia Moreno Bacca

Docente del Programa de Fisioterapia
Universidad Mariana

Estudiantes rotación Neurorehabilitación Adulto

Segundo semestre 2016
Universidad Mariana



Fuente: pixabay

La práctica formativa de neurorehabilitación en paciente adulto, realizada por los estudiantes del programa de Fisioterapia de la Universidad Mariana en el Hospital Universitario Departamental de Nariño, se lleva a cabo mediante la aplicación de la guía de la Asociación Americana de Fisioterapia (APTA) y la Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y la Salud (CIF), cumpliendo con el modelo biopsicosocial.

El modelo biopsicosocial refleja las interacciones dinámicas entre las condiciones de salud, el funcionamiento, entorno, los factores medio ambientales y personales que influyen en la salud y el bienestar de un individuo, incluyendo el estado de salud de una persona que está determinada por la interacción de la situación de la persona en los aspectos biológicos, psicológicos y sociales. La CIF proporciona un medio no sólo para describir los estados de enfermedad y discapacidad, sino para clasificar los componentes y la magnitud del nivel de salud.

El manejo de la guía APTA versión 3.0, se basa en que la práctica de un fisioterapeuta incorpora los componentes de práctica basada en la evidencia (EBP), integrando pruebas de investigación mejor disponible, la experiencia clínica, valores de paciente/cliente y circunstancias en decisiones en cuanto a servicios para la dirección de práctica de pacientes y la política de salud.

Esta guía se basa en tres conceptos fundamentales, el primero es el modelo de discapacidad, el segundo la práctica fisioterapéutica orientada a las necesidades del paciente, teniendo en cuenta su entorno y condición, por medio de la intervención, asesoría profesional, actividades de promoción y prevención para el bienestar y la condición física; finalmente, el tercer concepto es el modelo de atención, que contempla los cinco elementos esenciales del manejo del paciente/cliente, los cuales son: examen, evaluación, diagnóstico, pronóstico e intervención.

En el proceso de examen se tiene en cuenta los pasos sugeridos por el modelo APTA: abordando revisión de historia clínica, exploración general, conocida como revisión por sistemas (screening) y aplicación de test y medidas específicas, encaminadas a identificar la alteración que el paciente presenta.

Como primer paso se realiza una revisión minuciosa de la historia clínica, donde se recolectan datos como: motivo de consulta, enfermedad actual, cronología de la patología, inspección de cada uno de los exámenes complementarios que se han realizado durante la estancia hospitalaria, prestándole especial atención al tac cerebral, resonancias magnética cerebral, doppler carotideo, ecocardiograma, paraclínicos y medicamentos.

Posteriormente, se da el primer contacto con el paciente y sus familiares, donde se identifica la información demográfica, historia social, empleo o trabajo, entorno de vida, estado general de salud, hábitos de vida saludables, historia familiar, antecedentes (patológico, quirúrgico, hospitalario, traumatológico, toxicológico, entre otros), estado funcional y nivel de actividad física, para conocer en mayor profundidad, la actividad y participación del paciente. Se continúa con un examen rápido (screening), que consiste en un análisis de cada uno de los sistemas: cardiovascular, musculo esquelético, neuromuscular y tegumentario, identificando las principales alteraciones, el cual permite identificar cómo se encuentra el paciente y permite tomar la decisión en la apertura o el cierre de las categorías a examinar con su respectivo test y medida.

Después de establecer los sistemas afectados, se inicia la aplicación de test y medidas, mediante escalas y test validados, que son aplicados por cada una de las categorías que sean propicias en el examen, según el estado de conciencia y la funcionalidad que tenga el paciente; con el fin de determinar los hallazgos clínicos de una manera objetiva, que permiten delimitar la afectación de funciones corporales, estructuras corporales, actividad participación y factores medioambientales; siendo estos los componentes básicos para realizar el diagnóstico desde la CIF.

Lo anterior permite establecer un pronóstico fisioterapéutico, el cual parte del potencial de rehabilitación, donde se hace la identificación de lo positivo que tiene el paciente en las diferentes áreas. Dentro de la esfera física, el buen funcionamiento de los sistemas corporales, esfera funcional: se mira el estado de dependencia de la persona, esfera psicológica: se tienen en cuenta los aspectos emocionales, esfera cognitiva: se observan el estado de conciencia y las funciones mentales superiores que se encuentran indemnes y la esfera social: donde se identifica las redes de apoyo con las que cuenta el paciente para su rehabilitación. El pronóstico se define a corto plazo, si es bueno, regular o malo, dependiendo del potencial de rehabilitación, y se basa en la mayor funcionalidad que puede tener el paciente neurológico.

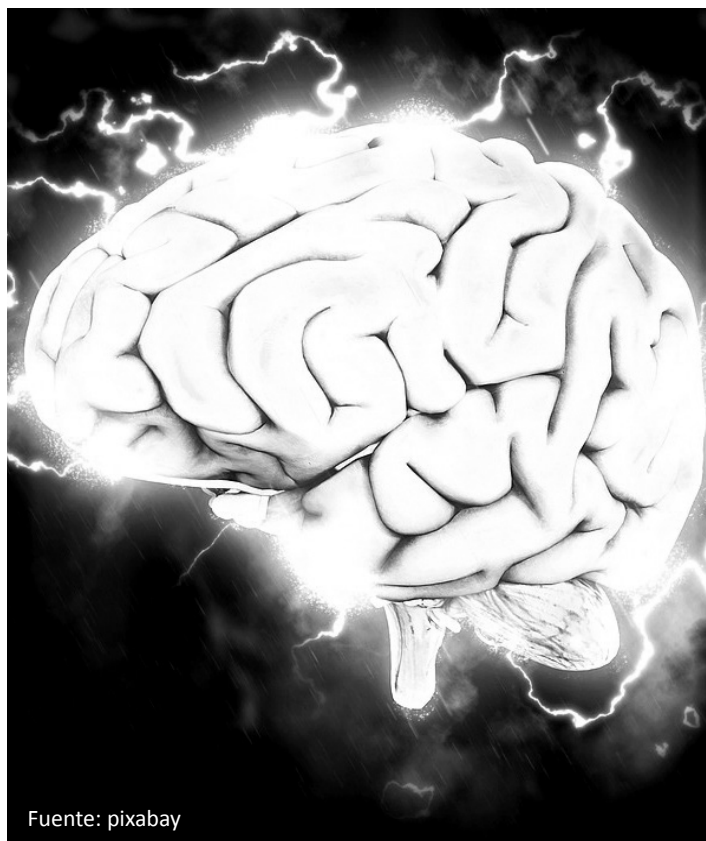
Después de este proceso, se propone un plan de intervención basado en las necesidades y afectaciones que se encontró en el paciente, que es revisado por la docente asesora, dando aval para que se lleve a cabo el plan de ejecución, generando beneficios en la rehabilitación intrahospitalaria con un tratamiento individualizado, con un tiempo de 45 minutos a una hora.

Se incluye la elaboración de un plan casero con ejercicios encaminados a mejorar la funcionalidad, el cual se puede realizar a nivel intrahospitalario o en casa, en el que interviene el paciente y el familiar. La colaboración y la concientización de los familiares frente a la importancia en los procesos de intervención que tiene la rehabilitación intra y extrahospitalaria; de esta manera, se resalta que es fundamental el reconocimiento de las redes de apoyo y de las condiciones no solo biológicas, sino también psicológicas y sociales del paciente que son determinantes de los resultados que se obtengan del proceso de rehabilitación. El conocer los factores biopsicosociales del paciente, ayuda a que el proceso de intervención sea más específico y acorde a las necesidades del paciente.

Bibliografía

American Physical Therapy Association. (2015). *Physical Therapist Practice*. Alexandria Virginia, EE.UU: American Physical Therapy Association.

Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud. (2001). (1st ed.). Madrid, España.



Fuente: pixabay

Rol del Fisioterapeuta en la Unidad de Especialidades Quirúrgicas

(intervención fisioterapéutica musculoesquelética y tegumentaria en el usuario adulto hospitalizado) - Hospital Universitario Departamental de Nariño

Mónica Carolina Delgado Molina

Docente Programa de Fisioterapia
Universidad Mariana

El trabajo en clínica realizado desde el Programa de Fisioterapia, en el área de bajo el nombre de intervención fisioterapéutica, musculoesquelética y tegumentaria en el paciente adulto hospitalizado, que se lleva a cabo en el Hospital Universitario Departamental de Nariño, ha sido una experiencia significativa, pues son los estudiantes que cursan práctica formativa I, bajo supervisión del docente encargado, quienes tienen la posibilidad y oportunidad de tener un acercamiento al usuario para realizar procesos de examen, evaluación, diagnóstico, pronóstico e intervención, fundamentados en el modelo de atención de la APTA (Asociación Americana de Fisioterapia) y la CIF (Clasificación Internacional del Funcionamiento, de la Discapacidad y de la salud), acogidos por el Programa de Fisioterapia, los cuales facilitan la adquisición de nuevo conocimiento y el uso de la metodología fundamentada en el constructivismo, para crear y usar estrategias de atención, teniendo como referente las guías de atención basadas en la evidencia clínica.

El Hospital Universitario Departamental de Nariño, al ser un Hospital de tercer nivel, cuenta con el personal y escenarios de atención idóneos para el aprendizaje de los estudiantes, es así como el enfoque constructivista que hace parte del modelo pedagógico de nuestra institución, permite el desarrollo de competencias en los estudiantes, garantizando a los usuarios que ingresan al servicio de especialidades quirúrgicas del hospital, una atención idónea, apoyando de esta manera el trabajo del equipo interdisciplinar para facilitar los procesos de recuperación y restablecimiento de la salud de los usuarios. Es así como dentro de las lesiones de mayor ingreso en esta unidad, se encuentran las fracturas de miembro inferior (fracturas de cadera, fémur, tibia, fibula y fracturas de pie), en menor medida las fracturas de miembro superior y columna vertebral, lesiones que están relacionadas con una alta tasa de accidentes de tránsito cuyos “factores de riesgo clave son: conducir en estado de embriaguez, alta velocidad, no uso de elementos de protección como casco y cinturón de seguridad” (OMS, 2016).

En la misma estancia Colombia vive actualmente una rápida transformación demográfica como lo demuestran estudios y estadísticas al respecto. En referencia, “el incremento de adultos mayores en los últimos años ha sido considerable” (MINSALUD, 2012), es por tal razón que, esta población es una de las que más ingresa al servicio en mención, siendo las mujeres las que

registran un mayor acceso al servicio, ello relacionado con la presencia de patologías como la osteoporosis, artrosis de cadera y rodilla que requieren de reemplazos parciales o totales. Según los autores Ardila y Carmona:

En Colombia, se estima que actualmente 2.609.858 y 1.423.559 mujeres de 50 años viven con osteopenia y osteoporosis, respectivamente, con un incremento significativo para el año 2050, de los cuales 8.000 a 10.000 resultan en fracturas de cadera por año y aproximadamente el 90% de estas fracturas de cadera son tratadas quirúrgicamente. (Carmona, 1999, s.p.).

Lo anterior demuestra que el acercamiento de los estudiantes de Fisioterapia a este tipo de población es muy productivo, pues conocen el manejo quirúrgico que debe recibir cada uno de los usuarios, y con ello, pueden determinar a través de un proceso detallado de examen, evaluación, diagnóstico y pronóstico, el tratamiento más oportuno que desde Fisioterapia el usuario debe recibir, esto va de la mano con las capacitaciones y retroalimentaciones dadas a diario por el docente, comprometidos con la misión del Hospital Universitario Departamental de Nariño y la misión de la Universidad Mariana. Además, los estudiantes han tenido la oportunidad de apoyar el proceso de capacitación del personal de enfermería en temáticas como la movilización, transferencias y transiciones del paciente, impartidas en los diferentes servicios del hospital, evitando así los riesgos ergonómicos a que se ven expuestos; de esta manera, se demuestra que la experiencia es muy productiva y enriquecedora, lo que permite contribuir con la formación humano – cristiana que caracteriza a los estudiantes y egresados de la Universidad Mariana.

Bibliografía

- Carmona, F. (1999). *Osteoporosis en Santa fe de Bogotá*. Santa Fe de Bogotá. INS.
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2012). *Sistema Nacional de Estudios y Encuestas Poblacionales para la Salud*. (2013a ed.). Bogotá.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2016). Recuperado de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs358/es/>

Relación entre las habilidades de interacción social y los factores de riesgo ocupacionales en el desempeño laboral de los docentes de básica primaria en una institución de Pasto

Nathaly Vanessa Bastidas Jurado

Jully Dayam Narváez Benavides

Paula Andrea Rodríguez Paredes

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional

Universidad Mariana

Diana Cristina Lourido Jurado

Asesora y docente del Programa de Terapia Ocupacional

Universidad Mariana

Resumen

Docencia, profesión donde ejercen en mayor porcentaje mujeres, para autores como Jordi Martí, forman a futuras generaciones y recae en ellas gran parte de la labor “educar en igualdad”. Cabe destacar que la población docente está expuesta a diferentes factores de riesgo ocupacionales en su contexto laboral, uno de ellos, la comunidad estudiantil; quienes presentan dificultades emocionales a causa de la crisis social actual; siendo el profesor el principal agente socializador del niño, acumula problemas de difícil manejo si no cuenta con adecuadas habilidades de interacción social; este riesgo se encuentra según la GTC-45 dentro de la clasificación de riesgos psicosociales. Otros riesgos son: físico, psicosocial, biológico y biomecánico, que también pueden requerir de dichas habilidades. Con este artículo se contribuye a la sociedad educativa con el estudio de la relación entre salud mental/trabajo en el ámbito educativo y cómo este repercute en el desempeño laboral de los docentes.

Palabras claves: desempeño, docentes, entorno, factores de riesgo, ocupacional, riesgo, Terapia Ocupacional.

Introducción

Las autoras aportan a la sociedad educativa con el estudio de la relación entre salud mental trabajo en el ámbito educativo y cómo esta repercute en el desempeño laboral. En el artículo “Aproximación al Estado de Salud Mental del Profesorado en 12 Escuelas de Puente Alto Santiago de Chile” (Claro y Bedregal, 2003), estiman que es importante estudiar el estado de salud mental en el caso de quienes tienen la responsabilidad de cuidar a los niños, puesto que la relación entre los profesores y sus alumnos, por las características mínimas de ella y el prolongado tiempo durante el cual sucede, ejerce una influencia determinante en la vida de estos últimos. Entonces, se hace necesario ocuparse de la salud mental de los profesores en vista del bienestar de ellos mismos y, a su vez, del sano desarrollo de los niños; más aún cuando por medio de este artículo se afirma la relación. Esto se logró en primer lugar describiendo a la población desde características sociodemográficas

y ocupacionales; después se indagó e identificó los factores de riesgo, en el contexto y entorno escolar en el que se desempeñan los docentes. Seguidamente, se estableció el nivel de competencia en habilidades de interacción social dentro las capacidades de desempeño de los educadores, con el fin de interpretar la variabilidad de las habilidades de interacción social en los docentes, de acuerdo a las variables en habituación y factores de riesgo ocupacional en el contexto y/o entorno de la institución educativa. Finalmente, se pudo interpretar la variabilidad de las habilidades de interacción social en los docentes de acuerdo a las variables en habituación y factores de riesgo ocupacional en el contexto de la institución, y determinar la relación entre las habilidades de interacción social y los factores de riesgo ocupacionales en el desempeño laboral de los docentes de básica primaria de la Institución Educativa Municipal Mercedario Sede Principal de Pasto, mediante un análisis desde el Modelo de la Ocupación Humana (MOHO).

Método

Se trata de un estudio integrativo Hernández, Fernández y Baptista (2006), en el que dos enfoques metodológicos fueron integrados sistemáticamente, uno cualitativo con el análisis de las hojas de vida de los docentes con categorías deductivas previamente planteadas, haciendo seguimiento a categorías o ítems detallados más adelante, mientras que el componente cuantitativo se representó por la descripción estadística simple a nivel sociodemográfico de la población, y además, una escala que evalúa las habilidades de interacción social por observación creada por las autoras y una escala con la valoración del ambiente de trabajo WEIS 2.0 con un componente cuantitativo. El estudio se realizó con la población de docentes de la Institución Educativa Municipal Mercedario Sede Principal de Pasto, que consta de 13 docentes en el nivel de primaria, siendo una población tan reducida, se consideró pertinente el tomarla toda como muestra, es decir que, los 13 docentes fueron parte de la muestra de este artículo.

La recolección de datos sociodemográficos involucró ítems como: género, edad, tiempo de experiencia laboral y tiempo de trabajo

en la institución, estos dos últimos expuestos en meses, lo cual implica un análisis cuantitativo y además ítems cualitativos como áreas de especialización y escalafones, que expresan una característica o modalidad. La valoración del ambiente en el trabajo se realizó con el fin de identificar los factores de riesgo en el contexto y entorno escolar en el que se desempeñan los docentes por medio de la Escala de Impacto Ambiental para el Trabajo (WEIS 2.0) de acuerdo a una puntuación de 1 a 4, de igual manera, íntegra comentarios de carácter cualitativos como percepciones individuales de las características del ambiente. Las autoras diseñaron una escala por observación, donde están inmersos diferentes comportamientos esperados en el ser humano, con el fin

de identificar los cambios existentes durante el desempeño de la actividad laboral; esta evaluación es carácter cuantitativa.

Resultados

Procesamiento de Información: para describir a la población desde características sociodemográficas y ocupacionales, como la habituación en el desempeño de los docentes, se solicitó a los directivos de la institución permitir la revisión de las respectivas hojas de vida de los docentes; antes claro está, se entregó y diligenció por cada docente el respectivo consentimiento informado.

Análisis e interpretación de información

Tabla 1. Datos sociodemográficos

CODIGO	FECHA DE NACIMIENTO	EDAD	GENERO	TIEMPO DE EXPERIENCIA LABORAL EN MESES	FECHA DE INGRESO A LA INSTITUCIÓN	TIEMPO DE TRABAJO EN LA INSTITUCIÓN EN MESES	HORARIO LABORAL	AREAS DE ESPECIALIZACION	ESCALAFÓN
HV01	22/01/1954	62	FEMENINO	467 MESES	02/12/2002	173 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic.comercio y contaduria. Docencia niversitaria. Mg. Administracion educativa	14
HV02	22/08/1955	61	FEMENINO	264 MESES	16/02/2001	183 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic.preescolar y promocion de la familia. Docencia de la matematica.computacion para la docencia	14
HV03	26/03/1962	54	FEMENINO	344 MESES	23/03/2004	146 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic.educacion pprimaria-docencia univversitaria, estudios en inteligencia emocional y desarrollo del pensamiento, gerencia de la educacion.	14
HV04	23/10/1959	57	FEMENINO	396 MESES	08/09/1998	224 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	preescolar y promocion de la familia,desarrollo humano, pedagogia	14
HV05	08/01/1956	60	FEMENINO	461 MESES	25/02/2013	39 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic.educacion primaria, esp. Pedagogica de la	13
HV06	25/12/1964	52	FEMENINO	290 MESES	13/02/2015	15 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	tecnologo en educacion fisica,li.educacion fisica,esp. Computacion para la docencia	14
HV07	12/10/1966	50	FEMENINO	225 MESES	21/01/2003	160 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic.educacion primaria, esp. Orientacion educativa, esp. Gerencia informatica	14
HV08	04/12/1958	58	FEMENINO	346 MESES	03/05/2011	60 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic. Esp. Esp.	14
HV09	08/03/1959	57	FEMENINO	430 MESES	16/09/1986	368 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	li. Filosofia y etras, esp. Docencia del español	14
HV10	18/11/1954	62	FEMENINO	444 MESES	21/09/2009	92 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic. Educacion primaria, esp. Orientacion educativa y desarrollo humano	14
HV11	02/09/1953	63	MASCULINO	491 MESES	21/08/1984	393 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	maestro	8
HV12	20/10/1969	47	FEMENINO	247 MESES	22/01/2013	40 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic. Ingles frances; esp. Traduccion ingles-español	2A
HV13	07/10/1956	60	FEMENINO	371 MESES	06/09/2007	116 MESES	1:00 PMA 7:30 PM	lic. Biología y química, am. Química; esp. Administracion educativa	14

De lo anterior se puede analizar qué:

Tabla 2. Distribución de docentes por género

Género	Frecuencias
Masculino	1
Femenino	12
Total	13

En la Tabla 2 se observa que, el género predominante en la población es el femenino con un total de 12 mujeres docentes, lo que constituye un dato que ratifica el predominio de población femenina en la ocupación docente, así como lo afirma Martí (2015), pues los profesores de género masculino se inclinan por enseñar en el nivel de educación media, mientras que las docentes se inclinan por enseñar en primaria; respecto al modelo de la ocupación humana, las investigadoras interpretan que al considerarse necesaria para el desarrollo de esta ocupación un encausamiento hacia el cuidado y orientación de otros, además del interés por procesos de aprendizaje en lo informal y formal, así como el valorar la supervisión de personas más jóvenes o su enseñanza, características que en la historia han sido adjudicadas dentro de los roles ocupacionales asumidos por las mujeres, hacen que la profesión de profesor sea en épocas pasadas como las correspondientes a las que estos docentes iniciaron su profesión, de mayor predominio y preferencia en el género femenino.

Tabla 3. Distribución de docentes por experiencia laboral en meses

Rango de experiencia laboral en meses	Cantidad
144- 204	1
205-264	2
265- 324	1
325- 384	3
385- 444	3
445- 504	3
Total	13

Según datos de la Tabla 3 que corresponden a la revisión de hojas de vida de los docentes, cuentan con experiencia laboral mínima de 144 meses (12 años) y máxima de 491 meses (40 años), en donde la mayoría de docentes cuenta con una experiencia laboral entre 325 – 491 meses (27 a 40 años).

Lo anterior es consistente con la información obtenida respecto a la edad, en tanto se observa que esta población de docentes inició en su juventud la vocación de educar, encontrando, que la mayoría de la población se ha desempeñado el tiempo suficiente como docentes para ser considerados expertos o personal anti-guo en este cargo.

Factores de riesgo, en el contexto y entorno escolar en el que se desempeñan los docentes

Tabla 4. Resultados WEIS 2.0

Código	Preguntas				
	Demanda de tiempo	Demanda de la tarea	Atracción por las tareas laborales	Horario de trabajo	Interacción entre compañeros
HV01	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo
HV02	Apoyo	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial
HV03	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Interfiere	Apoyo
HV04	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial
HV05	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial
HV06	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo
HV07	Interfiere	Interfiere	Interfiere	Interfiere	Interfiere
HV08	Interfiere	Apoyo	Apoyo sustancial	Interfiere	Apoyo sustancial
HV09	Apoyo	Apoyo	Apoyo sustancial	Interfiere	Apoyo sustancial
HV10	Apoyo	Interfiere	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial
HV11	Interfiere	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial
HV12	Interfiere	Apoyo	Apoyo sustancial	Interfiere	Apoyo sustancial
HV13	Interfiere	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial

Código	Preguntas					
	Pertenencia a un grupo de trabajo	Interacción supervisor	Estándares de rol laboral	Estilo de rol laboral	Interacción con otros	Gratificaciones
HV01	Interfiere sustancialmente	Interfiere sustancialmente	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo
HV02	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo	Apoyo	Apoyo	Apoyo sustancial
HV03	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo
HV04	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial
HV05	Interfiere sustancialmente	Interfiere	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo
HV06	Interfiere sustancialmente	Interfiere sustancialmente	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo
HV07	Interfiere	Interfiere	Interfiere	Interfiere	Interfiere	Interfiere
HV08	Interfiere	Interfiere	Apoyo	Interfiere	Apoyo	Interfiere
HV09	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo	Apoyo	Apoyo	Apoyo sustancial
HV10	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial	Interfiere	Interfiere	Interfiere
HV11	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo
HV12	Interfiere	Interfiere	Apoyo	Apoyo	Apoyo	Interfiere
HV13	Apoyo sustancial	Apoyo	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial	Apoyo sustancial

Tabla 5. Clasificación de los riesgos

Psicosocial		Condiciones de seguridad		Físico		Químicos		Biomecánicos	
Gestión organizacional (estilo de mando, pago, contratación, participación, inducción y capacitación, bienestar social, evaluación del desempeño, manejo de cambios)	6	Públicos (Robos, atracos, asaltos, atentados, desorden público, etc.)	4	Ruido (impacto intermitente y continuo)	4	gases y vapores	2		
Condiciones de la tarea (carga mental, contenido de la tarea, demandas emocionales, sistemas de control, definición de roles, monotonía, etc.).	4			Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	2			postura (prolongada, mantenida)	1
Características de la organización del trabajo (comunicación, tecnología, organización del trabajo, demandas cualitativas y cuantitativas de la labor)	11	Locativo (almacenamiento, superficies de trabajo (irregularidades, deslizantes, con diferencia del nivel) condiciones de orden y aseo,	12	Temperaturas extremas (calor y frío)	3	humos metálicos	2		

Tabla 6. Habilidades de interacción social

Habilidades de interacción social																											
Preguntas																											
Código	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	TOTAL	Clasificación
HV01	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	0	1	1	1	2	40	Intermedia
HV02	3	2	1	3	1	1	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	1	4	4	2	1	1	1	3	3	56	Intermedia
HV03	4	4	4	4	2	2	3	4	3	3	4	4	2	4	4	2	2	4	4	2	4	2	4	3	2	80	Sobresaliente
HV04	3	4	3	3	1	2	3	3	1	3	3	3	1	4	4	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	67	Alta
HV05	2	2	4	4	3	1	2	1	2	2	4	2	3	3	3	2	2	1	3	2	2	2	1	4	1	58	Intermedia
HV06	2	1	4	4	1	3	2	0	2	1	4	1	1	1	1	3	3	2	3	3	1	2	2	2	3	52	Intermedia
HV07	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	4	3	3	2	3	4	3	4	1	3	3	69	Alta
HV08	1	1	2	2	2	2	2	1	2	1	0	2	2	3	3	1	2	3	2	1	0	1	0	1	1	38	Baja
HV09	4	4	3	3	2	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	3	3	2	4	4	4	2	4	4	4	84	Sobresaliente
HV10	3	2	4	4	2	3	2	1	2	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	2	1	2	3	2	58	Intermedia
HV11	2	2	1	1	0	1	2	0	2	1	1	3	1	1	1	3	2	3	2	1	1	2	0	2	2	37	Baja
HV12	2	2	1	1	1	1	3	1	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2	4	2	1	1	0	3	2	50	Intermedia
HV13	2	2	1	1	1	2	2	1	1	3	3	3	1	3	3	3	2	2	2	2	1	1	1	2	2	47	Intermedia

Tabla 7. Habilidades de interacción social resumen

Alto	2
Intermedia	7
Baja	2
Muy bajo	0

Una vez aplicado el formato para evaluar el nivel de las habilidades de interacción social de los docentes de la Institución Educativa Municipal Mercedario de la Ciudad de Pasto, se encontró después del debido proceso de observación en competencias de habilidades de interacción social, que los docentes se ubican en mayor cantidad en clasificación intermedia, lo que significa que cuentan con habilidades necesarias para interactuar en el contexto laboral y, darle cumplimiento a las demandas exigidas en las tareas del rol laboral.

Se realiza el cruce de variables entre las habilidades de interacción social según el nivel de calificación encontrado en cada uno de los

docentes, así como los riesgos en el contexto laboral por referencia de los mismos, dándole cumplimiento al cuarto objetivo específico: interpretación de la variabilidad de las habilidades de interacción social en los docentes de acuerdo a los factores de riesgo ocupacional. A continuación, se organizaron tablas con el fin de darle un análisis al cruce de variables existentes, de la siguiente manera:

Tabla 8. Cruce de variables entre las habilidades de interacción social y riesgos ocupacionales (riesgo psicosocial).

Habilidades de interacción social	Riesgo psicosocial				No refiere
	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	
Sobresaliente			2		0
Alto					2
Intermedio	1	2	1	1	2
Bajo			1		1
Muy bajo					0
Total	1	2	4	1	5

Teniendo en cuenta el cruce de variables ente las habilidades de interacción social y el riesgo psicosocial, se evidenció mayor predominio de dicho riesgo dentro de esta comunidad, lo que puede afectar en el desempeño laboral exitoso, desencadenando tensión laboral, así como un clima de trabajo inadecuado (Moreno y Báez, 2010), ya que si se toma como referencia la habituación según el modelo de la ocupación humana se tiene que; es una preparación internalizada para mostrar patrones constantes de conducta guiados por nuestros hábitos y roles y ajustados de las características de los ambientes temporales, físicos y sociales de rutina (Kielhofner, 2002), así mismo como se ajustan las habilidades de interacción social para relacionarse con otros en el contexto laboral.

Tabla 9. *Cruce de variables entre las habilidades de interacción social y riesgos ocupacionales (riesgo condiciones de seguridad).*

Habilidades de interacción social	Condiciones de seguridad				No refiere
	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	
Sobresaliente			1	1	
Alto				1	1
Intermedio		3			4
Bajo				2	
Muy bajo					
Total	0	3	1	4	5

Del proceso de cruce e interpretación de las variables: habilidades de interacción social y el riesgo condiciones de seguridad, se obtiene que, es un riesgo bajo en esta comunidad, dicho riesgo afecta la salud y la seguridad como parte de las condiciones del ambiente de trabajo, que son aspectos primordiales y, al mismo tiempo, constituyen un componente de la seguridad social concebida como un derecho humano fundamental (Barba et al., 2014); aunque según la habituación en el modelo de la ocupación humana, el orden social tiene suficiente estabilidad para aportarnos situaciones conocidas para las cuales tenemos formas de respuesta, así como ocurre con el nivel de habilidades de interacción social que demande una determinada situación.

Tabla 10. *Cruce de variables entre las habilidades de interacción social y riesgos ocupacionales (riesgo físico).*

Habilidades de Interacción Social	Riesgo físico				No Refiere
	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	
Sobresaliente				2	
Alto					2
Intermedio				4	3
Bajo				1	1
Muy bajo					
Total				7	6

El cruce de variables entre las habilidades de interacción social y el riesgo físico considerando que este juega un papel importante en las condiciones ambientales de naturaleza física, que cuando entren en contacto con las personas pueden tener efectos nocivos sobre la salud dependiendo de su intensidad, exposición y concentración de los mismos. Ya que según Kielhofner (2002), el medio ambiente puede definirse como las características físicas y sociales particulares del contexto específico, en el cual se hace

algo que tiene impacto sobre lo que uno hace y sobre el modo que se hace.

Tabla 11. *Cruce de variables entre las habilidades de interacción social y riesgos ocupacionales (riesgo químico)*

Habilidades de interacción social	Riesgo químico				No Refiere
	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	
Sobresaliente				1	1
Alto					2
Intermedio				1	6
Bajo					2
Muy bajo					
Total				2	11

A continuación, se llevó a cabo el cruce de variables entre las habilidades de interacción social y el riesgo químico, encontrando un nivel bajo de exposición en los docentes, cabe aclarar que ellos se encuentran expuestos a un agente químico en el lugar de trabajo que implica el contacto de éste con el trabajador, normalmente, por inhalación (España, Ministerio de Empleo y Seguridad Social, 2013), en donde refieren los docentes que esto ocurre en el momento de culminar la jornada laboral, donde se observó un nivel de exigencia adaptativa de acuerdo a los ambientes temporales, así como las adecuaciones en las habilidades de interacción social para relacionarse en el contexto.

Tabla 12. *Cruce de variables entre las habilidades de interacción social y riesgos ocupacionales (riesgo Biomecánico).*

Habilidades de interacción social	Riesgo biomecánico				No Refiere
	Muy alto	Alto	Medio	Bajo	
Sobresaliente					2
Alto					2
Intermedio				1	6
Bajo					2
Muy bajo					
Total				1	12

Finalmente, el cruce de variables entre las habilidades de interacción social y el riesgo biomecánico, donde se encontró un nivel de exposición bajo en esta comunidad, ya que este riesgo puede desencadenar lesiones musculo esquelética sobre las que se precisa una modificación (Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación [ICONTEC], 2010), aunque no inmediata. Ya que según el modelo de la ocupación humana, completamos una variedad de tareas en forma automática, sin necesidad de reflexionar o planear en lo que estamos haciendo; se entiende por esto que, las posturas que los docentes adoptan, son ejecutas de manera inconsciente y pueden desencadenar fallas en las habilidades de interacción social.

Discusión

Como se menciona en la investigación realizada en la ciudad de Santiago de Cali: “Factores de Riesgo Psicosocial Intralaboral y Grado de Estrés en Docentes Universitarios”, los riesgos psicosociales son un fenómeno multifactorial que afectan tanto la salud física y mental de los trabajadores como su desempeño. Las condiciones de trabajo de los docentes a nivel intralaboral implican

largas jornadas laborales y múltiples responsabilidades académicas y administrativas que los exponen a niveles de riesgo psicosocial alto y muy altos grados de estrés (Rodríguez, Sánchez, Dorado y Ramírez, 2015). Al igual que, se encontró en la presente investigación que muestra gran similitud con relación a los riesgos psicosociales, siendo este el que presenta mayor predominio en el contexto laboral de los docentes de la Institución Educativa Municipal Mercedario de San Juan de Pasto.

Cabe mencionar que, el trabajo contribuye al bienestar social, psicológico y físico de las personas, pero ante la presencia de factores de riesgo en el ambiente laboral produce el efecto contrario, como por ejemplo problemas de salud y seguridad laboral (Puentes, Hernández y Sánchez, 2008), encontrando relación con esta investigación, ya que si no se cuenta con las capacidades adecuadas para regular las habilidades de interacción social, los docentes se verán enfrentados a desempeñar un rol que afecta en la interacción exitosa con sus interlocutores, en este caso, con sus estudiantes.

Si bien es cierto que la profesión docente se encuentra expuesta a diferentes tipos de riesgos laborales, cabe resaltar que, los hábitos incorporan maneras de hacer las cosas que tienen cierto valor en el entorno en que son desempeñadas (Kielhofner, 2002), destacando que dentro del proceso de observación en esta investigación, los docentes adoptan en su mayoría posturas correctas durante la ejecución de su rol laboral; es por esta razón que dentro de los resultados obtenidos, solamente se evidencia en una mínima cantidad la presencia del riesgo biomecánico.

Finalmente, cabe aclarar que dentro de esta investigación no fueron relevantes procesos de seguimiento en cuanto a adaptaciones y control de riesgos laborales, por el contrario, se analizó la relación entre las habilidades de interacción social y los riesgos laborales, paralelamente con el modelo de la ocupación humana, el cual ha dado un enfoque encaminado a entender las tareas que se llevan a cabo con un rol laboral.

Conclusiones

En la profesión docente se desempeñan con mayor predominio el género femenino con relación al género masculino.

Dentro del ámbito laboral se evidenciaron dificultades en el desarrollo de las habilidades de interacción social, estrechamente relacionadas con los riesgos laborales en el contexto que se desenvuelven los docentes.

Una vez realizada la interpretación de cruce de variables entre las habilidades de interacción social y los riesgos laborales, se logró evidenciar que existe un mayor predominio del riesgo psicosocial como por ejemplo, la gestión organizacional y los estilos de mando, que repercuten en el desempeño laboral exitoso.

Pese a la jornada laboral y las posturas adoptadas por los docentes, estos no manifestaron molestias osteomusculares en mayor predominio.

A mayor edad, se evidenció mejor adecuación de las habilidades de interacción social requeridas en el desempeño ocupacional, según las demandas de las tareas existentes.

El tiempo de experiencia laboral del docente, no juega un papel relevante en la adecuación de habilidades de interacción social, ni en el manejo y dominio de un grupo de estudiantes.

En la población objeto de estudio, se evidenció predominio de atracción por las tareas laborales, lo cual hace alusión a la ejecución de un rol exitoso.

Bibliografía

Barba, E., et al. (2014). *Salud y seguridad en el trabajo (SST), aportes para una cultura de la prevención*, Ministerio de Trabajo, Empleo y Seguridad Social. Argentina.

Claro, S. y Bedregal, P. (2013). Aproximación al estado de salud mental del profesorado en 12 escuelas de Puente Alto, Santiago, Chile. *Revista Médica de Chile*, 131(2). Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0034-98872003000200005&script=sci_arttext

España. Ministerio de Empleo y Seguridad Social. (2013). Guía técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con los agentes químicos presentes en los lugares de trabajo. Instituto nacional de seguridad e higiene en el trabajo. Madrid. Recuperado de http://www.insht.es/InshtWeb/Contenidos/Normativa/GuiasTecnicas/Ficheros/g_AQ.pdf

Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2006). *Metodología de la investigación*. (5ª ed.). México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.

Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación (ICONTEC). (2010). Guía para la identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en seguridad y salud ocupacional, GTC 45. Recuperado de <http://idrd.gov.co/sitio/idrd/sites/default/files/imagenes/gtc450.pdf>

Kielhofner, G. (2002). *Terapia Ocupacional modelo de ocupación humana: teoría y aplicación*. (3ª ed.). Madrid: Editorial Médica Panamericana.

Martí, J. (2015). La docencia, una profesión de mujeres. Recuperado de <http://www.xarxatic.com/la-docencia-una-profesion-de-mujeres/>

Moreno, B., y Báez, C. (2010). *Factores y riesgos psicosociales, formas, consecuencias, medidas y buenas prácticas*. Universidad Autónoma de Madrid.

Puentes, A., Hernández, V. y Sánchez, N. (2008). Factores de riesgo psicosocial en docentes de básica primaria de Tunja. Recuperado de http://www.uptc.edu.co/export/sites/default/revista_perspectiva/documentos/Factores_de_riesgo_psicosocial_en_adoloscetes_de_basica_primaria_de_Tunja.pdf

Rodríguez, E., Sánchez, J., Dorado, H. y Ramírez, J. (2015). Factores de Riesgo Psicosocial Intralaboral y Grado de Estrés en Docentes Universitarios. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 4(2), 12-17.

Encuentro de estudiantes

una estrategia para desarrollar el potencial de organización de los estudiantes de Terapia Ocupacional

Lady Johanna Portilla Portilla

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana



Figura 1. Universidad Mariana, Pasto, Nariño, Colombia, abril de 2017.

Durante la experiencia obtenida en la Universidad Mariana, como docente del programa de Terapia Ocupacional, siempre tuve cuestionamiento al elegir las estrategias de enseñanza aprendizaje apropiadas, que logren “estudiantes interesados en su rendimiento académico desarrollando, por sí mismos, eficaces estrategias de estudio, es decir que, conocen la estrategia y cuando la usan interpretan sus experiencias de estudio de una forma significativa” (Marroquín, 2013, p. 115), en el momento que se diseña el microcurrículo del espacio académico de Terapia Ocupacional en salud mental, surge la idea de un encuentro estudiantil de actualización hecho por los estudiantes para otros estudiantes, esto debido a varias causas, entre ellas, el empoderamiento que los estudiantes deben asumir, el compromiso y la responsabilidad con su formación; así mismo hacer uso de su “fuente creativa que indica el poder de razonamiento, que resulta útil para la comprensión de los contenidos académicos, que son igual de importantes” (Cala, 2016, p. 165), debido a la formación como profesionales y la adquirida con el paso del tiempo a través de los procesos de cualificación docente, surgen varias ideas como mapas mentales, conceptuales, demostraciones, preguntas guía, lectura previa y seminarios (Marroquín, 2013, p. 214) entre otras, pero la decisión es profundizada cuando se hace necesario crear hábitos de lectura, mejorar las relaciones interpersonales y hacer frente a la educación con una posición crítica y reflexiva, así pues se considera la realización de un encuentro, visto como un aprendizaje orientado a proyectos, el cual es considerado por Moruno y Talavera (2012) como:

Un método de enseñanza aprendizaje en el que los estudiantes llevan a cabo la realización de un proyecto (evento) en un tiempo determinado, mediante la planificación, diseño y realización de una serie de

actividades y todo ello a partir del desarrollo y aplicación de aprendizajes adquiridos y el uso efectivo de recursos. (p. 476).

Posterior a esta decisión, se hace revisión de las tendencias en cada área, en salud mental en los últimos años se le ha dado mayor atención al consumo de sustancias psicoactivas, debido a los estudios que indican la amplitud de una problemática de características, sociales, de salud y ocupacionales, el más reciente informe del Ministerio de la Protección Social (2013) indica que:

El uso abusivo y los indicadores de uso dependiente se encontraron en unas 484 mil personas, que estarían en condiciones de requerir algún tipo de asistencia para disminuir o dejar el consumo de drogas. De cinco personas que cumplen criterios de abuso o dependencia, cuatro son varones y una es mujer. (p. 15).

Esta problemática debe atenderse desde una visión primaria, secundaria y de rehabilitación, donde los terapeutas ocupacionales están llamados a hacer procesos de intervención individuales y comunitarios, en palabras de Callejo y Calvo (2015):

Los terapeutas ocupacionales han incorporado su actividad profesional en el ámbito de las drogodependencias desde la flexibilidad, adecuando los conocimientos de esta disciplina a las necesidades que han ido surgiendo en la evolución histórica del consumo de drogas, este observa, identifica y evalúa las capacidades funcionales y el desempeño ocupacional de los adictos para establecer procesos de atención. (p. 69).

Considerando que ya estaba definida la temática a tratar; la intervención de los terapeutas ocupacionales en el consumo de sustancias y ya estaba elegida la estrategia de enseñanza aprendizaje a través de un encuentro de actualización entre los estudiantes, era momento de ponerla en marcha y definir aquellas acciones que la llevarían a su consecución final, se establecieron las funciones de los participantes entre ellos: expositores, encargados de logística, estudiantes a cargo de responder las preguntas y diseñadores de actividades para facilitar el entendimiento y la participación, como era de esperarse en el momento que se ofrecen nuevas ideas existen diversas posiciones y opiniones, se pudo observar, desconcierto, baja apropiación y dificultades para asumir un compromiso donde la interpretación que le hayan dado a un tema debía ser transmitido a sus compañeros de semestres inferiores; de igual forma, inicia un interrogatorio habitual: ¿qué hacer si me preguntan?, ¿qué hacer si lo planeado no sale bien?, ¿profe, usted nos ayudara a exponer?, ¿cómo nos va a calificar?; este es el momento donde como docente se debe admitir que

son dudas razonables, para ellos era su primera experiencia en la organización completa de un encuentro y para el curso de Terapia Ocupacional en salud mental, también, así que las reacciones fueron tomadas de manera tranquila, pero con firmeza; la decisión estaba tomada y dejarse sorprender por los acontecimientos también era parte del aprendizaje.

Como docente fue muy interesante observar cómo la autorregulación iba apareciendo en cada uno de los estudiantes, sus rostros reflejaban un compromiso para con sus compañeros y el reto de demostrar que en un nivel de cuarto semestre, la exigencia es mayor y el estudiante debe estar preparado para asumir en el futuro su proyecto de práctica formativa; llegado a este punto como docente, es necesario hacer una organización previa, con acciones y delegación de funciones a los estudiantes, con el fin de dar mayor formalidad y sistematizar las acciones que se ejecutarían en poco tiempo; para ello, se usó como referencia el libro denominado: *Guía de intervención en drogodependencias en Terapia Ocupacio-*

nal, de Callejo y Calvo (2015), entonces:

- Se dividieron 5 grupos, designándoles capítulos del libro, los cuales se debían retroalimentar con consultas para profundizar el tema y los conocimientos adquiridos en los espacios de clase, es decir, se conjugaban varios elementos del proceso de aprendizaje.
- Entre los integrantes de los grupos se crearon varias funciones, expositores, personal de preguntas y logística, con el fin de mejorar las decisiones de grupo; esta decisión fue dejada en su totalidad para los estudiantes, entre menor influencia del docente, mayor la responsabilidad de los mismos.
- Por parte del docente se creó una rúbrica que contenía las funciones de los grupos y las características con las que se desarrollaría el trabajo de los estudiantes.

EXPOSICION Y ARGUMENTACION DEL TEMA (1,5 puntos)				
Valores	A = 0,5	B = 0,25	C = 0,0	P
1. Exposición y argumentación del tema	expone y argumenta de manera adecuada	expone parcialmente el tema y no muestra una adecuada argumentación	no expone de manera adecuada y los nervios no le permitieron entender el tema	
2. Buen tono de voz al momento de sustentar, porte y dominio, uso de muletillas	uso mínimo de muletillas, adecuado tono de voz y su postura es adecuada al momento de exponer	requiere de muletillas en momentos, está nerviosa(o) al momento de dirigirse al público y su tono de voz no es adecuado	tono de voz no adecuado, uso constante de muletillas y no se expresa bien	
3. Habla de manera adecuada, su expresión da cuenta de la profundidad del tema	cumple con el criterio	cumple parcialmente	no habla correctamente y su expresión no permitió el entendimiento del tema	
TOTAL				
RESPUESTA A PREGUNTAS DEL PUBLICO (1,5 punto)				
Valores	A = 0,5	B = 0,25	C = 0,0	P
1. Responde acertadamente	responde a la pregunta de manera acertada	responde pero no es la pregunta	no responde adecuadamente	
2. Actitud al momento de responder	Es recursivo, y asertivo al momento de responder usa un ejemplo	presenta dificultades se muestra nervioso y no se hace entender	no tiene una buena actitud	

Figura 2. Rubrica de calificación, encuentro de actualización, abril de 2017.

Quizás el proceso de evaluación sea de los aspectos más complejos debido la multiplicidad de factores que se ven inmersos, para Moreno (2012):

Las competencias no deben centrarse en el contenido de asignaturas, descuidando la enseñanza de las capacidades y habilidades cognitivas que son indispensables para aprender, incluso de las mismas que se reiteran en planes y programas de estudio, tales como: capacidad de razonamiento, capacidad de autoaprendizaje, pensamiento autónomo, pensamiento crítico, solución de problemas, creatividad, tan corriente como la formulación de estos objetivos es la constatación de su débil cumplimiento en el ámbito escolar. (p. 311).

Centrar una rúbrica para resolver todos estos aspectos no es sencillo, requiere de la profundización y reflexión sobre aquello que se hace, así mismo, delimitar de manera acorde hacia dónde se quiere llegar, cuál es el objetivo, enseñar a pensar, a ser y reflexionar.

La llegada del gran día.



Como docente a cargo del curso, los estudiantes me encomendaron una misión: escribir las palabras de apertura al encuentro estudiantil, donde habían sido invitados estudiantes de primer y segundo semestre, así como algunos docentes del programa, a quienes se debía agradecer por su cooperación y participación, el nerviosismo en el ambiente se respiraba como si el tiempo se detuviera, es de admitir que este tipo de estados, llenan de entusiasmo, los estudiantes habían logrado algo que no esperaba: ¡apropiarse y amar aquello que se construye de manera propia! Entonces considero que “es importante que hagamos nuestras

propias cosas, para que las amemos... se pide que dejen caer una o dos gotas de sudor y de trabajo, si así lo hacen el país se los agradecerá” (Lopera y Bernal, 2002 p. 227), es fascinante ver cómo estos habían organizado las actividades a realizarse ese día, se había puesto su potencial y talentos en las acciones necesarias para facilitar un conocimiento a otros, pero como en toda experiencia nueva, se presentaron algunas fallas e inconvenientes, relacionadas con el ritmo de la exposición, el dominio del tema y aquellos a quienes se les dificulta manejar públicos grandes, en la posición de docente mantener la mente abierta y cero expectativas funciona, fue más exitoso de lo que se podía esperar, fueron cuatro horas mostrando el conocimiento, la inteligencia y el método, que en palabras de Elbaum (2008) “son tres aspectos indispensables” (p. 13) en la formación de una persona en cualquier área de vida.

En estos encuentros se resalta la labor del aprendizaje con miras a la construcción de conocimiento más allá de la clase magistral, mas allá de la lectura, se habla de la comprensión, análisis e interpretación de la teoría que se materializa en exposiciones, actividades, videos, y formulación adecuada de preguntas, como docente siento que este tipo de experiencias le permitirán al estudiante mariano apreciar la profesión y aceptar la complejidad que esta conlleva, son muchos los interrogantes que surgieron, las dudas y hasta la baja aceptación de una organización como esta, pero siempre el espíritu arriesgado de los estudiantes debe trascender, es necesario permitir que ustedes sean los proveedores de conocimiento, que nos impulsen a esforzarnos para demostrar que la terapia ocupacional es más que una profesión; un estilo de vida.

Figura 4. Palabras de apertura, encuentro estudiantil, abril 2017.

Reflexiones del proceso



Figura 5. Universidad Mariana, Pasto, Nariño Colombia, Encuentro estudiantil, abril de 2017.

La educación superior debe ser ese vínculo entre lo que somos y aquello que seremos, parte de una preposición de que “la educación superior como un concepto tiene su fundamento en la necesidad de construir, para el hombre y la sociedad, la capacidad de creación –la capacidad de transformación – elemento primordial para el progreso” (Congreso Nacional de Educación Superior, 1999, p. 523); en definitiva, la transformación no es un camino sencillo, requiere de un sin número de competencias, aciertos y fracasos, pero con la garantía que al desarrollarlas será posible resolver problemáticas que enfrente la sociedad y aportar considerablemente a los cambios en las comunidades de las que hagan parte; esto nos lleva a decir que hacen falta más estrategias como éstas para estimular la motivación, el trabajo en equipo y la creatividad necesaria en los profesionales para que tengan éxito y prestigio en el cumplimiento de sus funciones.

Para la disciplina de Terapia Ocupacional, “la WFOT considera que los docentes deben tomar mayor conciencia sobre la necesidad de lograr resultados del aprendizaje que tengan relación con las competencias específicas requeridas para la práctica” (Moruno y Talavera, 2012 p. 474); lo dicho hasta aquí, supone que a través de

esta estrategia de enseñanza aprendizaje fue posible desarrollar varias competencias, atributos que el estudiante debe tener para afrontar en el futuro, los retos, tener una mejor actitud y responsabilidades sobre aquello que se desea aprender, dejando de lado que esta es solo una función exclusiva del docente, sino algo que compete a todos los actores inmersos en el proceso formativo. La regulación del que hacer, como ejecutar procesos y mantener a todos motivados no es tarea fácil, pero es posible, “las competencias se inician de manera individual, al margen de los lineamientos institucionales, identificar a donde queremos llegar, como y cuando ejecutar aquello que se ha aprendido” (Moreno, 2012 p. 31), hay que mencionar que esta estrategia permitió ver desarrollado el potencial de los estudiantes, sus capacidades de liderazgo y, la autorregulación para entender sus responsabilidades para sí mismo y para sus compañeros, no está de más mencionar que el evento fue todo un éxito, ellos aprendieron a través de la experiencia y como docente se aprende a motivar, responder con asertividad y tener claridad acerca de aquello que queremos lograr.



Figura 6. Estudiantes asistentes al evento, Universidad Mariana, Pasto, Nariño, abril de 2017.

Bibliografía

- Cala, I. (2016). *El analfabeto emocional*. Buenos Aires, Argentina: V&R Editoras.
- Callejo, J. y Calvo, M. (2015). *Guía de intervención en drogodependencias en Terapia Ocupacional*. Barcelona, España: Editorial Síntesis.
- Elbaum, M. (2008). *Hombre rico, Hombre pobre*. Colombia: Grupo Editorial Planeta.
- Henao, M. y Isaza, F. (1999). *Memorias Congreso nacional de educación superior, políticas públicas y educación*. Barranquilla, Colombia: Soluciones del Magisterio.
- Lopera, J. y Bernal, M. (2002). *La culpa es de la Vaca*. Bogotá, Colombia: Editorial Intermedio.
- Marroquín, M. (2013). *Docentes estratégicos forman estudiantes estratégicos (una propuesta pedagógica para el trabajo en el aula)*. Colombia, San Juan de Pasto: Editorial publicación UNIMAR.
- Ministerio de la Protección Social. (2013). Estudio nacional de consumo de sustancias psicoactivas en Colombia. Recuperado de https://www.unodc.org/documents/colombia/2014/Julio/Estudio_de_Consumo_UNODC.pdf
- Moreno, H. (2012). *Diseño Curricular por competencias*. Bogotá, Colombia: Soluciones Estratégicas para el Magisterio.
- Moruno, P. y Talavera, M. (2012). *Terapia Ocupacional en Salud Mental*. Barcelona, España: Elsevier España MASSON.

Docentes investigadoras del programa de Enfermería asistieron como ponentes al XIV Conferencia Iberoamericana de Educación en Enfermería ALADEFE en Lima, Perú

Vilma Tamara Ortiz Nievas

Karina Gallardo Solarte

Docentes del Programa de Enfermería
Universidad Mariana

Las docentes: Vilma Tamara Ortiz Nievas y Karina Gallardo Solarte, asistieron en calidad de ponentes internacionales a la XIV Conferencia Iberoamericana de Educación en Enfermería en la ciudad de Lima Perú, el pasado mes de septiembre, donde asistieron como ponentes integrantes de la Red Latinoamericana de Cuidado al Paciente Crónico y la Familia (Red Cronifam), con el fin de dar a conocer los trabajos investigativos desarrollados en esta línea de investigación, desde la Universidad Mariana, así como también, dar a conocer los resultados de la investigación ganadora en INVESUNIMAR 3, titulada: “Efecto de la implementación del plan de egreso en una institución de segundo y tercer nivel hospitalario en la ciudad de San Juan de Pasto”, pertenecientes al grupo de investigación VISAGE 1 del programa de Enfermería, e integrantes del grupo cuidando a cuidadores Nodo Nariño, del cual también hace parte la docente Esp. Fanny Patricia Benavides.

La organización de la XIV Conferencia estuvo a cargo de la Universidad Cayetano Heredia de Lima Perú y de la Asociación Latinoamericana de Facultades de Enfermería (ALADEFE), la cual tuvo como tema central: la Responsabilidad Social, Educación e Investigación en Enfermería y su Impacto en la Salud Universal. Tema que amerita una profunda reflexión por parte de la comunidad educativa y profesionales en salud, debido al profundo impacto en la formación de los recursos en salud.

Se recalcó la gran importancia de inculcar en los estudiantes no sólo habilidades científicas y técnicas, sino que también aspectos relacionados con la responsabilidad social, económica y política del país, el respeto por la diversidad cultural, los derechos humanos con sentido ético en el desarrollo de la labor profesional y la investigación.

Siendo necesario incluir dentro del currículo de la carrera de Enfermería, la responsabilidad social como un eje transversal en la formación de sus estudiantes, la cual debe estar presente en: la investigación, la innovación, el desarrollo tecnológico y la transferencia del conocimiento. Dentro de este marco se incluyen las necesidades de salud de la población y la generación de proyectos sociales de ayuda a las comunidades sostenibles y eficaces.

Dentro de los ejes temáticos que se desarrollaron en el evento estuvieron:

1. La responsabilidad social-universitaria: experiencias y perspectivas.
2. Responsabilidad social en la formación de profesionales de Enfermería.
3. Investigación y responsabilidad social en la disciplina de Enfermería.

El evento tuvo gran relevancia internacional contando con la presencia de ponentes Latinoamericanos provenientes de Chile, Brasil, Ecuador, Argentina, así como también de Europa, con la presentación de ponentes de España. Fue muy fructífera la participación en tanto se generaron espacios de reflexión, análisis e intercambio de experiencias enfocadas en responsabilidad social, las cuales se vienen implementando en las facultades de Enfermería desde la gestión, formación universitaria, investigación y proyección social.



Vilma Tamara Ortiz Nievas y Karina Gallardo Solarte, docentes asistentes al evento.

Aspectos importantes acerca del riesgo físico en el trabajo

Julieth Roxana Calderón

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Angie Elizabeth Botina Benavides

Karen Tatiana Córdoba Flórez

Nathalia Alejandra Delgado Barrera

Maritza Elizabeth Lucano Yaluzan

Milena Yasmitd Pérez Villota

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Resumen

El presente artículo tiene como fin dar a conocer la temática de los riesgos físicos que se presentan en los diferentes lugares de trabajo, y de la importancia de las medidas preventivas que se deben tomar desde terapia ocupacional, para disminuir la adquisición de enfermedad laborales, que pueden afectar la ocupación del trabajador.

Palabras clave: enfermedad laboral, riesgo, ocupación.

Introducción

Los riesgos laborales son aquellas posibilidades que tiene un trabajador de adquirir una enfermedad o sufrir un accidente asociado a su trabajo. El presente escrito se realizó con el fin de adquirir conocimiento y dar a conocer los factores del riesgo físico y cuáles pueden ser sus medidas preventivas.

El riesgo físico va asociado a todos aquellos factores ambientales que dependen de las propiedades físicas de los cuerpos como carga física, ruido, iluminación, radiación ionizante, radiación no ionizante, temperatura elevada y vibración, que actúan sobre los tejidos y órganos del cuerpo del trabajador y que pueden producir efectos nocivos, de acuerdo con la intensidad y tiempo de exposición de los mismos.

Es importante reconocer la importancia de las medidas preventivas que se deben tomar para una mejora en la seguridad y salud de los trabajadores en sus lugares de trabajo, mediante la aplicación de medidas y el desarrollo de las actividades necesarias para prevenir los riesgos derivados de las condiciones del trabajo, teniendo como herramienta fundamental la evaluación de riesgos desarrollada en cada empresa por técnicos especialistas en Prevención de Riesgos Laborales.



Figura 1. Participantes de la actividad.

Ruido

El exceso de ruido implica una vibración intensa de las células auditivas del oído interno. De este modo, se daña y pierde la capacidad de transmitir los impulsos al cerebro, lo que produce una pérdida permanente e irreversible de la audición. Ésta depende de tres factores: nivel de ruido, tiempo de exposición y susceptibilidad individual.



Figura 2. Ruido.

Fuente: Pixabay

Medidas de control

Reducir el tiempo de exposición y usar tapa oídos.

Temperaturas extremas

Las temperaturas extremas tienen una especificidad propia en el campo de la higiene industrial, debido a una serie de factores entre los que cabe destacar, la asociación del calor y del frío como agentes potenciales de generar riesgos profesionales.

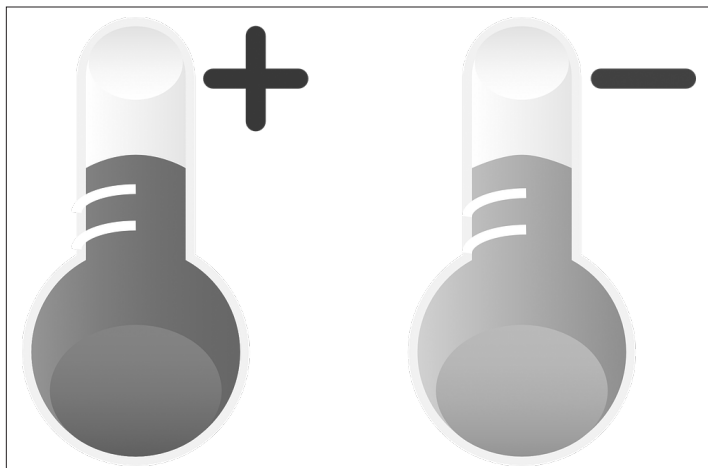


Figura 3. Temperatura extrema.

Fuente: Pixabay

Medida de control

Reducir tiempo de exposición, usar ropa adecuada para la temperatura.

Iluminación inadecuada:

Cantidad de luminosidad que se presenta en el sitio de trabajo del empleado. No se trata de iluminación general sino de la cantidad de luz en el punto focal del trabajo. De este modo, los estándares de iluminación se establecen de acuerdo con el tipo de tarea visual que el empleado debe ejecutar: cuanto mayor sea la concentración visual del empleado en detalles y minucias, más necesaria será la luminosidad en el punto focal del trabajo.

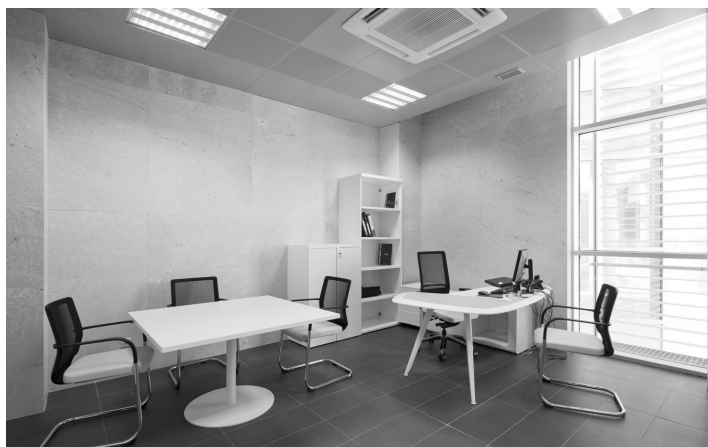


Figura 4. Iluminación.

Fuente: Flirck

Medidas de control

Mejorar la iluminación de la zona de trabajo.

Radiaciones no ionizantes:

Las radiaciones no ionizantes son aquellas que no tienen suficiente energía para provocar una ionización de la materia biológica sobre la cual inciden, aunque sí pueden excitar los estados de rotación y vibración de átomos y moléculas, convirtiéndose, la mayor parte de la energía de estas ondas electromagnéticas en calor.

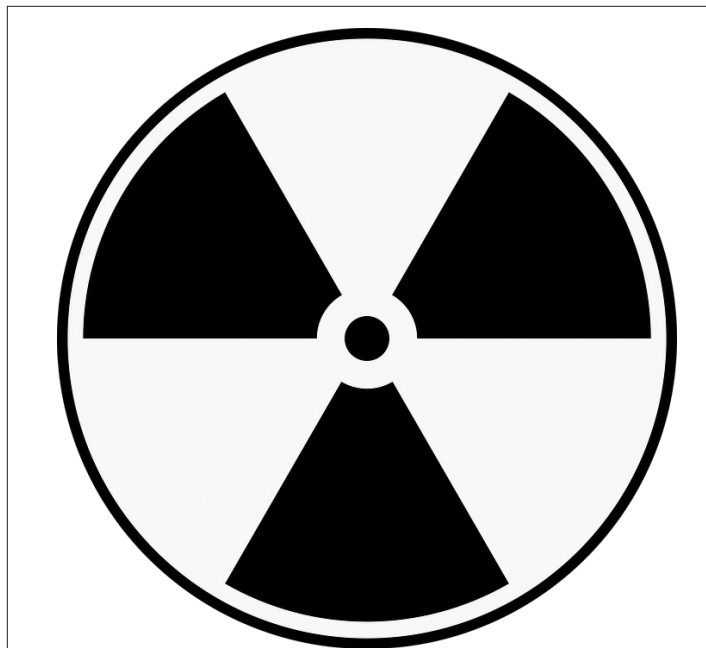


Figura 5. Radiación.

Fuente: Pixabay

Medidas de control

Usar el traje adecuado y protección solar

Vibraciones

La exposición a vibraciones se produce cuando se transmite a alguna parte del cuerpo el movimiento oscilante de una estructura, ya sea el suelo, una empuñadura o un asiento.

Dependiendo de la frecuencia del movimiento oscilatorio y de su intensidad, la vibración puede causar sensaciones muy diversas que van desde el simple discomfort hasta alteraciones graves de la salud, pasando por la interferencia con la ejecución de ciertas tareas como la lectura, la pérdida de precisión al ejecutar movimientos o la pérdida de rendimiento debido a la fatiga.



Figura 6. Vibración.

Fuente: Pixabay

Medidas de control

Reducir el tiempo de exposición y reducir la intensidad.



En el año en curso, las estudiantes de Terapia Ocupacional de IV semestre de la Universidad Mariana, bajo la supervisión de la docente Julieth Roxana Calderón, llevaron a cabo un proceso de divulgación de conocimientos acerca del efecto a la exposición de los riesgos laborales, mediante una metodología explicativa realizada en un stand, mediante el cual se dio a conocer principalmente.

1. Definición de riesgo físico.
2. Factores de riesgo (ruido, temperaturas extremas, vibraciones, iluminación y radiación).
3. Medidas de control desde Terapia Ocupacional, para prevención de la explosión a cada factores de riesgo.

Bibliografía

- Fundación Iberoamericana de Seguridad y Salud Ocupacional. (s.f.). Riesgos físicos en el entorno laboral. Recuperado de <http://www.fiso-web.org/Content/files/articulos-profesionales/4484.pdf>
- Macheño, C. y Gadea, R. (s.f.). Medidas de prevención básicas frente al calor. Recuperado de <http://www.istas.net/pe/articulo.asp?num=37&pag=16&titulo=Medidas-de-prevencion-basicas-frente-al-calor>
- Osalan. Instituto Vasco de Seguridad y Salud Laborales. (s.f.). Qué es la Prevención de riesgos laborales. Recuperado de <http://www.osalan.euskadi.eus/a-quien-nos-dirigimos/-/que-es-la-prevencion-de-riesgos-laborales/>.
- Oviedo, M. y Hernández, L. (2013). Temperaturas extremas. Recuperado de <https://es.slideshare.net/ser8925/temperaturas-extremas-29182170>
- Revelo, F. (2010). Prevención de riesgos laborales. Factores de riesgo. Recuperado de <http://www.mailxmail.com/curso-prevencion-riesgos-laborales-factores-riesgo/factores-riesgo-temperaturas-altas>
- Riesgos Profesionales. (2014). Temperaturas extremas. Recuperado de <http://riesgosfisicosuvsd.blogspot.com.co/2014/10/temperaturas-extremas.html>
- Universidad Carlos III de Madrid. (2017). Riesgos Físicos. Recuperado de http://portal.uc3m.es/portal/page/portal/laboratorios/prevencion_riesgos_laborales/manual/riesgos_fisicos

Terapia ocupacional: promoción y prevención para un trabajo seguro¹

Julieth Roxana Calderón Cifuentes

Docente del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

Luisa Fernanda Calvache Daza

Eliana Fernanda Delgado Castillo

Lina Daniela Jurado Mejía

Karen Yadira Muñoz Zambrano

Estudiantes del Programa de Terapia Ocupacional
Universidad Mariana

La Terapia ocupacional es una profesión holística que busca aliviar cualquier situación de tensión que limite el desempeño de las personas, poblaciones u organizaciones en una ocupación. La Ley 949 de 2005 dicta las normas para el ejercicio de esta profesión en Colombia; en el artículo 3 se contempla los campos de práctica del marco profesional: seguridad social, educación, justicia, salud, administración, investigación y trabajo. Al respecto del campo de trabajo, el artículo 1 establece que el terapeuta ocupacional:

Incursiona en forma planeada y coordinada, identificando características, exigencias y requerimientos en el ejercicio de sus funciones, relacionadas con las habilidades y destrezas de las personas, buscando su desempeño productivo y competente mediante acciones tales como promoción ocupacional, prevención de riesgos ocupacionales, formación profesional, así como la rehabilitación profesional. Igualmente, participa en el análisis de puestos de trabajo y en los procesos de calificación de invalidez y atención de la discapacidad dentro de un programa de salud ocupacional que se oriente a la equivalencia de oportunidades (p. 1).

Cabe resaltar que la profesión está vinculada con la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad y/o discapacidad. Promoción y prevención son todas aquellas medidas, procedimientos y/o intervenciones integrales orientadas para que los individuos, poblaciones y organizaciones mejoren sus condiciones de vida; es decir, que sean sanas, felices, placenteras y productivas. Siguiendo los postulados del Marco de Trabajo para la práctica de terapia ocupacional (2010), se puede afirmar que la salud se alcanza a través del

compromiso en las ocupaciones y en actividades significativas que permitan a las personas la participación deseada o necesaria (Mercado y Ramírez, 2010); es decir se logra el equilibrio físico, social, espiritual y psicológico para establecer relaciones, tener autonomía e independencia, y contribuir con aportes a la comunidad.

Los estudiantes de Terapia Ocupacional de IV semestre se han vinculado en la propuesta de promoción y prevención de riesgos laborales, con el fin de proporcionar información y educar sobre el tema, y minimizar así los accidentes de trabajo y/o enfermedades laborales. Uno de los riesgos presentes en el sector trabajo son las condiciones de seguridad, las cuales hacen referencia a aquellos factores del proceso productivo que pueden dar lugar a situaciones indeseables como accidentes de trabajo, derivados de los elementos que, estando presentes en las condiciones de trabajo, pueden producir daños a la salud del trabajador (Avendaño, Loaiza y Nieto, 2017).

Existen ocho condiciones de seguridad. Ante la existencia de estos riesgos, es indispensable cambiar y mejorar las condiciones que impiden a las personas tener bienestar, participar y desempeñarse satisfactoriamente en su medio laboral, lo cual se logra mediante la divulgación de información y herramientas necesarias que permitan la identificación, evaluación y control de aquellas circunstancias que perjudican el desempeño ocupacional de los trabajadores; por ello, los terapeutas ocupacionales proporcionan a los trabajadores educación en medidas preventivas para evitar al máximo los accidentes de trabajo.

Tabla 1. Estrategias de Promoción y Prevención de riesgos laborales

Factores		Descripción	Estrategia de Prevención y Promoción
Mecánico	Factores físicos que por la acción mecánica de máquinas y herramientas de trabajo pueden generar una lesión.		Usar las herramientas de trabajo solo para el trabajo [para el cual] han sido diseñadas.
			Asistir a las capacitaciones.
			Usar elementos de protección personal.
			Recordar al empleador que debe realizar mantenimiento periódico de los elementos de trabajo.

¹ Artículo de divulgación, resultado del Evento de Estrategias de Promoción y Prevención de Riesgos Laborales realizado el día 27 de octubre de 2017 en la Universidad Mariana.

Eléctrico	Posibilidad de que una corriente eléctrica circule por el cuerpo humano.	No realizar trabajos eléctricos sin previa capacitación y autorización. Nunca se debe apagar un incendio de origen eléctrico con agua. Se debe utilizar extintores de anhídrido carbónico o de polvo.
Locativo	Condiciones en las instalaciones o áreas de trabajo no adecuadas que pueden causar accidentes o pérdidas en la empresa.	Mantener el orden y aseo. Respetar la señalización. Informar si el lugar de trabajo no cuenta con todas las medidas de seguridad.
Tecnológico	Objeto, material o sustancia tóxica que pueda ocasionar consecuencias a la salud, economía, medio ambiente y desarrollo integral del sistema.	Usar elementos de protección personal. Conocer el manejo del extintor.
Accidentes de tránsito	Colisión de uno o más vehículos de la empresa.	No conducir en estado de embriaguez ni bajo la influencia de sustancias tóxicas. Respetar las señales de tránsito. Hacer la revisión mecánica del vehículo. Usar el cinturón de seguridad.
Públicos	Aspectos que se vive en espacios públicos y ponen en riesgo la vida y la integridad física de las personas.	Cerrar correctamente el vehículo. Evitar salir después de las 9 de la noche con elementos electrónicos y objetos ostentosos. No mostrar la cartera o dinero en público ni en cajeros automáticos. Si va a utilizar mucho dinero recuerde llamar a las líneas de prevención en la policía para que lo acompañen.
Trabajo en alturas	Trabajos realizados a una altura superior de 1.5 metros.	Revisar que los elementos de protección personal estén en buenas condiciones.
Espacios confinados	Recinto con aberturas limitadas para entrada y salida, con ventilación natural desfavorable que no está concebido para una ocupación continuada por parte del trabajador.	Utilizar elementos de protección personal.

Fuente: Díaz (2015).

Esta propuesta fue de gran acogida por la comunidad de la Universidad Mariana, quien atendió al llamado para escuchar la información brindada por las estudiantes. Fue una participación y escucha activa, tanto de los espectadores como de las expositoras, ya que tras la interacción se conoció las opiniones de la comunidad ante las medidas de prevención, pues muchos argumentaron que conocer del tema los llevará a optar por mejorar e informar aquellas condiciones inadecuadas existentes en sus hogares y lugares de trabajo. La mayoría de estudiantes hace hincapié en el uso del extintor, porque consideran que este elemento es de suma importancia para evitar incendios, pero pese a ello no dejan a un lado medidas preventivas como respetar las señalizaciones, utilizar elementos de protección, y no utilizar las herramientas sin tener el previo conocimiento.

Referencias

- Avendaño, A., Loaiza, L. y Nieto, L. (2017). Factores de riesgo. Recuperado de <http://es.calameo.com/read/005084766938b17a-5c9eb>
- Congreso de la República de Colombia. (2005). Ley 949 “por la cual se dicta normas para el ejercicio de la profesión de terapia ocupacional en Colombia, y se establece el Código de Ética profesional y el Régimen Disciplinario correspondiente”. Bogotá D.C. Recuperado de <http://www.parquesnacionales.gov.co/portal/wp-content/uploads/2013/12/diario-0329.pdf>
- Díaz, M. (2015). *Prevención de riesgos laborales. Seguridad y salud laboral* (2ª ed.). Madrid, España: Ediciones Paraninfo, SA.
- Mercado, R. y Ramírez, A. (Coord.). (2010). *Marco de Trabajo para la práctica de la Terapia Ocupacional: Dominio y proceso* (2ª ed.) Recuperado de <http://www.terapia-ocupacional.com/ao-ta2010esp.pdf>

Evaluación del impacto ambiental generado por residuos sólidos, como un instrumento para la determinación de la situación actual del Santuario de Flora Isla de La Corota, El Encano, Nariño

Lizeth Yuranny Romo Bravo

Laura Inés Bravo Sossa

Egresadas del Programa de Ingeniería Ambiental
Universidad Mariana

María Patricia Obando Enríquez

Docente del Programa de Ingeniería Ambiental
Universidad Mariana

Resumen

La investigación se desarrolló en el Santuario de Flora, Isla de La Corota, que hace parte del Sistema Nacional de Áreas Protegidas, ubicado en el municipio de Pasto, corregimiento El Encano, específicamente en el Humedal Ramsar, Laguna de La Cocha. Ésta se basó en la determinación y valoración de los impactos ambientales que presentan los tramos evaluados tanto en el sendero El Quiche como en la Zona de Recreación General Exterior (ZRGE), respecto a la presencia de residuos sólidos como aspecto ambiental central. Además, se planteó estrategias encaminadas a la reducción del inadecuado manejo de residuos sólidos en el área de estudio.

De lo anterior se obtuvo que, dentro del sendero, en los tramos 1, 3, 5 y 11 hubo impactos ambientales de carácter crítico con valoración entre 56 y 64 unidades; asimismo, en la ZRGE se identificó que para los cuatro tramos evaluados se presentaba impactos entre 52 y 64 unidades, lo cual se traduce en impactos ambientales críticos.

Cabe resaltar que a partir de la realización de la investigación con parques nacionales naturales de Colombia, se hace aportes en el área de Ingeniería Ambiental, constituyéndose en una herramienta útil para el diagnóstico, a través de la aplicación de una evaluación de impacto ambiental que proporciona información relevante para su utilización, con el fin de tomar decisiones ante las problemáticas ambientales que presenta el área protegida en cuanto al manejo y disposición de residuos sólidos a corto, mediano y largo plazo.

Palabras clave: impacto ambiental, problemáticas ambientales, residuos sólidos, Santuario de Flora Isla de La Corota, Sistema Nacional de Áreas Protegidas.

Introducción

El Santuario de Flora Isla de La Corota (SFIC) se encuentra localizado en la vertiente amazónica de la Zona Andina, al sur oriente de Colombia, debido a que ésta confluye con la Amazonía. Hidrográficamente, se encuentra ubicado en la cuenca alta del río Guamués, que lo convierte en parte integral de los ecosistemas que se encuentran alrededor en el Humedal Ramsar de La Laguna de La Cocha (López, Muñoz, Zambrano, Castro, Miramag, y Pimiento, 2005).

Geográficamente, hace parte de una región mucho más amplia a lo largo de la vertiente amazónica de Los Andes, que va desde el Corredor Andino Amazónico Páramo de Bordoncillo – Cerro Patascoy, al oriente de Nariño, hasta el norte de Ecuador. Dicha región se denomina Corredor Biológico Andino de la Vertiente Amazónica Colombo Ecuatoriana (López et al., 2005).

En el SFIC existen varias dificultades en cuanto al manejo de residuos sólidos, según lo establecido en la Guía Técnica Colombiana (GTC 86), que plantea la implementación de la gestión integral de residuos sólidos. La primera falencia se demuestra con la inexistencia de una infraestructura destinada para su almacenamiento temporal; los recipientes empleados para su recolección están elaborados de metal, dificultándose la realización de los procesos de limpieza; éstos no presentan compartimentos que faciliten su separación, y además, no cuentan con protección ante factores ambientales como la lluvia.

Es importante mencionar que Parques Nacionales Naturales de Colombia se encuentra en un proceso de mejora en cuanto a las falencias relacionadas con el tema de residuos sólidos, por lo cual

la base del presente estudio fue la realización de una evaluación de impacto ambiental, con el fin de identificar los aspectos y sectores que necesitan la realización de acciones inmediatas, para evitar el deterioro del ecosistema, y finalmente proponer estrategias para prevenir y atenuar la afectación sobre el área protegida en general.

Tras la realización de la presente investigación se identificó que en el sendero El Quiche, los tramos comprendidos entre los 0 – 50m, 100 – 150m, 200 – 250m y 500 – 550m, presentaron impactos ambientales de carácter moderado y crítico, relacionados con la generación de goma de mascar, residuos plásticos y colillas de cigarrillo, entre otros.

Como complemento, se observó que en la ZRGE, los cuatro tramos distribuidos en una distancia total de 48m, presentan impactos ambientales críticos, referentes a la contaminación del suelo, tanto del recurso hídrico como también a nivel visual y atmosférico.

En esa medida, se propuso estrategias para reducir dichos impactos sobre componentes ambientales como: agua, aire, suelo, flora y fauna. Finalmente se realizó, a manera de aporte, un modelo de encuesta a escala piloto para determinar la posición de la población ubicada en la vereda El Puerto, corregimiento El Encano, con respecto a la generación y disposición de residuos sólidos en su territorio.

Metodología

Para realizar un diagnóstico con respecto al manejo y disposición de los residuos sólidos en el SFIC de manera integral, fue establecida la siguiente metodología para:

1. Evaluar los impactos ambientales producidos por la generación de residuos sólidos en el SFIC.
2. Proponer estrategias encaminadas a reducir la inadecuada disposición de residuos sólidos en el SFIC.

Para el alcance de lo anterior se realizó:

- Revisión bibliográfica de estudios relacionados con el manejo y disposición de residuos sólidos, entornos referentes a ecosistemas estratégicos y áreas protegidas.
- Realización de un reconocimiento del área de estudio, para determinar las zonas a evaluar con respecto al manejo y disposición de residuos sólidos en el SFIC.
- Georreferenciación de puntos para la evaluación de impactos ambientales, referentes a residuos sólidos en el sendero El Quiche por cada 50 metros.
- Exportación de los datos tomados tras el proceso de georreferenciación con el software libre denominado DN-RGPS, desarrollado por *Minnesota Department of Natural Resources*, para luego graficar la trayectoria del sendero con los software Global Mapper y ArcGis 10.1, con el fin de identificar las zonas que presentan impactos, generados por residuos sólidos.

- Cuantificación del número de visitantes que ingresan al SFIC en el período agosto – noviembre, y correlación de la información obtenida sobre la cantidad de visitantes y residuos sólidos generados, a través de la realización de una gráfica de línea.
- Caracterización del tipo de residuos sólidos en el SFIC con base en la información proporcionada por los funcionarios encargados.
- Identificación del manejo y disposición de los residuos sólidos.
- Aplicación de una matriz para cuantificar el impacto ambiental generado por los residuos sólidos en cada tramo del sendero El Quiche y la ZRGE.

La metodología de la evaluación de impacto ambiental fue descrita por Conesa-Fernández (Alcaldía Mayor de Bogotá y Secretaría de Integración Social, 2013), quien formuló una matriz de causa y efecto, analizando doce parámetros y estableciendo algunos atributos que al desarrollarse, arrojan un resultado numérico (Ecuación 1), correspondiente a la importancia del impacto (Tabla 1).

Se establece cuatro rangos entre 0 a 100 unidades, y a cada uno se le asigna un color específico para diferenciar las clases de efecto, que son clasificadas en: Compatible, Moderado, Crítico y Severo.

Tabla 1. *Parámetros de calificación*

		Intensidad (I)	
Tipo de Impacto		Baja	1
Positivo	+	Media	2
Negativo		Alta	4
	-	Muy alta	8
Extensión (EX)		Momento (MO)	
Puntual	1	Largo plazo	1
Local	2	Mediano plazo	2
Extenso	4	Corto plazo	4
		Inmediato	4
Reversibilidad (RV)		Persistencia (PE)	
Corto plazo		Fugaz	1
Mediano plazo	124	Temporal	2
Irreversible		Permanente	4
Sinergia (SI)		Acumulación (AC)	
Sin sinergismo	1	Simple	1
Sinérgico	2	Acumulativo	4
Muy sinérgico	4		

		Periodicidad (PR)	
Efecto (EF)		Irregular	1
Indirecto	1	Discontinuo	2
Directo	4	Periódico	4
		Continuo	4
Recuperabilidad (MC)			
Recuperable de manera inmediata	1		
Recuperable a mediano plazo	2		
Mitigable	4		
Irrecuperable	8		

A continuación se establece la Ecuación 1, usada para diagnosticar la importancia del impacto:

$$I = +/ - [3I + 2EX + MO + PE + RV + SI + AC + EF + PR + MC]$$

Finalmente, se ilustra los rangos establecidos en la metodología, para jerarquizar los valores obtenidos y la importancia del efecto en cada tramo.

Tabla 2. Rangos de jerarquización de la importancia del efecto

Rango de Importancia	Clase de Impacto	Trama
0<25	Compatible	Verde
26<50	Moderado	Amarillo
51<75	Crítico	Rojo
76<100	Severo	Naranja

En seguida se describe la tipología de impactos que se tiene en cuenta.

Compatible. Es generalmente puntual, de baja intensidad, reversible en el corto plazo. El manejo recomendado es control y prevención.

Moderado. De intensidad media o alta, reversible en el mediano plazo y recuperable en el mismo plazo. Las medidas de manejo son de control, prevención y mitigación.

Crítico. De intensidad alta o muy alta, persistente, reversible en el mediano plazo. Las medidas de manejo son de control, prevención, mitigación y hasta compensación.

Impacto severo. De intensidad muy alta o total, extensión local e irreversible (>10 años). Para su manejo se requiere medidas de control, prevención, mitigación y hasta compensación.

Por todo lo expuesto se lleva a cabo:

- Un planteamiento de estrategias encaminadas a la reducción de la inadecuada disposición de residuos sólidos en el SFIC.

- La realización de un documento técnico que recopile las actividades desarrolladas, resultados obtenidos, conclusiones y recomendaciones producto del estudio.
- Una socialización a los funcionarios del SFIC sobre los resultados obtenidos tras la realización del estudio.

Reconocimiento del área de estudio y georreferenciación de tramos

En primera instancia se realizó una visita de reconocimiento, georreferenciando puntos en tramos de 50m de distancia, a lo largo del sendero El Quiche y en la ZRGE, en tramos de 12m. Posteriormente se determinó aquéllos que presentaban mayor impacto, debido a la inadecuada disposición de residuos sólidos.

Se efectuó la georreferenciación con ayuda de un Equipo Garmin ETrex 20 GPS, con un total de 12 puntos en el sendero y 5 puntos en la ZRGE (Figura 1).



Figura 1. Georreferenciación de puntos.

Exportación de información georreferenciada

Los puntos georreferenciados fueron exportados con el software libre DNR GPS, obteniendo el recorrido realizado por el sendero El Quiche y la ZRGE con cada tramo evaluado. Posteriormente, se sobrepuso dicha información en el mapa de cobertura del suelo del SFIC (Figura 2), implementando el software ArcGIS 10.1.

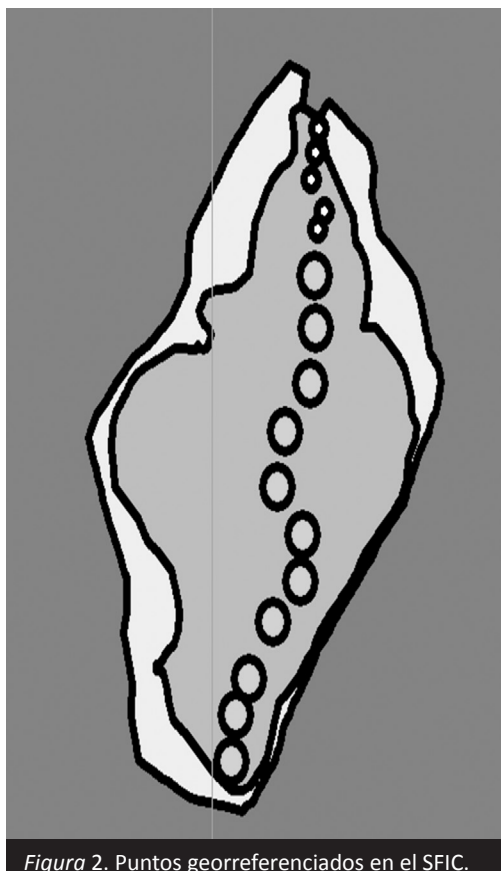


Figura 2. Puntos georreferenciados en el SFIC.

Evaluación de cada tramo georreferenciado

Se realizó una inspección ocular a lo largo del sendero y la ZRGE, con el fin de identificar los puntos que presentan disposición inadecuada de residuos sólidos, encontrando mayor incidencia en los tramos 1, 3, 5 y 11, y en los cuatro tramos evaluados en la ZRGE (Figura 3).



Figura 3. Residuos sólidos en el sendero El Quiche y la ZRGE.

Aplicación de una matriz de evaluación de impactos ambientales

Posterior a la inspección ocular en el SFIC, se aplicó una matriz de causa y efecto, con el fin de jerarquizar la importancia del impacto tanto en el sendero El Quiche como en la ZRGE (Tablas 3 y 4).

Tabla 3. Síntesis de aspectos ambientales significativos en el sendero El Quiche

Tramos	Impacto Ambiental	Valor
Tramo 1 Distancia 0 - 50 metros	Generación de goma de mascar compuesta por terpenos, edulcorantes, goma de caucho natural y/o sintético. Punzantes.	64

Tramo 3 Distancia 100 - 150 metros	Generación de residuos plásticos compuestos de Bisfenol –A.	56
	Generación de colillas de cigarrillo compuestas por químicos tóxicos solubles como el alquitrán (compleja degradación).	64
	Generación de goma de mascar compuesta por terpenos, edulcorantes, goma de caucho natural y/o sintético.	64
Tramo 5 Distancia 200 - 250 metros	Generación de goma de mascar compuesta por terpenos, edulcorantes, goma de caucho natural y/o sintético.	56
Tramo 11 Distancia 500 - 550 metros	Generación de residuos plásticos compuestos de Bisfenol – A.	60
	Generación de colillas de cigarrillo compuestas por químicos tóxicos solubles como el alquitrán (compleja degradación).	60
	Generación de goma de mascar compuesta por terpenos, edulcorantes, goma de caucho natural y/o sintético.	62

Tabla 4. Síntesis de aspectos ambientales significativos en la ZRGE

Tramos	Impacto Ambiental	Valor
Tramo 1 Distancia 0 - 12 metros	Contaminación hídrica (alteración del agua por escurrimiento superficial de lixiviados).	62
Tramo 2 Distancia 12 - 24 metros	Contaminación visual (perturbación de la estética del paisaje).	52
	Contaminación del suelo (alteración del suelo por lixiviados y contacto directo con residuos sólidos).	52
	Contaminación hídrica (alteración del agua por escurrimiento superficial de lixiviados).	62
Tramo 3 Distancia 24 - 36 metros	Contaminación atmosférica (generación de olores ofensivos a partir de degradación de residuos sólidos).	62
Tramo 4 Distancia 36 - 48 metros	Contaminación del suelo (alteración del suelo por lixiviados y contacto directo con residuos sólidos).	66
	Contaminación visual (perturbación de la estética del paisaje).	62
	Contaminación atmosférica (generación de olores ofensivos a partir de degradación de residuos sólidos).	64

Planteamiento de estrategias encaminadas a la reducción del inadecuado manejo de residuos sólidos en el área de estudio

Se planteó una serie de frases que fueron ubicadas en el sendero El Quiche, con el fin de dar a los visitantes un mensaje contundente referente a que su actitud influye directamente en el estado del ecosistema (Figura 4).



Figura 4. Elaboración de avisos.

Tres frases fueron ubicadas en los tramos 1, 3, 5 y 11 del sendero, que fueron los que presentaron los valores más altos en cuanto a impactos ambientales.

La cantidad de avisos es limitada debido a que no se debe saturar el paisaje con demasiada información. A continuación se ilustra los modelos diseñados:

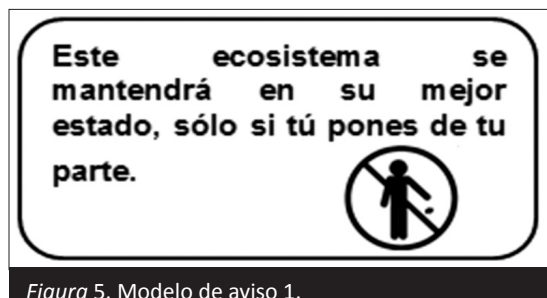


Figura 5. Modelo de aviso 1.

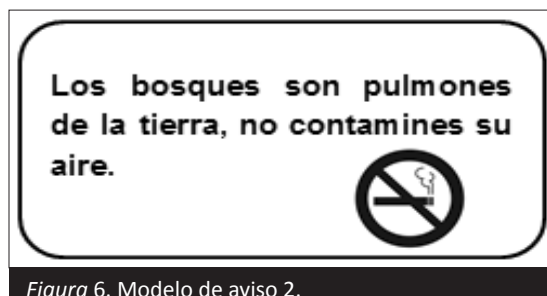


Figura 6. Modelo de aviso 2.

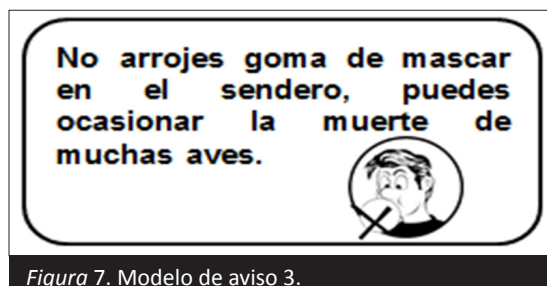


Figura 7. Modelo de aviso 3.

Respecto a la ZRGE, se presenta una serie de aspectos a tener en cuenta; el primero de ellos consiste en adecuar una zona de acopio o almacenamiento temporal (Figura 8), en el que se ubique, en bolsas plásticas, los residuos sólidos generados, con el calibre

y el código de color establecido por la Norma Técnica Colombiana GTC: 24 referente a 'Gestión Integral de Residuos Sólidos' (ICONTEC, 2009). Las bolsas deben tener su respectiva rotulación en cuanto al peso (como se ha venido manejando); deben ir ubicadas de manera proporcional a la cantidad de recipientes, de manera tal que se conserve un orden y clasificación según el tipo de residuo (orgánico – inorgánico y peligroso; en esta última categoría, se encuentra el material procedente del uso del botiquín, tóneres y aceite vegetal usado).



Figura 8. Ubicación de residuos sólidos.

Por otra parte, es relevante adecuar contra la lluvia, los recipientes de almacenamiento temporal de residuos sólidos que se encuentran ubicados alrededor de la ZRGE (Figura 9), con el fin de evitar la lixiviación de los desechos, y, en lo posible, reemplazar los depósitos con material de fácil limpieza y quitar con compartimentos de separación de residuos.



Figura 9. Ubicación de residuos sólidos.

Discusión

Teniendo en cuenta los resultados obtenidos tras la aplicación de la matriz de evaluación de impactos y la observación realizada, se evidenció que en el sendero El Quiche se disponía de los residuos derivados del plástico, de manera inadecuada; entre ellos estaban los empaques resultado del consumo de comestibles, que se clasifican con el número siete, correspondiente a una mezcla de plásticos y resinas (Elías y Jurado, 2012), que a su vez, pueden contener bisfenol A (BPA), lo cual puede causar trastornos reproductivos a mamíferos como las ratas, según datos experimentales obtenidos en laboratorio a escala *in vitro* (Rementeria, 2016; García, Gallego y Font, 2015); por lo tanto, y teniendo en cuenta que dentro del SFIC se ha identificado la presencia de roedores silvestres, esta situación podría intervenir en su desarrollo.

Por otro lado, se evidenció la presencia de goma de mascar a lo largo del sendero, lo cual puede ocasionar a futuro la afectación de las aves residentes y migratorias, entre las cuales se encuentra el gorrión o copetón común (*Zonotrichia capensis*), la cotinga de cresta roja (*Ampelion rubrocristatus*), las mirlas negras o chiguacos (*Turdus fuscater* y *Turdus serranus*), entre otras, dado que les atrae este tipo de residuos, al asemejarse al alimento que consumen cotidianamente, situación que ocasiona que sus picos y patas se adhieran a este material de textura pegajosa, deteriorando sus extremidades, y generando en ocasiones asfixia, además de presentar obstrucción en su tracto digestivo (López, 2005). Por su parte Ramos (2006), en un estudio llevado a cabo en Alicante, España, asegura que una goma de mascar puede acumular hasta 50.000 gérmenes, indicando que esta situación puede generar una problemática a nivel de la sanidad animal.

En lo que corresponde a la ZRGE, hay presencia de fenómenos de lixiviación de los residuos dispuestos en los recipientes de almacenamiento temporal, a partir de lo cual cabe resaltar que los lixiviados se producen de la descomposición de estos y/o por la presencia de lluvias, con el consecuente peligro de llevar sustancias tóxicas procedentes de residuos de este mismo carácter o cargas orgánicas muy elevadas que pueden contaminar las aguas superficiales, subterráneas o los suelos, por lo cual no hay nada mejor que mantener separados los residuos sólidos, reduciendo así el peligro que representa la composición de los lixiviados (LK Sur. s.f.).

Conclusiones

La realización de un estudio de impacto ambiental se considera como una herramienta de carácter preventivo que trae consigo muchas ventajas para la toma de decisiones.

La mayoría de los visitantes que ingresan al SFIC tienden a disponer inadecuadamente los residuos sólidos que producen, lo cual indica un déficit en su formación educativa ambiental.

Los tramos del sendero El Quiche que presentan mayor densidad en cuanto a vegetación arbórea y, por ende menor incidencia solar, son los más afectados con respecto a la presencia de residuos sólidos.

Recomendaciones

Realizar un monitoreo y control permanente acerca de todo lo relacionado con residuos sólidos en áreas protegidas, con el fin de evitar la degradación del ecosistema.

Aplicar con urgencia acciones correctivas ante las problemáticas ambientales presentes en el SFIC.

Referencias

Alcaldía Mayor de Bogotá y Secretaría de Integración Social. (2013). Guía metodológica para la evaluación de aspectos e impactos ambientales. Recuperado de [http://intranetsdis.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/3.4_proc_adminis_gestion_bienes_servicios/\(08052013\)guia_final.pdf](http://intranetsdis.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/3.4_proc_adminis_gestion_bienes_servicios/(08052013)guia_final.pdf)

bilidades de valoración. Madrid, España: Editorial Díaz de Santos.

García, J., Gallego, C. y Font, G. (2015). Toxicidad del bisfenol A. Revisión. *Revista de Toxicología* 32, 144-160.

Instituto Colombiano de Normas Técnicas y Certificación (ICONTEC). (2009). Norma Técnica Colombiana GTC 24. Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://www.bogotaturismo.gov.co/sites/intranet.bogotaturismo.gov.co/files/GTC%2024%20DE%202009.pdf>

LK Sur. (s.f.). ¿Qué son y cómo afectan al suelo y al agua las sustancias que produce la basura en proceso de putrefacción (lixiviados)? Recuperado de http://www.cempre.org.uy/para_joomla/preguntas_det.php?id=3&clave=3

López, A. (2005). No pegues tu chicle. *¿Cómo ves? Revista de Divulgación de la Ciencia de la UNAM*.

López, N., Muñoz, L., Zambrano, J., Castro, J., Miramag, O. y Pimiento, E. (2005). Plan de Manejo 2006-2010 Santuario de Flora Isla Corota. San Juan de Pasto, Colombia. Recuperado de <http://www.parquesnacionales.gov.co/portal/wp-content/uploads/2013/12/PMSFFIsladeLaCorota.pdf>

Ramos, J. (2006). El suelo, plagado de chicles: hay 6 veces más en un año. Recuperado de <https://www.20minutos.es/noticia/129768/0/plagados/de/chicles/>

Rementeria, S. (2016). *Efectos del bisfenol A en la reproducción* (Tesis de Maestría). Universidad de Oviedo. Asturias, España. Recuperado de <http://digibuo.uniovi.es/dspace/bitstream/10651/37568/6/Shuyana%20Deba.pdf>

Revista Semana. (27 de julio de 2017). El recorte presupuestal afecta los Parques Naturales de manera grave. Recuperado de <http://sostenibilidad.semana.com/medio-ambiente/articulo/julia-miranda-los-40-anos-de-parques-nacionales-y-el-recorte-de-presupuesto/38301>.

Guía para los autores *Boletín Informativo CEI*

El *Boletín Informativo CEI* es uno de los principales medios de divulgación del conocimiento que ofrece la Universidad Mariana, su objetivo principal es informar sobre el ser y quehacer de la institución en el hecho académico, científico, investigativo, educativo, pedagógico, tecnológico, social, cultural, entre otros; es una publicación cuatrimestral, que reemplaza al antiguo *Boletín Informativo CIP*.

Para el envío de aportes: Todas las opiniones y afirmaciones presentes en las distintas notas que componen el *Boletín Informativo CEI* son responsabilidad exclusiva de los autores. Asimismo, los autores declaran que los contenidos desarrollados en el manuscrito son propios de su autoría, y que la información tomada de otros autores y obras, artículos y documentos publicados está correctamente citada.

Los textos postulados para su publicación deberán seguir los lineamientos del Manual de Publicaciones de la American Psychological Association APA 6ta. Edición. De similar manera, los aportes serán presentados en el programa Microsoft Word, en hoja tamaño carta con márgenes normales –sup. 2,5/ inf. 2,5/ izdo. 3/ dcho. 3-, empelando como tipo de letra Times New Roman a 12 puntos, con un interlineado de 1,5, y una extensión mínima de 2 y máxima de 10 páginas –excluyendo figuras, imágenes, gráficos y tablas-.

Los manuscritos a postular deberán ser enviados vía correo electrónico a las siguientes direcciones: editorialunimar@umariana.edu.co o lmontenegro@umariana.edu.co claro está, una vez que se cumpla con la totalidad de los requisitos que se presentan a continuación:

Título: El título no deberá exceder las 15 palabras, asimismo, será claro, concreto y preciso.

Autor/es: Posteriormente al título del manuscrito deberá ir el nombre del autor/es, seguido de su filiación laboral y correo electrónico.

Contenido –desarrollo-: El texto deberá ordenarse en coherencia con los objetivos comunicativos propuestos.

Figuras, fotografías, ilustraciones, gráficos y tablas: Para el caso de las figuras (gráficas, diagramas, mapas, dibujos, fotografías e ilustraciones), estas deben ubicarse en el lugar respectivo dentro del texto, estarán numeradas y descritas con una leyenda en tamaño 10 en la parte inferior izquierda que comience con la palabra “Figura”, en donde se consigne brevemente el contenido del elemento allí dispuesto. Para el caso de las tablas, estas deberán contener –preferiblemente- la información cuantitativa que menciona el texto, se enumerarán y contarán con una leyenda descriptiva de tamaño 10 ubicada en la parte superior izquierda del elemento, la cual iniciará con la palabra “Tabla”. Para todas las figuras y tablas se

señalará la fuente de donde son tomadas –se recomienda abstenerse de ubicar material que no cuente con el permiso escrito del autor-. Emplear las figuras y tablas únicamente cuando sean necesarias, no debe redundar la información que expresan éstas con el contenido textual, asimismo, serán autoexplicativas, sencillas y de fácil comprensión.

Proceso de evaluación: El *Boletín Informativo CEI* realizará los ajustes pertinentes a los textos, con el propósito de dar mayor precisión, claridad, coherencia a la propuesta escritural postulante, por lo que se solicita a todos aquellos interesados en enviar sus aportes, escribir con toda la rigurosidad a la que haya lugar, de igual manera, empleando debidamente las reglas ortográficas y gramaticales de la escritura, estructurando el texto en general, a través de párrafos claros, coherentes y objetivos.

El Comité Editorial del *Boletín Informativo CEI* decide sobre la aceptación o rechazo de los textos postulados, partiendo del cumplimiento de las políticas, criterios, disposiciones, y condiciones que la publicación ha establecido para la aceptación inicial de los aportes escriturales, cabe mencionar que tanto las disposiciones afirmativas como negativas, serán comunicadas a los autores, quienes conocerán las razones por las que el manuscrito fue aceptado o rechazado. Paralelamente, el editor de la publicación junto con el Comité Editorial seleccionarán aquellos aportes que cumplen con las calidades exigidas por la publicación, clasificándolos posteriormente según su área y temática.

Es preciso mencionar que se remitirá a los autores las pruebas galeras de los artículos previamente a la impresión del *Boletín Informativo CEI*, en donde se revisará la disposición del escrito en la publicación, cabe aclarar que en esta etapa no se aceptarán nuevos párrafos, frases o secciones para agregar, ya que sólo se limitará el proceso a las correcciones de posibles erratas de digitación.

Convocatorias de escritura: Al ser una publicación cuatrimestral, anualmente habrá tres cierres de convocatoria los cuales son: para el primer cuatrimestre del año se recibirán textos hasta el 31 de marzo, para el segundo cuatrimestre del año el 8 de agosto, para el tercer cuatrimestre del año el 7 de noviembre.

Contraprestaciones: Aquellos autores que publiquen en el *Boletín Informativo CEI* recibirán dos ejemplares impreso del mismo.

Información adicional: El *Boletín Informativo CEI* cuenta con su página web <http://www.umariana.edu.co/InformativoCIP/> donde están consignadas las versiones anteriores del *Boletín Informativo CIP*, asimismo, con el OJS: <http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/BoletinInformativoCEI>



Calle 18 No. 34 - 104
PBX: 7314923 Ext. 138
<http://www.umariana.edu.co/EditorialUnimar/>
<http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/BoletinInformativoCEI>

