



UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS

CARRERA DE PSICOLOGÍA

SISTEMATIZACIÓN DE EXPERIENCIAS

**ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN APLICADAS A LAS FAMILIAS DE “HUERTO
DE LOS OLIVOS” PARA DIFUNDIR LOS SERVICIOS VINCULADOS A LA
SALUD MENTAL**



AUTORA:

ADRIANA CAROLINA GALARZA POLANCO

TUTORA:

PS. OLGA PRECIADO, MGS.

GUAYAQUIL, ABRIL 2019

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIDAD DE TITULACIÓN

**“ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN APLICADAS A LAS FAMILIAS DE
“HUERTO DE LOS OLIVOS” PARA DIFUNDIR LOS SERVICIOS VINCULADOS
A LA SALUD MENTAL”**

Autora: Adriana Carolina Galarza Polanco

Tutor: Psi. Olga Preciado, Mgs.

Resumen

La presente sistematización de experiencias tiene como objetivo analizar las estrategias de promoción aplicadas a los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” para captar el interés de los usuarios por la salud mental, por medio de la aplicación de cuatro talleres de promoción. A través de la recuperación del proceso y la reflexión crítica se analizó cada una de las fases de los talleres aplicados lo cual permitió estudiar si las estrategias llevadas a cabo durante todo el proceso fueron adecuadas, esto, en contraste con la revisión teórica que muestra estrategias que ya han sido aplicadas anteriormente en distintas comunidades permitiendo generar conocimientos a partir de una mirada más amplia del tema que es de gran utilidad para futuras prácticas similares. La metodología empleada en esta sistematización de experiencias se caracteriza por ser un proceso reflexivo, crítico, constructivo e interpretativo que logra el surgimiento de nuevos saberes, desde la propia subjetividad de quien sistematiza.

Palabras Clave: Estrategias de promoción – Familias

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
UNIDAD DE TITULACIÓN

“PROMOTION STRATEGIES APPLIED TO FAMILIES OF "ORCHARD OF OLIVE TREES" IN THE DISSEMINATION OF SERVICES LINKED TO MENTAL HEALTH”

Author: Adriana Carolina Galarza Polanco

Advisor: Ps. Olga Preciado, Mgs.

Abstract

The present systematization of experience aims to analyze the promotion strategies applied to users of the foundation “Orchard of Olive Trees” to capture the interest of users for mental health, through the application of four promotion workshops. Through the recovery of the process and the critical reflection is analyzed each of the phases of the applied workshops which allows to study if the strategies carries out during the whole process were adequate, this, in contrast to the theoretical revision that shows strategies. That have already been applied previously in different communities allowing generate knowledge from a broader view of the subject that is very useful for future similar practices. The methodology used in this systematization of experiences is characterized by being a reflexive, critical, constructive and interpretive process that achieves the emergence of new knowledge, from the subjectivity of the person who systematizes.

Keywords: Promotion Strategies – Families

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	Pág. 1
2. REVISIÓN LITERARIA	Pág. 2
3. METODOLOGÍA.....	Pag. 7
3.1 Generación de conocimiento mediante la sistematización de experiencias .	Pág. 8
3.2 Aspectos contextuales que influyeron en el proceso de sistematización....	Pág. 10
3.3 Plan de sistematización	Pág. 12
3.4 Consideraciones éticas.....	Pág. 16
3.5 Fortalezas y limitaciones.....	Pág. 16
4. RECUPERACIÓN DEL PROCESO VIVIDO	Pág. 17
5. REFLEXIÓN CRÍTICA	Pág. 24
6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	Pág. 28
6.1 Conclusiones.....	Pág. 28
6.2 Recomendaciones.....	Pág. 29
7. BIBLIOGRAFÍA.....	Pág. 30
8. ANEXOS.....	

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de sistematización de experiencias tiene como objetivo dar respuesta a la pregunta eje de sistematización ¿Las estrategias de promoción utilizadas con los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” lograron captar su interés por la salud mental? Estas estrategias fueron llevadas a cabo a través de cuatro talleres de promoción de la salud mental aplicados por estudiantes de la facultad de Psicología de noveno semestre, estas intervenciones fueron parte del proyecto denominado “Mujer, familia y pareja: prevención e intervención psicológica”.

La importancia de esta sistematización radica en la generación de conocimientos a partir de esta experiencia lo cual se explica en la metodología. Por medio de la recuperación del proceso y la reflexión crítica se realiza un análisis de los talleres aplicados lo cual permite conocer si las estrategias llevadas a cabo durante la ejecución de los talleres de promoción fueron adecuadas. Estas estrategias fueron contrastadas con la revisión teórica que muestra estrategias que ya han sido aplicadas anteriormente en distintas comunidades, por lo tanto, permite tener una mirada más amplia sobre el tema, es por esto que el conocimiento creado a partir de esta experiencia es de utilidad para futuras prácticas similares.

En este trabajo, también se explican aspectos culturales que suelen dificultar este tipo de abordajes debido a las concepciones que tienen los seres humanos con respecto a la salud mental. Por último, se detallan las conclusiones que surgieron al culminar los cuatro talleres de promoción los cuales muestran resultados positivos traducidos en una buena aceptación por parte de los participantes y se realiza recomendaciones orientadas a fomentar la generación y propagación de estrategias de promoción que han resultado de gran utilidad con el fin de compartir conocimientos con futuras prácticas similares.

2. REVISIÓN LITERARIA

La promoción de la salud mental consiste en cierta medida en fomentar estilos de vida que aporten positivamente en el bienestar mental de las personas.

La promoción de la salud es un proceso que conduce a aumentar el control sobre los factores que determinan la salud por parte de las personas como individuos y como parte de una comunidad. Este proceso no solo incorpora un enfoque de factores de riesgo, basados en los déficits, también incluye un enfoque de salud positiva que hace énfasis en los factores que potencian la salud de las personas y las sociedades. (Diéguez, y otros, 2016), p. 56).

De esta manera, al enfocarse en la forma en que las personas pueden incrementar su salud, se pueden llevar a la práctica acciones oportunas para el proceso de cambio que se espera lograr.

Por otra parte, existen enfoques que involucran aspectos psicofisiológicos dentro del proceso de promoción de la salud mental. La Organización Mundial de la Salud (como se citó en Bang, 2014) considera: "Las actividades de promoción de salud mental implican la creación de condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el óptimo desarrollo psicológico y psicofisiológico". (p.136).

La importancia que tienen estas actividades de promoción radica en permitir la transformación de realidades en distintas poblaciones permitiendo a los propios individuos trabajar en conjunto en su propio proceso de salud y enfermedad.

En este mismo sentido (como se citó en Bang, 2014) La Carta de Ottawa sobre la promoción de salud ha sido la gran impulsora de prácticas promotoras, entendiéndolas como: "el proceso de capacitar a personas para aumentar el control sobre su salud y mejorarla. Para llegar a un estado de completo bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe poder identificar y realizar sus aspiraciones, satisfacer sus necesidades, y manejar o transformar su ambiente." (p.113).

Esta visión, aunque un poco ambiciosa, ha permitido trabajar en la promoción del bienestar, no solo de los problemas físicos que aquejan a las personas, sino también en problemas de la salud mental y social. Esta iniciativa fue creada como respuesta a la demanda de tener un concepto de salud pública en el mundo, tiene un concepto positivo el cual hace énfasis en los recursos sociales, personales y en las habilidades físicas que poseen las personas, de esta manera, el individuo debe ser

capaz de identificar cuáles son sus aspiraciones para posteriormente llevarlas a cabo en la medida de lo posible.

A partir de estudios sobre implementación de estrategias para promover la salud mental existen algunos indicadores explicados a continuación:

Existen tres componentes que representan las fortalezas de la idea de promoción de salud mental comunitaria. El primer componente es la participación activa de la comunidad, la cual debe realizarse de acuerdo a las prioridades establecidas, y tomar en cuenta tres indicadores de participación comunitaria como: generar espacios de encuentro comunitario para compartir inquietudes y problemáticas, la circulación clara y concisa de información y permitir a la comunidad ser parte de la toma de decisiones.

El segundo componente es la transformación de lazos comunitarios hacia vínculos solidarios, aquí, el desarrollo de intervenciones comunitarias orientadas a la promoción de salud mental es considerado como un elemento fundamental para lograr esta transformación, porque permite a las comunidades verse a sí mismas ya no como individuos aislados que deben resolver sus problemáticas solos, sino verse como integrantes que pertenecen a un todo cuyo lazo se mantiene bajo la interdependencia y colaboración mutua.

El tercer componente es la comunidad como sujeto activo de transformación de sus realidades. El implemento de prácticas de promoción de salud mental comunitaria contribuye a abrir paso en este camino, para esto, es necesario el trabajo y reflexión colectiva para potenciar la toma de consciencia sobre aspectos propios de la comunidad, esta toma de consciencia debe estar basada en un cuestionamiento crítico que genere condiciones propicias para la toma de decisiones conjunta y autónoma sobre el proceso de salud, enfermedad y cuidados por parte de las personas. (Bang C. L., 2014, p. 243-244).

En esta perspectiva las personas dejan de ser sujetos que viven y observan su realidad aceptándola como algo que les corresponde vivir sin tener que cuestionarla, sino que se vuelven sujetos activos, capaces de alcanzar una mejor calidad de vida.

De acuerdo a la Organización Panamericana de la Salud (como se citó en (Giraldo Osorio, Toro Rosero, Macías Ladino, Valencia Garcés, & Palacio Rodríguez, 2010) plantean:

La promoción de la salud, se consigue a través de tres mecanismos intrínsecos de las personas, los cuales son: a) El autocuidado, es decir, las decisiones y

acciones que la persona lleva a cabo en beneficio de su propia salud; b) La ayuda mutua o acciones que las personas realizan para ayudarse unas a otras de acuerdo a la situación que estén viviendo; c) Los entornos sanos o creación de las condiciones ambientales que favorecen la salud, tales como las escuelas saludables que se constituyen en escenarios potenciadores de las capacidades de los niños y niñas, en las que la educación para la salud y la promoción de la salud son opciones pedagógicas para el desarrollo humano y la formación en valores en la niñez. (p. 131).

La importancia de conocer estos mecanismos intrínsecos de las personas consiste en que los psicólogos pueden tomarlos como base a la hora de elaborar estrategias de promoción, de esta manera se puede conocer sobre qué aspectos se pueden trabajar con la comunidad para poder conseguir un mayor impacto a la hora de abordar los diversos temas que se trabajaran con determinadas personas, familias o comunidades y ese impacto puede verse reflejado en la reflexión de los individuos, el cambio de pensamiento y posterior cambio de conductas asociadas a tener un estilo de vida que les ayude a alcanzar un estado de bienestar físico y mental.

Con respecto al último punto sobre el cambio de conductas de una comunidad que ha sido trabajada con estrategias de promoción de la salud mental, existe un modelo de promoción de la salud, basado en tres teorías de cambio de conducta que están influenciadas por la cultura. Nola J. Pender (s.f.) (como se citó en (Giraldo Osorio, Toro Rosero, Macías Ladino, Valencia Garcés, & Palacio Rodríguez, 2010) explica:

La primera teoría es llamada la acción razonada, basada en Ajzen y Fishben (s.f.), esta teoría explica que lo que determina principalmente una conducta, es el propósito de la persona, es decir, es más probable que la persona lleve a cabo una conducta si desea obtener un resultado.

La segunda teoría se denomina la acción planteada, afirma que adicional a la primera teoría, existe mayor probabilidad que la persona lleve a cabo una conducta si esta tiene seguridad y control sobre ellas.

La tercera es la Teoría Social-Cognitiva, de Albert Bandura en el que se plantea la autoeficacia como uno de los factores que más influyen en el funcionamiento humano, definida como “los juicios de las personas acerca de sus capacidades para alcanzar niveles determinados de rendimiento”. (p. 133).

Teniendo en cuenta lo anterior las intervenciones que tiene un psicólogo con las familias de determinada comunidad para fomentar la salud mental pueden estar encaminadas en lograr que las personas se vean motivadas a adquirir hábitos y conductas que los conduzcan a vivir mejor y a tener un mejor estado mental y emocional, también la motivación de querer aprender a controlar sus propias conductas y por último que tengan la motivación de querer ser auto eficaces y tener plena consciencia de las capacidades que tienen como seres humanos para superar obstáculos de manera saludable.

En cuanto a estrategias llevadas a cabo en la práctica, hay una estrategia que promueve la salud mental y previene trastornos mentales la cual fue aplicada en Malvinas-Argentina. En dicha propuesta, se realizó un estudio epidemiológico y se enfatizó en las potencialidades de los individuos en cuanto a la resolución de problemas, de manera que los miembros de la comunidad se vuelvan miembros activos de la promoción y prevención de su propia salud mental. (Villacé, y otros, 2014).

Este diseño participativo permitió a las personas reflexionar sobre diferentes problemáticas que afectan a la salud mental y al ser conscientes de aquello, construir conocimientos desde su propia experiencia, y crear estrategias para solucionar aquellos problemas lo cual demuestra la importancia del empoderamiento de las personas de diversas comunidades para fortalecer aspectos de la salud mental en conjunto con redes de apoyo social.

Por otro lado se realizó un estudio con adultos y adultos mayores en un centro de salud en Buenos Aires el cual se centra en el análisis de la importancia de incorporar diferentes estrategias y recursos que puedan permitir la creación de otras perspectivas con respecto a la promoción de la salud de Atención Primaria de Salud (APS). Este trabajo incorporó actividades de arte, creatividad y juegos grupales, dicha participación colectiva logró una creación artística la cual tuvo un fuerte impacto subjetivo en las personas de dicho centro. (Bang, Stolkiner, & Corín 2016, p. 464).

Estas estrategias permitieron fomentar vínculos afectivos y abordar problemáticas observadas durante el proceso, como la soledad, el aislamiento y la pasividad en cuanto a la salud de los adultos y adultos mayores lo cual representa un problema que obstaculiza la mejora de la salud mental, sin embargo, al saberlo abordar y hacer uso de estrategias se puede observar la motivación que surge en los individuos por estar y sentirse bien física y mentalmente.

De acuerdo a un programa de promoción de salud mental se expresa que actualmente se cuenta con suficiente evidencia para demostrar que los programas que promocionan la salud mental no sólo funcionan, sino que además contribuyen a un mayor bienestar mental y aumentan la calidad de vida a nivel individual y comunitario. (Jané-Llopis, 2004), p.73). En este estudio se detallan beneficios que tiene trabajar en la promoción y prevención de la salud mental, como un mejor ajuste psicológico, reducciones en problemas de agresividad, aprendizaje y conducta, también ha contribuido a un mayor bienestar mental en general.

Por otra parte, Czeresnia & Freitas (como citó Bang, 2014) muestran una perspectiva la cual propone lo siguiente:

Un conjunto de valores colectivos asociados a la promoción de la salud tales como: vida, salud, solidaridad, equidad, democracia, ciudadanía, desarrollo, participación y asociación, entre otros. Esta perspectiva se trata de combinar estrategias de forma que no se limita solamente a crear campañas sobre buena alimentación o incluir el deporte en el estilo de vida de las personas sino que define en conjunto a cada población, cuáles serán las acciones que fomenten la salud, basándose en el conocimiento popular y la participación social, considerando a la salud desde una perspectiva integral. (p. 113).

Esta última noción propone estrategias más factibles a la realidad latinoamericana, debido a las particularidades que tiene cada cultura por lo tanto esta perspectiva permite crear estrategias de promoción de la salud desde la realidad de cada comunidad, partiendo de las necesidades y soluciones que manifiestan los individuos de cada población determinada y no de soluciones preestablecidas de poca utilidad e interés para la comunidad.

Otro programa de desarrollo de salud mental (PRODESAM) fue creado con el propósito de contribuir a mejorar la salud mental del Centro de Salud Familiar Padre Alberto Hurtado (CESFAM PAH) de Macul-Chile.

En dicho programa, uno de los objetivos específicos era fortalecer las iniciativas de promoción de salud mental en la comunidad, para lo cual utilizaron como estrategia la comunicación social en promoción de salud mental y tomaron acciones para sensibilizar y promover cambios de comportamientos por medio de la difusión de información general de salud mental, relacionada a estilos de vida, relaciones interpersonales y ambientes.

Como resultado de esta estrategia llevada a cabo a través de talleres y materiales gráficos y audiovisuales se pudo observar una buena aceptación por parte de los integrantes, pero también limitaciones traducidas en una reducción y desplazamiento de estas intervenciones de promoción por otras prioridades de atención médica. (Kirsten, Acuña, Huepe, & Fuenzalida, 2017), p. 179-192).

Esta experiencia es de utilidad para futuras intervenciones concernientes en la promoción de la salud mental debido a que podemos tener en cuenta las diferentes situaciones que pueden suscitarse estudiando la realidad actual de determinada población, de esa manera se puede lograr precautelar adversidades y se puede intervenir de una manera más realista y adecuada.

Por otra parte, la ejecución de talleres es otra forma de promocionar salud de una manera colectiva, impartidas a grupos o comunidades. Los talleres de promoción de la salud mental son aquellos que fomentan el bienestar mental en los individuos ya sea mejorando hábitos, comportamientos, actitudes y pensamientos con relación a diferentes aspectos de la salud que contribuyen a que las personas tengan una mejor calidad de vida con respecto al bienestar mental.

Un taller de promoción de la salud ha de conseguir que sus integrantes se sientan protagonistas, desarrollen habilidades, se conviertan en activos para tomar decisiones y generen salud. Un taller ha de capacitar a las personas, las ha de empoderar dándoles más autonomía y poder para decidir; ha de centrarse, sobre todo, en el desarrollo y adquisición de estas habilidades, en el aprender haciendo de una manera motivadora y divertida. (Hernández, J.Paredes, & J.Paredes, 2014), p.41).

Esto quiere decir que durante la intervención de los talleres de promoción de la salud mental, los psicólogos como mediadores podemos trabajar en conjunto con los participantes para ir construyendo conocimientos los cuales se generaran a partir de la reflexión de cada una de las personas durante el proceso, esto, mediante actividades lúdico-participativas que captaran el interés y motivación de las personas lo cual le dará sentido y ayudará a que estas logren interiorizar los contenidos expuestos.

3. METODOLOGÍA

La metodología del presente trabajo es: “sistematización de experiencias” la cual permite construir nuevos conocimientos a través de las experiencias adquiridas en un determinado contexto, esto, mediante una reflexión y análisis crítico del proceso vivido. Debido a esta característica de la sistematización fue preciso hacer uso de esta metodología porque se generarán nuevos conocimientos a partir del trabajo realizado en la fundación “Huerto de los Olivos” en la cual se trabajó con las familias de los usuarios de dicho centro.

Para la elaboración de la sistematización fue preciso usar como técnica la observación y aplicación de talleres de promoción de la salud mental, los cuales fueron dados mediante una metodología lúdica participativa para brindarles una mejor experiencia y permitir una mejor interacción por parte de los integrantes y posteriormente se procedió a analizar la información recabada de forma crítica y sistemática.

3.1 Generación de conocimiento mediante la sistematización de experiencias

La sistematización de experiencias implica un proceso reflexivo, crítico, constructivo e interpretativo que logra el surgimiento de nuevos saberes, desde la propia subjetividad e interpretación de quien sistematiza. Se trata de recuperar lo que la persona sabe de manera ordenada y de descubrir aquello que la persona no sabía.

Existen ocho características de la sistematización de experiencias propuestas de la siguiente manera:

La primera característica revela que la sistematización produce conocimientos desde la experiencia, pero es importante que esta no se limite a describir y caracterizar experiencias, sino que logre una trascendencia de esos nuevos conocimientos a futuras aplicaciones similares.

La segunda característica reside en recuperar lo sucedido a lo largo de la experiencia vivida, reconstruyendo y ordenando aquella información de manera exacta a como fueron percibidas para poder interpretarla y así obtener como resultado nuevos aprendizajes. Reconstruir y ordenar lo que ocurrió será el punto de partida de una sistematización.

La tercera característica trata sobre valorizar las interpretaciones que realizan los sujetos los cuales desean compartir, discutir o confrontar aquellas interpretaciones, pretensiones y vivencias.

La cuarta característica contribuye a identificar tensiones entre el proyecto y el proceso, es decir, existe un proyecto preestablecido desde el inicio, con pasos y objetivos a seguir, sin embargo, en el proceso, esa planeación no será realizada exactamente a como se planeó debido al propio dinamismo del proceso en el cual existirán varias situaciones que no siempre se podrán prever y es ahí donde será necesario hacer modificaciones, innovaciones o repeticiones los cuales llevarán a tomar múltiples decisiones para llevar a cabo el proyecto.

La quinta característica permite identificar y formular lecciones aprendidas, aquí, las interpretaciones que se realicen deben concluir con una propuesta transformadora sin caer en explicaciones generales ni abstractas, sino que es necesario constituir aprendizajes que provengan de una reflexión crítica de acuerdo a las experiencias vividas, esto es a lo que se refiere el término “lecciones aprendidas”.

La sexta característica indica que hace posible documentar las experiencias y elaborar materiales y productos comunicativos de utilidad para el trabajo de las instituciones. Cuando al sistematizar se retorna a esos documentados, se descubre una fuente rica en ideas y situaciones que la memoria había dejado de lado y esto se puede utilizar para elaborar productos comunicativos surgidos desde la experiencia.

La séptima característica explica que la sistematización fortalece las capacidades individuales y de grupo por el motivo de que un proyecto o equipo de trabajo que sistematiza sus experiencias va edificando un pensamiento colectivo proveniente de prácticas reales analizadas y debatidas. Pero también, construye un pensamiento que sirve a los participantes como muestra de lo que pueden lograr sumando y articulando los aportes individuales de cada uno a pesar de que no se llegue a un consenso absoluto ni permanente.

La octava característica sugiere que las personas que son protagonistas de la experiencia deben ser las principales protagonistas de su sistematización, aunque para realizarla puedan requerir apoyo o asesoría de otras personas de otra manera tendría poco sentido que sean otras personas quienes sistematicen ya que estas no habrán vivenciado de aquella experiencia y no podrían hacer una recuperación del proceso vivido. (Jara, 2014), p. 117-127).

Estas particularidades que tiene la sistematización son de gran utilidad para generar nuevos conocimientos debido a que servirán como referencia para futuras intervenciones que se asemejen a las prácticas llevadas a cabo en determinada sistematización, y a su vez será posible conocer cuáles fueron los errores y aciertos para saber cuáles de las acciones realizadas se deben descartar y cuáles podemos replicar oportunamente en una futura ocasión.

3.2 Aspectos contextuales que influyeron en el proceso de sistematización

El presente trabajo de sistematización está basado en la aplicación de cuatro talleres de promoción de la salud mental los cuales fueron parte del Proyecto “Mujer, familia y pareja: prevención e intervención psicológica”. Los objetivos de este proyecto son: a) Establecer rutas de actuación homogeneizando la intervención de las/os psicólogas/os del Centro de Investigación y docencia, en temáticas relacionadas con violencia intrafamiliar y disfuncionalidad familia y pareja; b) Organizar y facilitar la intervención del área psicológica dentro del equipo interdisciplinar con objeto de ajustar las intervenciones a las necesidades de las/os usuarias/os; c) Incorporar criterios comunes de intervención bajo el enfoque sistémico; y d) Medir los niveles de efectividad en el tratamiento a corto y mediano plazo.

En cuanto a los talleres, estos fueron realizados en Diciembre de 2018 y Enero de 2019 en la fundación “Huerto de los Olivos” ubicado en la parroquia Pascuales, en el sector norte de la ciudad de Guayaquil. Esta es una parroquia rural de Guayaquil. Su parroquialización se dio el 28 de agosto de 1893 y pertenece a un sector denominado “Parque Industrial”, tiene un estadio “Jacobo Bucaram”, la iglesia “San Juan Bautista” y frente a este se encuentra el Parque Central. También se encuentra el Malecón de Pascuales, el Mercado Municipal, un Centro de Atención Municipal Integral (CAMI) con Centro Multimedia, Centro de Salud y otras dependencias.

Este Centro de Atención Municipal Integral (CAMI) figuró como punto de encuentro desde el inicio de las intervenciones y reuniones con los líderes y representantes del centro quienes direccionaban al equipo de estudiantes para que pueda conocer a las familias con las que iba a trabajar, en este mismo centro se realizaron los talleres de promoción de la salud mental.

En cuanto a la fundación, se trata de una institución creada sin fines de lucro y con la perspectiva de trabajar en fortalecer la calidad de vida de los usuarios de la fundación, está interesada en contribuir al cumplimiento de los derechos de una atención integral enfatizando el estado de salud física, psicológica y pedagógica, respetando la identidad cultural y las buenas prácticas familiares de crianza. (Moarry, 2017) explica:

Los objetivos de la fundación son los siguientes:

Atender, capacitar y orientar a las personas, niños, niñas, adolescentes y comunidad en general, que se encuentren en situación de riesgo y vulneración de derechos.

Promover e incentivar la participación y colaboración de mujeres, hombres y jóvenes de su comunidad para coadyuvar al desarrollo social y productivo, así como incentivar el desarrollo personal y formativo de los niños, niñas y adolescentes.

La fundación podrá prestar servicios de consultoría en las ramas de su especialidad, siendo estas de tipo: psicológica, educativa, social y legal.

Promover todo tipo de actividades de investigación, publicaciones, estudios y foros para la defensa de los derechos civiles y políticos de la comunidad en general.

Algunos aspectos negativos del contexto fueron los días y horarios limitados que teníamos para trabajar con las familias de los usuarios de la fundación debido a las actividades que realizaban de martes a jueves en el Centro de Atención Municipal Integral los cuales se interponían a la actividades planeadas, por lo tanto era complicado para muchos de los integrantes del equipo registrarse únicamente a los días lunes y viernes para poder realizar los talleres y a su vez precautelar que las actividades no se crucen con los talleres que realizarían los compañeros de otros grupos de servicio comunitario.

Sin embargo, se logró solucionar esos inconvenientes y como aspecto positivo, se resalta lo beneficioso que fue contar con el Centro de Atención Municipal Integral, debido a que en aquel lugar se pudo encontrar un espacio amplio, cómodo y accesible para todos los usuarios quienes estuvieron predispuestos a asistir al lugar e inclusive en varias ocasiones eran los mismos usuarios quienes invitaban a vecinos a ser parte de nuestros talleres.

3.3 Plan de sistematización

La experiencia sistematizada se realizó a partir de la aplicación de cuatro talleres de promoción de la salud mental, en los cuales, dos de ellos fueron realizados por un grupo diferente de estudiantes de noveno semestre del mismo proyecto, los cuales se encargaron de facilitar toda la información recabada en dichos talleres para posteriormente poder analizar la información.

El eje de sistematización está enfocado en las estrategias de promoción aplicadas por estudiantes de psicología de noveno semestre para conocer si las estrategias de promoción utilizadas lograron captar el interés de la comunidad por la salud mental.

La información fue obtenida a través de entrevistas con los líderes comunitarios, los miembros de las familias, una bitácora o diario de campo en donde se describían las actividades realizadas en los talleres y las actitudes de los participantes durante el proceso, también registros de asistencia, informe de cada taller realizado y un cuestionario que evaluó la importancia que tiene la salud mental para los usuarios de la fundación.

EXPERIENCIA SISTEMATIZADA	Cuatro talleres de promoción de la salud mental aplicados a usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” ubicado en Pascuales, en el sector norte de la ciudad de Guayaquil.
EJE DE SISTEMATIZACIÓN: “PREGUNTA EJE”	¿Las estrategias de promoción utilizadas con los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” lograron captar su interés por la salud mental?
FUENTES DE INFORMACIÓN	✓ Diálogo con familias. ✓ Diario de campo. ✓ Informes. ✓ Cuestionario ✓ Registro de actividades diarias. ✓ Registro fotográfico.

Tabla 1: Elementos básicos de la sistematización

El presente trabajo de sistematización representa un requisito indispensable para completar el proceso de titulación y tiene como objetivo analizar las estrategias de promoción aplicadas a familias de usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” para captar el interés de los usuarios en la salud mental, y de esta manera, generar nuevos conocimientos que aporten a futuras prácticas e intervenciones similares.

Esto será de gran utilidad porque a través de esta experiencia se puede conocer qué acciones fueron de utilidad y cuáles deben ser replanteadas o modificadas de manera oportuna para que al final, a lo largo del tiempo, con varias experiencias similares se logre perfeccionar la manera en que son aplicadas las estrategias de promoción de la salud mental. (Jara, 2014) afirma:

La sistematización puede servir para intercambiar y compartir nuestros aprendizajes con otras experiencias similares, también para contribuir a la reflexión teórica con conocimientos surgidos directamente de las experiencias y para comprender de manera más profunda las experiencias vividas para poder mejorarlas. (p. 130-136).

Es importante destacar la diferencia entre intercambiar información sobre experiencias y el intercambio de aprendizajes, el segundo va mucho más allá que el intercambio de datos, debido a que este implica el intercambio de los resultados de aquella interpretación crítica que se realizó.

A continuación, se explica de manera detallada todo el proceso que se realizó para llevar a cabo el presente trabajo de sistematización de experiencias.

	Actividad	Participantes	Fecha
Recuperación del proceso	Revisión de información del taller #1 de promoción.	de Adriana Galarza	20 de diciembre de 2018
	Revisión de información del taller #2 de promoción.	de Adriana Galarza	29 de diciembre de 2018
	Revisión de información del taller #3 de promoción.	de Adriana Galarza	18 de enero de 2019

Reflexión Crítica	Revisión de información del taller #4 de promoción.	Adriana Galarza	18 de enero de 2019
	Ordenamiento de información recabada.	Adriana Galarza	19 de enero de 2019
	Tabulación e interpretación de cuestionario aplicado a participantes de los talleres.	Adriana Galarza	20 de enero de 2019
	Revisión de planificaciones de los talleres realizados.	Adriana Galarza	20 de enero de 2019
	Revisión de la información de la recuperación del proceso.	Adriana Galarza	20 de enero de 2019
	Lectura de la revisión literaria realizada.	Adriana Galarza	17 de enero de 2019
	Interpretación de la encuesta aplicada.	Adriana Galarza	16 de enero de 2019
	Reflexión e interpretación de las estrategias planteadas en la literatura.	Adriana Galarza	17 de enero de 2019
	Reflexión sobre las lecciones aprendidas en el proceso.	Adriana Galarza	19 de enero de 2019
	Firma de acuerdo con tutora.	Olga Preciado Adriana Galarza	10 de diciembre de 2018

Elaboración del producto final	Presentación del perfil de investigación	Adriana Galarza	10 de diciembre de 2018
	Revisión de la literatura.	Adriana Galarza	7 de enero de 2019
	Metodología de la investigación	Adriana Galarza	14 de enero de 2019
	Documentación para la recuperación del proceso	Adriana Galarza	11 de febrero de 2019
	Análisis y reflexión	Adriana Galarza	11 de febrero de 2019
	Conclusiones y recomendaciones	Adriana Galarza	18 de febrero de 2019
	Bibliografía y anexos	Adriana Galarza	18 de febrero de 2019

Tabla 2: procedimiento seguido para la sistematización

Para poder realizar la recuperación del proceso fue indispensable realizar cuatro talleres de promoción de la salud mental los cuales conformaron la base de esta sistematización, luego se realizó la revisión de la bitácora en la cual se realizaban anotaciones en el transcurso y al final de cada intervención, información que posteriormente tuvo que ser reordenada para un mejor uso y comprensión, también se debió revisar el informe individual de los talleres realizados, estos proporcionaron información pertinente para llevar a cabo el trabajo y por último, fue de gran relevancia y utilidad aplicar un cuestionario que evaluó el interés que tenían los usuarios de la fundación por la salud mental, por ende, este instrumento ayudó a revelar qué importancia tuvo para ellos los temas abordados en cada taller y también permitió conocer que impacto tuvo en ellos el haber tenido esa experiencia.

Posteriormente para realizar la reflexión crítica fue necesario hacer una revisión de todo el proceso de la recuperación del proceso al igual que la revisión de la literatura la cual nos indicaba cuáles habían sido las estrategias de promoción que ya han sido aplicadas según diferentes estudios, fue de utilidad debido a que en ese punto con la experiencia adquirida en los talleres realizados iba a ser posible

contrastar la teoría con la práctica y era posible argumentar las fortalezas y debilidades de dichas estrategias y también se podría inferir qué estrategias pueden ser las más adecuadas para ser aplicadas en el contexto en donde se realizaron los talleres.

Para la elaboración del producto final, existió la asignación de una tutora con la cual se firmó un acuerdo en donde constaban los días en donde se trabajarían las tutorías, las mismas que sirvieron para hacer la revisión de todas las fases del trabajo de sistematización presente en la cual se realizó correcciones y pautas a seguir para poder llevar a cabo un trabajo de calidad.

3.4 Consideraciones éticas

Para las intervenciones no fue necesario la aplicación del consentimiento informado debido a que no se trabajó con información confidencial la cual pueda comprometer de alguna manera a los usuarios, la asistencia de los usuarios a cada uno de los talleres fue totalmente voluntaria.

Dentro de las intervenciones siempre se trató de promover el respeto sobre todo en las dinámicas realizadas con los usuarios y al inicio de cada intervención se plantearon normas las cuales promovían conductas como levantar la mano para expresar opiniones, no interrumpir y respetar las posturas ajenas incluso cuando no se compartían las mismas opiniones.

En cuanto a las intervenciones realizadas hacia los usuarios, en relación a la exposición de conocimientos en los temas abordados, se trató que el discurso de cada expositor se diera de manera objetiva, apartando conceptos y creencias particulares para que estos no influyan en el mensaje que se intentaba transmitir a los usuarios. El contenido de los talleres fue previamente revisado y corregido en las tutorías grupales correspondientes en las cuales se dio el visto bueno para su aplicación.

3.5 Fortalezas y limitaciones

Una de las fortalezas fue el espacio que se utilizó para realizar los talleres, el Centro Municipal de Atención cuenta con guardias los cuales nos proporcionaron seguridad a pesar de estar en un sector con alto índice de delincuencia. El espacio

también permitió un buen desplazamiento, fue cómodo y cercano para casi todos los usuarios, por lo tanto se pudo trabajar con tranquilidad.

Otra fortaleza de suma relevancia fue la aceptación y las actitudes positivas que mantuvieron los usuarios de la fundación durante las intervenciones, existió predisposición para asistir a los talleres de tal manera que el primer taller se inició con 14 personas y en los próximos se alcanzó aproximadamente 30 personas quienes se mostraron interesadas en lo que se iba a realizar, muchos de estos usuarios fueron convocados por los propios vecinos quienes compartían su motivación e interés en participar en los talleres.

Todo esto ayudó a crear un buen ambiente e interacciones que aportaron a generar conocimientos durante todo el proceso.

Con respecto a las limitaciones, estas están relacionadas con las dificultades que se tuvo para fijar horarios los cuales se cruzaban con la disponibilidad de tiempo del grupo, debido a que los usuarios tenían constantes actividades en el espacio usado para los talleres por lo tanto solo podíamos intervenir luego de que se desocuparan de sus actividades.

4. RECUPERACIÓN DEL PROCESO VIVIDO

La presente sistematización de experiencias tiene como finalidad analizar si las estrategias de promoción utilizadas con los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” lograron captar su interés por la salud mental.

El instrumento utilizado para la elaboración de los talleres se denomina Ficha de planificación de talleres y se encuentra estructurada en dos partes: Planificación del taller y el desarrollo del taller, el primero, consta de dos fases. En la primera fase, se indican los datos iniciales, como: el nombre del tema principal, el nombre del taller el cual debe ser atractivo para los participantes, también se encuentra los responsables, la fecha, el lugar, el tiempo y el objetivo del taller.

La segunda fase del taller está relacionada con el desarrollo del taller, esta consta de cuatro etapas: la primera, es la etapa social, la segunda etapa es sobre el desarrollo del taller, la tercera, es la etapa de evaluación y conclusión y la última, etapa de cierre.

En la etapa social se ejecutan las formas de saludo y bienvenida, identificación, presentación del equipo, dinámicas, etc. En la etapa de desarrollo del taller se abordan los temas a tratar utilizando material visual y se elige con qué metodología se va a trabajar, en este caso la metodología es lúdica-participativa. En la etapa de

evaluación y conclusión se realiza una retroalimentación del taller ejecutado, se realiza una evaluación del taller con los facilitadores y se consolidan los contenidos revisados en el taller y en la etapa de cierre se exploran compromisos por parte de los participantes y se realiza un refuerzo del mismo.

A continuación, se explicarán los acontecimientos llevados a cabo en los cuatro talleres realizados sobre promoción de la salud mental. Es preciso puntualizar que el primer y el último taller fueron realizados por un grupo diferente de estudiantes de la facultad de psicología de noveno semestre, quienes facilitaron la información recabada en los talleres mencionados.

La convocatoria para el primer taller la realizó cada estudiante invitando de manera física y verbal a sus usuarios correspondientes, esto sucedió durante las sesiones con las familias las cuales estaban establecidas en su servicio comunitario. En los siguientes talleres, la convocatoria se realizó al finalizar cada taller y también a través de llamadas telefónicas en el caso de algunos usuarios.

El primer taller fue realizado el 18 de diciembre de 2018, fue denominado: ¿Cómo reconoces a un psicólogo? y tuvo como objetivo brindar información a las familias sobre cuál es el rol del psicólogo dentro de la comunidad. Dentro de la etapa social se realizó la bienvenida a las familias invitadas y se les hizo la entrega de un tríptico que contenía información sobre los temas que se iban a tratar y como actividad inicial se realizó una dinámica de apertura llamada pausa activa la cual consta en la ejecución de movimientos corporales como movimientos de cabeza, movimiento de hombros, movimiento de brazos, movimiento de pies y cintura, esta actividad fue realizada solamente por integrantes que no padecían problemas físicos.

Posteriormente, en la etapa de desarrollo del taller, las facilitadoras abordaron el tema explicando de manera general cuál es el papel que tienen los psicólogos e hicieron participar a los usuarios con sus opiniones. Luego, se realizó una actividad llamada “Estimulación cognitiva” que consiste en la realización de ejercicios que se dirigen a mantener o mejorar el funcionamiento cognitivo mediante ejercicios que impliquen diversas áreas: memoria, atención, percepción, funciones ejecutivas (planificación, organización y ejecución).

El primer paso fue integrar a todos los participantes, luego, la facilitadora explicó la actividad mediante un ejemplo y comprobó que todos hayan comprendido, entonces se indicó a un primer participante a que inicie la actividad mencionando una palabra y la persona que le seguía tuvo que añadir una nueva palabra mencionando la anterior. Así, hasta que todos hayan participado.

Dentro de la etapa de evaluación y conclusiones se continuó abordando el tema de manera más específica explicando las funciones que tienen los psicólogos dentro de la comunidad y se indagó sobre los conocimientos previos de los participantes y a continuación se realizó un ejercicio de razonamiento eligiendo cinco usuarios los cuales debían realizar lo siguiente: Imaginarse un futuro agregando las siguientes frases las cuales debían de completar, por ejemplo: me llamo... tengo... me hubiese gustado ser... y al finalizar la actividad se brindó un pequeño refrigerio.

En la etapa de cierre se realizó una actividad final la cual permite ejercitar la memoria. Con ayuda de los usuarios voluntarios y de las facilitadoras, se les pidió recordar una anécdota que haya acontecido en la vida del usuario en su infancia o adolescencia y se les dio tiempo para recordar la anécdota y tiempo para contarla. Se culminó el taller con una retroalimentación por parte de las facilitadoras, la petición de la firma de los integrantes en la hoja de asistencia y el respectivo agradecimiento e invitación al próximo taller.

El segundo taller fue realizado el 20 de diciembre de 2018, fue denominado: ¿Qué sabemos sobre bienestar mental? y tuvo como objetivo concientizar a las familias sobre la importancia que tiene la salud mental para vivir mejor. Dentro de la etapa social se realizó la presentación individual por parte del grupo de facilitadores los cuales dieron la bienvenida a las familias invitadas y se les explicó a los mismos cuál era el objetivo del taller y de qué se iba a tratar, también se establecieron ciertas normas de respeto indicándoles que debían levantar la mano si deseaban expresar sus opiniones, también que no debían interrumpir mientras otra persona hablaba y como última norma se les indicó que debían respetar las opiniones ajenas incluso si estas eran diferente a las suyas. Luego, como actividad de inicio se realizó una dinámica con una técnica diseñada para romper el hielo.

Posteriormente, en la etapa de desarrollo del taller, los facilitadores abordaron los siguientes temas: ¿Qué entendemos por salud mental?, factores que pueden afectar a la salud mental y recomendaciones para mejorar la salud mental. Dentro del desarrollo de los temas se les pidió que formaran dos grupos de cinco personas y se les entregó varias imágenes a cada grupo, explicándoles a un grupo que elijan imágenes las cuales consideran ellos que refleja una salud mental y al otro grupo se le pidió que elijan imágenes las cuales consideren ellos que reflejan poca salud mental y cada grupo elaboró un papelógrafo con las imágenes seleccionadas y luego expresaron su opinión explicando las razones por las cuales habían elegido dichas imágenes.

Dentro de la etapa de evaluación y conclusiones se realizó una retroalimentación y preguntas reflexivas relacionadas a lo aprendido en aquel taller y se les preguntó

sobre temas que les resultaron interesantes y posteriormente como cierre se procedió a la resolución de dudas y luego se les brindó un pequeño refrigerio y por último se les agradeció por su presencia y se les animó a asistir al siguiente taller indicándoles la fecha y hora.

El tercer taller fue realizado el 27 de diciembre de 2018, fue denominado: Beneficios de ir al psicólogo y tuvo como objetivo brindar información sobre el rol del psicólogo para dar a conocer la importancia que estos tienen para ayudar a las personas a sentirse mejor mentalmente. Dentro de la etapa social se realizó la bienvenida a las familias invitadas y se les explicó brevemente el contenido del taller, también se les recordó las normas de respeto indicándoles que debían levantar la mano si deseaban expresar sus opiniones, también que no debían interrumpir mientras otra persona hablaba y que debían respetar las opiniones ajenas incluso si estas eran diferentes a las suyas.

Luego, como actividad de inicio se les pidió a los participantes que levantaran la mano quienes deseaban que les ocurra lo siguiente:

¿A quién le gustaría sentirse mejor consigo mismo?

¿A quién le gustaría tener mejores relaciones con las demás personas?

¿A quién le gustaría saber cómo manejar la ira o frustración?

¿A quién le gustaría aprender a manejar los problemas que se les presenta a diario de una manera saludable?

Al finalizar las preguntas, el facilitador las vinculó con el papel que tienen los psicólogos para poder alcanzar aquello mencionado y se mantuvo un pequeño diálogo con los participantes.

Posteriormente, en la etapa de desarrollo del taller, los facilitadores abordaron los siguientes temas: Funciones del psicólogo, la psicología en la familia, intervención psicológica familiar y cuáles son sus beneficios, mediante el desarrollo de los temas se les preguntó qué nociones tenían sobre los psicólogos y en conjunto con el material visual se mencionaron los mitos con respecto a los psicólogos en donde ellos asentían haber escuchado lo mencionado y daban su punto de vista en cuanto a los temas.

Dentro de la etapa de evaluación y conclusiones se realizó una retroalimentación y preguntas reflexivas relacionadas a lo aprendido en aquel taller y se les preguntó sobre temas que les resultaron interesantes y posteriormente como cierre se procedió a la resolución de dudas y luego se les brindó un pequeño refrigerio y por

último se les agradeció por su presencia y se les animó a asistir al siguiente taller indicándoles la fecha y hora.

El cuarto taller fue realizado el 9 de enero del 2019, tuvo una duración de 1 hora y 30 minutos y fue denominado: Ayuda psicológica y tuvo como objetivo brindar información sobre cuándo es necesario obtener ayuda psicológica, los tipos de ayuda psicológica que existen, y tipos de crisis que existen en las familias.

Dentro de la etapa social se realizó la bienvenida a las familias invitadas y se le hizo la entrega de trípticos a cada uno de los integrantes. Como primera actividad se realizó una dinámica llamada: pausa activa – transmisión mímica, a través de movimientos repetitivos descendentemente, solo el primer participante, el resto daba la espalda y se le indicaba paso a paso el movimiento que debe transmitir al participante de atrás y así sucesivamente; los movimientos consistían en una serie de movimientos de brazos (arriba, abajo), movimiento de piernas (derecha, izquierda) movimiento de cadera, y movimientos gestuales, con el fin de ver hasta qué participante llega la coordinación correcta.

Al finalizar la dinámica se les explicó que así mismo suceden en los conflictos familiares en la transmisión de información a veces ocurre que la información es interpretada o comprendida de manera equivocada y esto crea una comunicación poco asertiva, aunque no siempre sea con malas intenciones.

En la etapa de desarrollo del taller las facilitadoras abordaron temas sobre las crisis normativas y paranormativas que suelen darse en las familias y se resaltó sobre cuándo es necesario una intervención psicológica para ayudar a atravesar de manera saludable este tipo de situaciones. Posterior de la explicación se dio una segunda actividad en equipo, esta consistió en pedirle a los participantes formar parejas y se le entregó a cada pareja dos pedazos de lana cruzado en sus manos, en el cual se les indicó que debían liberarse, sin la necesidad de soltar el nudo o de llegar a un conflicto y darse por vencido muy fácilmente y se vinculó la actividad realizada con la manera en que suceden los conflictos familiares y cómo se pueden resolver de una manera adecuada.

Dentro de la etapa de evaluación y conclusiones se continuó abordando el tema de crisis familiares haciendo énfasis de la importancia de saber acudir al psicólogo de manera temprana y no solamente cuando los problemas se han vuelto mucho más grandes. Luego, se procedió a responder toda clase de dudas y se plantearon ejemplos de problemas cotidianos para que los participantes den a conocer la manera en que enfrentan ese tipo de situaciones para posteriormente hacer una retroalimentación y alternativas de solución.

Para el cierre, se brindó un pequeño refrigerio y posterior a eso se comenzó con una última actividad que consistía en que cada participante escribiera sus miedos en una hoja de papel con la ayuda brindada por las facilitadoras y se les dio tiempo para poder escribirlo, una vez culminado, se le pidió a cada participante que pase al frente explicando en qué le había afectado esos miedos escritos y para finalizar se les indicó que cogieran la hoja y la rompieran diciendo “yo soy poderoso/a” “yo soy más grande que mis miedos”. Para culminar con el taller se les agradeció por su presencia y se les animó a asistir al siguiente taller indicándoles la fecha y hora.

Fecha	Actividad	Participantes	Objetivo	Método	Resultados	Contexto
18/12/2018	Aplicación del taller #1 de promoción. Tema: ¿Cómo reconoces a un psicólogo?	Estudiantes de la facultad de Psicología. Familias de usuarios de la fundación Huerto de los Olivos.	Brindar información a las familias sobre cuál es el rol del psicólogo dentro de la comunidad.	Exposición y método lúdica participativa.	Asistencia de 16 personas. Buena acogida por parte de los integrantes. Interés en los participantes con respecto a los temas tratados.	El lugar en donde se realizó el taller fue accesible, cómodo y seguro para los participantes.
20/12/2018	Aplicación del taller #2 de promoción. Tema: ¿Qué sabemos sobre bienestar mental?	Estudiantes de la facultad de Psicología. Familias de usuarios de la fundación Huerto de los Olivos.	Concientizar a las familias sobre la importancia que tiene la salud mental para vivir mejor.	Exposición y método lúdica participativa.	Asistencia de 14 personas. Buena acogida por parte de los integrantes. Interés en los participantes con respecto a los temas tratados.	El lugar en donde se realizó el taller fue accesible, cómodo y seguro para los participantes. Tensión entre una usuaria y guardia de seguridad.
27/12/2019	Aplicación del taller #3	Estudiantes de la	Brindar información sobre el rol	Exposición y	Asistencia de 31 personas.	El lugar en donde se realizó el

	de promoción.	facultad de Psicología.	del psicólogo para dar a conocer la importancia que estos tienen para ayudar a las personas a sentirse mejor mentalmente.	metodo logía lúdica participativa	Buena acogida por parte de los integrantes. Interés en los participantes con respecto a los temas tratados.	taller fue accesible, cómodo y seguro para los participantes.
09/01/2019	Aplicación del taller #4 de promoción.	Estudiantes de la facultad de Psicología.	Brindar información sobre cuándo es necesario obtener ayuda psicológica y sobre los tipos de ayuda psicológica que existen	Exposición y método logía lúdica participativa	Asistencia de 24 personas. Buena acogida por parte de los integrantes. Interés en los participantes con respecto a los temas tratados.	El lugar en donde se realizó el taller fue accesible, cómodo y seguro para los participantes.
11/02/2019	Aplicación de encuesta sobre interés de la comunidad por la salud mental	Estudiantes de la facultad de Psicología. Diez usuarios de la fundación Huerto de los Olivos elegidos al azar.	Conocer el impacto que tuvieron los talleres en los usuarios con respecto al interés por la salud mental.	Encuesta	Resultados de los diez participantes que rondan en “De acuerdo” y “Totalmente de acuerdo” Es decir, hubo una buena aceptación.	El lugar en donde se realizó la encuesta fue accesible, cómodo y seguro para los participantes.

Tabla 3: recuperación de la experiencia vivida.

5. REFLEXIÓN CRÍTICA

Para responder a la pregunta: ¿Las estrategias de promoción utilizadas con los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” lograron captar su interés por la salud mental? Se procederá a realizar un análisis del proceso vivido de acuerdo a las teorías planteadas anteriormente, en contraste con las experiencias vividas.

Las estrategias aplicadas en los cuatro talleres de promoción fueron previamente planificadas y estudiadas en cada una de sus etapas, a continuación, analizaré cada una de ellas:

En primer lugar, el tema de los talleres presentados en las convocatorias y en la presentación de los mismos, fueron creados con nombres llamativos, de esta manera se pretendía crear buenas expectativas por parte de los usuarios y por la misma razón, se evitó usar términos complejos.

En la etapa social, es decir al inicio de los talleres siempre se ejecutaban dinámicas de integración grupal, debido a la utilidad que estas proporcionan al permitir fomentar actitudes de cooperación, permiten afianzar vínculos emocionales entre facilitadores y participantes, y ayuda a propiciar un ambiente de aprendizaje en donde los participantes alcanzan un estado de buena predisposición para aprender los contenidos que se abordarán en el transcurso de los talleres, de esta manera resultó fácil el dar paso a los temas que se iban a tratar.

Para llevar a cabo las dinámicas fue de suma importancia hacer uso de una buena observación que permitió identificar a las personas a las que se les dificultaría realizar cierto tipo de actividad, teniendo en cuenta si tenían o no alguna discapacidad física, de esta manera no se cometería el error de pedirle a aquellas personas que realicen las actividades sino que las integrábamos en otro tipo de actividad más factible para ellos, por lo tanto, cada facilitador que conocía a sus familias asignadas era responsable de identificar este tipo de situaciones y de saber a qué usuario se le designaría cierta actividad.

En las estrategias empleadas en la etapa del desarrollo de los talleres se abordaron los contenidos en un lenguaje sencillo y haciendo uso de ejemplos que suelen suceder en la vida cotidiana para una mejor comprensión y relación de conceptos y fueron ejecutadas con el apoyo de material visual, en este caso con papelógrafos ilustrados con imágenes y pequeñas secciones de texto explicativos que daban una idea clara de los contenidos y también se les facilitó a los

participantes material para la elaboración de sus propios papelógrafos elaborados con imágenes seleccionadas por los propios usuarios y posteriormente explicado por ellos.

También se planteó situaciones problemáticas, relacionadas a los temas tratados en donde los usuarios con el apoyo de los facilitadores debían resolver. Esta estrategia les permitió a los usuarios ser sujetos activos en su propio proceso de construcción de conocimientos, eran los propios usuarios los que generaban alternativas, soluciones y conclusiones sobre lo aprendido.

La importancia de haber llevado a cabo esta estrategia para el desarrollo de los talleres consiste en lograr que las familias tomen conciencia sobre temas de salud mental que desconocían totalmente o los conocían de manera errada con ideas de la idiosincrasia de la comunidad muchas veces apoyada en mitos generados a lo largo del tiempo, por lo tanto, al tomar conciencia iban construyendo conocimientos de acuerdo a sus propias experiencias y eso sumado al espacio creado y a los aportes de los facilitadores los usuarios lograban proponer soluciones de utilidad para ellos, esto demuestra el empoderamiento que estaban adquiriendo estas personas al aportar en la mejora de ciertos ámbitos de su propia salud mental.

En la etapa de evaluación y conclusión de los talleres, la estrategia utilizada fue generar preguntas reflexivas a los usuarios con respecto al tema tratado, esto tuvo como objetivo realizar una retroalimentación, concluir los temas tratados y consolidar conocimientos, por lo tanto por medio del discurso que daban los participantes pudimos evaluar la comprensión de los temas tratados y conocer a qué conclusiones habían llegado luego de la intervención.

En la etapa de cierre del taller se aprovechó para resolver dudas de los participantes, se pudo observar cómo algunos integrantes aprovecharon este momento para preguntar sobre aspectos donde les surgieron dudas o que no se habían atrevido a preguntar durante las etapas anteriores, fue en este momento final de la intervención en donde algunos usuarios expusieron situaciones de sus vidas en donde su interés principal fue conocer de qué manera ellos podían actuar en esos momentos en futuras situaciones. También se utilizó este último momento para invitarlos al próximo taller, de esta manera el mensaje de convocatoria llegaría de manera más efectiva, teniendo en cuenta el compromiso, predisposición y buena actitud de los participantes.

Las estrategias aplicadas en cada etapa mencionada anteriormente, responde la pregunta ¿Las estrategias de promoción utilizadas con los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” lograron captar su interés por la salud mental? Con el

proceder de cada estrategia obtuvimos como resultado buena aceptación e interés por parte de la gran mayoría de participantes que se vio reflejado en buenas actitudes, colaboración, participación, asistencia a los talleres, opiniones positivas con respecto a las intervenciones y por último uno de los indicadores del interés que tuvieron los participantes por la salud mental se vio reflejado en las encuestas sobre el interés de los participantes sobre la salud mental, las cuales fueron aplicadas al final de los cuatro talleres a 10 participantes elegidos de manera aleatoria.

Los resultados de esa encuesta refleja que la mayoría de los participantes están de acuerdo y totalmente de acuerdo con que los temas abordados cubrieron sus expectativas, les resultó interesantes y motivadores, opinaron que los facilitadores supieron mantener el interés y fomentar la participación, los temas tratados les resultó importantes y útiles, fueron de fácil comprensión, les proporcionó cierto aprendizaje, por último, la mayoría de participantes manifestó que la salud mental no es menos importante que la salud física y también expresaron el haber aprendido que ciertos aspectos de los psicólogos no eran como lo habían escuchado de los vecinos o familiares sino que habían logrado aprender la utilidad que estos tienen en el momento de ayudar a mejorar la salud mental de las personas.

Durante la planificación y ejecución de los talleres se tomó en cuenta las particularidades de la población en la que se trabajó debido a que cada comunidad tiene características y necesidades muy diferentes a otras dependiendo de su contexto y condiciones, por lo tanto, fue importante haber planificado las estrategias teniendo como base la información sobre cada familia con respecto a sus necesidades e interés de los temas de salud mental que les gustaría escuchar y aprender. Esto, permitió brindarles una experiencia más realista, oportuna y de mayor utilidad para las familias.

Cabe recalcar que no todo lo planificado en cada uno de los talleres se realizó tal como estaba escrito, no fue posible debido a que cada intervención es un proceso vivo y dinámico en el que surgen situaciones inesperadas, hubo dinámicas que no se pudieron realizar debido a las condiciones ambientales y físicas del lugar o se tuvieron que realizar con ciertas modificaciones adaptadas a la realidad en que se estaba viviendo, este tipo de situaciones que surgían de manera espontánea se tenían que solucionar realizando adaptaciones adecuadas de manera que no se altere la dinámica del taller de manera negativa.

En el transcurso de los talleres existieron ciertas dificultades e inconvenientes, unos relacionados a ciertas dinámicas sociales entre individuos y otra relacionada a aspectos culturales de la población trabajada.

El primero, sucedió a causa de un conflicto entre dos vecinos participantes del taller en donde uno de ellos no se encontraba nada dispuesto a estar cerca de la otra persona manifestando su desagrado y alejándose de la misma, los facilitadores intervinieron manifestando que el participante tenía la libertad de sentarse en un lugar donde se sintiera a gusto y se recalcó el objetivo del taller, lo que se esperaba lograr al culminarlo para dirigir la atención a aquello que se estaba tratando para dejar a un lado ese pequeño momento de tensión.

Otra situación parecida ocurrió al inicio de otro taller entre una de las participantes y el guardia de seguridad del lugar utilizado como espacio para los talleres, en donde la participante le solicitó de una manera no cordial al guardia que abriera cierto espacio del que era encargado, el guardia al escuchar la manera en que se la pidió manifestó no estar en la obligación de hacer lo que le estaba solicitando, por lo que los facilitadores del taller tuvieron que acercarse en un momento oportuno para pedirle disculpas por la suscitado con la usuaria, disculpas que fueron aceptadas y comprendidas por el guardia como una situación que no dependió de los facilitadores.

La segunda situación relacionada con aspectos culturales de la población es que muchas de las familias asignadas a cada estudiante tenían poco o nulo interés por la salud mental, varios de ellos manifestaron que les gustaría que se acerquen a sus domicilios médicos para que les faciliten medicinas y otras familias manifestaron no estar interesadas en recibir ningún tipo de intervención ni de querer formar parte de los talleres de salud mental. Este tipo de actitudes y comportamientos se visualiza mucho en la cultura ecuatoriana, distinta a otros países en donde es muy común visitar al psicólogo para atender las necesidades de la salud mental, el panorama acá es distinto, varias de las personas habiendo expresado malestar y dificultades que tenían con respecto al ámbito emocional y social no estaban conscientes de la importancia que tienen los psicólogos para poder ayudarles a mejorar esos aspectos para que puedan tener una mejor calidad de vida.

Cabe recalcar que los participantes fueron usuarios seleccionados por la fundación, es decir personas que no estaban buscando ningún tipo de intervención sino personas que aceptaron formar parte del proyecto presentado. Por otro lado, hubo varias personas que no eran usuarios de la fundación sino vecinos de algunos usuarios que se fueron sumando a los talleres mostrando mayor interés que algunos de los usuarios seleccionados, a dichas personas se los recibió cordialmente para que sean parte de los talleres y tengan la oportunidad de beneficiarse de los mismos.

Una de las lecciones más relevantes aprendida a lo largo del proceso, fue la experiencia que se obtuvo en cuanto al manejo de grupos y adquisición de habilidades de comunicación en el discurso a la hora de manejar conceptos, también fue importante para la formación profesional saber enfocarse en el objetivo del taller y dejar opiniones y pensamientos individuales a la hora de manejar contenidos para que estos no intervengan de manera negativa en el mensaje que se está brindando a las familias.

6. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

6.1 Conclusiones

A culminar el proceso de aplicación de talleres de promoción se logró cumplir con el objetivo planteado que fue captar el interés de los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” por la salud mental. La mayoría de los participantes de los talleres lograron comprender la importancia de sentirse sano no solo físicamente sino mentalmente y adoptaron actitudes positivas con respecto al tema de la salud mental. El cumplimiento de este objetivo se evidencio en las respuestas de las encuestas sobre el interés de los usuarios por la salud mental y también por la participativa asistencia de los usuarios. Cabe resaltar que debido al interés presentado por ellos propiciaron la adherencia a nuevos usuarios que fueron vinculándose al proyecto por la difusión oral que los usuarios propiciaron.

Las estrategias aplicadas fueron de gran utilidad y permitieron observar cómo el fomento de actividades participativas y el uso de ejemplos prácticos puede ser una herramienta para hacer que surjan de los propios usuarios posibles soluciones a problemáticas que se da dentro de las familias y en la vida diaria de los individuos, soluciones orientadas a desarrollar relaciones saludables con los demás seres humanos.

El resultado más significativo observado en los usuarios al finalizar los talleres de promoción fue haber trabajado con los participantes ciertas concepciones que tenían con respecto a los psicólogos y la salud mental en general, estas concepciones estaban basadas en mitos sobre la psicología aprendidos de familiares y vecinos, por lo tanto se logró brindarles información oportuna. Lo observado se podría explicar como si el sistema de creencias de los usuarios en referencia al psicólogo ha tenido una modificación en la conceptualización que estos tienen del profesional.

6.2 Recomendaciones

Es importante que los estudiantes que brinden talleres o charlas a las comunidades estén capacitados y tengan los conocimientos necesarios para poder realizar intervenciones adecuadas, de esta manera podrán brindar información adecuada y hacer un buen aporte a la psicología. Caso contrario los trabajos que se quieran realizar a futuro con las comunidades no serán bien recibidos por la comunidad en caso de que no se haya realizado un buen trabajo anteriormente.

Se recomienda que se continúe con la generación y propagación de estrategias que han tenido utilidad y resultados positivos en la práctica, para que puedan servir de apoyo a futuras intervenciones similares, con el fin de fomentar experiencias enriquecedoras tanto para las comunidades y para los estudiantes de psicología.

Por último, se recomienda que los futuros estudiantes que van a realizar este tipo de intervenciones, estén bien informados en cuanto a las creencias y concepciones de la comunidad determinada, para que puedan saber de manera más efectiva sobre qué temas deben abordar y cómo pueden hacerlo de manera más óptima y pertinente.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Bang, C. (2010). LA ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL COMUNITARIA: UNA APROXIMACIÓN CONCEPTUAL DESDE EL PARADIGMA DE LA COMPLEJIDAD. *Universidad de Buenos Aires, Secretaría de Investigaciones*, 242-245.
- Bang, C. (2014). Estrategias comunitarias en promoción de salud mental: Construyendo una trama conceptual para el abordaje de problemáticas psicosociales complejas. *Psicoperspectivas*, 113.
- Bang, C. L. (2014). LA ESTRATEGIA DE PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL COMUNITARIA: UNA APROXIMACIÓN CONCEPTUAL DESDE EL PARADIGMA DE LA COMPLEJIDAD. *Dialnet*, 243-244.
- Bang, C., Stolkiner, A., & Corín, M. (2016). Cuando la alegría entra al centro de salud: una experiencia de promoción de salud en Buenos Aires, Argentina. Argentina: Interface.
- Diéguez, J. G., Traín, P. A., Azagra, C. B., Franco, M. B., Gracia, E. F., Sarrate, J. R., . . . Urrutia, B. V. (2016). Las redes de experiencias de salud comunitaria como sistema de información en promoción de la salud: la trayectoria en Aragón. *Sespas*, 56.
- Giraldo Osorio, A., Toro Rosero, M. Y., Macías Ladino, A. M., Valencia Garcés, C. A., & Palacio Rodríguez, S. (2010). La Promoción De La Salud Como Estrategia Para El Fomento De Estilos De Vida Saludables. *Redalyc*, 133.
- Hernández, J., J.Paredes, J., & J.Paredes, J. (2014). Cómo diseñar talleres para promover la salud en grupos comunitarios. *Elsevier*, 41.
- Jané-Llopis, E. (2004). LA EFICACIA DE LA PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL Y LA PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS MENTALES. *Scielo*, 73.
- Jara, O. (2014). *Sistematización de experiencias práctica y teórica*. Lima: Centro de Estudios y Publicaciones Alforja.
- Kirsten, K., Acuña, J., Huepe, G., & Fuenzalida, M. (2017). PROGRAMA DE DESARROLLO DE SALUD MENTAL PARA LA ATENCIÓN PRIMARIA: PRODESAM. *Revista GPU*, 179-192.

Moarry, N. (Septiembre de 2017). *Universidad de Guayaquil* . Obtenido de <http://repositorio.ug.edu.ec/bitstream/redug/25810/1/SISTEMATIZACI%C3%93N%20Moarry%20Moscoso%202017.pdf>

Villacé, Lucchese, Acosta, Cometto, Losa, Ribeti, . . . Fernández. (2014). Construyendo estrategias de promoción de la salud mental y prevención de los trastornos mentales con la comunidad de Malvinas Argentinas. 50-51.

8. ANEXOS

Anexo 1 Planificaciones de los talleres de promoción

PLANIFICACIÓN DEL TALLER #1 DE PROMOCIÓN:

1.- DATOS INICIALES

1.2.- Nombre del tema Principal: ¿Qué sabemos sobre bienestar mental?

1.3.- Responsables:

- Elaine Cevallos
- Francis Salazar
- Miguel Villacrés
- Adriana Galarza
- Jhon León
- Nilo León
- Sonia Rivadeneria

1.5.- Fecha: 20/12/2018

1.6.- Lugar: Centro de Atención Municipal Integral

1.7.-7 Tiempo: 45

1.8.- Objetivo: Concientizar a las familias sobre la importancia de la salud mental.

2.- DESARROLLO

Etapas Social:

- Presentación y palabras de bienvenida.
- Explicación breve del contenido del taller.
-

Responsable: Miguel

- Dinámica inicial: Significado de bienestar mental

Metodología:

Se forman dos grupos y a cada uno se les entrega un papelógrafo, marcadores y diferentes figuras de periódicos y revistas.

1. Se debe elegir un relator
2. De las figuras que se les han entregado, elijan aquellas que pueden dar respuesta a lo que significa salud mental y las pegan en el papelógrafo, una vez terminado el trabajo, cada grupo, a través de un representante compartirá el trabajo realizado y explicará lo que para ellos significa bienestar mental.

Después de compartir, el facilitador preguntará a los participantes, con todo lo que hemos escuchado de cada grupo. ¿Cómo podríamos definir salud mental?

Las respuestas se irán anotando en un papelógrafo. Y finalmente el facilitador hará el siguiente cierre: Salud mental es el estado de bienestar y equilibrio de las personas, que se manifiesta en su vida cotidiana, en sus relaciones interpersonales e intergrupales. La salud mental está referida también a los recursos y capacidades que tenemos para enfrentar situaciones difíciles.

Recursos:

- Papelógrafo
- Marcadores
- Cinta
- Revistas
- Goma

Tiempo: 15-20 min

Responsable: Sonia Rivadeneira

ETAPA DE DESARROLLO DEL TALLER

Desarrollo del tema

Salud mental

La salud mental no es sólo la ausencia de trastornos mentales. Se define como un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad.

Para gozar de una buena salud mental es necesario poner en práctica: el estar bien consigo mismo, estar bien con los demás y afrontar los problemas de la vida diaria (Asociación Americana de Psiquiatría, 2016). Pensar y actuar de manera positiva, permite a la persona apreciarse como ser humano y aceptarse tal y cual es, con todas sus cualidades y defectos; además, forma una base sólida de autoestima para abrirse a los otros y dar paso al estar bien con los demás, que significa construir relaciones con el resto, basadas en el respeto, tolerancia y aceptación de diferencias, para generar una convivencia armónica.

Así mismo, es necesario reconocer que esto no significa que los problemas o dificultades no se vayan a presentar en determinado momento, por lo que una salud mental óptima es saber afrontar estas situaciones de la manera más adaptativa posible.

Recomendaciones para el bienestar mental

1. Cuida tus horas de sueño: dependiendo de cada persona, es importante dormir entre 6 y 8 horas, aproximadamente, cada día. Además, es conveniente dormir siempre a la misma hora y seguir la misma rutina.

2. Realiza ejercicio: es muy positivo practicar ejercicio unas 3 veces por semana, puesto que nos ayuda a segregar endorfinas y serotonina, hormonas muy relacionadas con la sensación de bienestar.

3. Activa tu cerebro

Estimula tu cerebro con juegos que te exijan pensar (ajedrez, pasatiempos...), con libros que te hagan reflexionar y refrescar tu vocabulario y fluidez verbal, etc. Escribe, fórmate, recíclate y amplía tus conocimientos.

4. Cuida tu alimentación: selecciona bien los alimentos que componen tu dieta. Evita los alimentos grasos o excesivamente azucarados y, por el contrario, come mucha fruta, verduras y alimentos ricos en fibra.

5. Organiza tu tiempo: aprende a priorizar, ten en cuenta tu capacidad y los recursos (materiales y de tiempo) que tienes para cada tarea.

6. Márcate objetivos: fijar metas a corto, medio y largo plazo, contribuye a estructurar y dar sentido a la vida.

7. Cuida tus relaciones personales: el contacto social se asocia con la oxitocina, un neuropéptido que proporciona sensación de bienestar. Por ello, es importante que cuides tus amistades y las relaciones con tu familia. Su apoyo es de gran ayuda en trastornos psicológicos y para combatir la ansiedad.

8. Controla tus emociones: es importante no angustiarse con cualquier circunstancia que se salga de lo normal.

9. Comparte tus preocupaciones: no te guardes para ti mismo tus preocupaciones, sino que es positivo abrirse a los demás.

10. Sé positivo: adopta una actitud constructiva, positiva, en la que te aceptes a ti mismo y lo que te rodea.

Responsable: Francis, Jhon y Elaine

ETAPA DE EVALUACIÓN Y CONCLUSIÓN

- Retroalimentación.
- Preguntas reflexivas.
- ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ¿Qué temas fueron de su interés?

Responsable: Adriana Galarza

ETAPA DE CIERRE:

- Resolución de dudas expuestas por la comunidad.
- Agradecimiento.

Responsable: Nilo León

PLANIFICACIÓN DEL TALLER #2 DE PROMOCIÓN:

1.- DATOS INICIALES

1.2.- Nombre del tema Principal: Beneficios de ir al psicólogo

1.3.- Responsables:

- Elaine Cevallos
- Francis
- Miguel
- Adriana Carolina Galarza Polanco
- Jhon León
- Nilo León
- Sonia Rivadeneria

1.5.- Fecha: 27/12/2018

1.6.- Lugar: Centro de Atención Municipal Integral

1.7.-7 Tiempo: 45

1.8.- Objetivo: Brindar información sobre el rol del psicólogo para promover la importancia de la salud mental.

2.- DESARROLLO

Etapas Sociales:

- Presentación y palabras de bienvenida.
- Explicación breve del contenido del taller.

Responsable: Sonia Rivadeneira

- Dinámica inicial: Preguntas a la comunidad sobre lo que conocen acerca de los psicólogos para posteriormente hacer la vinculación sobre el tema de los mitos que existen sobre los psicólogos.

Responsable: Nilo León

ETAPA DE DESARROLLO DEL TALLER

Desarrollo del tema

Definición de la Psicología Clínica y de la Salud

La Psicología Clínica y de la Salud es la disciplina o el campo de especialización de la Psicología que aplica los principios, las técnicas y los conocimientos científicos desarrollados por ésta para evaluar, diagnosticar, explicar, tratar, modificar y prevenir las anomalías o los trastornos mentales o cualquier otro comportamiento relevante para los procesos de la salud y enfermedad, en los distintos y variados contextos en que éstos puedan tener lugar.

Definición del Psicólogo Clínico y de la Salud

Consecuentemente con la definición propuesta de Psicología Clínica y de la Salud, definimos el Psicólogo Clínico y de la Salud como el psicólogo que aplica el conocimiento y las habilidades, las técnicas y los instrumentos proporcionados por la Psicología y ciencias afines a las anomalías, los trastornos y a cualquier otro comportamiento humano relevante para la salud y la enfermedad, con la finalidad de evaluar, diagnosticar, explicar, tratar, modificar o prevenir estos en los distintos contextos en que los mismos puedan manifestarse.

Funciones del Psicólogo Clínico y de la Salud

Las funciones del Psicólogo Clínico y de la Salud son variadas. No obstante, tal variedad se puede agrupar en las siguientes actividades, que a su vez requieren determinadas especificaciones.

1. Evaluación

Consiste en la reunión de información relativa a los repertorios conductuales, el funcionamiento cognitivo y el estado emocional de las personas. En general, los instrumentos más usuales son algún tipo de test, cuestionarios, entrevistas, observaciones y aparatos psicofisiológicos.

2. Diagnóstico

Consiste en la identificación y rotulación del problema comportamental, cognitivo, emocional o social, de la persona, grupo o comunidad de que se trate. Debe entenderse como “resultado” del proceso de evaluación psicológica.

3. Tratamiento e Intervención

El tratamiento supone intervenciones clínicas sobre las personas con el objeto de entender, aliviar y resolver trastornos psicológicos: emocionales, problemas de conducta, preocupaciones personales y otros. Se entiende que todo tratamiento o intervención supone algún tipo de relación interpersonal y situación social. Estas formas de ayuda pueden denominarse psicoterapia, terapia o modificación de conducta, terapia cognitiva (o cognitivo-conductual), terapia psicoanalítica, terapia sistémica, terapia existencial (fenomenológica o humanística), consejo o asesoramiento psicológico, o puede todavía reconocerse con otros nombres dependiendo de la orientación y preferencia del clínico. La prestación del tratamiento puede ser en aplicación individual, en pareja, o en grupo, y ser llevado por uno o más psicólogos constituidos en equipo.

La psicología en la familia:

En el seno de una familia pueden surgir numerosos problemas entre las parejas, los hijos, los hijos con los padres o con otros miembros de la familia. La psicología familiar analiza y trata de resolver esos conflictos que se plantean en el grupo familiar.

En la psicología familiar se estudian las familias como sistemas y se analizan comportamientos, patrones de comunicación y respuestas emocionales entre los miembros del grupo familiar. La psicología familiar, puede prestar ayuda en casos de divorcio, problemas de pareja, muerte de un miembro de la familia y otros muchos supuestos ligados al ámbito familiar.

Intervención psicológica:

La terapia familiar puede ayudar a mejorar las relaciones de pareja o los problemas de los padres con los hijos, pero, además, puede servir de apoyo a la familia en los casos en que, por ejemplo, un miembro del grupo familiar tenga una adicción o una enfermedad psicológica.

Las sesiones de terapia familiar se pueden desarrollar de forma individual o en grupo, dependiendo de los casos. El número de sesiones o la frecuencia dependerá de las indicaciones del terapeuta familiar.

La terapia familiar no hace milagros ni resuelve situaciones difíciles de un día para otro, sino que ayuda a identificar el problema, a que los miembros de la familia escuchen otro punto de vista que les haga reflexionar y a aprender a utilizar habilidades determinadas en caso de conflicto.

Beneficios de la intervención psicológica familiar:

La psicología familiar a través de la terapia logra poner sobre la mesa los conflictos que existen en la familia por lo que aporta los siguientes beneficios:

Mejora de la comunicación.

El hecho de que se reconozca la existencia de un problema en la familia y se hable sobre ello, supone que la comunicación entre los miembros de la familia mejore.

Apoyo de la familia.

A través de la terapia de familiar se trabaja el apoyo de los demás miembros de la familia a un familiar concreto que, por ejemplo, tiene una depresión, una adicción o una enfermedad grave.

Tratamiento de problemas de conducta.

En ocasiones la conducta de un miembro de la familia afecta a todos los demás y desestabiliza al grupo. La terapia familiar trabaja esos problemas de conducta para descubrir su origen y la forma de tratarlos.

Responsables: Elaine Cevallos, Francis Salazar y Miguel

ETAPA DE EVALUACIÓN Y CONCLUSIÓN

- Retroalimentación.
- Preguntas reflexivas.
- ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ¿Qué temas fueron de su interés?

Responsable: Jhon León

ETAPA DE CIERRE:

- Resolución de dudas expuestas por la comunidad.
- Agradecimiento.

Responsable: Adriana Galarza

PLANIFICACIÓN DEL TALLER #3 DE PROMOCIÓN:

1.- DATOS INICIALES

1.2.- Nombre del tema Principal: ¿Qué podemos hacer con las dificultades familiares?

1.3.- Responsables:

- Elaine Cevallos
- Francis
- Miguel
- Adriana Carolina Galarza Polanco
- Jhon León
- Nilo León
- Sonia Rivadeneria

1.5.- Fecha: 03/01/2019

1.6.- Lugar: Centro de Atención Municipal Integral

1.7.-7 Tiempo: 45

1.8.- Objetivo: Brindar información sobre las crisis familiares para que las familias puedan prevenir estas crisis en su entorno familiar.

2.- DESARROLLO

Etapas Social:

- Presentación y palabras de bienvenida.
- Explicación breve del contenido del taller.

Responsable: Sonia Rivadeneira

- Dinámica inicial: Pedro llama a Pablo

El objetivo de esta dinámica es lograr que los miembros de una reunión graben los nombres de sus compañeros y logren, memorizar rostros y actitudes divertidas de los participantes.

Se forma un círculo con los participantes, todos ellos sentados. El jugador que está a la cabeza comienza diciendo su nombre y llamando a otro jugador, ejemplo: "Pedro llama a María",

María responde "María llama a Juan", Juan dice "Juan llama a Pablo", etc.

El que no responda rápido a su nombre paga penitencia que puede ser: contar un chiste, bailar con la escoba, cantar.

Responsable: Miguel

ETAPA DE DESARROLLO DEL TALLER

Desarrollo del tema

¿Qué son las crisis familiares?

Las crisis son etapas que atraviesan las familias, en ocasiones tienen como origen las pocas herramientas o estrategias de solucionar, las dificultades que se presenta en el sistema familiar, o la poca o nula capacidad de expresar y comunicar ideas, pensamientos, emociones, etc.; elementos básicos que debe tener la familia para no llegar al grado de una crisis.

¿Cómo afrontar problemas familiares?

1. Antes de hablar del problema, espera hasta que no te sientas molesto.

Los problemas familiares pueden ser muy dolorosos, en particular en las épocas que están centradas en la familia, como las festividades. Si tus familiares discuten, podrás evitar que la discusión se convierta en una verdadera disputa si esperas hasta que todos estén tranquilos.

- No converses sobre el problema familiar si aún te sientes molesto o emotivo. Si esperas incluso una sola noche, es probable que la intensidad de la emoción disminuya en cierta medida, incluso si aún estás triste.
- Esperar permite que abordes el problema de manera lógica, en lugar de hacerlo de forma emotiva. Si das un paso atrás y te tomas un tiempo para reflexionar antes de abordar el problema, no reaccionarás tanto a él.

- Si abordas a alguien cuando estás molesto, esto elevará la intensidad en una situación que ya es complicada. No existe motivo alguno por el que no puedas esperar hasta el día siguiente para conversar, así que controla tu impulso instantáneo.

2. Aborda los problemas familiares en persona.

Todos hemos pasado por ello; hemos enviado un mensaje o un correo electrónico que deseábamos no haber enviado. La peor opción posible es tratar de abordar una discusión o un problema familiar mediante mensajes instantáneos o correos electrónicos.

- Esto se debe a que el tono puede percibirse de manera errada con facilidad a través de la comunicación electrónica. Podrías creer que no sueñas furioso, pero la persona que reciba el mensaje podría pensar lo contrario.
- En lugar de enviar un mensaje, llama por teléfono o, incluso mejor, acuerden encontrarse en persona. La comunicación electrónica hace que las personas pierdan el punto de referencia del lenguaje corporal, el cual puede transmitir empatía y disminuir las heridas generadas por una conversación dolorosa.
- A través de la comunicación electrónica, las personas dicen cosas que nunca le dirían a otra persona en su cara, la cual es otra razón para evitarla.

3. Aprender a aceptar la culpa

Se dice que la sangre es más espesa que el agua, y que puedes escoger a tus amigos, pero no a tus familiares. Podrías eliminar a las personas de tu vida, pero esto podría generarte más dolor con el tiempo.

- El primer paso para abordar los problemas prolongados consiste en comprender que los familiares tienen defectos, pero aun así puedes amarlos.
- Asimismo, acepta tus propios defectos. Acepta que tienes la culpa siempre que lo merezcas. Intenta no considerar a los problemas familiares como ecuaciones de todo o nada en donde una persona está equivocada y otra (quizás tú) está en lo correcto. En lugar de ello, intenta percibir los puntos medios.
- Puede ser de mucha utilidad que seas la primera persona en disculparse incluso si estás convencido de que no has hecho nada malo. Di algo como “Puedo notar que estás molesto. Si bien esto también ha sido difícil para mí, quiero decirte que lo siento. En verdad quiero resolver este problema, tan solo dime en qué forma puedo

hacerlo". De esta forma, si el familiar sigue con la disputa, al menos podrás decir que has buscado una solución para el problema.

4. Evita echar la culpa.

Mantén un lenguaje positivo cuando converses con tu familia. No emplees un lenguaje que le atribuya la culpa a alguno de tus familiares o que se sienta negativo.

- Esto consiste en no emplear palabras prejuiciosas ni los apodos de tus familiares. Esto incluye evitar el uso de palabras acusatorias en un tono furioso. Si le echas la culpa a otras personas, esto hará que se pongan a la defensiva y que sean propensas a contraatacar, lo que agravará la discusión.
- Evita la necesidad de "ganar" la discusión sobre el problema familiar. En lugar de ello, intenta aceptar que existen dos maneras de ver el tema como desarrollar un plan para solucionar los problemas juntos y luego concéntrate en organizar actividades en las que puedan divertirse juntos, evitando todo lo que podría actuar como un "desencadenante", lo que reavivaría el problema.
- Mantén un tono y una voz tranquilos y modulados, no altos ni furiosos. Explica tus puntos de manera tranquila y metódica, pero con empatía por la otra persona. Siempre trata de ponerte en la posición de tu familiar. Intenta apaciguar la discusión brindando comentarios conciliatorios como "Te entiendo".

5. Perdona al familiar que haya ofendido.

Es muy complicado perdonar a una persona (familiar o no) si consideramos que nos ha ofendido. En el caso de los familiares, estos sentimientos pueden volverse incluso más profundos.

- No obstante, el perdón se trata en esencia de liberarte del carácter corrosivo de la disputa. Para perdonar a tu familiar, tendrás que olvidarte del pasado, así podrás desarrollar un futuro más saludable que no cuente con tensión ni estrés.
- Dile a tu familiar que lo perdonas si no ha tenido inconvenientes en admitir la culpa por lo que ha causado el problema, dilo con empatía, Esto será de mucha utilidad.
- Ten en cuenta que cada persona es imperfecta y requiere que la perdonen en algún momento de la vida, esto podría incluirte a ti en algún momento.

Responsables: Adriana Galarza, Jhon León y Nilo León

ETAPA DE EVALUACIÓN Y CONCLUSIÓN

- Retroalimentación.
- Preguntas reflexivas.

- ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ¿Qué temas fueron de su interés?

Responsable: Elaine Cevallos

ETAPA DE CIERRE:

- Resolución de dudas expuestas por la comunidad.
- Agradecimiento.

Responsable: Francis Salazar

PLANIFICACIÓN DEL TALLER #4 DE PROMOCIÓN:

1.- DATOS INICIALES

1.2.- Nombre del tema Principal: ¿Sabemos comunicarnos correctamente?

1.3.- Responsables:

- Elaine Cevallos
- Francis
- Miguel
- Adriana Carolina Galarza Polanco
- Jhon León
- Nilo León
- Sonia Rivadeneria

1.5.- Fecha: 10/01/2019

1.6.- Lugar: Centro de Atención Municipal Integral

1.7.-7 Tiempo: 45

1.8.- Objetivo: Brindar información sobre comunicación asertiva para que las familias puedan aplicarla en sus hogares y así mejorar sus relaciones.

2.- DESARROLLO

Etapas Sociales:

- Presentación y palabras de bienvenida.
- Explicación breve del contenido del taller.

Responsable: Miguel

- Dinámica inicial: Pasos hacia la asertividad

Tiempo

Alrededor de 25 minutos.

Tamaño del grupo

Ilimitado.

Materiales necesarios

Folios, bolígrafos y una pizarra con rotulador o tiza.

Pasos a seguir:

El facilitador expone los tres pasos que conducen el diálogo asertivo. Expresar los sentimientos, solicitar qué queremos que ocurra y decir cómo nos sentiríamos tras el cambio.

Se exponen situaciones cotidianas en la vida personal y laboral que suelen generar conflicto y, entre todos, se resuelven a través del diálogo asertivo. Otros comentarios: puede realizarse primero en subgrupos o de manera individual y después, resolver y debatir las situaciones con el resto de los compañeros.

Responsable: Sonia Rivadeneira

ETAPA DE DESARROLLO DEL TALLER**Desarrollo del tema**

➤ **¿Qué significa la palabra asertividad?**

Respetar y expresar aquello que necesitas, sientes y piensas y obrar en consecuencia, sin pasividad o agresividad.

➤ **¿Qué es la comunicación asertiva?**

La comunicación asertiva es una habilidad social de gran valor, que está asociada a la inteligencia emocional y a la capacidad para comunicarse de manera armoniosa y eficaz con los demás.

En este tipo de comunicación no es necesario recurrir a la agresividad para comunicar nuestras ideas, pero tampoco implica que nos retraigamos o nos encerremos en una actitud pasiva o dócil que nos impida comunicar lo que sentimos.

Así, en la comunicación asertiva ha de privar siempre el equilibrio: se trata de comunicar de manera clara y objetiva nuestro punto de vista, nuestros deseos o nuestros sentimientos, con honestidad y respeto, sin menoscabar, ofender o herir al otro o a sus ideas u opiniones.

➤ **Técnicas de Comunicación Asertiva**

A continuación tratamos 7 técnicas de comunicación asertiva, explicando en qué consiste cada una de ellas. Se incluyen ejemplos con diálogos de comunicación asertiva de situaciones concretas.

1. Técnica del disco rayado

La técnica del disco rayado consiste en repetir varias veces una afirmación sin modificar ni nuestro tono, ritmo y volumen, y sin intención de entrar en ninguna confrontación.

Ejemplo:

- No me estas escuchando.
- Sí le escucho, pero justo en este momento, estoy a la vez comprobando sus datos.
- No, no me prestas atención
- Le repito que si le estoy escuchando, sólo estoy comprobando la información que me ha dado en este momento.

2. Técnica del banco de niebla

La técnica del banco de niebla consiste en otorgarle al cliente la razón pero no dejando lugar a continuar con el enfrentamiento o discusión. En este caso, hay que tener cierto cuidado al usar esta técnica ya que el cliente puede llegar a sentir que no queremos ayudarlo.

Ejemplo:

- A día de hoy no me habéis solucionado el problema.
- Puede que tenga razón.
- ¡Claro que tengo razón!
- Es posible.
- ¡Claro que es posible!
- Ya, no se lo voy a negar.

3. Técnica para el cambio

Con esta técnica se intenta dar una visión global de la discusión relativizándola para reducir el nivel de agresividad y/o frustración.

Ejemplo:

- No te has enterado de lo que te acabo de decir.
- No le he escuchado con claridad porque estaba comprobando la información que me ha dado.
- ¡Cómo puedes decir eso! Además tengo prisa
- Mire, con tranquilidad podremos solucionar esto, no obstante, sabe que esto requiere de un tiempo para poder hacerlo por lo que podemos valorar si le merece la pena continuar ahora o en otro momento. ¿Le parece bien?

4. Técnica del acuerdo asertivo

En este caso se intenta llegar a un acuerdo donde se confirma lo que se pueda considerar como error, pero dando como fundamento que en general, no es lo habitual.

Ejemplo:

- Cuantas veces lo tengo que repetir.
- Tiene razón al decir que le hemos pedido estos datos en varias ocasiones pero entenderá que tengo que comprobar que todo es correcto.

5. Técnica de la pregunta asertiva

Es contestar a nuestro receptor con una pregunta que pone en positivo lo que se está discutiendo dando además al cliente la oportunidad de afrontar en el mismo sentido la crítica o dificultad que nos haya planteado.

Ejemplo:

- Al final no me ha servido de nada.

- ¿Qué cree que podríamos hacer para que esto no volviera a ocurrir?

6. Técnica de ignorar

Esta técnica se suele usar cuando en la llamada, el cliente, se muestra muy alterado o enfadado y es complicado mantener una conversación constructiva. En estos momentos tenemos que ser los más empáticos posibles para no despertar ninguna impresión de agresión.

Ejemplo:

- ¡Estoy harto de que no me solucionen el problema!
- Ahora está de muy mal humor. De ahí que crea conveniente aplazar esta conversación para otro momento más idóneo.

7. Técnica del aplazamiento asertivo

Esta técnica la usamos cuando no somos capaces en ese momento de dar una solución o respuesta adecuada a la reclamación que nos hace el cliente. Se puede compaginar con la técnica del banco de niebla, si el cliente insiste mucho.

Ejemplo:

- Nunca me solucionáis ningún problema.
- No es la primera vez que me hace esta afirmación y como sabe ya hemos hablado en otras ocasiones de este mismo tema. Le propongo aplazarlo porque en este preciso momento estoy a la espera; pendiente de su reclamación.

Responsables: Adriana Galarza, Jhon León y Nilo León

ETAPA DE EVALUACIÓN Y CONCLUSIÓN

- **Dinámica: Juego de roles**
Formar 2 parejas, a cada una se le pedirá dramatizar una discusión que se da comúnmente en las familias y cuál sería su manera de resolverlo, al final

se retroalimentará cómo pudieron haber solucionado el problema utilizando la comunicación asertiva.

➤ Preguntas reflexivas.

- ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ¿Qué temas fueron de su interés?

Responsable: Elaine Cevallos

ETAPA DE CIERRE:

- Resolución de dudas expuestas por la comunidad.
- Agradecimiento.

Responsable: Francis Salazar

PLANIFICACIÓN DEL TALLER #5 DE PROMOCIÓN:

1.- DATOS INICIALES

1.2.- Nombre del tema Principal: ¿Cómo actuamos frente a la adversidad?

1.3.- Responsables:

- Elaine Cevallos
- Francis
- Miguel
- Adriana Carolina Galarza Polanco
- Jhon León
- Nilo León
- Sonia Rivadeneria

1.5.- Fecha: 17/01/2019

1.6.- Lugar: Centro de Atención Municipal Integral

1.7.-7 Tiempo: 45

1.8.- Objetivo: Brindar información sobre la resiliencia para que las familias puedan tener herramientas para afrontar las adversidades.

2.- DESARROLLO

Etapas Sociales:

- Presentación y palabras de bienvenida.
- Explicación breve del contenido del taller.

Responsable: Adriana Galarza

- Dinámica inicial: El barco

Se les pide a todos los participantes del taller que se pongan de pie y comiencen a moverse libremente, y ondeen los brazos y las manos como si estuvieran a la deriva en el mar, luego se da la consigna que solo se salvaran los que estén en un bote (conformado por los participantes que se agrupen en el número que el facilitador les indique) por ejemplo: de 3 de 6 de 8 etc.

Objetivo: Crear buen ambiente en el grupo, en base a valores como la cooperación, confianza y participación de sus miembros.

Responsable: Elaine Cevallos

ETAPA DE DESARROLLO DEL TALLER

Desarrollo del tema

¿Qué es la resiliencia?

Podemos decir que este concepto hace referencia a la capacidad que tiene el ser humano para hacer frente a las adversidades de la vida, la manera de cómo superar y sobreponerse al dolor emocional de los acontecimientos desestabilizadores o traumas a los que la vida les expone. Este afrontamiento supone una transformación de las situaciones difíciles a algo más adaptativo e incluso positivo.

Por ello, un sujeto con buena resiliencia, se expondrá a este tipo de acontecimientos graves de una forma más sana, siendo capaz de sobreponerse y de adaptarse al suceso expuesto, saliendo de éste fortalecido y en ocasiones transformado.

La resiliencia es una habilidad que se puede ir desarrollando en cualquier etapa de la vida. Mediante procesos de aprendizaje, el sujeto puede ir adquiriendo nuevas conductas y formas de pensar. Se considera un buen momento para comenzar este aprendizaje en la niñez. La estimulación de las áreas cognitivas, conductuales y afectivas desde edades tempranas ayudará en la época adulta a la exposición de acontecimientos negativos o traumáticos.

Desarrollar una buena autoestima y una alta confianza en sí mismo y en los demás, son factores que ayudan a conseguir esta habilidad. La sobreprotección, la falta de apoyo, la huida o el evitar este tipo de situaciones son alguno de los factores negativos para el desarrollo de la misma.

¿Qué caracteriza a una persona resiliente?

- ✓ Son personas que aceptan la realidad tal cual viene, no tratan de disfrazarla o adornarla. Buscan con optimismo fórmulas que les ayuden a salir de esa situación negativa sin evitar tales circunstancias, haciéndose cargo de los problemas que conlleva.
- ✓ Su flexibilidad les permite adaptarse con facilidad a los continuos cambios que ofrece la vida.
- ✓ Generalmente son muy capaces de aislar sus emociones de los problemas, hecho que les ayuda a afrontarlos con mayor objetividad y finalmente con más eficacia en la búsqueda exitosa de soluciones. Su capacidad para controlar sus impulsos y emociones supone una característica importante.
- ✓ Poseen una motivación elevada que les ayuda a mejorar las situaciones negativas. Son sujetos con alta autoestima y una gran confianza en sí mismo y sus capacidades.

Responsables: Sonia Rivadeneira, Jhon León y Nilo León

Beneficios y recomendaciones

El potenciar los recursos personales y sociales de la persona ayudará a afrontar situaciones conflictivas, traumáticas o negativas. De esta manera, se conseguirá enfrentar mejor a las diferentes dificultades de la vida. Es importante destacar que todos poseemos esta habilidad pero solo depende de nosotros su entrenamiento y desarrollo.

Este recurso personal nos permitirá desbloquearnos de lo negativo, abrir puertas nuevas y descubrir nuevas salidas ante los conflictos. Protegernos y resurgir al igual que forjar comportamientos positivos a pesar de las circunstancias y situaciones difíciles es la grandísima ventaja de ser una persona resiliente.

“Afronta los problemas por muy difíciles que sean, recuerda que eres fuerte y capaz de todo aquello que te propongas”

“Cuando creas que algo te puede derrumbar afronta con optimismo sin mirar tus debilidades recordando siempre tus capacidades y tus éxitos, no tus fracasos”

“Apóyate en familiares y amigos, busca su ayuda, en ocasiones el proceso puede ser largo pero nunca debes renunciar a tu objetivo de éxito”

ETAPA DE EVALUACIÓN Y CONCLUSIÓN

- Retroalimentación.
- Preguntas reflexivas.

- ¿Qué hemos aprendido hoy?
- ¿Qué temas fueron de su interés?

Responsable: Miguel

ETAPA DE CIERRE:

- Resolución de dudas expuestas por la comunidad.
- Agradecimiento.

Responsable: Francis Salazar

Anexo 2

Encuesta sobre interés de los participantes sobre la salud mental aplicada a diez participantes elegidos aleatoriamente

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

	/			
	/			
	/			
	/			
/				
/				
	/			
	/			
/				
	/			

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

X				
X				
X				
X				
X				
X				
X				
X				
	X			
X				

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

	X			
	X			
	X			
	X			
	X			
	X			
X				
X				
	X			
	X			

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

/				
/				
/				
	/			
	/			
	/			
/				
/				
	/			
/				

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

/				
/				
/				
	/			
	/			
/				
/				
		/		
/				
	/			

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

	/			
	/			
/				
/				
	/			
	/			
/				
	/			
	/			
/				

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

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				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				
41				
42				
43				
44				
45				
46				
47				
48				
49				
50				
51				
52				
53				
54				
55				
56				
57				
58				
59				
60				
61				
62				
63				
64				
65				
66				
67				
68				
69				
70				
71				
72				
73				
74				
75				
76				
77				
78				
79				
80				
81				
82				
83				
84				
85				
86				
87				
88				
89				
90				
91				
92				
93				
94				
95				
96				
97				
98				
99				
100				

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

	X			
	X			
	X			
X				
	X			
	X			
	X			
	X			
X				
X				

ENCUESTA SOBRE INTERÉS DE LOS PARTICIPANTES POR LA SALUD MENTAL

Instrucciones: A continuación encontrará una serie de enunciados. Lea cada uno de ellos cuidadosamente y conteste según su criterio marcando con una equis (X) la respuesta que considere adecuada. Tenga en cuenta que:

TA: Totalmente de acuerdo **A:** De acuerdo **MD:** Medianamente de acuerdo **D:** Desacuerdo **TD:** Totalmente en desacuerdo

TA	A	MD	D	TD
4	3	2	1	0

1. Se han cubierto sus expectativas con relación a los talleres realizados.
2. Los contenidos desarrollados han resultado interesantes y motivadores.
3. Los moderadores han sabido mantener el interés y fomentar la participación.
4. Son de importancia los temas tratados sobre salud mental.
5. Existe alguno o varios temas que le ha resultado útil para poner en práctica.
6. Los temas tratados le proporcionaron algún aprendizaje.
7. El lenguaje de los moderadores fue claro y comprensible.
8. Los temas tratados resultaron de fácil comprensión.
9. Considera que la salud mental es igual de importante que la salud física.
10. Después de haber participado en los talleres ha existido en usted algún cambio de pensamiento con respecto a los psicólogos y a la salud mental.

/				
/				
✓				
✓				
	✓			
✓				
✓				
		✓		
	✓			
	✓			

Anexo 3

Fotografías de los talleres realizados en el Centro de Atención Municipal Integral (CAMI).











FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

UNIDAD DE TITULACIÓN



REPOSITORIO NACIONAL EN CIENCIA Y TECNOLOGÍA

FICHA DE REGISTRO DE TESIS/TRABAJO DE GRADUACIÓN

TÍTULO Y SUBTÍTULO:	Estrategias de promoción aplicadas a las familias de "Huerto de los Olivos" para difundir los servicios vinculados a la salud mental		
AUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Adriana Carolina Galarza Polanco		
REVISOR(ES)/TUTOR(ES) (apellidos/nombres):	Olga Preciado Maila / Carmen Echanique Cueva		
INSTITUCIÓN:	Universidad de Guayaquil		
UNIDAD/FACULTAD:	Ciencias Psicológicas		
MAESTRÍA/ESPECIALIDAD:	No aplica		
GRADO OBTENIDO:	Psicóloga		
FECHA DE PUBLICACIÓN:	Abril 2019	No. DE PÁGINAS:	29
ÁREAS TEMÁTICAS:	Psicología de la salud, neurociencias, cognitivas y del comportamiento		
PALABRAS CLAVES/ KEYWORDS:	Estrategias de promoción – Familias		

RESUMEN/ABSTRACT (150-250 palabras):**Resumen**

La presente sistematización de experiencias tiene como objetivo analizar las estrategias de promoción aplicadas a los usuarios de la fundación “Huerto de los Olivos” para captar el interés de los usuarios por la salud mental, por medio de la aplicación de cuatro talleres de promoción. A través de la recuperación del proceso y la reflexión crítica se analizó cada una de las fases de los talleres aplicados lo cual permitió estudiar si las estrategias llevadas a cabo durante todo el proceso fueron adecuadas, esto, en contraste con la revisión teórica que muestra estrategias que ya han sido aplicadas anteriormente en distintas comunidades permitiendo generar conocimientos a partir de una mirada más amplia del tema que es de gran utilidad para futuras prácticas similares. La metodología empleada en esta sistematización de experiencias se caracteriza por ser un proceso reflexivo, crítico, constructivo e interpretativo que logra el surgimiento de nuevos saberes, desde la propia subjetividad de quien sistematiza.

Abstract

The present systematization of experience aims to analyze the promotion strategies applied to users of the foundation “Orchard of Olive Trees” to capture the interest of users for mental health, through the application of four promotion workshops. Through the recovery of the process and the critical reflection is analyzed each of the phases of the applied workshops which allows to study if the strategies carries out during the whole process were adequate, this, in contrast to the theoretical revision that shows strategies. That have already been applied previously in different communities allowing generate knowledge from a broader view of the subject that is very useful for future similar practices. The methodology used in this systematization of experiences is characterized by being a reflexive, critical, constructive and interpretive process that achieves the emergence of new knowledge, from the subjectivity of the person who systematizes.

ADJUNTO PDF:	☒ SI	☐ NO
CONTACTO CON AUTOR/ES:	Teléfono: 0981497529	E-mail: adri_caro_4@hotmail.es
CONTACTO CON LA INSTITUCIÓN:	Nombre: Facultad de Ciencias Psicológicas	
	Teléfono: 0969515445	
	E-mail:	



Universidad de Guayaquil

**FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA
UNIDAD DE TITULACIÓN**

ANEXO 11

Guayaquil, 15 de marzo de 2019

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR REVISOR

Habiendo sido nombrado NOMBRE Y APELLIDO DEL DOCENTE TUTOR, tutor del trabajo de titulación **ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN APLICADAS A LAS FAMILIAS DE "HUERTO DE LOS OLIVOS" PARA DIFUNDIR LOS SERVICIOS VINCULADOS A LA SALUD MENTAL**, certifico que el presente trabajo de titulación, elaborado por **ADRIANA CAROLINA GALARZA POLANCO** con C.I. No. 0931156236, con mi respectiva supervisión como requerimiento parcial para la obtención del título de psicóloga, en la Facultad, ha sido **REVISADO Y APROBADO** en todas sus partes, encontrándose apto para su sustentación.

Mg. Carmen Echanique Cueva
DOCENTE TUTOR REVISOR
C.I. No. 1709308876

Universidad de Guayaquil
Facultad de Ciencias
Psicológicas

18 MAR 2019

UNIDAD DE TITULACIÓN



Universidad de Guayaquil

ANEXO 12

UNIVERSIDAD DE GUAYAQUIL
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
ESCUELA/CARRERA DE PSICOLOGÍA
Unidad de Titulación

**LICENCIA GRATUITA INTRANSFERIBLE Y NO EXCLUSIVA PARA EL USO NO
COMERCIAL DE LA OBRA CON FINES NO ACADÉMICOS**

Yo, **Adriana Carolina Galarza Polanco** con C.I. No. **0931156236**, certifico que los contenidos desarrollados en este trabajo de titulación, cuyo título es **"Estrategias de promoción aplicadas a las familias de "Huerto de los Olivos" para difundir los servicios vinculados a la salud mental"** son de mi absoluta propiedad y responsabilidad Y SEGÚN EL Art. 114 del CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN*, autorizo el uso de una licencia gratuita intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la presente obra con fines no académicos, en favor de la Universidad de Guayaquil, para que haga uso del mismo, como fuera pertinente

Adriana Carolina Galarza Polanco
C.I. No. 0931156236

*CÓDIGO ORGÁNICO DE LA ECONOMÍA SOCIAL DE LOS CONOCIMIENTOS, CREATIVIDAD E INNOVACIÓN (Registro Oficial n. 899 - Dic./2016) Artículo 114.- De los titulares de derechos de obras creadas en las instituciones de educación superior y centros educativos.- En el caso de las obras creadas en centros educativos, universidades, escuelas politécnicas, institutos superiores técnicos, tecnológicos, pedagógicos, de artes y los conservatorios superiores, e institutos públicos de investigación como resultado de su actividad académica o de investigación tales como trabajos de titulación, proyectos de investigación o innovación, artículos académicos, u otros análogos, sin perjuicio de que pueda existir relación de dependencia, la titularidad de los derechos patrimoniales corresponderá a los autores. Sin embargo, el establecimiento tendrá una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos.



Universidad de Guayaquil

ANEXO 4

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA
UNIDAD DE TITULACIÓN

Guayaquil, 25 de Febrero de 2019

Sr.
DECANO
LUIS ALVARADO SANCHEZ
FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS - UG.
Ciudad.-

De mis consideraciones:

Envío a Ud. el Informe correspondiente a la tutoría realizada al Trabajo de Titulación ***“ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN APLICADAS A LAS FAMILIAS DE “HUERTO DE LOS OLIVOS” PARA DIFUNDIR LOS SERVICIOS VINCULADOS A LA SALUD MENTAL”***, de la estudiante **Adriana Carolina Galarza Polanco**, indicando ha cumplido con todos los parámetros establecidos en la normativa vigente:

- El trabajo es el resultado de una investigación.
- El estudiante demuestra conocimiento profesional integral.
- El trabajo presenta una propuesta en el área de conocimiento.
- El nivel de argumentación es coherente con el campo de conocimiento.

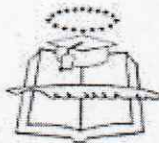
Adicionalmente, se adjunta el certificado de porcentaje de similitud y la valoración del trabajo de titulación con la respectiva calificación.

Dando por concluida esta tutoría de trabajo de titulación, **CERTIFICO**, para los fines pertinentes, que la estudiante está apta para continuar con el proceso de revisión final.

Atentamente,

f. 
Mg. OLGA LISET PRECIADO MAILA
TUTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN
C. I.# 0920160371

Universidad de Guayaquil
Facultad de Ciencias
Psicológicas
25 FEB 2019
11:01
UNIDAD DE TITULACIÓN



Universidad de Guayaquil

ANEXO 6

FACULTAD DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA
UNIDAD DE TITULACIÓN

CERTIFICADO PORCENTAJE DE SIMILITUD

Habiendo sido nombrado **Mg. OLGA LISET PRECIADO MAILA**, tutor del trabajo de titulación certifico que el presente trabajo de titulación ha sido elaborado por **ADRIANA CAROLINA GALARZA POLANCO** cedulada con el número de identidad # 0931156236, con mi respectiva supervisión como requerimiento parcial para la obtención del título de Psicóloga.

Se informa que el trabajo de titulación: **ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN APLICADAS A LAS FAMILIAS DE "HUERTO DE LOS OLIVOS" PARA DIFUNDIR LOS SERVICIOS VINCULADOS A LA SALUD MENTAL**, ha sido orientado durante todo el periodo de ejecución en el programa antiplagio URKUND quedando el 2% de coincidencia.

[https://secure.arkund.com/view/47104592-702471-](https://secure.arkund.com/view/47104592-702471-249998#q1bKLvayijbQMdQx0THVMdMx17GIIVEqzkzPy0zLTE7MS05VsjLQMzA0M7c0MbcwMjU2MTUzsjAzr)

[249998#q1bKLvayijbQMdQx0THVMdMx17GIIVEqzkzPy0zLTE7MS05VsjLQMzA0M7c0MbcwMjU2MTUzsjAzr](https://secure.arkund.com/view/47104592-702471-249998#q1bKLvayijbQMdQx0THVMdMx17GIIVEqzkzPy0zLTE7MS05VsjLQMzA0M7c0MbcwMjU2MTUzsjAzr)
wUA

f.

Mg. OLGA LISET PRECIADO MAILA
TUTORA DE TRABAJO DE TITULACIÓN
C. I. # 0920160371

Universidad de Guayaquil
Facultad de Ciencias
Psicológicas
25 FEB 2019
11:01
UNIDAD DE TITULACIÓN