

APOYO A LOS PROGRAMAS DEL FORTALECIMIENTO DE LA SALUD
MENTAL DE BENEFICIARIOS Y CUIDADORES DE LA FUNDACIÓN
COPSERVIR.

Edy Aurora Pinzón Lizarazo



Universidad Pontificia Bolivariana

Facultad de Psicología

Seccional Bucaramanga

2020

APOYO A LOS PROGRAMAS DEL FORTALECIMIENTO DE LA SALUD
MENTAL DE BENEFICIARIOS Y CUIDADORES DE LA FUNDACIÓN
COPSERVIR.

Edy Aurora Pinzón Lizarazo

Trabajo de grado

En modalidad de pasantía para optar al título de Psicóloga

Directora del proyecto

Ps. Sandra Milena Serrano Mora

Docente



Universidad Pontificia Bolivariana

Facultad de Psicología

Seccional Bucaramanga

2020

Agradecimientos y dedicatoria

Doy primero gracias a Dios por darme el don de la vida y la salud, a mis padres y hermanos por su apoyo incondicional en todos los aspectos, a mis hijos por ser ese motor cada día para continuar este camino, a mi novio por estar conmigo en este caminar, a mis amigos que me dieron su mano en los buenos y malos momentos, y demás compañeros de universidad, a mis profesores y demás personas ya que cada uno me aportó cosas que ayudaron a mi crecimiento personal y profesional. Agradezco a todas las entidades donde pude realizar las diferentes prácticas y las personas con las que me relacioné durante este proceso porque con cada una pude adquirir nuevas experiencias para mi desarrollo profesional, a la Fundación Copservir por haberme acogido y haberme hecho parte de esa gran labor y a mi equipo de trabajo por la oportunidad de aprendizaje y crecimiento.

Tabla de contenido

Introducción	7
Contexto institucional	8
¿Qué es la fundación?	8
Objetivos	8
Población beneficiada	8
Programas que desarrolla	8
Justificación del Programa Planteado	10
Objetivos	12
Objetivo General	12
Objetivos Específicos	12
Marco teórico	13
Familia y cuidadores	15
Actividades desarrolladas	19
Momento I. Contacto directo en la Fundación.	19
Momento II. Actividades de teletrabajo.	21
Resultados	24
Conclusiones y sugerencias	26
Referencias	27
Anexos	31
Anexo 1.	31
Anexo 2.	32
Anexo 3.	38
Anexo 4.	43
Anexo 5.	44

RESUMEN GENERAL DE TRABAJO DE GRADO

TITULO: APOYO A LOS PROGRAMAS DEL FORTALECIMIENTO DE LA SALUD MENTAL DE BENEFICIARIOS Y CUIDADORES DE LA FUNDACIÓN COPSERVIR.

AUTOR(ES): EDY AURORA PINZÓN LIZARAZO

PROGRAMA: Facultad de Psicología

DIRECTOR(A): SANDRA MILENA SERRANO MORA

RESUMEN

EN EL PRESENTE INFORME SE MUESTRA EL TRABAJO REALIZADO DURANTE EL FINAL DEL SEGUNDO PERÍODO DEL 2019 Y PARTE DEL PRIMER PERÍODO DEL 2020 EN EL PROCESO DE PASANTÍA EN LA FUNDACIÓN COPSERVIR, LA RAZÓN SOCIAL DE ESTA ESTÁ ENFOCADA PRINCIPALMENTE EN PERSONAS CON DIAGNÓSTICOS DE CÁNCER Y VIH/SIDA, BRINDANDO SERVICIOS COMO AYUDAS JURÍDICAS, ACOMPAÑAMIENTOS PSICOLÓGICOS, APOYO EN RECURSOS ECONÓMICOS Y MEDICINALES, ENTRE OTROS. LA FUNDACIÓN PARTICIPÓ DE FORMA ACTIVA EN LA TEMPORADA DE NAVIDAD LLEGANDO CON OBRAS BENÉFICAS A DISTINTAS COMUNIDADES VULNERABLES, ENTRE ESTAS SE RESALTAN LAS DONACIONES DE REGALOS A NIÑOS DE ESTAS COMUNIDADES; DENTRO DE LAS PRINCIPALES LABORES EN LA FUNDACIÓN SE ENCUENTRA EL APOYO Y PARTICIPACIÓN EN LAS DIFERENTES ACTIVIDADES PROPIAS DE LA FUNDACIÓN, ENTRE ELLAS EL DISEÑO Y APLICACIÓN DE TALLERES CON LOS BENEFICIARIOS, PERMITIENDO ESPACIOS DE ESPARCIMIENTO Y APRENDIZAJE. LA FUNDACIÓN TRABAJA EN CONJUNTO CON OTRAS ENTIDADES CON SIMILAR RAZÓN SOCIAL PARA FACILITAR Y MEJORAR EL DESARROLLO DE ACTIVIDADES, EN CONSECUENCIA, APORTAR LA CONDICIÓN DE VIDA DE LAS COMUNIDADES A LAS CUALES SE LES BRINDA EL APOYO. DEBIDO A LA EMERGENCIA MUNDIAL DE SALUD, SE HAN VISTO AFECTADAS LAS ACTIVIDADES PRESENCIALES, POR ESTE MISMO MOTIVO, LA PASANTÍA SE CONTINUÓ DESARROLLANDO EN LA MODALIDAD DE TELETRABAJO PERMITIENDO UNA REVISIÓN TEÓRICA ENFOCADA EN LA SALUD MENTAL, LOS CUIDADOS QUE DEBE TENER EL CUIDADOR Y LA FAMILIA COMO RED DE APOYO, PARA FINALIZAR SE DISEÑÓ MATERIAL INFORMATIVO EN RELACIÓN A ESTOS TEMAS.

PALABRAS CLAVE:

SALUD MENTAL, FAMILIA, CUIDADOR, RED DE APOYO, CUIDADO

V° B° DIRECTOR DE TRABAJO DE GRADO

GENERAL SUMMARY OF WORK OF GRADE

TITLE: SUPPORT FOR THE PROGRAMS OF STRENGTHENING THE MENTAL HEALTH OF BENEFICIARIES AND CAREGIVERS OF THE COPSERVIR FOUNDATION

AUTHOR(S): EDY AURORA PINZÓN LIZARAZO

FACULTY: Facultad de Psicología

DIRECTOR: SANDRA MILENA SERRANO MORA

ABSTRACT

THE FOLLOWING REPORT SHOWS THE WORK DONE DURING THE END OF THE SECOND PERIOD OF 2019 AND PART OF THE FIRST PERIOD OF 2020 IN THE INTERNSHIP PROCESS AT THE COPSERVIR FOUNDATION. THE SOCIAL REASON OF THIS, IS MAINLY FOCUSED ON PEOPLE WITH CANCER AND HIV/AIDS DIAGNOSES, PROVIDING SERVICES SUCH AS LEGAL AID, PSYCHOLOGICAL ACCOMPANIMENTS, SUPPORT IN ECONOMIC AND MEDICINAL RESOURCES, AMONG OTHERS. THE FOUNDATION ACTIVELY PARTICIPATED IN THE CHRISTMAS SEASON ARRIVING WITH CHARITABLE WORKS TO DIFFERENT VULNERABLE COMMUNITIES, AMONG THESE ARE THE DONATIONS OF GIFTS TO CHILDREN OF THESE COMMUNITIES; WITHIN THE MAIN LABORS IN THE FOUNDATION IS THE SUPPORT AND PARTICIPATION IN THE DIFFERENT ACTIVITIES OF THE FOUNDATION, INCLUDING THE DESIGN AND APPLICATION OF WORKSHOPS WITH THE BENEFICIARIES, ALLOWING SPACES OF RECREATION AND LEARNING. THE FOUNDATION WORKS TOGETHER WITH OTHER ENTITIES WITH SIMILAR SOCIAL REASON TO FACILITATE AND IMPROVE THE DEVELOPMENT OF ACTIVITIES, THEREBY PROVIDING THE LIVING CONDITION OF THE COMMUNITIES TO WHICH SUPPORT IS PROVIDED. DUE TO THE GLOBAL HEALTH EMERGENCY, FACE-TO-FACE ACTIVITIES HAVE BEEN AFFECTED, FOR THIS REASON, THE INTERNSHIP CONTINUED TO DEVELOP IN THE TELEWORK MODALITY ALLOWING A THEORETICAL REVIEW FOCUSED ON MENTAL HEALTH, CARE THAT THE CAREGIVER AND FAMILY MUST HAVE AS A SUPPORT NETWORK. FINALLY, INFORMATION MATERIAL WAS DESIGNED IN RELATION TO THESE TOPICS

KEYWORDS:

MENTAL HEALTH, FAMILY, CAREGIVER, SUPPORT NETWORK, CARE

V° B° DIRECTOR OF GRADUATE WORK

Introducción

El apoyo familiar y social es un tema importante en los procesos de acompañamiento en salud que se realizan cuando las personas reciben un diagnóstico de enfermedad terminal, la cual requiere en muchas ocasiones largos, dolorosos tratamientos (Cabrera López, López & Arredondo, 2017).

En la Fundación Copservir se desarrollan estos procesos y es por esto que la pasantía se planteó desde estos ejes la salud mental, la familia y el apoyo social. En este sentido, es vital el trabajo que desde la fundación se pueda realizar en torno al fortalecimiento de los procesos que den cuenta de la condición de vida de sus beneficiarios

En el presente informe se hace relación de la práctica realizada en el área social de la Fundación Copservir, durante el final del segundo período del 2019 y parte del primer período del 2020, con el objetivo de generar nuevas estrategias y apoyar los distintos programas que trabaja la fundación buscando a su vez fortalecer la salud mental de los cuidadores y beneficiarios por medio de talleres y material informativo.

Contexto institucional

¿Qué es la fundación?

La Fundación Copservir es una organización sin ánimo de lucro que tiene sus inicios en la ciudad de Bucaramanga el día 3 de septiembre de 2008, actualmente cuenta con su sede principal en la ciudad de Cali y con sedes en Bogotá, Barranquilla y Bucaramanga (Fundación Copservir, 2016).

Objetivos

La fundación se centra en el apoyo a diferentes comunidades de escasos recursos en Colombia que limitan el desarrollo en los distintos contextos de la vida; esto se desarrolla planeando, desarrollo, implementación y realización de distintas actividades que impulsan la salud y el bienestar (Fundación Copservir, 2016).

Población beneficiada

Personas vulnerables o diagnosticadas con cáncer de mama, con VIH/SIDA (Fundación Copservir, 2016).

Programas que desarrolla

Los programas con los que cuenta la fundación son cuatro, uno de ellos es conocido con el nombre “Familias núcleo de vida” el cual ha beneficiado a 7176 hogares, su enfoque principal es el bienestar de los beneficiarios, personas con VIH/SIDA o cáncer, realizando reuniones con los familiares y capacitaciones en cuanto a vida saludable y proyecto de vida, teniendo como factor principal que la familia se considera el núcleo de la sociedad; “Brigadas de salud” es un programa dirigido específicamente a comunidades vulnerables con poco acceso a sistemas de salud, brindando atención médica y donaciones (Fundación Copservir, 2016).

Otro de los programas es “En tus manos está el resultado” es un programa que ha llegado a 72521 personas y busca sensibilizar acerca del VIH/SIDA, con este programa se realizan pruebas Elisa por personal médico certificado por el Ministerio de Protección Social en Asesoría y Prueba Voluntaria; “Dale tu mano a la vida” está enfocado a la educación y sensibilización frente al cáncer de mama previniéndolo, a su vez se promueve el autocuidado y constancia en la práctica del autoexamen, llegando a 77682 mujeres beneficiadas en detección temprana de cáncer (Fundación Copservir, 2016).

Por otro lado, la fundación también cuenta con convenios con distintas entidades que comparten el mismo objetivo social buscando llegar a más poblaciones vulnerables (Fundación Copservir, 2016).

Justificación del Programa Planteado

En muchas situaciones, las enfermedades graves tienen costos económicos elevados, a estas se les cataloga como “enfermedades de alto costo”, entre estas se encuentra el cáncer como lo muestra la American Cancer Society (2019). En Colombia 275.348 personas fueron diagnosticadas con cáncer para el período estudiado según la Cuenta de Alto Costo (2020); muchas de estas no cuenta con los recursos suficientes para responder a todas las exigencias de estos tratamientos, debido a que por ejemplo el costo del cáncer metastático es de \$144.400.865 además de que el sistema de salud actual no tiene la capacidad y cobertura para atender de manera equitativa y con todos las exigencias a estas personas. Para poner solo un ejemplo, como lo muestra el Dane en Colombia en el año 2018, el 27% de la población estaba en pobreza monetaria y el 7,2% estaba en pobreza extrema.

A todo lo que ya se ha mencionado, se debe agregar que dependiendo el curso de la enfermedad, su vida laboral se ve gravemente afectada y a causa de esto, sus ingresos económicos; no solo el factor monetario es afectado por la enfermedad sino también aquellos de carácter emocional, afectivo y familiar (Cabrera López, López & Arredondo, 2017).

Por esto, algunas fundaciones tienen un papel muy importante ya que proveen servicios como ayudas jurídicas, acompañamientos psicológicos, apoyo en recursos económicos y medicinales, entre otros. Esto contribuye a que las personas de escasos recursos encuentren beneficios para su calidad de vida.

A partir de este panorama de dificultad y complejidad, las Fundaciones u organizaciones no gubernamentales, entran a realizar un apoyo importante, no solo en el soporte económico sino social y emocional. Este es el caso de la Fundación Copservir,

que ha centrado sus acciones en torno a actividades que beneficien la condición de vida de las personas vulnerables.

Dentro de los servicios que pueden proveer las fundaciones está la asesoría psicológica, la cual destaca la importancia de identificar la necesidad de una estabilidad mental que permita el fortalecimiento emocional de las personas que tienen diagnósticos de enfermedades, pero esencialmente la relevancia de la principal red de apoyo como lo es la familia, la cual es considerada como el apoyo más próximo que facilita la adaptación y percepción amplia de las situaciones.

Objetivos

Objetivo General

Apoyar los programas del fortalecimiento de la salud mental de beneficiarios y cuidadores de la Fundación Copservir.

Objetivos Específicos

- Identificar conocimientos y nivel de sobrecarga del cuidador de los beneficiarios.
- Conocer implicaciones negativas en el vínculo cuidador – beneficiario.
- Fortalecer las relaciones de los beneficiarios y persona cuidadora.

Marco teórico

En Colombia, el 1 y 2% de la población cuenta con alguna enfermedad que es catalogada de alto costo, debido sus elevados valores al momento de llevar su tratamiento; para el 2017 según se indica en la revista Opinión y Salud, entre estas enfermedades estaban varios tipos de cáncer, entre ellos, de cérvix, de mama, de estómago, de colon y recto, de próstata, leucemia linfocítica aguda, leucemia mieloide aguda, linfoma hodgkin, linfoma no hodgkin, también se considera la epilepsia, la artritis reumatoidea, el Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH) y el Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida (SIDA) (Anónimo, 2017).

El cáncer es definido por el Ministerio de Salud y Protección Social (2018), como una enfermedad en la cual existen células poco comunes que se multiplican y pueden invadir otros tejidos; se considera que algunos de sus tipos diagnosticados y tratados oportunamente pueden ser curados e incluso evitados. Como lo señalan Ospina, Huertas, Montaña y Rivillas (2015), en Colombia esta enfermedad es un problema de salud pública que cada vez va aumentando.

En relación a lo anterior Bravo y Muñoz (2018), presentan el cáncer de mama como el cáncer con mayor morbilidad, indicando que para el año 2018, presentó incremento en las tasas de incidencia en concordancia a los cánceres con actividades de detección temprana. La persona que posee un diagnóstico de cáncer está relacionada con la concepción de la enfermedad, pues se cataloga socialmente con dolor, sufrimiento y muerte, incluyendo de igual manera los miedos estereotipados de los tratamientos,

dependencias, cambios en la imagen de la persona y algunos síntomas físicos que experimenta la persona.

En relación a uno de los programas mencionados anteriormente, en la década de los 80, se da el surgimiento del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), conocido como una enfermedad en la cual se debilita la capacidad de crear defensas debido a que el virus se multiplica en los glóbulos blancos y luego los destruye, quedando así los anticuerpos con incapacidad para destruirlo. A pesar de no poseer síntomas inmediatos, se es posible realizar un diagnóstico de la infección por medio de pruebas de sangre que revelan su presencia; este virus desarrolla en algunos, no en todos los casos el SIDA, todos los portadores del virus pueden infectar a otras personas en cualquiera de sus fases (Andino, 2017; Plascencia de la Torre, Chan, & Salcedo, 2019).

Las formas de transmitir esta enfermedad, son variables, Grupo de Trabajo Sobre Tratamientos del VIH (2016) y Garzón, Vivas y Woolcott (2017), indican que se presentan por tres tipos específicamente, el primero por vía sexual al no usar algún tipo de protección al momento de tener relaciones sexuales con alguien infectado, el segundo por vía sanguínea al compartir agujas con una persona portadora del virus, al momento de tener contacto con una herida de sangre de un individuo infectado o por transfusiones de sangre, y el tercero por vía vertical en cuanto a la transmisión que se pueda tener de la madre al bebé en gestación, en el momento del nacimiento o incluso en la lactancia.

El SIDA, como lo menciona Andino (2017), es una enfermedad infecciosa considerada infección oportunista provocada por el VIH, sin cura alguna.

En este orden de ideas, aunque el Virus de Inmunodeficiencia Humana no solo tiene consecuencias biológicas, sino también psicosociales que se evidencian en las repercusiones emocionales y psicológicas de la persona que posea dicha enfermedad, frente a esta, la sociedad tiene ideas que afectan directamente a la persona que es diagnosticada, presentando comportamientos negativos como repulsión, rechazo, o subestimación hacia sí misma por el mismo prejuicio negativo de su entorno hacia ella por tener tal enfermedad (Moral & Segovia, 2015; Guevara & Hoyos, 2018).

Teniendo en cuenta lo anterior, el cáncer y el VIH/SIDA son enfermedades que implican un nivel de cuidado para las personas que habiten con ellas, para ello se requiere usualmente de algunos cuidadores quienes están pendientes en su mayoría de tiempo de los tratamientos que deban recibir dichos pacientes en cuanto a controles médicos y condiciones adecuadas de vida.

Familia y cuidadores

Así mismo, se han realizado numerosos estudios sobre las familias, lo cual, dando paso a investigaciones que la abordan desde varios ámbitos. Por consiguiente, a continuación, se presentan algunos acercamientos y perspectivas teóricas para tener una visión más clara sobre la familia.

La familia es definida por Torres, Ortega, Garrido y Reyes (2008) como un grupo de personas que tienen un vínculo afectivo o directamente sanguíneo, que facilitan las relaciones sociales, biológicas y psicológicas que conecta a sus miembros con la sociedad.

Teniendo en cuenta el papel protector y promotor de la familia, se considera la modificación de los roles y la existencia de situaciones en las que la familia como sistema debe afrontar en cuanto a dificultades relacionadas a enfermedad de alguno de sus miembros, generando formas de afrontamiento en cada familia, incluyendo estrés y disfuncionalidad con la incertidumbre asociada a enfermar y a ver por aquella persona que está enferma, pues esta situación tiene sus implicaciones en todo el sistema de esta persona (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

En algunos casos, la persona diagnosticada puede generar dependencia, lo cual le impide o dificulta la realización normal de las tareas básicas de la cotidianidad y llevando a su vez a que la persona presente sensaciones de pérdida de control, sentimientos de ansiedad, angustia o incluso lo puede llevar a la depresión añadiendo el gran impacto que pueden percibir al recibir la noticia de la nueva enfermedad (Colegio Colombiano de Psicología, s.f; National Institute of Mental Health, 2015).

Quien brinda la ayuda o asistencia requerida se considera una persona cuidadora, quien atiende esta dependencia; dentro de estos cuidadores se identifican tres tipos, el cuidador formal, aquella persona con una formación para el cuidado que está vinculada laboral y legalmente con una institución o persona natural (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018; Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras-Documento en Construcción, 2016).

El cuidador informal es aquella persona que ejerce la labor de cuidador en algunos casos remunerada, sin tener vínculo familiar con quien es cuidado añadiendo que no

existe una formación para el cuidado y por último está la persona cuidador familiar quien tiene vínculo generalmente sanguíneo con la persona dependiente, esta asistencia puede ser a corto o largo plazo. En este caso, la función de la familia en este tema por proteger y cuidar el estado de salud adecuado del miembro que se encuentra enfermo es de carácter primordial y esencial (Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras-Documento en Construcción, 2016).

Como lo menciona González (2010), la familia que se hace cargo de la persona tiene repercusiones en su calidad de vida, enfrentando sufrimientos, en algunos casos la familia o cuidadores se presentan bastante exhaustos y frustrados por la demanda tanto física como emocional que reciben al brindar la atención. En los cuidadores otras repercusiones que se pueden presentar son consideradas como sobrecarga, por las labores que este deba ejercer durante el tiempo de cuidado, cargas que en ocasiones son ignoradas debido al exceso de trabajo que supone la realización de rutinas diarias (Giraldo, Zuluaga & Uribe, 2018), pero con gran impacto en las dimensiones físicas, psicológicas, espirituales, familiares, sociales y económicas de la persona cuidadora (González, 2010; Rodríguez, Valencia, González y de la Pava, 2018).

Debido a las implicaciones que conlleva el cuidado es importante el concepto de salud mental el cual es definido por el Ministerio de Salud y Protección Social (2013), como un estado dinámico o activo del ser humano que se manifiesta en la vida diaria por medio de actitudes e interacciones con su entorno; este dinamismo, le permite a la persona expresar sus recursos cognitivos, mentales y emocionales para poder relacionarse y comunicarse adecuadamente en sus contextos. El buen estado de la salud

mental genera mejores relaciones inter e intrapersonales que aporten al buen desarrollo de una comunidad.

Actividades desarrolladas

Debido a la emergencia de salud mundial y nacional, se tuvo que hacer ajustes en el desarrollo de la pasantía, por ello se presentan dos momentos:

Momento I. Contacto directo en la Fundación.

En este momento se dio de forma presencial, se tuvo más contacto a nivel social realizando apoyo a actividades complementarias de la Fundación, entre ellas:

Actividades de sensibilización y promoción

- Se realizó una toma de punto donde se apoyaron actividades de sensibilización e información conmemorando el día mundial contra el cáncer, esto se ofreció para el público en general. En esta actividad se evidenció la falta de conocimiento en la población masculina en cuenta a que ellos, así como en las mujeres podría desarrollarse el cáncer de mama

- Por el día internacional de la lucha contra el cáncer infantil se realizó el ofrecimiento de manillas a los asociados de la Fundación, esto con el fin de obtener recursos para la Fundación y sensibilizar sobre este tema, que en la población en general no es tenido muy en cuenta.

- En conmemoración del día del niño con cáncer, se realizó un mural cuya temática fue el mar, los niños asistentes tenían que hacer un dibujo y escribir un mensaje que motivara a los demás niños y sus familiares a afrontar la situación.

Actividades de formación

- Se brindan espacios formativos en el programa “familias núcleo de vida”, para esto se realizaron 2 talleres, el primero se enfocó en técnicas de relajación y el segundo en concientización sobre la discriminación. Las estructuras de estos talleres se pueden ver en el anexo No 1.

- Se participó de forma pasiva en el segundo congreso de pacientes oncológicos, organizado por la fundación SENOSAMA, sus principales participantes eran personas diagnosticadas con cáncer y sus cuidadores, y profesionales de la salud. En este congreso se habló principalmente de algunas técnicas para controlar el dolor, como el yoga; también se enfocó en los alimentos que favorecen el cáncer y los alimentos que lo combaten; se habló también del cáncer y su relación con las memorias traumáticas y finalmente de los derechos y deberes dentro del sistema de seguridad social en salud.

Actividades de acompañamiento psicosocial

- Donaciones a madres adolescentes cabeza de hogar en el Servicio Nacional De Aprendizaje (SENA).

- Se realizó acompañamiento psicosocial en la entrega de regalos a familias de escasos recursos y con condiciones especiales en veredas y municipios del área metropolitana de Bucaramanga. Esto permitió reconocer las condiciones en las que vivían estas familias, sin un lugar digno donde vivir, con escasos de alimentos, de vestido, y todo esto llevaba a que en sus rostros reflejaran tristeza.

- Se acompañaron actividades sociales que congregan y reúnen a los beneficiarios de la fundación a partir de las celebraciones y festejos navideños que finalizaban con entregas de regalos.

- Se realizó entrega de donaciones a damnificados por el desastre natural en el municipio de Piedecuesta.

Actividades de apoyo administrativo

- En el mes de enero se realizó acompañamiento en actividades interinstitucionales con entidades interesadas en el objetivo social de la Fundación con el fin de generar nuevas alianzas y fortalecer las ya existentes

- Envío de informes a la sede administrativa (Cali) mostrando las actividades pasadas y futuras de la sede Bucaramanga.

De acuerdo a lo observado en la institución, se evidencia en las relaciones entre los beneficiarios y sus cuidadores, se considera relevante implementar un programa que evalúe el nivel de sobrecarga que pueda experimentar el cuidador, para generar estrategias que fortalezcan la salud mental, y en consecuencia mejoren las relaciones intra e interpersonales de esta población (Ver anexo No 2).

Momento II. Actividades de teletrabajo.

Debido al confinamiento preventivo, se trabajó en la documentación, sustentación y soporte teórico de los aspectos relacionados con el apoyo tanto social como el de la familia que son un factor clave en los procesos de adherencia al tratamiento.

En el anexo No 3 se encuentran los teóricos y desarrollos trabajados en el confinamiento, se hizo revisión teórica acerca del papel fundamental de la familia como apoyo en la preservación y fortalecimiento de la salud mental, esto teniendo en cuenta que en la situación actual la familia juega un papel importante debido a que se está todo el tiempo en contacto con ella en la mayoría de los casos y esto podría generar dificultades a nivel de las relaciones interpersonales dentro de esta como se ha podido evidenciar en el aumento de casos de violencia intrafamiliar como lo muestra Redacción Nacional con información de EFE (2020).

Teniendo en cuenta esta información, se diseñó material informativo que les permita a las personas tener conocimiento de la importancia de la familia en momentos de crisis (Ver anexo No 4).

Debido a factores propios de la Fundación y al confinamiento, no se pudo desarrollar el programa planteado en el momento I, por ello, se plantea la siguiente actividad para dar soporte a este programa. El desarrollo de la actividad se enfoca principalmente en el

fortalecimiento de los hábitos de vida saludable de los cuidadores, debido a que los buenos hábitos de vida saludable tienen implicaciones positivas a nivel de salud mental, por ello se desarrolla la siguiente actividad:

Se inicia con una mesa redonda donde se lleva a cabo una lluvia de ideas que permitan la construcción conjunta de la importancia del tema, como forma de guiar el desarrollo de la misma se plantean las siguientes preguntas:

1. ¿Qué es un hábito saludable?
2. ¿Qué hábitos de vida saludable conoce?
3. ¿Qué implica tener hábitos saludables?
4. ¿Cuál hábito considera usted que puede mejorar?
5. ¿Cuál es la relación entre hábitos de vida saludable y el rol de cuidador?

Posterior a ello, con la información recopilada y los conocimientos previos del profesional que dirige el programa se empieza a construir la definición de qué es un hábito, las implicaciones que conlleva el no tener adecuados hábitos de vida saludables y los beneficios que aporta a la salud mental, en este caso específico en los cuidadores.

Para finalizar, se realiza una actividad didáctica que permita afianzar y reforzar los conocimientos adquiridos, la actividad consiste en un juego generalmente conocido como “memoria”, para este se preparó el siguiente material:

En pequeños cuadros de cartulina por separado se representan con imágenes los distintos hábitos, se hacen un par de cada uno para la actividad y con otro pequeño cuadro de cartulina se cubre la imagen debido a que las reglas del juego lo hacen necesario. Para la realización de la actividad se colocarán preferiblemente en una superficie vertical las diferentes imágenes en orden aleatorio.

La actividad inicia dividiendo a los participantes de forma aleatoria en 2 grupos, debido a que el ganador del juego será el grupo que más parejas de hábitos consiga. El juego se desarrollará de la siguiente manera:

1. Destapará un par de imágenes una persona de cada grupo, no al mismo tiempo, si esta logra hallar la pareja de hábitos, será un punto para el grupo, de lo contrario, las imágenes vuelven a taparse.
2. La persona que encuentre la pareja deberá mencionar lo aprendido durante la actividad sobre este hábito y el moderador lo complementará.

El juego termina cuando se encuentren todas las parejas, posterior a esto, se hará el conteo de parejas por grupo quien tenga el mayor número de parejas será el ganador del juego.

Para finalizar la actividad, se realizará un pequeño compartir con los participantes.

Resultados

De acuerdo a los ajustes que se tuvieron que hacer en el desarrollo de la pasantía, se dio respuesta a los objetivos planteados de forma teórica y en base a esto se muestran los siguientes resultados:

Es muy importante generar conciencia acerca de la carga emocional que conlleva el ser cuidador, para así promover la importancia y el cuidado de la salud mental en los cuidadores.

El cuidador se ve muy afectado socialmente por el nuevo rol que ejerce ante el diagnóstico de su familiar ya que esto hace que cambie totalmente su estilo de vida.

A la carga emocional que acarrea de por sí el cuidado de la enfermedad, se le suman las implicaciones económicas.

En muchas ocasiones debido al diagnóstico de enfermedades graves como el cáncer, se ve muy afectada la vida laboral tanto del cuidador como de esta persona, adicionando los altos costos de los tratamientos generan un deterioro de la economía familiar que implica directamente una carga emocional extra.

Se dejó planteada y diseñada una actividad que no se pudo realizar, quedando como propuesta para el trabajo con cuidadores y familiares, esta con un enfoque en el cuidado de la salud mental del cuidador para de esta manera propiciar una mejor relación entre

él y el beneficiario. Adicional se diseñaron infografías como apoyo a esta actividad (Ver Anexo No. 4 y Anexo No. 5).

Se evidenció la importancia de entidades no gubernamentales como la Fundación, en el apoyo de comunidades de escasos recursos; esto se pudo ver en la cantidad de necesidades que se observaron por medio del acercamiento que se tuvo con las comunidades vulnerables.

También se logró documentar y sustentar el apoyo familiar y su importancia, en torno a aspectos de acompañamiento, soporte y guía para el tratamiento de enfermedades como el cáncer (Ver anexo No. 4)

Conclusiones y sugerencias

- La familia cumple un papel muy importante en momentos de crisis, debido a que es la principal red de apoyo especialmente en personas con Cáncer y VIH/SIDA. Es necesario que existan espacios formativos, de intercambio y apoyo mutuo entre los cuidadores para el manejo de situaciones de estrés, ansiedad y angustia a las que se enfrentan.
- Hay pocos espacios que les permita a los beneficiarios y cuidadores adquirir herramientas para su desarrollo y crecimiento personal, es por esto que los espacios que abre la Fundación son muy importantes
- Se recomienda crear más espacios para brindar herramientas para el desarrollo y crecimiento personal de los beneficiarios. Así como el diseño de materiales sencillos, que comuniquen elementos clave que faciliten la tarea de acompañamiento que los familiares asumen

Referencias

- American Cancer Society. (2019) *Cosas que hay que saber sobre el costo del tratamiento contra el cáncer*. Cancer.org. Recuperado de <https://www.cancer.org/es/tratamiento/como-buscar-y-pagar-por-el-tratamiento/comprension-de-los-aspectos-financieros-y-legales/administracion-de-los-costos/el-costo-del-tratamiento-contra-el-cancer.html#referencias>
- Andino, C. (2017). VIH/SIDA una perspectiva bioética desde la hermenéutica de la existencia. *Revista Colombiana de Bioética*, 12(2), 66-89. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1892/189253851006>
- Anónimo (2017, 24 de mayo). ¿Cuáles son las enfermedades de alto costo en Colombia? *Opinión & Salud*. Recuperado de <https://www.opinionysalud.com/2017/05/24/enfermedades-de-alto-costo-colombia/>
- Bravo, L. y Muñoz, N. (2018). Epidemiología del cáncer en Colombia. *Revista Colombia Médica*. 49(1), 09-12. Recuperado de http://www.scielo.org.co/pdf/cm/v49n1/es_1657-9534-cm-49-01-00009.pdf
- Cabrera Macías, Yolanda, López González, Ernesto, López Cabrera, Ernesto, & Arredondo Aldama, Bárbara. (2017). La psicología y la oncología: en una unidad imprescindible. *Revista Finlay*, 7(2), 115-127. Recuperado en 11 de junio de 2020, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2221-24342017000200007&lng=es&tlng=pt
- Colegio Colombiano de Psicología. (s.f). El Rol del Psicólogo en una Unidad Oncológica. Recuperado de https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/salud%20%23%201.pdf?fbclid=IwAR1ShKYbYuniXyoQoQkuwfGXPHmPC_BWxrvyWZqHjQI2nW088YrIFRhtwJg
- Fundación Copservir. (2016).

- Garzón, T. C., Vivas, T. G. & Woolcott, O. (2017). El problema de las transfusiones de sangre y la transmisión del VIH: realidad y respuesta del derecho para la protección de los pacientes. Bogotá, Colombia: Editorial de la Universidad Católica de Colombia.
- Giraldo, D., & Zuluaga, S., & Uribe, V. (2018). Sobrecarga en cuidadores principales de pacientes con dependencia permanente en el ámbito ambulatorio. *Medicina U.P.B.*, 37(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1590/159056349001/html/index.html>
- González, T. (2010). Calidad de vida del cuidador familiar del enfermo mental diagnosticado en el instituto de neurociencias del Caribe Santa Marta 2009. *Duazary: Revista internacional de Ciencias de la Salud.* 7(2), 191-198.
- Grupo de Trabajo Sobre Tratamientos del VIH. (2016). Transmisión sexual del VIH. Guía para entender las pruebas de detección y el riesgo en las prácticas sexuales (2ª Ed.). Barcelona. España: Autor. Recuperado de http://gttvih.org/files/active/0/GUIA_transmision_sexual_web_2Edi.pdf
- Guevara, Y., & Hoyos, P. (2018). Vivir con VIH: experiencias de estigma sentido en personas con VIH. *Psicogente*, 21(39), 127-139. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497555219011>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Guía metodológica para el Observatorio Nacional de Cáncer en Colombia. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/guia-ross-cancer.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Ley N° 1616. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley1616-del-21-de-enero-2013.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Manual de cuidado al cuidador de personas con trastornos mentales y/o enfermedades crónicas discapacitantes.

- Recuperado de
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/M anual-cuidado-al-cuidador.pdf>
- Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras-Documento en Construcción.
- Moral, J. & Segovia, M. (2015). Discriminación en la familia a mujeres que viven con VIH. *Psicogente*, 18(33), 89-103.
- National Institute of Mental Health. (2015). Las enfermedades crónicas y la salud mental: Cómo reconocer y tratar la depresión. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/las-enfermedades-cronicasy-la-salud-mental-como-reconocer-y-tratar-la-depresion/index.shtml#pub3>
- Ospina, M., Huertas, J., Montaña, J., & Rivillas, J. (2015). Observatorio Nacional de Cáncer Colombia. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 33(2), 262-276. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=120/12039090013>
- Plascencia de la Torre, J., & Chan, E., & Salcedo, J. (2019). Variables psicosociales predictoras de la no adherencia a los antirretrovirales en personas con VIH-SIDA. *CES Psicología*, 12(3), 67-79. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4235/423561568005>
- Redacción Nacional con información de EFE (2020, 31 de marzo). En el primer trimestre de 2020 hubo más de 15.000 casos de violencia intrafamiliar en Colombia. *El Espectador*. Recuperado de <https://www.elespectador.com/noticias/nacional/mas-de-15000-casos-violencia-intrafamiliar-en-primer-trimestre-en-colombia-articulo-912254>
- Rodríguez, J., & Valencia, C., & González, S., & de la Pava, K. (2018). Carga de cuidado en cuidadores de personas con enfermedad crónica pertenecientes a un programa de hospitalización en casa. *Archivos de Medicina (Col)*, 18(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273857650020>

Torres, L., & Ortega, P., & Garrido, A., & Reyes, A. (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2),31-56. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=802/80212387003>

Anexos

Anexo 1.

Estructura de la actividad: Técnicas de relajación

1. Apertura, saludo inicial y presentación de la pasante de la Fundación
2. Se presenta el objetivo principal del taller, el cual consiste en brindar herramientas que permitan disminuir estrés, dolor y cargas emocionales.
3. Se presentan por medio de diapositivas de Power Point las clases de técnicas de relajación, para qué sirven, cuando las deben realizar.
4. Posterior se realiza una un ejemplo de algunas técnicas de relajación que son prácticas a la hora de aplicarlas y se diseña un material que pueden llevar a sus casas para estos momentos que necesiten liberar cargas.
5. Cierre con compartir.

Estructura de la actividad: Cero discriminación

1. Apertura, saludo inicial y presentación de la pasante de la Fundación.
2. Se presenta el objetivo principal del taller, el cual consiste en una concientización de la problemática que se evidencia acerca de la discriminación.
3. Presentación en Power Point sobre la cero discriminación, su origen, importancia y concientización acerca del tema, generando algunos posibles propósitos para radicar este problema social.
4. Se realizó una actividad para sensibilizar frente a la importancia de la mujer y su rol en la sociedad, la importancia de cuidar la integridad (debido a que según la ONUSIDA, este año el día de la cero discriminación se realiza en pro de las mujeres)
5. Conmemoración del día de la mujer donde se realizaron actividades especiales y de integración para todas las beneficiarias de la Fundación.
6. Cierre con detalles a todas las mujeres y compartir

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología
Anexo 2.

UNIVERSIDAD PONTIFICIA BOLIVARIANA ESCUELA DE CIENCIAS
SOCIALES FACULTAD DE PSICOLOGIA

PROPUESTA DE PASANTIA O SERVICIO SOCIAL

Modalidad: Pasantía X
Servicio Social _____

Fecha de entrega:

Recibido para la reunión del Comité del día:

Nombre del/la estudiante interesado/a y ID:

Edy Aurora Pinzón Lizarazo ID:294692

Correos electrónicos y teléfonos de contacto:

edy.pinzon.2015@upb.edu.co

Título:

Apoyo a los programas del fortalecimiento de la salud mental de beneficiarios y cuidadores de la fundación copservir.

Institución en la que se realizará:

Fundación Copservir.

Dirección: Calle 52 #31-148 Piso 2. B/ Cabecera.

Teléfonos: 6577160 - 3134959399

Nombre, cargo y firma de la persona responsable en la organización (adjuntar la carta de presentación):

Edward Mauricio Ortiz Caicedo, Analista de selección

Referentes conceptuales para el abordaje de la pasantía

El proyecto a realizar se llevará a cabo en la fundación Copservir, siendo esta una organización sin ánimo de lucro que su objetivo no es solo educar sino también apoyar las personas de escasos recursos en Colombia. A su vez, se interesa por influir en la adecuada condición de vida de los beneficiarios por medio de programas que brindan información, sensibilizan y acompañan (Fundación Copservir, 2016).

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología

El objetivo principal de la fundación es la prevención y sensibilización de enfermedades como el cáncer de mama y VIH/SIDA, otros programas para mejorar la condición de vida de poblaciones vulnerables, brindando de igual forma apoyo a otras fundaciones con objetivos similares (Fundación Copservir, 2016).

De acuerdo a lo anterior, los programas con los que cuenta la fundación son cuatro, uno de ellos es conocido con el nombre "Familias núcleo de vida" el cual ha beneficiado a 7176 hogares, su enfoque principal es el bienestar de los beneficiarios, personas con VIH/SIDA o cáncer, realizando reuniones con los familiares y capacitaciones en cuanto a vida saludable y proyecto de vida, teniendo como factor principal que la familia se considera el núcleo de la sociedad; "Brigadas de salud" es un programa dirigido específicamente a comunidades vulnerables con poco acceso a sistemas de salud, brindando atención médica y donaciones (Fundación Copservir, 2016).

Otro de los programas es "En tus manos está el resultado" es un programa que ha llegado a 72521 personas y busca sensibilizar acerca del VIH/SIDA, con este programa se realizan pruebas Elisa por personal médico certificado por el Ministerio de Protección Social en Asesoría y Prueba Voluntaria; "Dale tu mano a la vida" está enfocado a la educación y sensibilización frente al cáncer de mama previniéndolo, a su vez se promueve el autocuidado y constancia en la práctica del autoexamen, llegando a 77682 mujeres beneficiadas en detección temprana de cáncer (Fundación Copservir, 2016).

El cáncer es definido por el Ministerio de Salud y Protección Social (2018), como una enfermedad en la cual existen células poco comunes que se multiplican y pueden invadir otros tejidos; se considera que algunos de sus tipos diagnosticados y tratados oportunamente pueden ser curados e incluso evitados. Como lo señalan Ospina, Huertas, Montaña y Rivillas (2015), en Colombia esta enfermedad es un problema de salud pública que cada vez va aumentando.

En relación a lo anterior Bravo y Muñoz (2018), presentan el cáncer de mama como el cáncer con mayor morbilidad, indicando que para el año 2018, presentó incremento en las tasas de incidencia en concordancia a los cánceres con actividades de detección temprana. La persona que posee un diagnóstico de cáncer está relacionada con la concepción de la enfermedad, pues se cataloga socialmente con dolor, sufrimiento y muerte, incluyendo de igual manera los miedos estereotipados de los tratamientos, dependencias, cambios en la imagen de la persona y algunos síntomas físicos que experimenta la persona.

En relación a uno de los programas mencionados anteriormente, en la década de los 80, se da el surgimiento del Virus de Inmunodeficiencia Humana (VIH), conocido como una enfermedad en la cual se debilita la capacidad de crear defensas debido a que el virus se multiplica en los glóbulos blancos y luego los destruye, quedando así los anticuerpos con incapacidad para destruirlo. A pesar de no poseer síntomas inmediatos, se es posible realizar un diagnóstico de la infección por medio de pruebas de sangre que revelan su presencia; este virus desarrolla en algunos, no en todos los casos el SIDA, todos los portadores del virus pueden infectar a otras personas en cualquiera de sus fases (Andino, 2017; Plascencia de la Torre, Chan, & Salcedo, 2019).

Las formas de transmitir esta enfermedad, son variables, Grupo de Trabajo Sobre Tratamientos del VIH (2016) y Garzón, Vivas y Woolcott (2017), indican que se presentan por tres tipos específicamente, el primero por vía sexual al no usar algún tipo de protección al momento de tener relaciones sexuales con alguien infectado, el segundo por vía sanguínea al compartir agujas con una persona portadora del virus, al momento de tener contacto con una herida de sangre de un individuo infectado o por transfusiones de sangre, y el tercero por vía vertical en cuanto a la transmisión que se pueda tener de la madre al bebé en gestación, en el momento del

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología

nacimiento o un incluso en la lactancia.

El SIDA, como lo menciona Andino (2017), es una enfermedad infecciosa considerada infección oportunista provocada por el VIH, sin cura alguna.

En este orden de ideas, aunque el Virus de Inmunodeficiencia Humana no solo tiene consecuencias biológicas, sino también psicosociales que se evidencian en las repercusiones emocionales y psicológicas de la persona que posea dicha enfermedad, frente a esta, la sociedad tiene ideas que afectan directamente a la persona que es diagnosticada, presentando comportamientos negativos como repulsión, rechazo, o subestimación hacia sí misma por el mismo prejuicio negativo de su entorno hacia ella por tener tal enfermedad (Moral & Segovia, 2015; Guevara & Hoyos, 2018).

Teniendo en cuenta lo anterior, el cáncer y el VIH/SIDA son enfermedades que implican un nivel de cuidado para las personas que habitan con ellas, para ello se requiere usualmente de algunos cuidadores quienes están pendientes en su mayoría de tiempo de los tratamientos que deban recibir dichos pacientes en cuanto a controles médicos y condiciones adecuadas de vida.

Familia y cuidadores

Así mismo, se han realizado numerosos estudios sobre las familias, lo cual, dando paso a investigaciones que la abordan desde varios ámbitos. Por consiguiente, a continuación, se presentan algunos acercamientos y perspectivas teóricas para tener una visión más clara sobre la familia.

La familia es definida por Torres, Ortega, Garrido y Reyes (2008) como un grupo de personas que tienen un vínculo afectivo o directamente sanguíneo, que facilitan las relaciones sociales, biológicas y psicológicas que conecta a sus miembros con la sociedad.

Teniendo en cuenta el papel protector y promotor de la familia, se considera la modificación de los roles y la existencia de situaciones en las que la familia como sistema debe afrontar en cuanto a dificultades relacionadas a enfermedad de alguno de sus miembros, generando formas de afrontamiento en cada familia, incluyendo estrés y disfuncionalidad con la incertidumbre asociada a enfermar y a ver por aquella persona que está enferma, pues esta situación tiene sus implicaciones en todo el sistema de esta persona (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018).

En algunos casos, la persona diagnosticada puede generar dependencia, lo cual le impide o dificulta la realización normal de las tareas básicas de la cotidianidad y llevando a su vez a que la persona presente sensaciones de pérdida de control, sentimientos de ansiedad, angustia o incluso lo puede llevar a la depresión añadiendo el gran impacto que pueden percibir al recibir la noticia de la nueva enfermedad (Colegio Colombiano de Psicología, s.f; National Institute of Mental Health, 2015).

Quien brinda la ayuda o asistencia requerida se considera una persona cuidadora, quien atiende esta dependencia; dentro de estos cuidadores se identifican tres tipos, el cuidador formal, aquella persona con una formación para el cuidado que está vinculada laboral y legalmente con una institución o persona natural (Ministerio de Salud y Protección Social, 2018; Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras- Documento en Construcción, 2016).

El cuidador informal es aquella persona que ejerce la labor de cuidador en algunos casos remunerada, sin tener vínculo familiar con quien es cuidado añadiendo que no existe una

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología

formación para el cuidado y por último está la persona cuidador familiar quien tiene vínculo generalmente sanguíneo con la persona dependiente, esta asistencia puede ser a corto o largo plazo. En este caso, la función de la familia en este tema por proteger y cuidar el estado de salud adecuado del miembro que se encuentra enfermo es de carácter primordial y esencial (Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras-Documento en Construcción, 2016).

Como lo menciona González (2010), la familia que se hace cargo de la persona tiene repercusiones en su calidad de vida, enfrentando sufrimientos, en algunos casos la familia o cuidadores se presentan bastante exhaustos y frustrados por la demanda tanto física como emocional que reciben al brindar la atención. En los cuidadores otras repercusiones que se pueden presentar son consideradas como sobrecarga, por las labores que este deba ejercer durante el tiempo de cuidado, cargas que en ocasiones son ignoradas debido al exceso de trabajo que supone la realización de rutinas diarias (Giraldo, Zuluaga & Uribe, 2018), pero con gran impacto en las dimensiones físicas, psicológicas, espirituales, familiares, sociales y económicas de la persona cuidadora (González, 2010; Rodríguez, Valencia, González y de la Pava, 2018).

Debido a las implicaciones que conlleva el cuidado es importante el concepto de salud mental el cual es definido por el Ministerio de Salud y Protección Social (2013), como un estado dinámico o activo del ser humano que se manifiesta en la vida diaria por medio de actitudes e interacciones con su entorno; este dinamismo, le permite a la persona expresar sus recursos cognitivos, mentales y emocionales para poder relacionarse y comunicarse adecuadamente en sus contextos. El buen estado de la salud mental genera mejores relaciones inter e intrapersonales que aporten al buen desarrollo de una comunidad.

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología

Programa a desarrollar

El programa a desarrollar va dirigido especialmente a las condiciones psicosociales del cuidador, este por medio de los siguientes momentos:

- Inicialmente, se utiliza como principal estrategia la indagación y el reconocimiento de las necesidades de los cuidadores a través de una entrevista semiestructurada.
- de acuerdo a la información obtenida de este primer momento, se realiza la estructuración de las estrategias de acompañamiento desde la perspectiva psicosocial.
- como tercer momento se tiene la evaluación de los procesos por medio de la percepción de los participantes del programa.

En cuanto a la metodología del programa, se tiene en cuenta:

- Participantes: Familiares y cuidadores de los beneficiarios de la Fundación.
- Frecuencia: Una sesión cada quince días
- Actividades: Pueden variar de acuerdo a las necesidades, a través de talleres, cine foros, diálogos, visitas domiciliarias, acompañamientos grupales, café, entre otros.

Objetivo General:

Apoyar los programas del fortalecimiento de la salud mental de beneficiarios y cuidadores de la Fundación Copservir.

Objetivos Específicos:

- Identificar conocimientos y nivel de sobrecarga del cuidador de los beneficiarios.
- Conocer implicaciones negativas en el vínculo cuidador – beneficiario.
- Fortalecer las relaciones de los beneficiarios y persona cuidadora.

Lista Bibliografía y fuentes de consulta:

Andino, C. (2017). VIH/SIDA UNA PERSPECTICA BIOÉTICA DESDE LA HERMENÉUTICA DE LA EXISTENCIA. *Revista Colombiana de Bioética*, 12(2), 66-89. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1892/189253851006>

Bravo, L. y Muñoz, N. (2018). Epidemiología del cáncer en Colombia. *Revista Colombia Médica*. 49(1), 09-12. Recuperado de http://www.scielo.org.co/pdf/cm/v49n1/es_1657-9534-cm-49-01-00009.pdf

Colegio Colombiano de Psicología. (s.f). El Rol del Psicólogo en una Unidad Oncológica. Recuperado de https://www.colpsic.org.co/aym_image/files/salud%20%23%201.pdf?fbclid=IwAR1ShKYbYuniXyoQoQkuwfGXPHmPC_BWxrvyWZqHjQI2nW088YrIFRhtwJg

Fundación Copservir. (2016).

Garzón, T. C., Vivas, T. G. & Woolcott, O. (2017). El problema de las transfusiones de sangre y la transmisión del VIH: realidad y respuesta del derecho para la protección

Seccional Bucaramanga
Escuela de Ciencias Sociales
Facultad de Psicología

de los pacientes. Bogotá, Colombia: Editorial de la Universidad Católica de Colombia.

Giraldo, D., & Zuluaga, S., & Uribe, V. (2018). Sobrecarga en cuidadores principales de pacientes con dependencia permanente en el ámbito ambulatorio. *Medicina U.P.B.*, 37(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/jatsRepo/1590/159056349001/html/index.html>

González, T. (2010). Calidad de vida del cuidador familiar del enfermo mental diagnosticado en el instituto de neurociencias del Caribe Santa Marta 2009. *Duazary: Revista internacional de Ciencias de la Salud.* 7(2), 191-198.

Grupo de Trabajo Sobre Tratamientos del VIH. (2016). Transmisión sexual del VIH. Guía para entender las pruebas de detección y el riesgo en las prácticas sexuales (2ª Ed.). Barcelona. España: Autor. Recuperado de http://gttvih.org/files/active/0/GUIA_transmision_sexual_web_2Edi.pdf

Guevara, Y., & Hoyos, P. (2018). Vivir con VIH: experiencias de estigma sentido en personas con VIH. *Psicogente*, 21(39), 127-139. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=497555219011>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2018). Guía metodológica para el Observatorio Nacional de Cáncer en Colombia. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/guia-ross-cancer.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2013). Ley N° 1616. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/ley-1616-del-21-de-enero-2013.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Manual de cuidado al cuidador de personas con trastornos mentales y/o enfermedades crónicas discapacitantes. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/Manual-cuidado-al-cuidador.pdf>

Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). Subsistema de cuidado para personas con dependencia funcional permanente y personas cuidadoras-Documento en Construcción.

Moral, J. & Segovia, M. (2015). Discriminación en la familia a mujeres que viven con VIH. *Psicogente*, 18(33), 89-103.

National Institute of Mental Health. (2015). Las enfermedades crónicas y la salud mental: Cómo reconocer y tratar la depresión. Recuperado de <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/espanol/las-enfermedades-cronicas-y-la-salud-mental-como-reconocer-y-tratar-la-depresion/index.shtml#pub3>

Ospina, M., Huertas, J., Montaña, J., & Rivillas, J. (2015). Observatorio Nacional de Cáncer Colombia. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 33(2), 262-276. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=120/12039090013>

Plascencia de la Torre, J., & Chan, E., & Salcedo, J. (2019). Variables psicosociales predictoras de la no adherencia a los antirretrovirales en personas con VIH-SIDA. *CES Psicología*, 12(3), 67-79. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=4235/423561568005>

Rodríguez, J., & Valencia, C., & González, S., & de la Pava, K. (2018). Carga de cuidado en cuidadores de personas con enfermedad crónica pertenecientes a un programa de hospitalización en casa. *Archivos de Medicina (Col)*, 18(2). Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=273857650020>

Torres, L., & Ortega, P., & Garrido, A., & Reyes, A. (2008). Dinámica familiar en familias con hijos e hijas. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*, 10(2),31-56. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=802/80212387003>

Anexo 3.

**UNIVERSIDAD PONTIFICIA
BOLIVARIANA ESCUELA DE
CIENCIAS SOCIALES FACULTAD DE
PSICOLOGIA**

INFORME DE AVANCE 2 PASANTIA

Modalidad: Pasantía **X**
Servicio Social **___**

<i>Nombre del/la estudiante interesado/a y ID:</i>
Edy Aurora Pinzón Lizarazo ID:294692
<i>Correos electrónicos y teléfonos de contacto:</i>
edy.pinzon.2015@upb.edu.co / 3154501799

<i>Título:</i>
Apoyo a los programas del fortalecimiento de la salud mental de beneficiarios y cuidadores de la Fundación Copservir.

<i>Objetivo General:</i>
Apoyar los programas del fortalecimiento de la salud mental de beneficiarios y cuidadores de la Fundación Copservir.

Objetivos Específicos:

- Identificar conocimientos y nivel de sobrecarga del cuidador de los beneficiarios.
- Conocer implicaciones negativas en el vínculo cuidador – beneficiario.
- Fortalecer las relaciones de los beneficiarios y persona cuidadora.

ESTADO DE AVANCE DEL PLAN

El desarrollo de la pasantía se vio afectado por la situación de emergencia de salud que se dio en todo el mundo y en Colombia, a mediados de marzo. Por tal razón, la pasantía se continuó desarrollando en modalidad de teletrabajo.

Situación que también permitió el fortalecimiento de otras habilidades profesionales, en torno al planteamiento de acciones de apoyo al trabajo de la fundación, mediadas por la virtualidad

Adicionalmente, se plantearon una serie de actividades relacionadas con la construcción, documentación y fundamentación teórica de los procesos de apoyo social que se realizan en la Fundación.

Por tanto, se estructuraron temas como: cuidado de la salud mental del cuidador y la familia como red de apoyo.

A continuación se describen estos temas:

Se tuvo en cuenta la importancia del acompañamiento de la familia, debido a que el aislamiento genera aumento en las alteraciones de la salud mental propias de la situación, con implicaciones a nivel personal que conllevan a desequilibrio a nivel familiar.

En el estudio realizado por Wang (2017), la familia como red de apoyo se considera un factor relevante en el apoyo emocional de cada uno de sus miembros, pues esta le brinda soporte en situaciones que afectan negativamente el estado individual de la persona tales como el trabajo, las relaciones interpersonales, su aspecto, entre otros. Este apoyo genera que frente a circunstancias difíciles que pueda vivir la persona, esta situación sea más fácil de asimilar debido a que se comparten los sentimientos y emociones que pueden experimentar.

De igual forma como lo señalan Aranda, Moreno y Frías (2019), el apoyo proveniente de un miembro específico de la familia tiene mayor impacto en el bienestar emocional de sus integrantes generando seguridad, pues esta es uno de los factores principales para favorecer la buena adaptabilidad y ajuste en los entornos fuera del hogar.

En cuanto a factor de protección, la familia desempeña un papel principal, que le permite a cada miembro desarrollar recursos apropiados para el afrontamiento ante situaciones difíciles, en este caso y como lo menciona Echeburúa (2015), ante el suicidio, pues este problema de salud pública puede verse altamente protegido si se cuenta con una adecuada red de apoyo familiar, este mismo autor permite evidenciar que personas con malas relaciones familiares tienen una tendencia más alta a ver el suicidio como una solución frente a situaciones que son consideradas sin esperanza y de total sufrimiento.

Teniendo en cuenta el papel significativo de la familia en la vida de la persona con los problemas de salud, es necesario que entienda que esta situación no solo afectará el componente social de la familia sino también en particular al cuidador que tendrá cambios en su habitual estilo de vida, como lo mencionan Carreño, Chaparro y López (2017).

Se resalta a su vez, la importancia de parte del cuidador, reconocer la situación y lo relevante de cuidar no solo la salud de su familiar sino también la suya propia ya que esta afecta directamente el buen cuidado del familiar (García, Manquián & Rivas, 2016).

La salud mental del cuidador según Huerta y Rivera (2017), juega un papel importante no solo en el ámbito, personal, sino que a su vez genera un mejor cuidado del paciente e incluso puede influir en mejoras a nivel de salud de este, el buen estado psicológico no solo genera que tenga menos probabilidades de entrar en estados de crisis por ejemplo en depresión sino también en caso de encontrarse en estos estados, salir rápidamente de ellos. En relación a lo anterior, la espiritualidad, es uno de los componentes más esenciales para el fortalecimiento de los recursos que puede desarrollar la persona al momento de afrontar situaciones adversas.

A partir de esta revisión, se consideró pertinente el diseño de un material didáctico de apoyo

para las familias, que permitiera ofrecer información concreta acerca de temas como red de apoyo y salud mental del cuidador (Ver Anexo No.1 y No.2)

Referencias

Aranda Corrales, Cynthia Lorenia, Moreno Ruiz, David y Frías Armenta, Martha. (2019) Diferencias entre apoyo social y ambiente familiar en adolescentes con reportes de bienestar subjetivo. *Psicología desde el Caribe*, 36 (2), 248-268. <https://dx.doi.org/10.14482/psdc.36.2.303.2>

Carreño Moreno, Sonia, Chaparro Díaz, Lorena, y López Rangel, Rocío. (2017). Intervenciones en cuidadores familiares de niños con cáncer. *Index de Enfermería*, 26(1-2), 43-47. Recuperado de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962017000100010&lng=es&tlng=es

Echeburúa, Enrique. (2015). Las múltiples caras del suicidio en la clínica psicológica. *Terapia psicológica*, 33(2), 117-126. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082015000200006>

García, Felipe E, Manquián, Esteban, & Rivas, Gisela. (2016). Bienestar psicológico, estrategias de afrontamiento y apoyo social en cuidadores informales. *Psicoperspectivas*, 15(3), 101-111. Recuperado de https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242016000300010&lng=es&tlng=e

Huerta Ramírez, Yolanda, Rivera Heredia, María Elena. (2017). Resiliencia, recursos familiares y espirituales en cuidadores de niños con discapacidad. *ScienceDirect*. 9(2), 70-81. <https://doi.org/10.1016/j.jbhsi.2018.01.005>

Wang, Zhengyuan. (2017) Uso de la tecnología de comunicación para el trabajo en el hogar durante el tiempo fuera del trabajo y el conflicto trabajo-familia: los roles del apoyo familiar y el desapego psicológico. *Anales de Psicología*, 33 (1), 93-101. <https://dx.doi.org/10.6018/analesps.33.1.238581>

Anexo 4.

FAMILIA COMO RED DE APOYO

IMPLICACIONES EMOCIONALES DESDE LA FAMILIA



RED DE APOYO

-La familia es la principal red de apoyo debido a que es el primer y mayor contexto social en que la persona tiene contacto a lo largo de su vida.



VENTAJAS

Tiene sus implicaciones emocionales positivas tales como:

- Fortalecimiento emocional.
- Facilitar la expresión de sentimientos y emociones en momentos de crisis.
- Generar seguridad y protección.



DESVENTAJAS

Tiene sus implicaciones emocionales negativas tales como:

- Relaciones interpersonales insatisfactorias
- Mayor tendencia a la depresión
- Mayor tendencia al suicidio

Anexo 5.

CUIDANDO AL CUIDADOR



IMPLICACIONES

El cuidador debe saber que:

- Tendrá cambios en su estilo de vida habitual.
- Tendrá carga emocional adicional.
- Disminuirá su salud física.

CUIDADOR

Es toda persona que ofrece asistencia especial de forma transitoria o permanente en pro de proteger y cuidar la salud de una persona con un nivel de dependencia.



BENEFICIOS DE SU SALUD MENTAL

Contrae consigo:

- El mejoramiento de la salud de la persona a quien cuida.
- Menos probabilidad de entrar en crisis emocionales
- Afrontar con mayor facilidad en caso de crisis.



CUIDADOS PARA SU SALUD MENTAL

El cuidador debe:

- Reconocer que necesita cuidarse tanto física como psicológicamente.
- Evaluar e identificar su red de apoyo.
- Tener espacios de ocio, dormir bien, cuidar su aspecto físico, mantener su actividad física.

Contrae consigo:

- El mejoramiento de la salud de la persona a quien cuida.
- Menos probabilidad de entrar en crisis emocionales
- Afrontar con mayor facilidad en caso de crisis.

