

Proyecto de interacción social

Fortaleciendo mi salud mental para lograr una vida sana y con sentido

Directora: Edith Hernández Narváez

Co-Directora: Adriana Perugache Rodríguez

Supervisora: Dra. Mayelly Tibaduiza García

Estudiantes Practicantes:

Gabriel Esteban Lara Martínez

Juan Felipe Hinestrosa Arturo

Correo electrónico:

gabriest2002@gmail.com

juan.hinestrosa22@gmail.com



Contexto



ORDEN HOSPITALARIA DE SAN JUAN DE DIOS

Hospital San Rafael de Pasto

PASTO | COLOMBIA



Orden Hospitalaria San Juan de Dios

El **Hospital San Rafael de Pasto** hace parte de las obras apostólicas dirigidas por los **Hermanos de San Juan de Dios**.

Están en los **5 continentes** y tienen presencia en **52 países**

Son una organización de carácter canónico sin ánimo de lucro, regida y orientada por el **carisma de la Hospitalidad**.



VALORES DE LA ORDEN



HOSPITALIDAD



RESPECTO



RESPONSABILIDAD



ESPIRITUALIDAD



CALIDAD



Unidades

Julio Piña Tejedor

Antón Martín

Eugenio Ramírez

San Camilo de
Lelis

San Juan de Dios

Niño Jesús de
Granada

Larga estancia

HOSPITAL SAN RAFAEL

Expansión

San Ricardo
Pampuri

San Agustín

Hospital Día
Adicciones

Hospital **Día**
General

San José

Francisco
Camacho



● Todas las unidades

San Ricardo Pampuri ●

Colaboradores

**Cuidadores
principales**

POBLACIÓN PARTICIPANTE

Asistidos

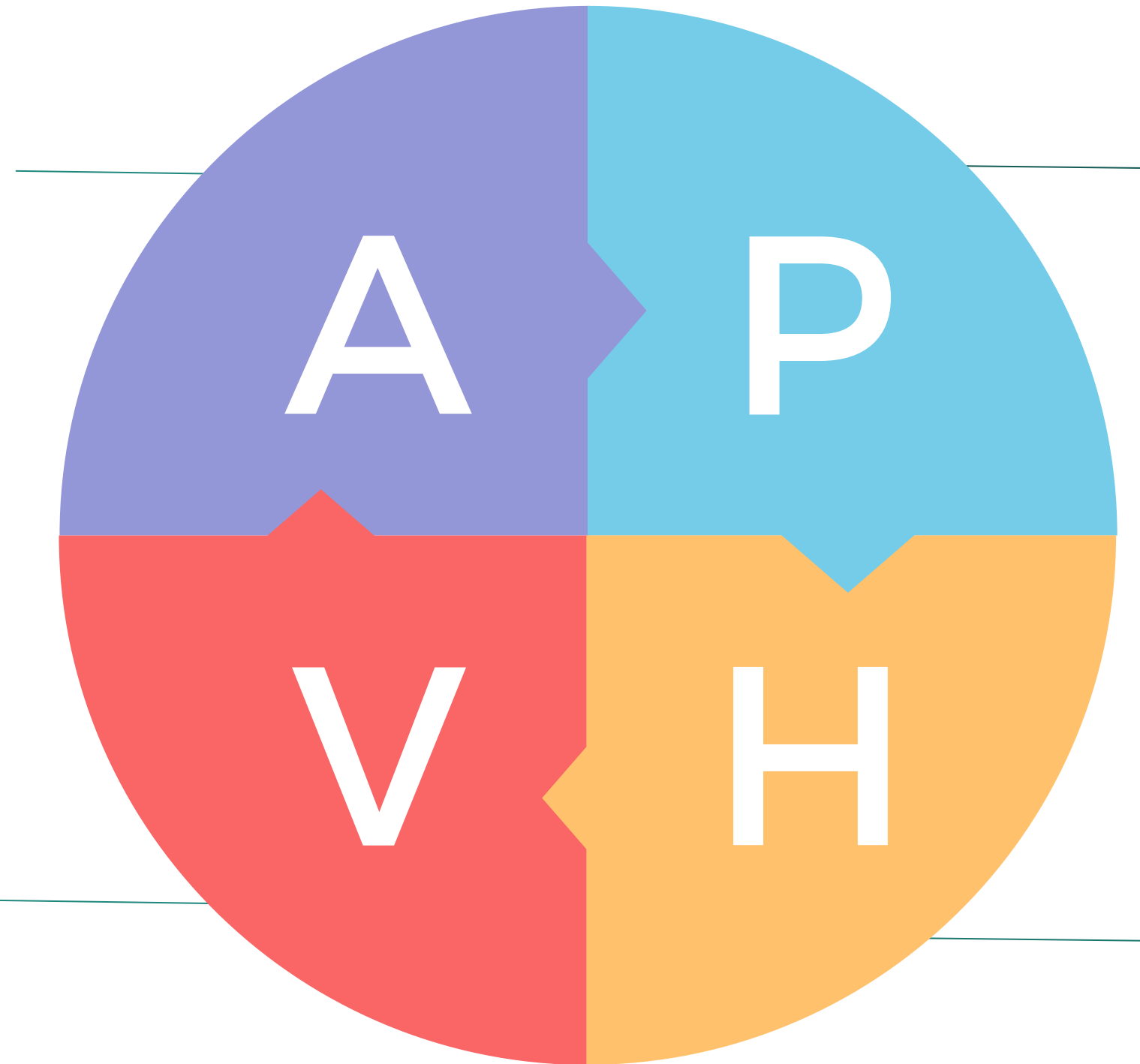
● Hospital Día General



Fases del proceso de práctica

Planes de mejora
Ajustes a las actividades

Evaluación
Constante y transversal



Contextualización y diagnóstico
Recolección y Análisis de información

Formulación y desarrollo
Plan Operativo Anual



Proceso de contextualización

01 Recolección de información

- Entrevistas a actores clave
- Observación
- Revisión teórica – documental

02 Sistematización de la información

- Organización en matrices
- Categorización

03 Análisis de la información

- Identificación de necesidades



Objetivo General

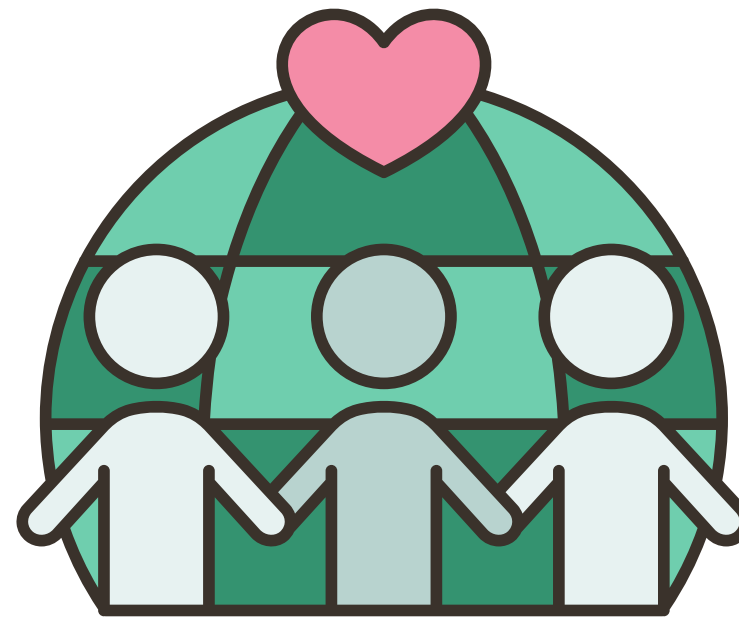
Desarrollar **estrategias de intervención** en salud mental que permitan fortalecer el **bienestar psicológico**, potenciar **una vida digna, sana y con sentido** en los usuarios de los servicios de hospitalización en salud mental.



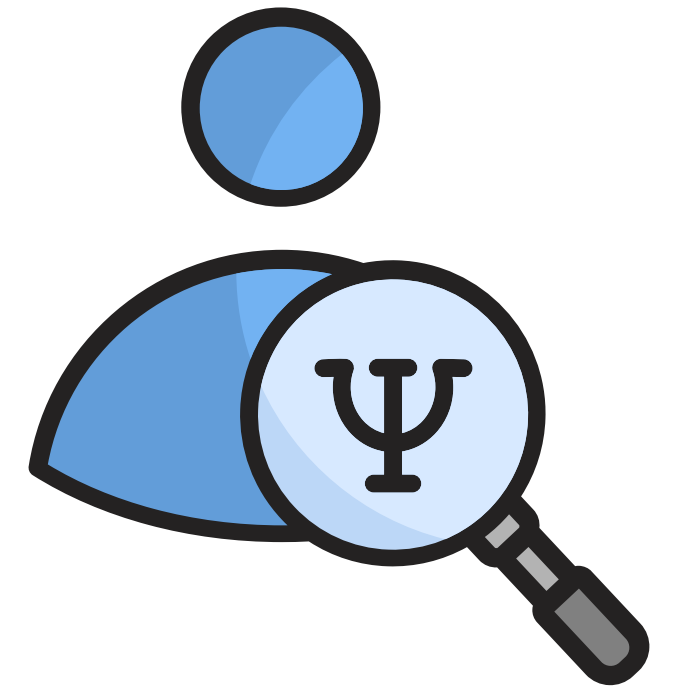
Campos



**Psicología
de la salud**



**Psicología
comunitaria**



Investigación



Ejes y programas



**BUSCANDO TU
BIENESTAR**

Ryff, 1994



**APRENDIENDO
HABILIDADES
PARA LA VIDA**

OMS, 1994



**PROMOVIENDO
LA
HUMANIZACIÓN**

**Carlosama,
2019**



**CUIDADO AL
CUIDADOR**

Zarit, 1980



INVESTIGACIÓN

Zarit, 1980





Buscando tu bienestar



Bienestar Psicológico

Autoaceptación

Dominio del entorno

Relaciones positivas con
otros

Propósito en la vida

Crecimiento personal

Autonomía

Ryff (1994).

PARTICIPANTES:
Pacientes Hospital
Día



Necesidades identificadas

AUTOEFICACIA

**TOLERANCIA A LA
FRUSTRACIÓN**

**HÁBITOS
SALUDABLES**

AUTOCUIDADO



Objetivo

Contribuir al **bienestar psicológico** de los usuarios del programa Hospital Día General, desde una perspectiva de la **salud mental positiva**.

**Estrategias de
afrontamiento**

Autonomía

Autoaceptación

Estrategias:

- Talleres
- Psicoeducación
- Mindfulness
- Entrenamiento en solución de problemas
- Metáforas
- Juego de roles
- Modelamiento
- Casos prácticos



Solución de problemas





**Aprendiendo
habilidades para la vida**



**Habilidades para
la vida**

Emocionales

Sociales

Cognitivas

OMS (1993).

PARTICIPANTES:

Pacientes
Hospital Día



Necesidades identificadas

**GESTIÓN DE
EMOCIONES**

**COMUNICACIÓN
ASERTIVA**

**RESOLUCIÓN DE
CONFLICTOS**

**TOMA DE
DECISIONES**



Objetivo

Fortalecer las **habilidades para la vida** de los usuarios del programa Hospital Día General, que les permitan **afrontar** efectivamente los **desafíos de la vida cotidiana**.

**Gestión
emocional**

**Comunicación
asertiva**

**Fortalecimiento
del proyecto de
vida**

Estrategias:

- Talleres
- Psicoeducación
- Mindfulness
- Entrenamiento en regulación emocional
- Defusión cognitiva
- Establecimiento de metas
- Juego de roles
- Modelamiento
- Casos prácticos
- Metáforas



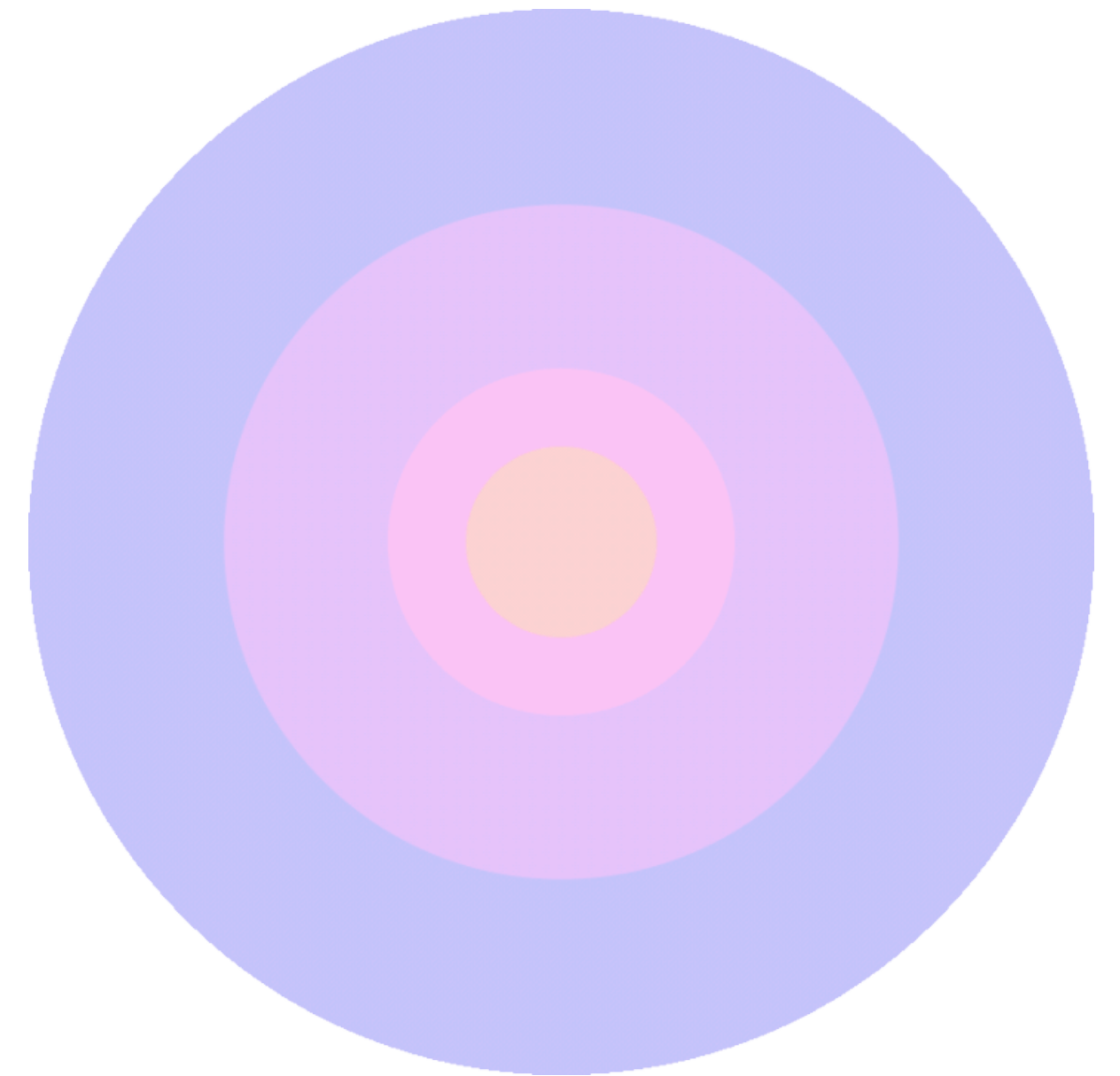
Entrenamiento en herramientas

Aterrizaje

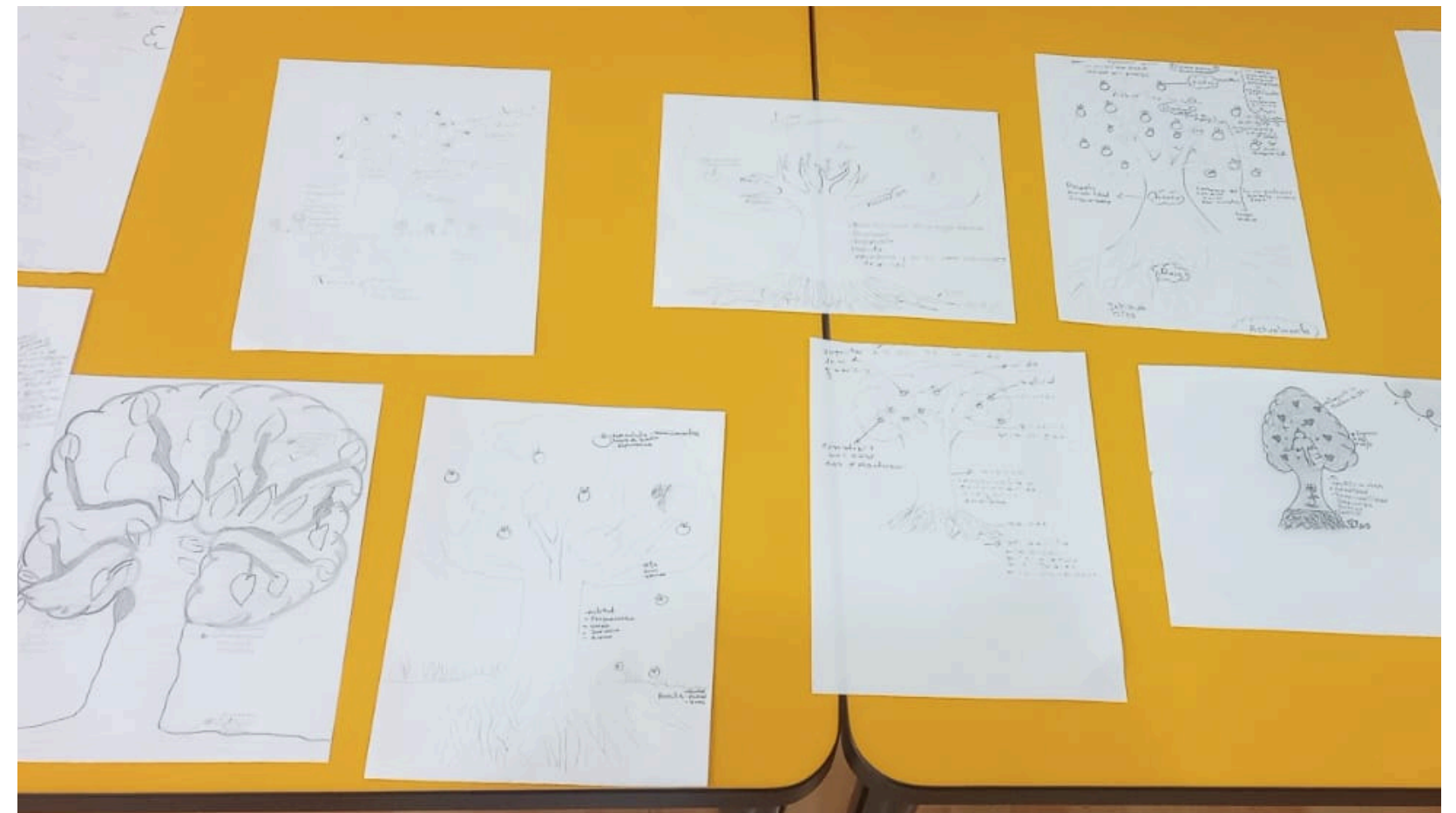
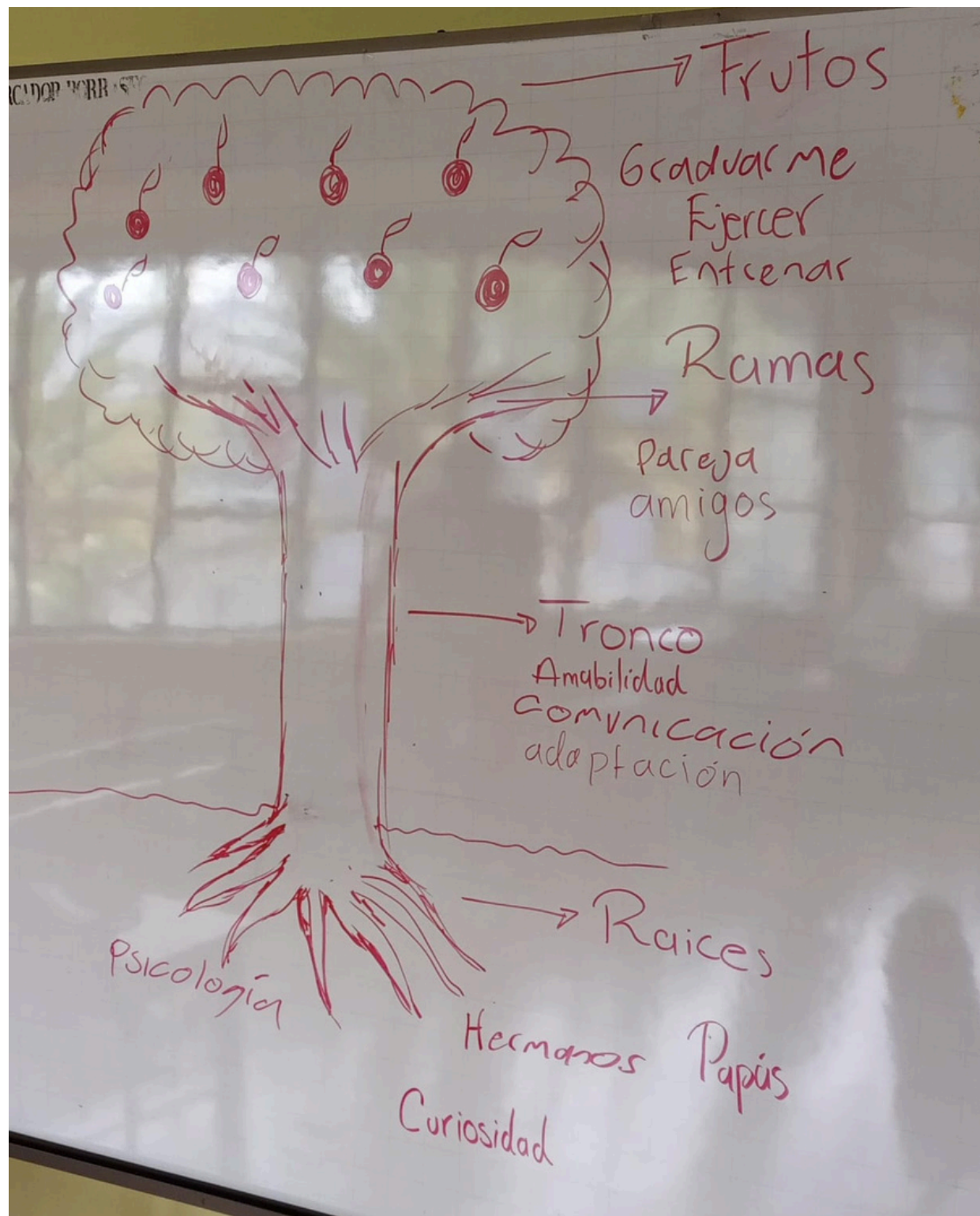
Centrarse en el momento presente, en el ***aquí y el ahora***, tomando distancia de mis pensamientos.

La técnica de los 5 pasos:

- Algo que pueda ver
- Algo que pueda tocar
- Algo que pueda oír
- Algo que pueda oler
- Algo que pueda saborear



Árbol de la vida





Humanización



Humanización

Actitud de servicio

Empatía

**Respeto por la
dignidad**

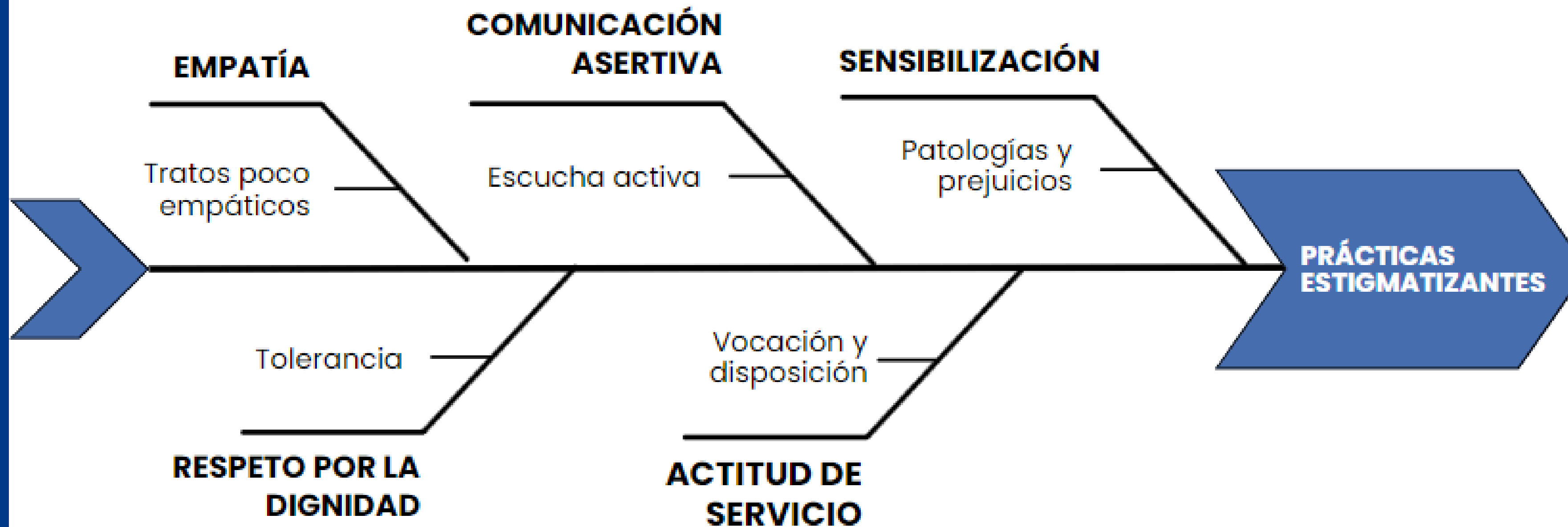
**Comunicación
humanizada**

Carlosama et.al.
(2019).

PARTICIPANTES:
Colaboradores
Hospital San Rafael



Necesidades identificadas



Objetivo

Fomentar una **cultura humanizada** orientada a la **disminución de prácticas estigmatizantes** en el contexto de la salud mental.

Conductas empáticas

Comunicación asertiva

Respeto por la dignidad humana

Estrategias:

- Psicoeducación
- Sensibilización
- Entrenamiento en comunicación asertiva
- Casos prácticos
- Juego de roles
- Modelamiento



Afrontamiento del estrés



Estresores



Estrategias de afrontamiento





Cuidado al cuidador



**Sobrecarga del
cuidador**

Impacto del cuidado

Interpersonal

**Expectativas de
autoeficacia**

Zarit (1980).

PARTICIPANTES:
Cuidadores unidad San
Ricardo Pampuri



Necesidades identificadas

AUTOCUIDADO

**RELACIONES
INTERPERSONALES**

AUTOEFICACIA

**RECONOCIMIENTO
DEL ROL**



Objetivo

Promover el **cuidado a los cuidadores** de la unidad San Ricardo Pampuri contribuyendo a su **bienestar** y a su **calidad de vida**.

Autocuidado

**Relaciones
interpersonales
positivas**

Autoeficacia

Estrategias:

- Grupo focal
- Observación
- Entrevista
- Aplicación de escalas psicométricas
- Análisis de información cuantitativa y cualitativa





Investigación



“Salud mental en los cuidadores principales de pacientes hospitalizados por conducta adictiva en un hospital de salud mental de la ciudad de Pasto”

Objetivo General

Analizar la relación entre la **sobrecarga del cuidado**, las **estrategias de afrontamiento** y el nivel de **ansiedad** y **depresión** en los cuidadores principales de los pacientes hospitalizados por conductas adictivas.

Población:

Cuidadores principales de pacientes de la unidad San Ricardo Pampuri

Variables:

- Sobrecarga del cuidado
- Estrategias de afrontamiento
- Ansiedad y depresión

Metodología:

- Cuantitativo
- Empírico – Analítico
- Correlacional
- Transversal



Conocimientos necesarios



Modelos e
intervención en
Psicología de la
salud



Humanización en
servicios de
salud



Estrategias de
intervención
terapéutica:
PBE



Investigación:
cualitativa y
cuantitativa



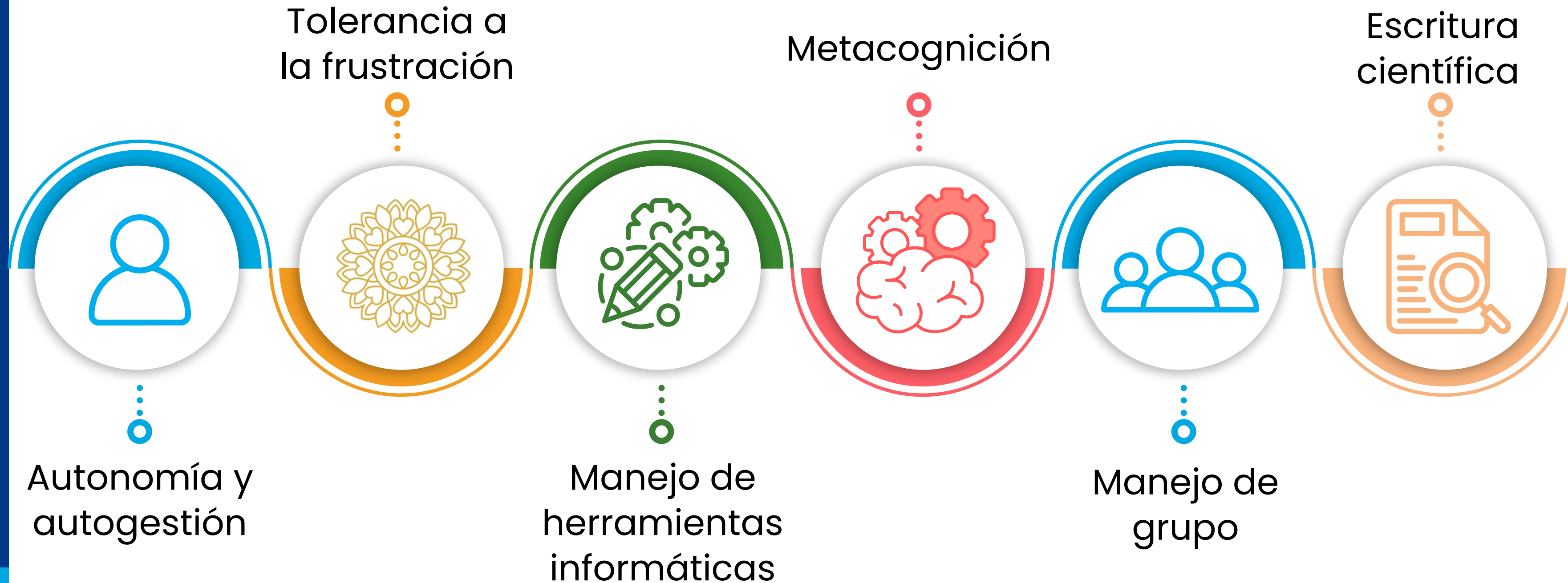
Bioética



Competencias iniciales



Competencias desarrolladas



Principales retos

01



Mantener el posicionamiento del proyecto en la institución

02



Generalizar el comportamiento en asistidos y colaboradores

03



Fortalecer el trabajo multidisciplinario

04



Fortalecer la participación de las redes de apoyo

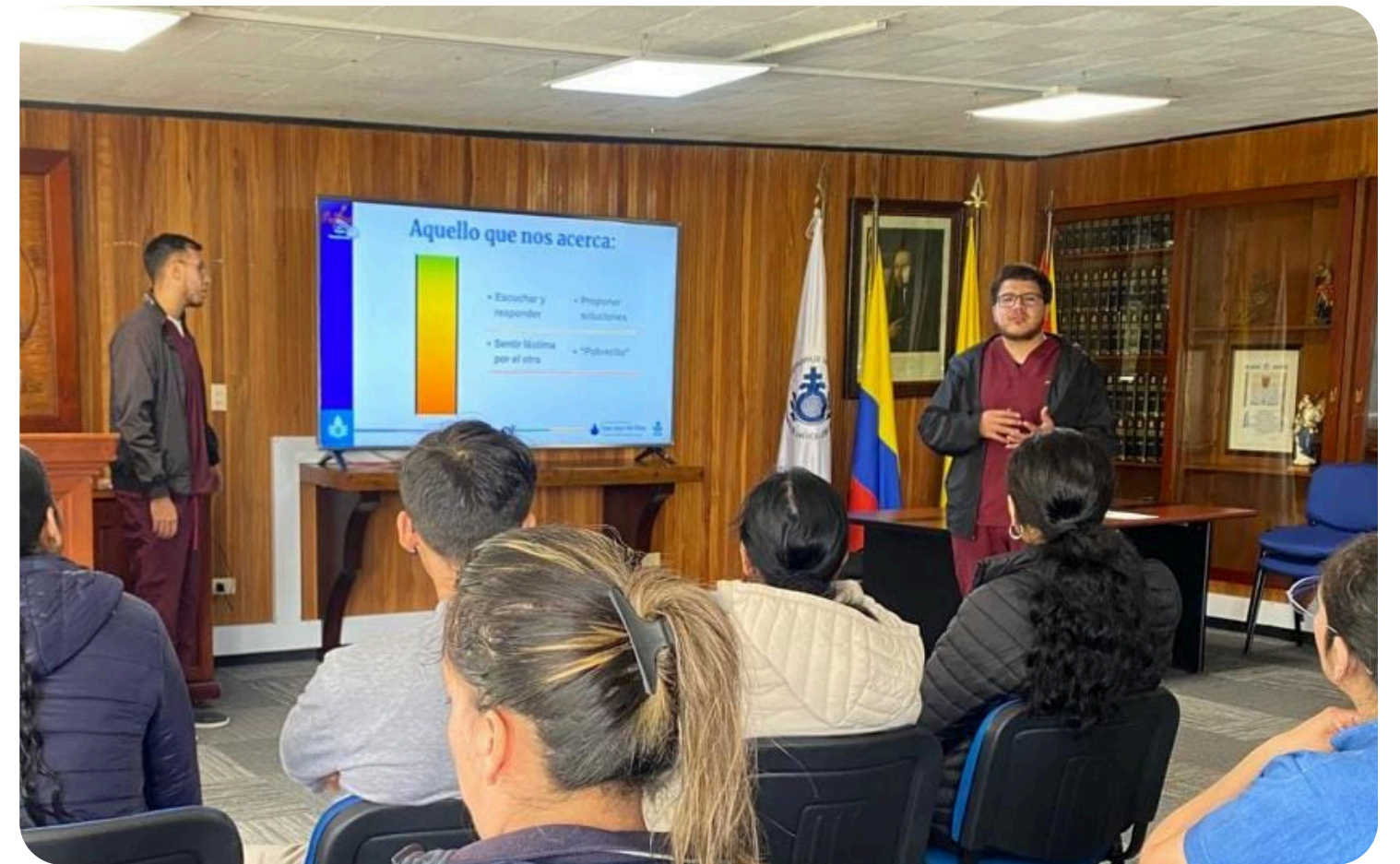
05



Implementar un programa de intervención con cuidadores



Experiencia personal



Referencias

Chapoñan Palacios, M. E. D. C. (2021). Análisis teórico del bienestar psicológico formulado por Carol Ryff y Martina Casullo.

Cruz Rivas Herrera, J., & Ostiguín Meléndez, R. M. (2011). Cuidador:¿ concepto operativo o preludio teórico?. Enfermería universitaria, 8(1), 49-54.

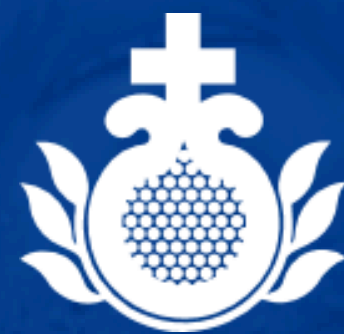
Lazarus, R. (2000). Estrés y emoción. Manejo e implicaciones en nuestra salud. Bilbao: Desclée Brouwer.

Martínez-Castillo, A. A., & Santiago, F. J. R. (2021). El estigma hacia los pacientes psiquiátricos: una revisión bibliográfica. Alternativas Psicología, 47(1), 14.

Rodríguez, Á. P. A., Córdoba, A. M. C., & Poches, D. K. P. (2016). Escala de sobrecarga del cuidador Zarit: estructura factorial en cuidadores informales de Bucaramanga. Revista de Psicología:(Universidad de Antioquía), 8(2), 87-99.

Valverde, C. V., López, M. C., & Ring, J. M. (2003). Estrategias de afrontamiento. Medicina Clínica en Psiquiatría y Psicología.





¡GRACIAS!

"Hacer el bien, bien hecho"