

**BIENESTAR PSICOSOCIAL DE POBLACIONES PERTENECIENTES A LOS
CENTROS DE PROYECCIÓN SOCIAL DE LA UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS**

**ALEJANDRA FRANCO
ERIK SEBASTIAN CASTRO ORJUELA**

ASESOR: CHRISTIAN MORA

PROYECTO DE PRÁCTICA ELECTIVA

UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

BOGOTÁ D.C

2021

Introducción

En el presente documento se pretende elaborar un proyecto en el que se visibilizan algunas de las problemáticas y necesidades implícitas y explícitas que aquejan las comunidades pertenecientes a los centros de proyección social de la Universidad Santo Tomás ubicados en las localidades de Usme, Ciudad Bolívar, Cazucá, Chapinero y Suba en el sur, oriente y noroccidente de la ciudad de Bogotá D.C, respectivamente. A partir del diagnóstico comunitario elaborado y el acercamiento a la comunidad se visibilizan dinámicas problemáticas o desfavorables que han sido normalizadas en estas comunidades.

Se realiza una propuesta la cual tiene como objetivo brindar un mayor bienestar psicosocial a través de tres actividades concretas: alfabetización y estimulación sensorial en adultos mayores, educación sexual a adolescentes y jóvenes mediante uno o más programas y prevención del abuso sexual. Se establecerá un espacio donde se integre lo académico y las comunidades desde la psicología de una manera concreta. Se dejarán plasmadas herramientas o productos pertinentes de los cuales la comunidad pueda apropiarse y así mismo puedan ser replicados por los estudiantes y practicantes del programa de psicología.

Se tomará como base los conceptos de salud propuestos desde la psicología de la salud y el modelo de bienestar biopsicosocial para comprender el enfermar humano, se retomarán aspectos del ciclo vital (infancia, adolescencia y adultez mayor) con el fin de comprender las particularidades de cada etapa de las poblaciones con las cuales se trabajará.

Descripción del problema / situación.

Para abordar las diferentes problemáticas que se presentan dentro de las comunidades es necesario tener presente cómo se configuran o de donde provienen, por lo que es importante tener en cuenta como el contexto socio histórico de Colombia ha influido en la configuración de diferentes creencias, costumbres, actitudes e incluso en la conformación geográfica de Bogotá. Dicho contexto sociohistórico se ve permeado por la violencia la cual acompaña la historia de Colombia desde las épocas coloniales, la violencia política presente desde siglos pasados, la Colombia permeada por el narcotráfico, entre otros. Dichos eventos trajeron consigo múltiples consecuencias generando fracturas y secuelas a nivel socio cultural que hoy en día siguen vigentes.

Actualmente las problemáticas que se presentan dentro de las localidades son de diferente tipo, desde las ambientales hasta las psicosociales, el consumo de SPA, asentamientos de población vulnerable sin acceso a servicios básicos, asentamientos en zonas de alto riesgo con presencia de remoción en masa, informalidad ocasionada por falta de oportunidades laborales, población vulnerable que habita en zonas de riesgo sin contar con sistemas de acueducto y alcantarillado, deterioro de los recursos ambientales, la adecuación de zonas de reserva forestal para crecimiento urbano, la segregación social, las barreras de acceso a los servicios sociales, situaciones de abandono de adultos mayores, estigmatización por pertenencia étnica y falta de presencia de instituciones competentes para brindar solución a estas problemáticas, (Atlas de salud pública localidad de Usme 2015, Atlas de salud pública localidad de chapinero 2016, Atlas de salud pública localidad de suba 2015, Atlas de salud pública localidad de ciudad bolívar 2015).

Además se evidencian otras problemáticas que están presentes en las comunidades como lo son los eventos relacionados al maltrato, la violencia y abuso sexual y eventos

relacionados a la salud sexual y reproductiva tales como la presencia de casos de embarazo adolescente y a temprana edad los cuales tienen altas implicaciones siendo un riesgo para la madre y el bebé como para la familia y la sociedad, ya que la vulnerabilidad económica y el momento del ciclo vital en el que se encuentran puede llegar a afectar la permanencia de las menores en los centros educativos, además de estar expuestas a la violencia y dependencia económica.

Dichas problemáticas contribuyen a que la percepción de bienestar psicosocial de estas poblaciones disminuya, por lo tanto teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente se trabajara con 3 problemáticas específicas: Embarazo temprano y no deseado, abuso sexual a menores y alteraciones del adulto mayor.

Justificación

Resulta pertinente realizar el presente proyecto ya que se busca establecer un proceso que responda a tres problemáticas específicas que se presentan dentro de las comunidades las cuales afectan en gran medida el bienestar integral de niños, jóvenes y adultos. Dichas problemáticas traen consigo más inconvenientes que afectan las distintas esferas de desarrollo (personal, familiar, social, físico) que se suman a los retos, estresores y roles que traen consigo las etapas de la niñez, la adolescencia y la adultez mayor los cuales deben ser asumidos de manera adecuada para tener un apropiado desarrollo.

En cuanto al abuso sexual a menores se encuentra que son múltiples las consecuencias y secuelas a corto, mediano y largo plazo y a nivel emocional, conductual y cognitivo tales como sentimientos de tristeza, irritabilidad, baja autoestima, depresión, trastornos alimenticios, dificultades de atención, desmotivación general, conductas agresivas, marginación, consumo de sustancias, relaciones familiares conflictivas, entre otros (Arredondo, V 2002). En Bogotá se registra una tendencia al incremento significativo de casos de violencia sexual con un cambio porcentual del 7.15%, en el año 2019 se notificaron 8.474 casos de violencia sexual, un 18,4% más que el año anterior, el 77,5 % (n=6.569) de los casos notificados son niños, niñas y adolescentes; seguido por los adultos entre los 18 y 59 años con el 22 % (n=1.864) (Secretaría Distrital de Salud, 2019) lo cual representa una cifra alarmante ya que esto quiere decir que durante dicho año diariamente se presentaban en promedio de 22 a 23 casos de abuso sexual.

En cuanto al embarazo adolescente y a temprana edad trae consigo distintas problemáticas a nivel familiar, social y económico como lo son la deserción escolar, el ingreso al trabajo informal y mal remunerado, la dependencia económica, entre otras. (Profamilia. Sin año) además según la Secretaría Distrital de Salud (2021) la fecundidad en

Bogotá vista desde el grupo de edad de la madre, evidencia tasas bajas al inicio del periodo reproductivo, y suben rápidamente hasta un máximo de las mujeres de 20 a 24 años siendo este el periodo donde mayores nacimientos se presentan, sin embargo se evidencia que es en la edad de los 15 a los 19 años donde comienzan a incrementar de manera significativa razón por la cual es de gran importancia sensibilizar a los adolescentes y jóvenes acerca de la sexualidad humana, el aparato reproductor femenino y masculino, la orientación sexual, las relaciones sexuales, la planificación familiar y el uso de anticonceptivos.

Por último, la adultez y la adultez mayor son las últimas etapas dentro del ciclo vital las cuales al igual que todas las etapas anteriores trae consigo nuevos cambios fisiológicos, morfológicos, psicológicos y en la salud en general. En esta etapa de la vida los procesos cognitivos suelen deteriorarse de modo que la atención, la memoria, el aprendizaje y los órganos sensitivos disminuyen su capacidad de respuesta eficaz. Estos cambios no se producen de la misma forma en todas las personas, sino que existen distintos factores que influyen como la salud física, la genética o el nivel de actividad intelectual y social.

Por lo tanto resulta pertinente realizar distintas actividades las cuales están dirigidas a incrementar el bienestar psicosocial mediante la prevención primaria y secundaria, entendiéndose la prevención primaria como la identificación de factores de riesgo y la prevención secundaria como la intervención sobre una problemática ya existente, de este modo se busca plasmar información, actividades y una herramienta concreta dirigida a cada uno de los grupos poblacionales mencionados. Se espera tener un alcance significativo en los CPS, sus aliados y quienes deseen participar.

Objetivo General

Brindar un mayor bienestar psicosocial y calidad de vida a las poblaciones pertenecientes a los centros de proyección social de la Universidad Santo Tomás.

Objetivos específico

-Generar espacios complementarios y propicios para la estimulación cognitiva y sensorial en los adultos mayores que participan en las actividades de acondicionamiento físico.

-Promover y divulgar información acerca de la sexualidad humana, la planificación familiar y el uso de anticonceptivos.

-Brindar herramientas para la prevención del abuso a menores.

Marcos de referencia: conceptual, institucional, legal y ético.

Para lograr hablar del estrés psicosocial y tener una comprensión más amplia de lo que este implica se debe abordar previamente el concepto de salud el cual a lo largo de los años ha tenido diferentes connotaciones y significados por lo que resulta de gran importancia enmarcar como entendemos el enfermar humano y la salud en el presente documento.

Una de las definiciones clásicas de salud en la sociedad es la que menciona la ausencia de enfermedad como factor único para definir la salud, sin embargo han surgido diferentes propuestas desde diferentes disciplinas las cuales toman en cuenta diferentes factores que interactúan entre sí tales como los sociales, políticos, económicos y culturales. En 1974, la Organización Mundial de la Salud (OMS) (citado por Oblitas, 2008) propone una definición de salud en la que se contemplan tres dimensiones: “la salud es el completo bienestar físico, mental y social y no simplemente la ausencia de dolencias o enfermedades”. Sin embargo dicho modelo le atribuye la responsabilidad al sujeto dejando de lado aspectos como los históricos, políticos, sociales estructurales.

actualmente existen diversas posturas que mencionan otros factores tal como la que afirma que la salud es el estado óptimo de las capacidades de un individuo para la ejecución efectiva de los roles y tareas en los que ha sido socializado (Parsons, citado por Moreno, 2007) de modo que la salud y la enfermedad no son solo vistos como condiciones o estados del individuo a nivel orgánicos y de personalidad, sino que suponen situaciones institucionalmente reconocidas en la cultura y en la estructura de las sociedades (Moreno, 2007) de modo que se deben tener en cuenta las capacidades individuales y específicas de cada etapa del ciclo vital teniendo en cuenta que la estructura social no ofrece las condiciones necesarias para el pleno desarrollo para decidir de manera autónoma, de este manera la salud es entendida como la posibilidad efectiva para el desarrollo humano pleno.

Ciclo vital

Cuando mencionamos el ciclo vital humano hacemos referencia a las diferentes etapas que acompañan al ser humano desde el momento en que nace hasta su muerte, dichas etapas se encuentran acompañadas por diferentes procesos de crecimiento y desarrollo los cuales pueden ser superados satisfactoriamente o no, cada etapa trae consigo retos, estresores y roles implícitos que deben ser asumidos a partir de los recursos que el individuo disponga.

Entendemos que el ciclo vital se ve enmarcado no sólo en aspectos biológicos y psicológicos del desarrollo, sino que también se relaciona con aspectos sociales que dan cuenta de las interacciones entre los sistemas, en mayor medida con el macrosistema donde aparecen discursos dominantes que permean la cultura, creencias e ideologías sobre las etapas por las que deben pasar las personas y las situaciones esperadas. (Díaz, Umbarila & Varela, 2020)

El ciclo vital de cada persona adquiere características especiales a partir de las condiciones de vida derivadas de la pertenencia a una clase social, a un género o a una etnia. La niñez, la adolescencia o juventud que transcurren en medio de la pobreza o la riqueza son bien distintas porque sitúan a las personas en una relación específica con los bienes y servicios ofrecidos por la sociedad, en este sentido, se debe tener en cuenta los diferentes contextos en los cuales se desarrollan los adolescentes, jóvenes y adultos mayores pertenecientes a los Centros de Proyección Social de la Universidad Santo Tomás los cuales son diversos y con particularidades que los hacen únicos

De este modo el ciclo vital se abordará de manera contextual asumiendo la totalidad de la vida como un continuo de cambios, destacando factores históricos, socioculturales, contextuales, y de la cotidianidad individual. En el presente trabajo se tendrán en cuenta los diferentes momentos del ciclo vital con sus respectivas particularidades con el fin de generar

productos y abordar de una manera integral y holística las actividades establecidas y a ejecutar.

Como marco normativo se tendrán en cuenta los lineamientos y principios dictados desde las políticas públicas en el territorio Colombiano y específicamente en Bogotá. Una de ellas es la política distrital de salud mental 2015 - 2025 la cual es desarrollada para garantizar el derecho a la salud mental como una prioridad de la población del Distrito capital, además de establecer como objetivo de la promoción y prevención de la salud el proteger, promover y mantener el bienestar emocional y social, creando las condiciones individuales, sociales y ambientales que permitan el desarrollo integral de las personas; y la reducción de los factores de riesgo y aumento de los factores de protección que se encuentran relacionados con los eventos y trastornos mentales y del comportamiento.

la Ley 1616 o Ley Esperanza, en la cual se establece la salud mental como prioridad nacional y la relaciona directamente con el bienestar general y con el mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos (Secretaria Distrital de Salud de Bogotá, D.C., 2015).

La salud mental se relaciona con las posibilidades de la ciudadanía para ejercer sus derechos y desarrollar sus capacidades y potencialidades; es por esto que las acciones en salud mental no pueden estar limitadas a intervenciones de los trastornos mentales, deben promoverla vinculandola al bienestar común y al acceso a las estrategias necesarias para tal fin (Secretaria Distrital de Salud de Bogotá, D.C., 2015). Es por lo anterior que se propende por incrementar el bienestar psicosocial y generar un bienestar común a través de actividades concretas que tendrán impacto en niños, adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores de distintos sectores de Bogotá.

Por otra parte y teniendo en cuenta que se trabajara sobre la problematica del abuso sexual infantil se tendra en cuenta la LEY 1146 DE 2007 donde se expiden normas para la prevención de la violencia sexual y atención integral de los niños, niñas y adolescentes abusados sexualmente. Se entiende por violencia sexual contra niños, niñas y adolescentes, todo acto o comportamiento de tipo sexual ejercido sobre un niño, niña o adolescente, utilizando la fuerza o cualquier forma de coerción física, psicológica o emocional, aprovechando las condiciones de indefensión, desigualdad y las relaciones de poder existentes entre víctima y agresor. (Ley 1146 de 2007).

Finalmente es de importancia tener en cuenta el sentido de desarrollo comunitario el cual está anclado a los principios de transformación, Proyección Social y Extensión Universitaria, siendo función sustantiva que permite transferir conocimiento desde la creatividad y la ética generando incidencia en política pública para contribuir a la transformación social (Universidad Santo Tomás, 2021)

Se tienen en cuenta los principios universitarios de proyección social de justicia y responsabilidad social y desarrollo humano integral, los cuales buscan ofrecer soluciones reales y pertinentes a las distintas problemáticas que se presentan en las comunidades, las cuales afectan la convivencia, el ejercicio pleno de los derechos humanos, el bien común, la dignidad de la persona y la realización plena de todas las dimensiones (Unidad de proyeccion social Universidad Santo Tomas,2015), además se busca promover a través de cada actividad mencionada la formación de seres autónomos, críticos y responsables en la construcción del bien común.

Metodología

Se realizarán tres actividades concretas con sus respectivos objetivos las cuales están dirigidas al incremento del bienestar psicosocial y la prevención de problemáticas específicas en las poblaciones de los centros de proyección social, dichas actividades son: alfabetización y estimulación senso cognitiva en adultos mayores, educación sexual a adolescentes y jóvenes mediante uno o más inforgramas y prevencion del abuso sexual.

En cuanto a la actividad de estimulación senso cognitiva en adultos mayores se realizará como complemento al programa de acondicionamiento físico dirigido por la facultad de cultura física en los centros de proyección social con los adultos mayores participantes, se trata de actividades lúdicas donde se estimulen los procesos cognitivos y sensoriales. Esta actividad se realizará de manera presencial ya que el espacio ofrecido por los CPS para el programa de actividad física es de esta manera.

La educación sexual a adolescentes y jóvenes se realizara a traves de dos infogramas en los cuales se brinda información acerca de los métodos anticonceptivos y las rutas de atención, dichos inforgramas se presentarán de manera virtual en instituciones educativas aliadas de los CPS.

Finalmente para la prevencion del abuso sexual a menores se realiza una cartilla guia de prevencion la cual ofrece infromacion detallada acerca de la sexualidad humana, el autoconocimiento corporal, los limites corporales, rutas de atencion, etc. Además se proponen una serie de talleres para ser ejecutados por orientadores, profesores de las instituciones o profesionales capacitados en el tema, dicha actividad tendrá un componente experiencial y una parte formativa,

Resultado(s).

Como resultado se obtienen productos concretos (ver anexos) siendo una cartilla de prevencion del abuso sexual, un infograma con informacion acerca de los metodos antoiconceptivos y planificacion familiar y por ultimo el planteamiento de actividades dinamicas para los adultos mayores. Se debe tener en cuenta que debido a las distintas restricciones dictadas por el distrito por la pandemia del Covid-19 fue de gran dificultad la socialización y aplicación de cada una de las actividades propuestas de manera presencial por lo que se dejan plasmadas dichas actividades con miras a ser ejecutadas en semestres próximos dejando la posibilidad de complementar, ajustar y aceptar miradas críticas con el fin de fortalecer y reafirmar un nuevo espacio de desenvolvimiento y acercamiento entre lo profesional, práctico y comunitario.

Referencias.

Arredondo, V 2002. Guía Básica de Prevención del Abuso Sexual Infantil. Programa Regional de Prevención del Maltrato Infantil 2001 - 2002 Corporación ONG Paicabí Gobierno Regional Quinta Región Servicio Nacional de Menores Quinta Región. Recuperado de:

[://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Guia_basica_prevenccion_del_abuso_sexual_1.pdf](http://www.codajic.org/sites/www.codajic.org/files/Guia_basica_prevenccion_del_abuso_sexual_1.pdf)

Secretaría Distrital de Salud. Observatorio de Salud de Bogotá-SaluData. Disponible en

<https://saludata.saludcapital.gov.co/osb/>

Díaz, S. Umbarila, Y. Varela, L. (2020). Aventuras discretas: Comprensiones de la práctica del sexting a través de la autopoiesis, la teoría de la comunicación y la perspectiva del ciclo vital. Recuperado de:

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/27704/2020sandradiaz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Barrera, Y. (2018). El modelo biopsicosocial como fuente de bienestar integral en el ser humano | *Revista Perspectivas Educativas vol 8*. recuperado de:

<http://revistas.ut.edu.co/index.php/perspectivasedu/article/view/1900#:~:text=Los%20aportes%20dados%20por%20la,salud%2C%20al%20adoptar%20y%20practicar>

Alcántara Moreno, Gustavo (2008). La definición de salud de la Organización Mundial de la Salud y la interdisciplinariedad. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(1),93-107. ISSN: 1317-5815. Disponible en:

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41011135004>

Hospital de Usme I nivel, ese Bogotá (2015). Atlas de salud pública localidad de Usme. recuperado de:

<http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica/2014/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica.%20Localidad%20Usme%202014.pdf>

Instituto distrital de la participación y la acción comunal (20??) Diagnóstico Integral de la participación ciudadana. Recuperado de:

<https://www.participacionbogota.gov.co/sites/default/files/2019-12/5.%20Diagnostico%20Integral%20de%20Participacion%20Usme.pdf>

Secretaría Distrital de Salud de Bogotá, D. C.(2016). Política Distrital de Salud Mental 2015 - 2025. Recuperado de:

http://www.saludcapital.gov.co/Documents/Transparencia/3_Politica_de_Salud_Mental.pdf

Secretaría Distrital de Salud de Bogotá, D. C. (2016). Plan Territorial de Salud para Bogotá, DC 2016-2020. Recuperado de:

http://www.saludcapital.gov.co/Documents/Plan_Territorial_Salud_2016_2020.pdf

Gomez, J. (2017). Modelo integral para la acción en los territorios: propuesta de intervención psicológica de segundo orden en los centros de proyección social de la universidad santo tomás. Recuperado de:

<https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/10254/2018juangomez.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Unidad de proyeccion social Universidad Santo Tomas. (2015). Proyección Social Documento marco. Recuperado de:

http://migracion.usta.edu.co/65-1-acred-multicampus/images/Documentos/documentos-marco/agosto_2015/proyeccion_social.pdf

Secretaría distrital de salud de Bogotá, D. C. (2016). Atlas de salud pública 2015 localidad chapinero. Recuperado de:

<http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica/2016/Atlas%20Salud%20P%C3%BAblica%20Chapinero.pdf>

Secretaría distrital de salud de Bogotá, D. C. (2014). Atlas de salud pública de Suba. Recuperado de:

<http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica/2014/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica.%20Localidad%20Suba%202014.pdf>

Secretaría distrital de salud de Bogotá, D. C (2016). Atlas de la salud pública 2015 localidad ciudad bolívar. Recuperado de:

<http://www.saludcapital.gov.co/DSP/Documentos%20Vigilancia%20en%20Salud%20Pblica%20Geografica1/An%C3%A1lisis%20espacial%20por%20localidad/Atlas%20de%20Salud%20P%C3%BAblica/2016/Atlas%20Salud%20P%C3%BAblica%20Ciudad%20Bol%C3%ADvar.pdf>

A. Oblitas, Luis (2008). El estado del arte de la Psicología de la Salud. Revista de Psicología, XXVI(2),219-256.[fecha de Consulta 30 de Abril de 2021]. ISSN: 0254-9247.

Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=337829507002>

Secretaría distrital de salud de Bogotá, D. C (2018)Documento de Análisis de Situación de Salud con el Modelo de los Determinantes Sociales de Salud para el Distrito Capital. Recuperado de:

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/asis-bogota-2018.pdf>

Chong, A. (2012). Aspectos biopsicosociales que inciden en la salud del adulto mayor. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 28(2), 79-86. Recuperado en 03 de mayo de 2021, de

http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-21252012000200009&lng=es&tlng=es.

Moreno, L. (2007). Reflexiones sobre el trayecto salud-padecimiento-enfermedad-atención: una mirada socioantropológica. *Salud Pública de México*, 49(1), 63-70. Recuperado en 10 de mayo de 2021, de

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342007000100009&lng=es&tlng=es.

Secretaría Distrital de Salud. Observatorio de Salud de Bogotá-SaluData. Disponible en <https://saludata.saludcapital.gov.co/osb/>.

Congreso de la república. (2007). ley 1146 de 2007. recuperado de:

<http://www.suin-juriscol.gov.co/viewDocument.asp?ruta=Leyes/1674826>

ANEXOS: