

REDES DE APOYO Y EMPODERAMIENTO

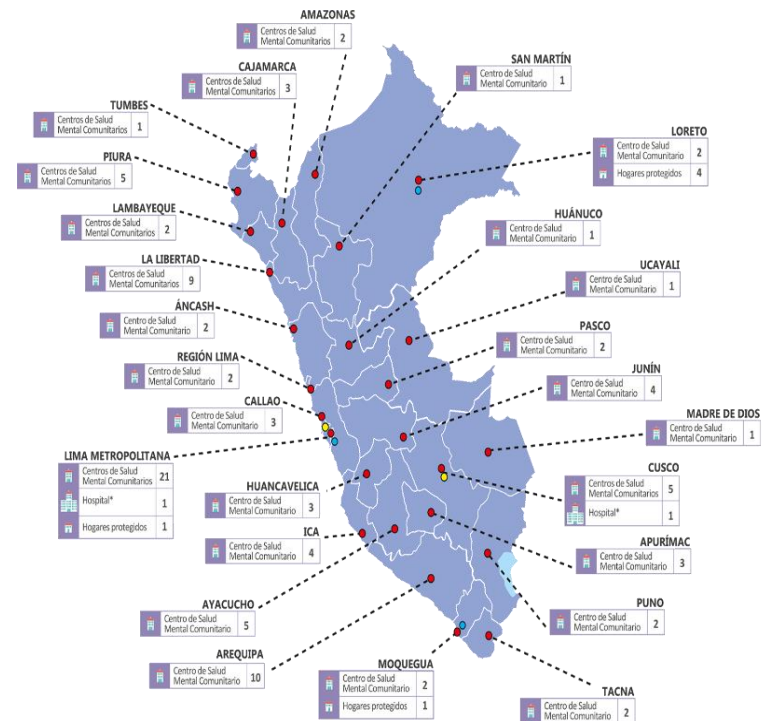
Julio Celada, MD.

Salud Mental, Recuperación y Empoderamiento

Alcance comunitario

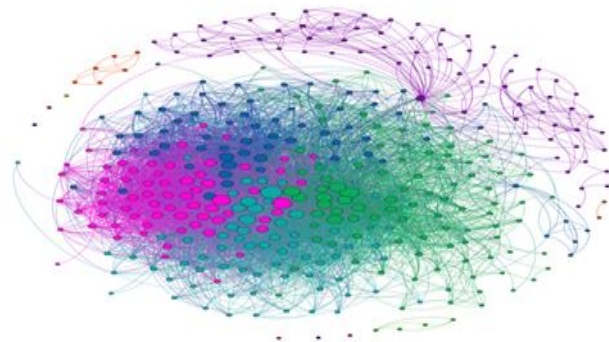
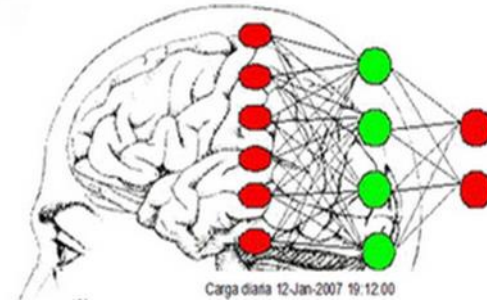
Proceso activo de involucramiento de las organizaciones y la comunidad en cuestiones de salud mental

- Problema concreto en territorio concreto
- Organizar y entrenar equipos de intervención
- Trabajar con todos: Usuarios, población, expertos, agencias, administración y otros.
- Objetivos y líneas de acción
- Establecer redes de colaboración
- Tareas de recuperación, prevención y empoderamiento

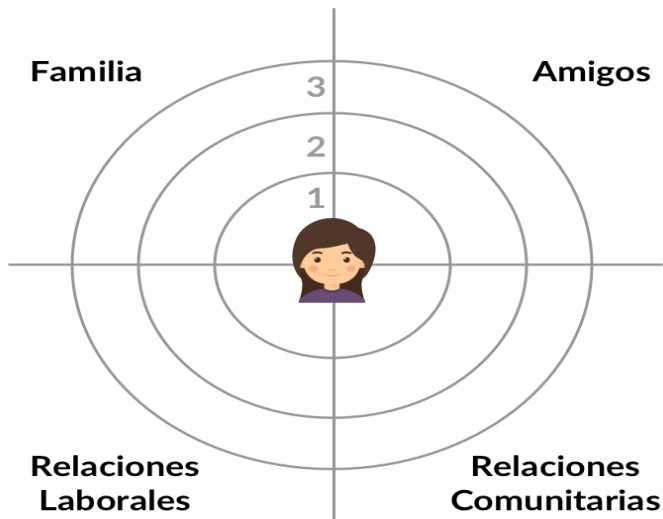


Redes Funcionales

- Los seres humanos estamos interconectados formando sistemas, desde los niveles moleculares hasta los sociales.
- Conozcamos el principio de los “sistemas funcionales” para conocer realidades y trabajar medios que beneficien a la humanidad.
- Existen múltiples tipos de redes: formales e informales, locales y globales, uni y bidireccionales, otros.
- Estar en red, conectarse y hacer uso apropiado, también puede ser valioso para la recuperación, empoderamiento y bienestar del ser humano.

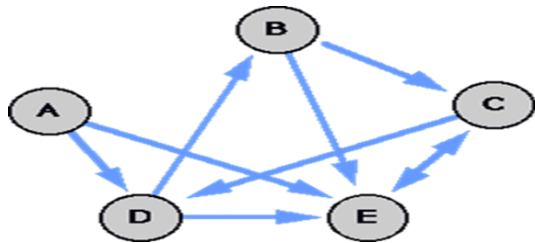


Red Social Básica



- La red social personal básica incluye a la persona y con quienes ella interactúa o recurrir en caso de necesidad.
- Puede representarse en cuatro cuadrantes.
- Cada cuadrante (familia, amigos, trabajo y comunidad) muestra categorías de personas distribuidas jerárquicamente en razón a preferencias o roles específicos.
- Con que frecuencia hacemos uso de esta red? Como influye el desarraigo o los factores culturales?

El Grupo Como Red de Interacción



- Naturaleza del grupo.
- Ubicación de miembros del grupo: jerárquica o democrática?
- Las distintas dinámicas de interacción entre los miembros.
- El liderazgo proactivo ayuda definir los objetivos del grupo.
- Útil en recuperación y empoderamiento, y a nivel individual y colectivo.
- Un grupo consolidado y con sentido de pertenencia e identidad, puede ser altamente significativo en la contención de síntomas y altibajos (Modelo del dialogo abierto, Seikula, J. 2016)

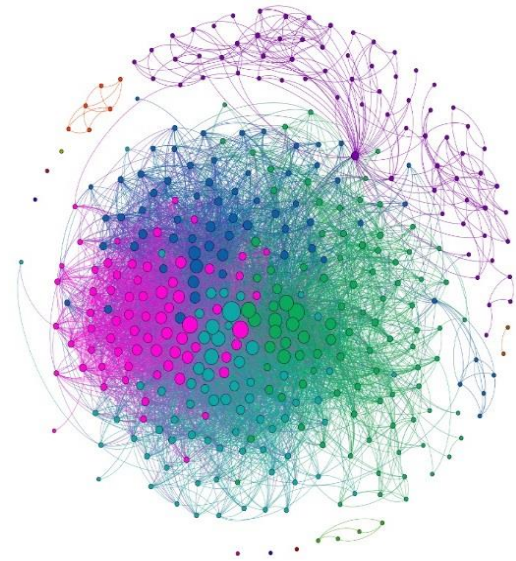
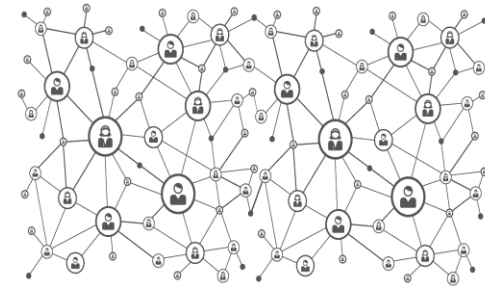
Continuidad Para Afianzar Conductas

- Es valioso ser o ayudar para que la persona sea constante en su conducta para que esta se consolide.
- Diferentes escenarios y conductas: Tratamiento, grupos, pasatiempos, horarios.
- Estrategias de motivación/refuerzo para evitar cansancio o abandono.
- La conducta consolidada se transforma en un hábito, el cual es altamente valioso para reemplazar los comportamientos nocivos.



Construir Redes de Apoyo, Objetivos

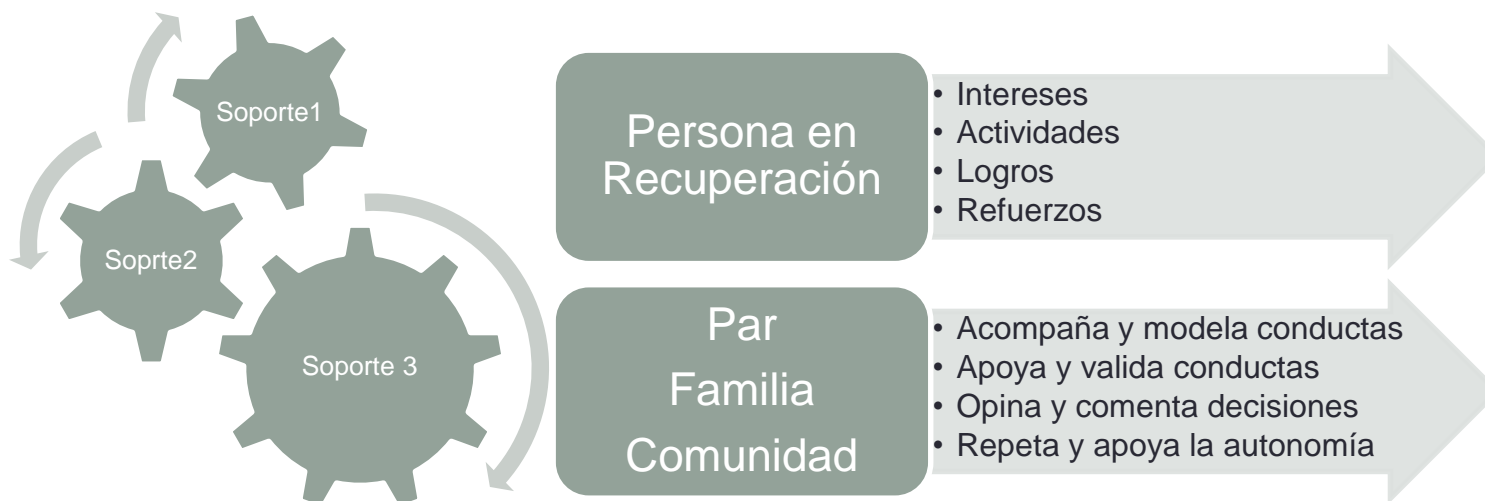
- Una red de apoyo, es una vía de interacción para la provisión e intercambio de recursos.
- Es una estructura social donde se encuentra protección y apoyo para afrontar situaciones, gracias al contacto con otros.
- Naturaleza: Espontanea o intencional.
Necesidad de crear confianza para vencer resistencias y responsabilidad en los actos.
- Organización y funcionamiento (Chadi, 2003)
- Delimitar forma, fondo y permanencia según necesidad y estrategias de trabajo.
- Necesidad de crear conciencia y proveer apoyo logístico, moral y social efectivos.



Acciones Organizadas y Sincrónicas

Los soportes externos (clínica, familia, comunidad) o internos (Intereses, valores, fe, orgullo) son valiosos recursos que estimulan la acción y la continuidad de las crecientes actividades de la persona en recuperación.

Mientras que el protagonismo inicial de los acompañantes, se diluye paulatinamente, la persona progresivamente adquiere o recupera habilidades, independencia y autonomía.



Recuperación y Crecimiento

- Experiencias compartidas, hábitos sanos, esperanza, entrenamientos, nuevos retos y otros, posibilitan avanzar cualitativamente.
- Ejemplo: Lecturas, pasatiempos y ensayos, al ayudar a mejorar la memoria y sociabilidad, sirven como entrenamientos para poder volver al trabajo o estudios.
- Actividades de arte, autocontrol emocional, habilidades sociales o estancias cortas en el trabajo o escuela, son buenos indicadores de progreso.
- Los pasos en la recuperación, crecimiento personal y empoderamiento, también pueden ser simultáneos.



Una Via Para el Desarrollo psicosocial

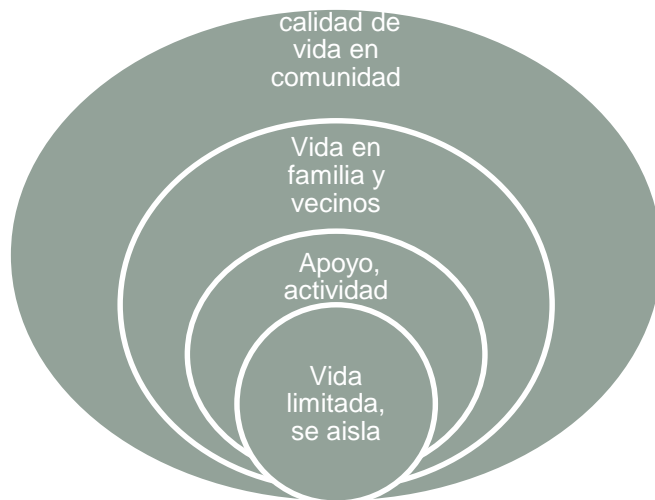
- Flujo de información que educa y da sentido de auto valía.
- Intercambio social y de productos
- Apoyo emocional para dar confianza y seguridad personal.
- Generar sostenibilidad a redes creadas, útiles para uno y para otros que lleguen.
- Estrategias de integración.
- Aprovechamiento de recursos.
- Construir salud mental como un bien o “Capital Social”.



Red de Apoyo, Salud y Bienestar



- El trabajo en red, genera actitudes positivas, cooperación y aprovechamiento de recursos.
- La calidez en el trato, sentido de grupo, desarrollo de talentos y otros, favorecen la recuperación.
- En condiciones físicas (diabetes, alergias, obesidad, epilepsia, cáncer) con pautas medicas, hábitos sanos, positivismo y sentimientos de auto valía, mejoran en calidad de vida.
- Adultos mayores relegados, abandonados y en deterioro, mejoran en salud, animo y calidad de vida.



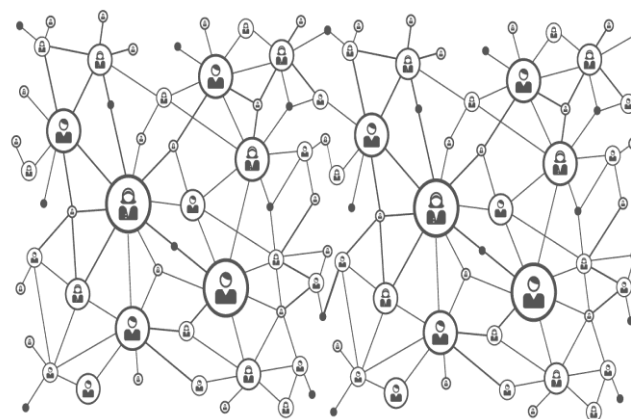
Empoderamiento & Fortalecimiento

- Desarrollar la capacidades de: Participación, poder y control.
- Oportunidad que promueve la capacidad de elección, control e integración a la comunidad, a los recursos valiosos y al dominio en sus vidas (Rappaport, 1981).
- Proceso progresivo, reflexivo y respetuoso, ayuda natural y participación de la comunidad de los necesitados para acceso y control sobre los recursos(Cornell Empw.Group,)
- Persona y comunidad llegan a tener capacidad de controlar sus circunstancias y alcanzar sus objetivos para maximizar calidad de sus vidas (Powell, 1990)
- Fortalecimiento: Desarrollar control y dominio sobre las circunstancias de vida (Montero, M. 2014)



Empoderamiento Comunitario

- Los usuarios recuperados y otros miembros activos de la comunidad, siguen abogando y se ubican en centros estratégicos para ayudar a otros en la reincorporación a la vida cotidiana.
- En programas multisectoriales (salud, educación, defensoría, Ayuntamientos, familia, otros) donde se estimulan los hábitos sanos, salud integral, civismo, valores culturales y derechos, ayudan a las personas a construir el bienestar y prevenir riesgos.



Conclusiones

- Los seres humanos, en el diario vivir formamos parte de varios sistemas de redes interconectados, tanto a nivel biológico, psicológico y social.
- Conocer acerca del funcionamiento en sistemas de redes, es útil para la ciencia, así como para el desarrollo de programas de recuperación y empoderamiento en salud mental. como en el desarrollo social del ser humano.
- Un grupo humano (familia, amistades, socios, clientes de salud mental) con identidad y vínculos significativos puede desarrollar grandes acciones de progreso, como hacer frente con eficacia situaciones de crisis en programas de recuperación.
- La construcción de redes, ayuda canalizar información y recursos a favor del cambio, ayuda crear una organización y estructura de base que sirva a nuevos usuarios.
- Las redes de apoyo, tecnológicas como las sociales, son indispensables para alcanzar el desarrollo pleno, así como la justicia social y el bienestar integral.

Preguntas y comentarios

Gracias..!