

Grupos de apoyo emocional y social: una experiencia de innovación social

Mary Hiovana Pinilla García

Asesor

Juan Sebastián Ávila Santos

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Psicología

Diplomado en Innovación Social

2024

Grupos de apoyo emocional y social: una experiencia de innovación social

Resumen

Según Vargas (2021), la innovación social es un proceso que busca atender necesidades sociales, incorporando soluciones novedosas y sostenibles, mediante la participación activa de las personas, con el fin de lograr el mejoramiento de la calidad de vida. En el presente trabajo de campo, se realizó un acercamiento a la experiencia de innovación social relacionada con los grupos de apoyo emocional y social, una alternativa a los métodos de atención tradicionales, y cuyo objetivo principal es detectar y tratar oportunamente alteraciones de salud mental en la comunidad y contribuir así a su bienestar. La metodología utilizada para el conocimiento de la experiencia innovadora consistió en aplicar una entrevista semiestructurada a un líder participante del proceso, así como el uso de fuentes secundarias. Por último, se evaluó el grado de maduración de la experiencia, según índice TRL, clasificándola en el grado TRL5.

Palabras clave: innovación social, grupos de apoyo social, grupos de apoyo emocional, psicología

Abstract

According to Vargas (2021), social innovation is a process that seeks to address social needs, incorporating innovative and sustainable solutions, through the active participation of people, in order to improve the quality of life. In this field work, an approach was made to the experience of social innovation related to emotional and social support groups, an alternative to traditional care methods, and whose main objective is to timely detect and treat mental health disorders in the community and thus contribute to its well-being. The methodology used to understand the innovative experience consisted of applying a semi-structured interview to a participating leader, as well as the use of secondary sources. Finally, the degree of maturation of the experience was evaluated, according to the TRL index, classifying it as TRL5 grade.

Keywords: social innovation, social support groups, emotional support groups, psychology

Tabla de contenido

Introducción	5
Metodología	7
Resultados	9
Conclusiones y recomendaciones	12
Referencias.....	14

Introducción

La salud mental es definida por la OMS como: “un estado de bienestar en el cual cada individuo desarrolla su potencial, puede afrontar las tensiones de la vida, puede trabajar de forma productiva y fructífera, y puede aportar algo a su comunidad” (Minsalud, 2014). En este sentido y teniendo en cuenta que la salud mental es un aspecto fundamental para el bienestar humano, se hace necesario que, ante la presencia de alteraciones o enfermedades en esta esfera, se realice un abordaje adecuado que permita el mejoramiento de la calidad de vida y que, además, como lo menciona Irrázaval, M., Prieto, F., & Armijo, J. (2016), se creen estrategias de prevención, con el fin de mitigar el impacto negativo que pueden tener los problemas de salud mental en la sociedad.

Santander (s.f.) menciona que la salud mental es un tema que preocupa en la región. Y es que, en Bucaramanga, especialistas en salud mental, durante el año 2022 detectaron problemas frecuentes debidos a altos niveles de estrés y trastornos de ansiedad, de los cuales se detectó una tendencia de incremento en cuanto a prevalencia. Por otra parte, dichos especialistas señalaron la existencia de una precariedad en la atención, que impedía que los pacientes tuvieran acceso a atención adecuada y oportuna, dificultando un pronóstico favorable.

En el abordaje de problemáticas de salud mental, desde la disciplina de psicología, se han incorporado experiencias conocidas como grupos de apoyo emocional y social, como una alternativa innovadora a las terapias tradicionales, que buscan resolver de manera efectiva los problemas mentales que aquejan a la población, ya que la representación psicológica de grupo fortalece los recursos psicosociales y genera cambios en la conducta (Rodríguez & De Dios, 2007). Esta experiencia innovadora es de tipo proyecto de intervención ya que desarrolla acciones directas sobre los fenómenos de interés que se desean transformar.

A continuación, se evalúa y sistematiza la experiencia de innovación social relacionada con los grupos de apoyo emocional y social en un contexto específico de la ciudad de Bucaramanga, con el fin de definir el grado de maduración de la misma. En esta experiencia, los principales actores fueron algunas familias en estado de vulnerabilidad, profesionales especializados, así como diversas instituciones involucradas en la ejecución de la estrategia innovadora.

Metodología

La metodología empleada consistió en su momento inicial, en identificar el ecosistema de innovación social, el cual estaría conformado por experiencias concretas, sus actores y políticas públicas y tendría una orientación hacia la resolución de problemas y mejoramiento de la sociedad (Mejía, 2024).

Para lograrlo, se dio inicio al trabajo de campo, en el cual se abordó la experiencia innovadora elegida correspondiente a los grupos de apoyo emocional y social, mediante el contacto directo con dicha experiencia. Para su abordaje, se llevó a cabo una reunión de forma presencial con una de las personas encargadas y que participaba en los grupos de apoyo emocional y social, el Psicólogo Henry Luna, y se aplicó como instrumento de recolección de datos una entrevista semiestructurada de 11 preguntas, lo cual permitió hacer posible un acercamiento al conocimiento y comprensión de dicha experiencia y su ecosistema innovador (Vargas, 2012).

Posteriormente, se precisó el perfil territorial del contexto, examinando aspectos tales como descripción y ubicación del lugar, situación demográfica de participantes, actividades económicas principales, instituciones gubernamentales y no gubernamentales asociadas, entre otros aspectos relevantes para la experiencia innovadora (Francescato, Tomai y Mebane, 2006).

A continuación, se identificó cada uno de los actores sociales, quienes según Rauber, I. (2006), serían aquellas personas e instituciones que intervienen en la experiencia y que permiten el logro objetivos específicos y se describió su perfil, cualidades y rol o aportes a la experiencia de innovación social. En este sentido, cabe destacar que, se comprobó que la experiencia elegida cumplía con las características de innovación social mencionadas por Rivera, Y., Ganga, F., & Parada, J. (2017) y se identificó para cada característica, las acciones junto con sus evidencias en

cuanto a uso de recursos, lenguaje comunicación y apropiación social. Con ello se corroboró cumplimiento de los aspectos social y transformadora, ya que su impacto contribuía al mejoramiento de la calidad de vida; participativa, por cuanto implicaba la creación de vínculos en la comunidad; genuina, debido a que, aunque no es un invento y está basada en prácticas ya conocidas, no se trata de una experiencia repetida; vigente y consolidada porque se practica en la actualidad y expansiva ya que puede replicarse a mayor escala.

Finalmente, se identificó el tipo de innovación social en la que se trabajó y se analizó a partir de las cuatro actividades de I+D+i en relación a la gestión de ideas y de la creatividad, la gestión del desarrollo interactivo aplicativo, la gestión del proceso y la gestión de las oportunidades, gestión del cambio social y capital social formado en aplicación de nuevos procesos, todo ello mediante el acceso a fuentes primarias y secundarias, para como último proceso identificar el grado de maduración de la experiencia de acuerdo con el índice TRL (Meneses, 2022).

Resultados

La innovación social vinculada a los grupos de apoyo emocional y social se clasifica según Jailler & otros (2017) como una intervención directa sobre los fenómenos. En este contexto, los facilitadores desempeñan el rol de agentes de cambio, mientras que los participantes se convierten en los protagonistas de la transformación de su realidad (Bernal, 2006).

A continuación, se presentan los resultados obtenidos en las distintas categorías abordadas en la aplicación del índice TRL:

Gestión de las ideas y de la creatividad: La iniciativa de los grupos de apoyo emocional y social surge como respuesta a una problemática presente en la comunidad: las alteraciones y enfermedades mentales y sus profundas implicaciones en el individuo, la familia y la sociedad (Panamerican Health Organization, 2020). Este proyecto involucró principalmente a familias, con una mayor participación de madres cabeza de familia, niños y una participación mínima de hombres (Luna, 2024). El objetivo principal era abordar las problemáticas relacionadas con la salud mental en las familias, permitiendo una atención oportuna y orientando los proyectos de vida hacia un futuro saludable. Se identificó una iniciativa concreta para ofrecer soluciones, y se reconoció que los actores clave en su implementación son tanto instituciones gubernamentales como no gubernamentales, tales como Aldeas Infantiles, la Alcaldía de Bucaramanga, Bienestar Familiar, entre otras. Además, participaron profesionales de la salud y las ciencias sociales, como psiquiatras, psicólogos y trabajadores sociales, así como las propias familias y sus miembros, quienes asumen roles específicos dentro del proceso.

Gestión del desarrollo interactivo y aplicativo: El proyecto se desarrolla en Bucaramanga, particularmente en comunidades vulnerables, incluida la población migrante. Las instituciones

mencionadas anteriormente, apoyadas por profesionales de la salud y las ciencias sociales, trabajan con familias en situación de vulnerabilidad para detectar problemáticas, ofrecer tratamiento desde diversas disciplinas y especialidades, y mejorar su bienestar. Las principales actividades realizadas en los grupos de apoyo incluyen el intercambio de experiencias personales, la expresión de sentimientos y emociones, el ofrecimiento de recomendaciones prácticas para transformar conductas y la orientación de proyectos de vida, entre otras (Rodríguez, 2018). Por su parte, los participantes asumen la responsabilidad de involucrarse activamente en el proceso y brindar el apoyo necesario para alcanzar los objetivos planteados.

Gestión del proceso: Las organizaciones no gubernamentales que participan en el proyecto están legalmente constituidas y reciben donaciones de personas y empresas. Gracias a la gestión de recursos y al apoyo financiero, estas organizaciones han logrado mantenerse operativas. No obstante, para garantizar su sostenibilidad a largo plazo, es esencial no solo una adecuada gestión interna, sino también seguir recibiendo el apoyo de diferentes instituciones.

Gestión de las oportunidades y del cambio / apropiación social y capital social generado a través de nuevos procesos: La implementación de los grupos de apoyo emocional y social es fundamental para generar entornos comprensivos y colaborativos para aquellos que enfrentan desafíos emocionales o sociales. Los grupos de apoyo han mostrado ser útiles en diversos contextos, ya sea en la salud mental a nivel individual, familiar o comunitario.

Los resultados obtenidos han sido en su mayoría satisfactorios, ayudando a las familias a modificar conductas y a construir proyectos de vida saludables. Además, estas experiencias han sido replicadas tanto a nivel local como internacional. La comunidad ha mostrado una actitud receptiva hacia el proyecto, viéndolo como una herramienta que contribuye a superar los

diversos desafíos que atraviesan, mejorar la salud mental, desarrollar redes de apoyo y fortalecer habilidades y competencias que contribuyan a una mejor calidad de vida.

Con base en la información obtenida y utilizando el índice TRL, es posible clasificar esta experiencia en el nivel TRL 5, ya que los grupos de apoyo se han implementado con éxito en el contexto, con todos sus componentes y procesos interactuando de manera correcta. Se han definido claramente los procesos, actividades, roles, habilidades necesarias, así como los recursos y el equipo de apoyo. Sin embargo, aún se carece de mecanismos eficaces para garantizar su sostenibilidad a largo plazo, ya que en gran medida depende de instituciones que aporten los recursos necesarios para su mantenimiento.

Conclusiones y recomendaciones

- El proyecto ha mostrado resultados positivos al trabajar con comunidades vulnerables, incluidas poblaciones migrantes. La intervención ha permitido detectar problemáticas de salud mental en las familias y ofrecer soluciones adecuadas a través de un enfoque integral y multidisciplinario que abarca diferentes áreas de la salud y las ciencias sociales.
- Los grupos de apoyo han logrado generar cambios significativos en la modificación de conductas de los participantes, promoviendo la creación de proyectos de vida más saludables y resilientes. Las actividades de intercambio de experiencias y la orientación recibida han sido claves en este proceso.
- Las organizaciones no gubernamentales han mostrado una capacidad de mantenerse operativas gracias a la gestión de recursos y el apoyo financiero. Sin embargo, la sostenibilidad del proyecto a largo plazo depende de un fortalecimiento continuo de la gestión interna y del apoyo constante de diversas instituciones públicas y privadas.
- La experiencia ha tenido un impacto positivo tanto a nivel local como internacional, lo que demuestra su replicabilidad y la relevancia de este tipo de iniciativas.
- Los grupos de apoyo se han implementado con éxito en el contexto y han demostrado un funcionamiento adecuado en términos de procesos, roles, actividades y recursos. No obstante, la falta de mecanismos para asegurar su sostenibilidad a largo plazo impide su clasificación en niveles más avanzados de madurez.
- Se recomienda fortalecer la sostenibilidad para asegurar la continuidad del proyecto a largo plazo, lo cual implica generar nuevas estrategias y alianzas.

- Dado el éxito del proyecto en Bucaramanga y la receptividad de la comunidad, sería beneficioso replicar la iniciativa en otras regiones vulnerables, tanto a nivel nacional como internacional, adaptando las metodologías a los contextos específicos.
- Desde la disciplina de psicología se recomienda fortalecer el entrenamiento de profesionales para la instauración y manejo de grupos de apoyo estableciendo ambientes seguros para proporcionar orientación emocional.
- Se recomienda hacer una evaluación constante por parte de los profesionales de psicología para definir que se cumplen los objetivos e identificar oportunidades de mejora.

Referencias

- Bernal Torres, C. A. (2006). Metodología de la investigación: administración, economía, humanidades y ciencias sociales.
- Francescato, D., Tomai, M., Mebane, M. E. (2006). Psicología comunitaria en la enseñanza y la orientación: experiencias de formación presencial y on line. España: Narcea.
- Irrarázaval, Matías, Prieto, Fernanda, & Armijo, Julio. (2016). Prevención e intervenciones tempranas en salud mental: una perspectiva internacional. *Acta bioethica*, 22(1), 37-50. <https://dx.doi.org/10.4067/S1726-569X2016000100005>
- Jailler, É; González, S; Arias, C; Suárez; L (2020). *Construyendo la innovación social*. Guía para comprender la innovación social en Colombia. Capítulos 1 y 2. DOI: <http://doi.org/10.18566/978-958-764-809-6>
- Luna, H. (2024). Entrevista personal con el autor.
- Mejía Castillo, J. L. (2024). Modelo de innovación social digital basado en ecosistema de financiamiento, producción y comercialización del agro colombiano.
- Meneses, T. (2022). *TRL e Innovación Social*. [Objeto_virtual_de_aprendizaje_OVA]. Repositorio Institucional UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/51138>
- Minsalud, (2014). Sobre la salud mental, sus trastornos y estigma. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/abc-saludmental.pdf>.
- Panamerican Health Organization. (2020, octubre 8). No hay salud sin salud mental. *Pan American Health Organization*. <https://www.paho.org/es/noticias/8-10-2020-no-hay-salud-sin-salud-mental#:~:text=La%20mala%20salud%20mental%20se,violaciones%20de%20los%20de rechos%20humanos>
- Rauber, I. (2006). Luchas y organizaciones sociales y políticas: desarticulaciones y articulaciones. http://conceptos_sociales.unam.mx/conceptos_final/461trabajo.pdf.
- Rivera, Y; Ganga, F; Parada, J. (2017). [Estado del arte de la innovación social: una mirada a la perspectiva de Europa y Latinoamérica](https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6233641). <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6233641>
- Rodríguez, D. (2018). Orientaciones para el trabajo con grupos de apoyo y grupos de ayuda mutua.
- Rodríguez, M. T. V., & De Dios, M. Y. D. D. (2007). Beneficios psicosociales de los grupos de apoyo: su influencia en los estilos de socialización familiar. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 1(2), 135-146.
- Santander, P. U. B. (s.f.). Salud mental preocupa a Santander. Plataforma Bucaramanga UPB. <https://plataforma.bucaramanga.upb.edu.co/comunidad-viva/salud-mental-preocupa-a-santander>

- Vargas-Jiménez, I. (2012). La entrevista en la investigación cualitativa: nuevas tendencias y retos. the interview in the qualitative research: trends and challengers. *Revista electrónica Calidad en la educación superior*, 3(1), 119-139.
- Vargas-Merino, J. A. (2021). Innovación social: ¿Nueva cara de la responsabilidad social? conceptualización crítica desde la perspectiva universitaria. *Revista de Ciencias Sociales (Ve)*, XXVII(2), 435-450.