



Terapia comunitaria integrativa ante la crisis socio-sanitaria de la pandemia COVID-19: caso República Dominicana

Integrative Community Therapy in the Face of the Socio-Sanitary Crisis of the COVID-19 Pandemic: Case of the Dominican Republic

Rosaura Gutiérrez Valerio¹

Andrea Manjarres Herrera²

Resumen

Ante la pandemia del COVID-19, se hizo evidente la inexistencia de políticas de atención primarias para salud mental. Lo que hizo necesario fomentar mecanismos de contención emocional colectiva, como la terapia comunitaria integrativa (TCI) realizadas de manera virtual. En este estudio se retoman los datos de 15 ruedas (TCI), con un total de 612 participantes. El objetivo general es: Develar los procesos asociados al desarrollo de la TCI ante la pandemia: caso República Dominicana.

El método fue mixto, describiéndose datos estadísticos del perfil de los participantes, que fueron recolectados vía Google formularios, y realizando análisis por categorías de los diarios de campo del equipo investigador. La principal conclusión es que la TCI representa un espacio significativo para la resiliencia y empoderamiento de los participantes, quienes en su mayoría son mujeres. La mitad de ellos han asistido a terapia psicológica antes. Las emociones más expresadas en las ruedas vinculantes fueron, la tristeza y el miedo, asociadas al contagio y los procesos de duelo.

Palabras clave: terapia comunitaria integrativa, resiliencia, recursos de afrontamiento.

Abstract

Once the COVID-19 pandemic was faced, the lack of primary care policies for mental health became evident. Making necessary to promote mechanisms for collective emotional containment, such as integrative community therapies (ICT) carried out virtually. In this study, data was taken from 15 (ICT) sessions, with a total of 612 participants. The general objective was: To unveil the processes associated with the development of ICT while facing the pandemic: the case of the Dominican Republic. The applied method was mixed, using descriptive statistical data to profile the participants, which was collected via Google forms; and also performing analysis by categories gathered from the field diaries of the research team. The main conclusion is that ICT represent a significant space for the resilience and empowerment of the participants, who are mostly women, half of them have already attended psychological therapy before. The most expressed emotions in the sessions were sadness and fear, associated with contagion fear and the grieving process.

Keywords: integrative community therapy, resilience, coping resources.

¹ Instituto de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Urania Montás, República Dominicana. ORCID ID 0000-0001-9920-1723 rosaura.valerio@isfodosu.edu.do

² Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD), República Dominicana. ORCID ID 0000-0001-8062-8145, amanjarres95@uasd.edu.do

1. Introducción

Es evidente que la crisis sociosanitaria que desató la pandemia COVID-19, mostró la vulnerabilidad no solo de atención hospitalaria, sino de la misma atención primaria y de contención socioemocional que amerita todo ser humano para enfrentar una crisis. A sabiendas que las crisis traen consigo los desafíos con los que cuenta la especie humana para resistir, es importante que las instituciones de Educación Superior, dentro de las mismas estructuras en las que son creadas, cuenten con estrategias que puedan estar disponibles para la población en materia de extensión universitaria.

Es en ese sentido, la Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD) y el Instituto de Formación Docente Salomé Ureña (ISFODOSU), Recinto Urania Montás de San Juan de la Maguana, en convenio con la Asociación Dominicana de Profesionales de la Psicología (Asodopsi), articulan un proyecto de contención comunitaria para el manejo de crisis frente al duelo, denominadas «Ruedas por la vida *online*» cuya principal herramienta fue la denominada: Terapia Comunitaria Integrativa. El objetivo general de esta propuesta de apoyo fue: Develar los procesos asociados al desarrollo de la TCI ante la pandemia: caso República Dominicana. Los objetivos específicos: Describir el perfil socioeconómico de las personas que deciden participar en TCI. Identificar los temas expuestos en las ruedas por los participantes de la TCI. Describir los recursos y estrategias de afrontamiento expuestos por los participantes de TCI. En el presente estudio se exponen los datos de 15 ruedas desarrolladas con un total de 612 participantes.

2. Fundamentación teórica

Desde la declaración de *Adelaida*, promulgada en la Segunda Conferencia Internacional de Promoción de la Salud realizada en Australia en 1998, la equidad de la promoción de la salud de la población es un aspecto a tomar en cuenta para la Organización Mundial de la Salud (OMS) (Barreto, 2015. p. 281). Existen diferentes determinantes sociales de la salud tales como: desigualdad social, ambiente de trabajo, desempleo, dependencia, apoyo social, alimentación, estrés, entre otros, que destaca la misma OMS, los cuales son necesarios tomar en cuenta para la ejecución de políticas públicas.

Es de esperar que una situación de crisis como la vivida a nivel mundial coloca a la población en un alto estado de vulnerabilidad ante lo desconocido, propiciando un clima psicosocial un tanto caótico, desorganizado, en donde muchas emociones son develadas y a veces mal canalizadas. Uno de estos determinantes sociales presentes en esta pandemia es el estrés generado por el confinamiento y las muertes de seres cercanos y, en ese caso, la terapia comunitaria tiene su eficacia en que se crea un «tejido común en el cual las personas se reconocen a sí mismas y al otro, como un ser semejante, en un lugar de pertenencia y de construcción de identidad» (Valarezo, 2017, p. 369).

La terapia comunitaria integrativa (TCI), de acuerdo a Barreto (2015, p. 39), es vista desde el mismo sentido de la palabra Terapia que se deriva del griego «*therapeia*», que quiere decir

acoger, ser caluroso en la bienvenida, servir, atender, siendo entonces el que dirige la terapia, un terapeuta que posibilita el encuentro de manera cálida, empática, simple y serena.

Es comunitaria porque en sus dos raíces «Común» y «Unidad», permite que aquellas personas que tienen algo en común las identifica para tocar la similitud de sus situaciones y en ese mismo orden, es integrativa, pues para la solución de un problema, situación o emergencia social se necesita ineludiblemente de la fuerza colectiva en la construcción de redes que movilicen la fuerza cultural del pueblo o la región en pos de soluciones conjuntas. Una última palabra que sostiene este trabajo es la sistémica, pues las crisis a nivel general, así como el sufrimiento y problema humano, solo podrán ser resueltos si se entienden que se entretujan a un colectivo como parte de las redes relacionales que interactúan de manera efectiva o no tan efectivas para sostener o resolver los detonantes que aquejan esos problemas (Lazarte, 2011). De acuerdo a Barreto (2015, p. 40), creador de la TCI, «si el sufrimiento humano deriva de un contexto social, económico y político, las respuestas deben ser también sistémicas».

La práctica de la terapia comunitaria integrativa (TCI), permite evidenciar cómo «la comunidad actúa donde la familia y las políticas sociales no actúan» (Barreto, 2015, p. 40). La TCI ha sido aplicada y trabajada en varios países, con distintas comunidades, múltiples culturas, y en el abordaje de diferentes problemáticas, obteniendo muy buenos resultados y aportando a la construcción de saberes no solo para la comunidad, sino también para quienes trabajan junto a ella. «Ambos se benefician: la comunidad al generar autonomía e inserción social y los profesionales al curarse de su autismo institucional y profesional; así como de su centralismo académico» (Zambrano y Dávila, 2018, p. 49).

La experiencia acumulada en distintos contextos, en el que se incluye el universitario tanto dentro como fuera, utilizando la práctica de extensión o vinculación con la comunidad, utilizando la estrategia de la TCI apropiada como «Rueda Vinculante» (Gutiérrez et al., 2016; Gutiérrez et al. 2016; Gutiérrez y Leiva, 2017; Leiva y Gutiérrez, 2018; Gutiérrez et al., 2020), permite inferir del significado positivo que las personas construyen a raíz de estar juntas para compartir el sufrimiento humano. Tal como muestran los resultados de las primeras 100 ruedas de terapias realizadas de manera *online* a raíz de la pandemia.

Los vínculos de solidaridad y afectivos se manifiestan en la medida que la terapia comunitaria empieza a generar redes. Estos vínculos se evidencian específicamente ante situaciones que engloba el colectivo, tal cual el momento presente que vive la humanidad frente a la pandemia. Se parte de la premisa que, ante una emergencia colectiva en donde las políticas públicas no pueden dar respuestas a las demandas, bien sean, socioeconómicas, sanitarias y psicoafectivas, se precisa el acompañamiento de cercanos y es justo en ese momento donde las ruedas vinculantes (TCI), hacen espacios para permitir la escucha del sufrimiento colectivo y salir del problema para la búsqueda de acciones comunitarias. En ese sentido, «las redes sociales permiten el ejercicio de la solidaridad en situaciones diversas, principalmente cuando hay amenazas, riesgos, accidentes, colectivos o individuales». Lazarte y Ferreira (2017, p. 374). Estos autores plantean la terapia comunitaria integrativa como «estrategia de movilización, participación e inclusión social» (p. 375). En el encuentro las personas expresan sus emociones, encuentran alivio y se dan cuenta que no están solos en su mundo, sino que otras

personas viven igual situación y además han encontrado recursos que pueden compartir. Tal cual señalan Barreto et.al., (2020, p. 105), «las técnicas de las TIC virtuales se convirtieron en una red de apoyo por infundir esperanza a las personas en confinamiento social.

3. Metodología

El estudio es de tipo mixto, debido a que utiliza datos cualitativos y cuantitativos. En esta investigación se retoman los datos de 15 ruedas vinculantes realizadas vía Zoom de mayo a julio del 2020. La mayoría de la población es dominicana, pero participaron otros países latinoamericanos, en especial Ecuador, Brasil, Argentina y Colombia. Cabe aclarar que, se les permitió asistir a varias ruedas (TCI) si lo deseaban, dado que la convocatoria era abierta, utilizando redes sociales y grupos de Whatsapp, y hecha vía institucional.

Instrumentos

Encuesta estructurada *online*, que consta de doce preguntas, las primeras son datos socio-demográficos (sexo, edad, estado civil, nivel de estudios, lugar donde vive, con quién vive), y otros ítems indagando acerca del impacto de la pandemia, específicamente eventos altamente estresantes vividos en ese momento. Finalmente, conocer si había recibido apoyo psicológico anteriormente.

Diarios de campo que fueron realizados por el equipo investigador, donde se retomaron entre otros aspectos los temas propuestos por los participantes, los recursos y estrategias de afrontamiento de los mismos ante las situaciones planteadas.

Procedimiento

Es importante destacar que los participantes firmaron un consentimiento informado.

Al total de los asistentes, a 612 se les solicitó de manera voluntaria que llenaran una encuesta *online*, enviada vía Google Drive, de los cuales 142 personas la llenaron.

Otro instrumento utilizado para la recolección de información para el análisis de datos cuantitativos fue la estadística descriptiva, y en el caso de los relatos, análisis del contenido.

4. Resultados

Perfil socioeconómico

De los 142 participantes, 88 % son mujeres y el 22 % son hombres, con edades comprendidas entre los 16 a 69 años, con una edad promedio de 34.9 años. Con relación a su estado civil, el 47.2 % eran solteros, 29.6 % casados, 13.4 % unión libre y 8.6 % divorciados. En su mayoría (56.3 %) de las personas tenían educación universitaria y 30.3 % posgrados.

Pese a la crisis sociosanitaria, el 80.3 % de las personas cuentan con los recursos económicos. Otros aspectos interesantes son los siguientes:

Gráfico 1
Temas relevantes

Señale las situaciones por la que está atravesando debido al virus

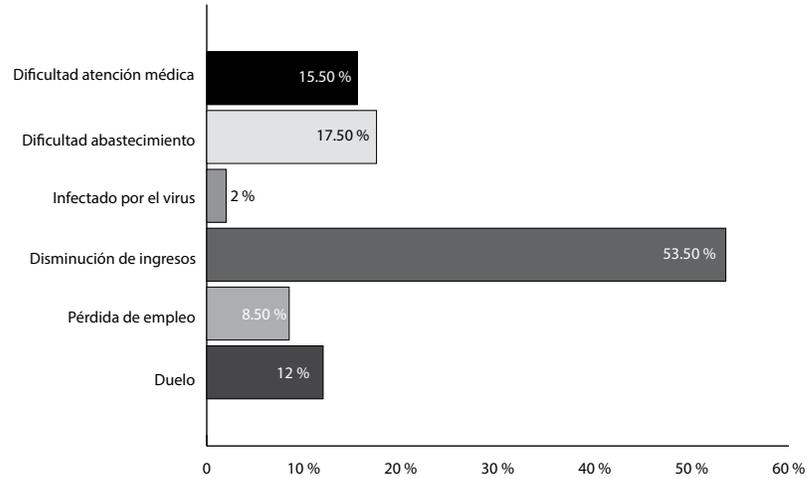


Gráfico 2
Temas de las Ruedas

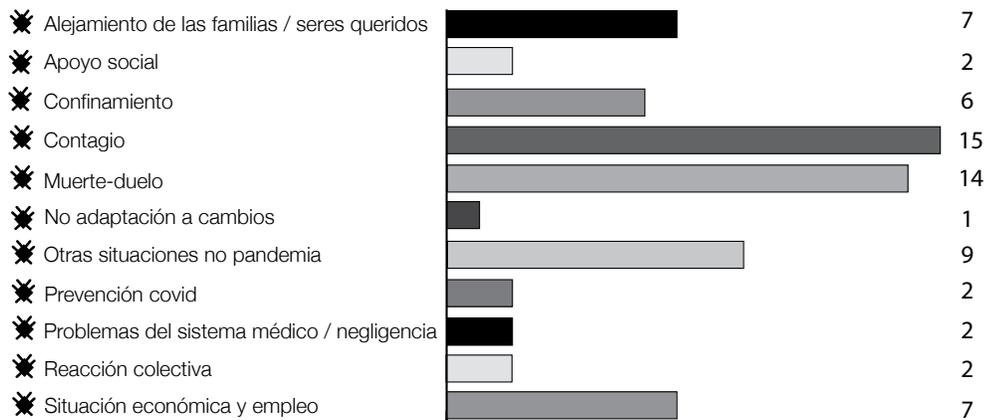
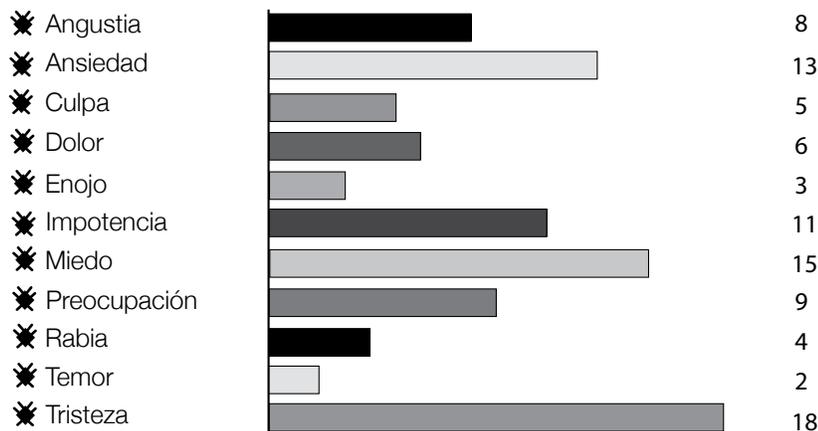


Gráfico 3
Emociones presentes en las ruedas



Recursos y estrategias (Perlas)

- Recursos individuales: resiliencia, introspección, desarrollo espiritual, meditación, gestión emocional.
- Recursos sociales: activación de redes de apoyo familiar, amistades, trabajo y demás grupos sociales, aunque sea haciendo uso de la tecnología (virtual). Participación en la TCI.

5. Conclusiones

Las mujeres están más abiertas a buscar apoyo y ayuda profesional.

La situación más común, altamente estresante, es la disminución de los ingresos. Aunque a la vez la mayoría de las personas tienen los recursos económicos para cubrir sus necesidades básicas. De acuerdo a la Organización Mundial de la Salud, este es uno de los determinantes de la salud. Pues, no basta con tener un empleo; debe contar con los recursos necesarios de buen ingreso y estabilidad. A la falta de algunos de estos elementos se desencadenan problemas que alteran la salud de los individuos como: la ansiedad, insomnio, estrés, además de otros síntomas físicos como, hiperglucemia, hipertensión, alergias, cefalea, entre otros.

De acuerdo a Barreto (2015), en la participación en las ruedas vinculantes, las personas comparten su sufrimiento, exponiendo desde su punto de vista los recursos que ha utilizado. Sin embargo, con las historias de los participantes, estos recursos son ampliados y a la vez se pone de manifiesto que otros tuvieron vivencias similares y que pudieron afrontarlos de manera resiliente.

Se muestra apertura de las personas para hablar en un contexto de contención grupal. Tal cual señalan Gutiérrez et al., (2020, p. 102) citando a (Silva Suárez et al., 2017, p. 11), «La transformación de lazos comunitarios hacia vínculos solidarios con el fin de la constitución de la propia comunidad como sujeto activo de transformación de sus realidades». Las personas al no sentirse juzgadas, ni interpretadas, se permiten de manera contenida por el grupo, expresar el sufrimiento que le aqueja.

Las personas están vivenciando fuertemente la ansiedad, tristeza, miedo y preocupación, asociados al virus: el contagio, muertes, y las consecuencias que esta crisis sociosanitaria, en términos de la disminución de los ingresos, sobrecarga laboral y académica. Al igual que el fuerte impacto, con el distanciamiento físico con familiares y amigos. Estos hallazgos son semejantes a los expuestos por Barreto y Filha (2020), en donde la población participante en más de 15 países y cuatro idiomas, señaló sentir miedo, ansiedad, impotencia, soledad. Según exponen los autores, el miedo aparece asociado a varias situaciones: miedo a contagio, miedo a perder a un familiar y no poder acompañar.

Estas primeras aproximaciones, colocan a la humanidad en una condición semejante, en la cual, sin fronteras y nacionalidades se ha evidenciado la vulnerabilidad para la enfermedad y la muerte, y con ellas las emociones que todo sujeto está llamado a sentir, por su condición de humano. Se puede concluir que, tal cual como lo plantea la terapia comunitaria integrativa, (Barreto, 2015) el apoyo social, brinda la oportunidad de un sentimiento de pertenencia, no solo a un gremio o población específica, sino más bien a una comunidad que enfrenta sufrimiento, por lo que, el participar en las ruedas vinculantes, fomenta el vínculo solidario, la empatía y la resiliencia.

En la medida que las personas ven soluciones a sus problemáticas en la comunidad, se facilitan los procesos de empoderamiento que llevan a la acción social, que sostiene en momentos de crisis. Por tal razón, este es un tema pendiente que el Sistema de Educación Superior de la República Dominicana, necesita traer a la mesa de trabajo y con ello afianzar buenas prácticas que permitan articular los conocimientos curriculares impartidos en aula, con las acciones comunitarias.

6. Referencias bibliográficas

- Barreto, A. (2015). *Terapia comunitaria integrativa Paso a Paso*. Quito: Muyumpa.
- Barreto A., Filha, M., Silva, M., & Di Nicola, V. (2020). Terapia comunitaria integradora en el momento de la nueva pandemia de coronavirus en Brasil y América Latina. *Psiquiatría Social Mundial*, (2). http://www.worldsopsychiatry.org/temp/WorldSocPsychiatry22103-5010229_135502.pdf
- Gutiérrez, R., López, E., Pereira, E., Campaña, E., Soria, S., & May, T. (2016). Ruedas vinculantes como espacio de inclusión en el contexto universitario: la experiencia de la Universidad Estatal Amazónica, Puyo, Pastaza, Ecuador. *Temas em Educação e Saúde*, 12(1), 97-107. <https://doi.org/10.26673/tes.v12i0.9816>

- Gutiérrez, R., Ángel, O., Ramírez, A., Pereira, E., & Campaña, E. (2016). Impacto de las Ruedas vinculantes en el contexto universitario. *Temas em Educação e Saúde*, 13(2), 335-347. <https://doi.org/10.26673/rtes.v13.n2.jul-dez.2017.9599>
- Gutiérrez, R. y Leiva, J. J. (2017/2018). El Desarrollo pedagógico intercultural en un proyecto de cooperación internacional. *Cuestiones Pedagógicas*, (26), 11-22. <https://revistascientificas.us.es/index.php/Cuestiones-Pedagogicas/article/view/5349>
- Gutiérrez, R., Virgilio, V., Moreno, N., & Maruri, C. (2020). Herramientas pedagógicas innovadoras en el Recinto «Urania Montás», San Juan de la Maguana, República Dominicana. *International Journal of New Education*, 3(1), 100-115. <https://doi.org/10.24310/IJNE3.1.2020.8511>
- Lazarte, R., & Ferreira F. M. (2017). Terapia comunitaria integrativa y redes sociales/Integrative Community Therapy and Social Networks/Terapia comunitaria integrativa e redes sociais. *Revista Uruguaya de Enfermería*, (12).
- Valarezo, M. (2017). La terapia comunitaria integrativa como herramienta eficaz en situaciones de desastres naturales. *Revista PUCE*, (105), 365-384. DOI: <https://doi.org/10.26807/revpuce.v0i0.110>
- Zambrano, C., & Dávila, S. (2018). «La Terapia Comunitaria Integrativa Sistémica: experiencias sociocomunitarias y aprendizajes de su aplicación en Ecuador, Argentina y Chile». *Trenzar*, 1(1), 48-64. <http://revista.trenzar.cl/index.php/trenzar/article/view/3/7>