

Autocuidado personal para la salud y bienestar; una mirada multidisciplinaria para abordar la situación de violencia en los adolescentes afrodescendientes

Personal self-care for health and well-being; a multidisciplinary perspective to address the situation of violence in Afro-descendant adolescents

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH00222>

Esperanza Marbella Palencia

<https://orcid.org/0000-0001-9274-2762>
esperanza.palencia@pucese.edu.ec

Hugo Fernando Sinchi Sinchi

<https://orcid.org/0000-0001-8419-1382>
hfsinchi@pucese.edu.ec

Recibido: 11/10/2023

Aceptado: 15/12/2023

RESUMEN

Este artículo está orientado a realizar un análisis crítico y reflexivo sobre cómo abordar la situación de violencia específicamente en la población afrodescendiente de las instituciones educativas de la costa del Ecuador, según el resultado de una investigación sobre violencia en el noviazgo en los adolescentes realizada por el grupo E-previo de Ecuador, donde se demostró la existencia de violencia entre ellos. Por ser temas muy sensibles y debido a la situación actual de Ecuador se debe dar una mirada hacia lo que propone la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022), relacionada con el autocuidado personal para la salud y bienestar encaminadas mediante proyectos como por ejemplo el Autobús del Autocuidado a lograr la participación activa en actividades relacionadas con la autoestima y la valoración de ellos como personas con derechos a no permitir, ni menos hacer normal conductas que reflejan la violencia; No puede ser aceptable la violencia bidireccional en las instituciones educativas reflejadas en la investigación, donde existía repuestas admisibles por ellos sobre el control en el uso de los dispositivos electrónicos entre los adolescentes que estaban en la etapa de noviazgo (saber que escribe su pareja en el celular). La creación de grupo multidisciplinarios que atiendan esta situación también justifica su creación en la misión que tienen las universidades como ente no solo formador de recursos, sino también, como generadora de repuestas a las necesidades de unas poblaciones determinadas donde se creen estrategias que garanticen la disponibilidad de intervenciones de autocuidado accesibles y de alta calidad en cualquier comunidad que lo amerite.

Palabras clave: autocuidado, violencia, adolescencia

1. Pontificia Universidad Católica del Ecuador - Sede Esmeraldas (PUCESE)- Ecuador
 - Autor de correspondencia: esperanza.palencia@pucese.edu.ec

ABSTRACT

This article is aimed at carrying out a critical and reflective analysis on how to address the situation of violence specifically in the Afro-descendant population of educational institutions on the coast of Ecuador, according to the result of a research on dating violence in adolescents carried out by the E-previous group from Ecuador, where the existence of violence between them was demonstrated. Because they are very sensitive issues and due to the current situation in Ecuador, a look should be taken at what the World Health Organization (WHO) 2022 proposes, related to personal self-care for health and well-being directed through projects such as the Self-Care Bus to achieve active participation in activities related to self-esteem and valuing them as people with rights not to allow, much less make normal, behaviors that reflect violence; Bidirectional violence cannot be acceptable in the educational institutions reflected in the research, where there were answers admissible by them regarding control over the use of electronic devices among adolescents who were in the dating stage (knowing what their partner writes in the cell phone). The creation of multidisciplinary groups to address this situation also justifies its creation in the mission that universities have as an entity that not only forms resources, but also generates responses to the needs of certain populations where strategies are created that guarantee availability. of accessible, high-quality self-care interventions in any community that deserves it.

Keywords: self-care, violence, adolescence

INTRODUCCIÓN

Según las nuevas directrices de la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022), sobre las intervenciones de autocuidado para la salud y bienestar; las personas han practicado el autocuidado durante milenios, y los métodos diagnósticos, medicamentos e intervenciones nuevos, incluidas las tecnologías digitales, están cambiando la forma en que se pueden prestar los servicios de salud. El autocuidado y las intervenciones de autocuidado también han desempeñado un papel fundamental en las respuestas individuales, comunitarias y nacionales a la pandemia de COVID-19. Es importante destacar aspectos fundamentales de la promoción, la cual comprende una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales para abordar y prevenir las causas de fondo de la mala salud, en lugar de centrarse solo en el tratamiento y la curación World Health Organization (2016).

En función de lo anterior y considerando los derechos humanos, la igualdad de género, la equidad y la Declaraciones sobre Buenas Práctica; donde se plantea que todas las intervenciones de autocuidado para la salud deben ir acompañadas de información exacta, comprensible y procesable, en formatos y lenguajes accesibles sobre la intervención en sí y la manera de vincularla a los servicios de salud en establecimientos o servicios comunitarios pertinentes, se crea el grupo de **Autocuidado Personal para la Salud y Bienestar**, teniendo como base los resultados obtenidos en la investigación realizada por Palencia, E., Medina., et al. (2022), Relacionada con; la Percepción

de los Adolescentes sobre la Violencia en el Noviazgo desde una Perspectiva de la Salud Pública en las Instituciones Educativas de Esmeraldas, donde los datos muestran un tipo de control y dominación a través de los medios electrónicos Violencia en las relaciones de noviazgo entre adolescentes de 13 a 19 años; bajo el enfoque del cuidado humano. Se presenta como la principal conclusión; que la violencia está presente en los adolescentes y es ejercida de manera bidireccional. De igual forma la investigación de Flores y Palencia (2023), donde se concluye que existe presencia de violencia en el noviazgo adolescente, que es descrita mediante señales como el miedo a las represalias, presión familiar, sentir vergüenza ante la sociedad, tener baja autoestima, dependencia emocional y la creencia de que el agresor cambiará.

Ante esta situación y recordando que las carreras de Ciencias de la Salud tienen como misión y visión mejorar la calidad de atención dirigida a población en general, se hace relevante para los grupos trabajar el autocuidado no solo en violencia, sino también desde todos los enfoques de la salud física, mental y espiritual, es decir, con un equipo multidisciplinar. Otros resultados que sustentan la creación de este grupo son los de Ramos et al. (2022), quien describe que, llegado a un punto crítico, la violencia de cualquier tipo se ejerce en ambas direcciones. Lo anterior describe que el noviazgo es una etapa donde en contextos de riesgo, como es el caso de Esmeraldas; los factores de violencia se dan de manera usual entre la población joven, llevando a naturalizar la violencia en el noviazgo en los contextos de riesgo como lo plantea Rodríguez et al. (2022).

Ante situaciones como las nombradas; Se hace necesario crear grupos de acompañamientos asentados en lo establecido por las normas y los requisitos pertinentes de la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018), basados en el Manual para la elaboración de directrices; de igual forma alineados a los Objetivos de cualquier institución al cual se adhieran esos grupos. Entre los objetivos que se debe considerar en el abordaje de las poblaciones adolescentes que experimentan violencia, en este caso poblaciones afrodescendientes es recomendable;

1. Operativizar la organización y creación de los proyectos; Un modelo de ellos por ejemplo es el **"El Autobús del Autocuidado Personal y Bienestar"**; el cual puede constar de 3 estaciones educativas donde se estaría abordando primero a los padres, luego los alumnos, por último los docentes y administrativos como estrategia para hacer énfasis en el autocuidado en sus 3 elementos claves de la promoción de la salud;
 1. **Alfabetización sanitaria**; Las personas necesitan adquirir conocimientos, habilidades e información para tomar decisiones saludables.
 2. **Ciudades saludables**; las ciudades tienen un papel clave que desempeñar en la promoción de la buena salud.
 3. **Buena gobernanza para la salud**; a través de una legislación que apoye una urbanización saludable mediante la creación de ciudades transitables. World Health Organization (2016).
2. Brindar recomendaciones sobre intervenciones de autocuidado claves para la Salud Pública, incluidas aquellas para promover la salud sexual y reproductiva,

- los derechos conexos, centradas en los grupos de población y los entornos a todas las personas que lo soliciten según sus necesidades.
3. Proponer declaraciones de buenas prácticas sobre cuestiones programáticas, operacionales y de prestación de servicios clave que deben abordarse para promover y aumentar el acceso, la aceptación, el uso seguros y equitativos de las intervenciones de autocuidado.
 4. Evaluar aspectos sobre temas específicos para orientar a los futuros procesos de investigación en los adolescentes.
 5. Desarrollar programas con otras instituciones nacionales e internacionales que contemplen actividades encaminadas a la responsabilidad personal sobre el autocuidado y el Bienestar.
 6. Desarrollar estrategias de difusión (Congresos o Jornadas), con otras instituciones que contemplen actividades encaminadas a fomentar el autocuidado.
 7. Crear redes de autocuidado como alianzas estratégicas para lograr la potencialización de planes y proyectos con los que se cuenten a nivel institucional; con ello la creación de alternativas novedosas para la resolución de problemas o la satisfacción de necesidades relacionadas con la responsabilidad personal de cuidarse y mantener su bienestar.

¿Por qué se justifica la creación de grupos que atiendan a todos los adolescentes en especial a la comunidad Afrodescendiente?

Es sabido que, mediante la promoción de la salud, las personas pueden tener un mejor control de su propia salud según World Health Organization (2016). la creación de grupos permitirá establecer proyectos de prevención que eviten por ejemplo los primeros signos de violencia; en línea con Thulin et al. (2023), en vista de los datos disponibles sobre violencia, aconsejamos la intervención antes de los 13 años. De allí, sale la base teórico- investigativa que da origen al proyecto del Autocuidado Personal y Bienestar, con el enfoque del modelo teórico de Dorotea Oren **“teoría del déficit de autocuidado”**, que es el punto de partida para brindar una atención de calidad. Para lograr lo anterior se debe tener como base primero; la teoría de Dorotea E. Orem presenta su teoría del déficit de autocuidado como una teoría general compuesta por tres teorías relacionadas entre sí: Teoría de autocuidado, teoría del déficit autocuidado y la teoría de los sistemas de Enfermería. (Pereda, 2011). El autocuidado es una función humana reguladora que debe aplicar cada individuo de forma deliberada con el fin de mantener su vida y su estado de salud, desarrollo y bienestar, por tanto, es un sistema de acción. La elaboración de los conceptos de autocuidado, necesidad de autocuidado, y actividad de autocuidado conforman los fundamentos que permiten entender las necesidades y las limitaciones de acción de las personas que pueden beneficiarse de la enfermería. Como función reguladora del hombre, el autocuidado es diferente de otros tipos de regulación del funcionamiento y el desarrollo humano. (Pereda, 2011). El autocuidado debe aprenderse y aplicarse de forma deliberada y continúa en el tiempo, siempre en

correspondencia con las necesidades de regulación que tienen los individuos en sus etapas de crecimiento y desarrollo, estados de salud, características sanitarias o fases de desarrollos específicas, factores del entorno y niveles de consumo de energía (Marcos y Tison, 2013)

La teoría establece los requisitos de autocuidado, que además de ser un componente principal del modelo forma parte de la valoración del paciente, el término requisito es utilizado en la teoría y es definido como la actividad que el individuo debe realizar para cuidar de sí mismo, Dorotea E Orem propone a este respecto tres tipos de requisitos:

1. Requisito de autocuidado universal.
2. Requisito de autocuidado del desarrollo
3. Requisito de autocuidado de desviación de la salud.

Los requisitos de autocuidado de desviación de la salud son la razón u objetivo de las acciones de autocuidado que realiza el paciente con incapacidad o enfermedad crónica Naranjo, Y., Concepción, José A, & Rodríguez, M (2017).

Segundo: La Teoría de comportamiento planificado (Ajzen, 1991), que responde a un marco conceptual en el campo de la psicología, la misma pretende explicar, predecir y controlar la aparición de una conducta, entendida desde la interacción de la actitud hacia la conducta, las normas subjetivas sobre la conducta y la percepción de control de la conducta; en este sentido, la relación de los tres factores sustenta el constructo denominado INTENCIÓN de ejecutar la conducta. (Véase Figura 1).

Figura 1.
Actitudes evaluadas

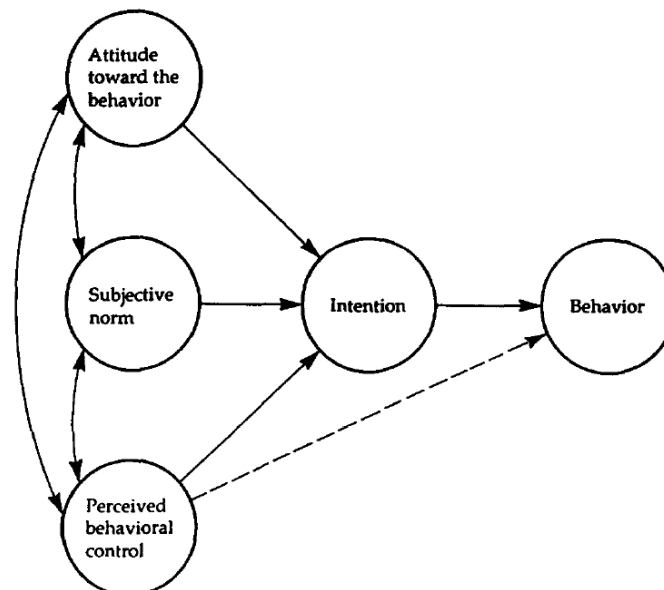


Figura X: Teoría de comportamiento planificado (Ajzen, 1991)

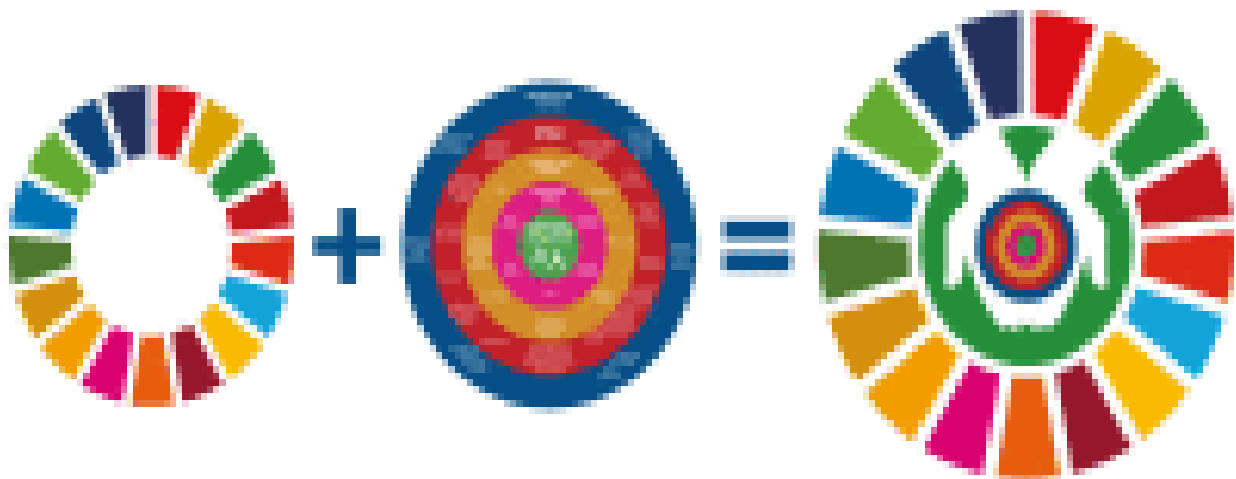
La creación de grupo que atiendan esta situación de temas sensibles como la violencia y que hagan énfasis en las dos teorías nombradas anteriormente, también justifica que sean creadas por la misión que tienen las universidades como ente no solo formador de recursos, sino también, como generadora de repuestas a las necesidades de unas poblaciones determinadas; con el objetivo que les permita a la educación superior construir estrategias que garanticen la disponibilidad amplia de intervenciones de autocuidado de alta calidad en la comunidad, y que sean accesibles para todas las personas, sin discriminación.

¿Por qué todo grupo de autocuidado en la población adolescente debe tener Identificación?

El autocuidado como estrategia que aborda temas como es el caso que se abordó y que dio origen a este artículo de reflexión; requiere ser conocido por toda la comunidad en la que se integran este adolescente, debido a que uno de los objetivos es buscar la responsabilidad personal, pero también la responsabilidad colectiva que tenemos para lograr contar con una comunidad libre de este flagelo social llamado violencia. Como identificación del grupo se considera pertinente el uso de la imagen de la OMS, que abarca todos los elementos de las directrices, reflejados en el marco para las intervenciones de autocuidado, por supuesto con la identificación institucional.

Figura 2.

Logotipo de autocuidado de la OMS



Logotipo de autocuidado de la OMS que incorpora los objetivos de desarrollo sostenible. Organización Mundial de la Salud [OMS] (2022),

Tabla 1.

De igual forma se debe contar con un plan de acción

Plan de acción	Período de ejecución	de
Operativizar la organización y creación del proyecto diferentes proyectos entre ellos; "el Autobús del Autocuidado Personal y Bienestar el cual consta de 3 estaciones educativas y tres áreas de acción; Alfabetización en salud; Ciudades saludables y Buena gobernanza para la salud.		
Presentar el proyecto en diferentes congresos y jornadas		
Análisis de las líneas de investigación y temas específicos para orientar los futuros procesos de investigación y de elaboración de directrices de las escuelas participantes en el proyecto.		
Realizar declaraciones de buenas prácticas sobre cuestiones programáticas, operacionales y de prestación de servicios clave que deben abordarse para promover y aumentar el acceso, la aceptación, el uso seguros y equitativos de las intervenciones de autocuidado.		
Desarrollar programas científicos tipos jornadas con otras instituciones que contemplen actividades encaminadas a la responsabilidad personal sobre el autocuidado		
Publicaciones en revista de impacto de productos, protocolos e investigaciones que se realicen en el grupo		
Realizar alianzas con otras instituciones buscando la colaboración internacional sobre los temas tratados en el grupo de investigación		

Fuente: Los autores (2023)

CONCLUSIONES

Investigar temas sensibles relacionados con la violencia, no solo es obtener los datos de una comunidad determinada y publicar como en el caso de la investigación sobre la violencia en las relaciones de noviazgo en adolescentes; sino dar respuesta inmediata con la creación de grupos que aborden el autocuidado con sus factores condicionantes básicos como son los factores internos o externos a los individuos, esta repuesta debe ir a la par con la creación de proyectos de apoyo; por ejemplo el autobús del autocuidado con sus tres elementos fundamentales que aborda desde sus 3 estaciones (alumnos, padres y maestros), el tema de violencia mediante estrategias que mantienen la individualidad, el nivel de crecimiento y entendimiento que debe tener la comunidad donde se trabaja; evitando de esta manera la discriminación y las conductas que permiten identificar los hechos violentos que pueden llegar a ser considerado conductas normales en las relaciones, debido a que se hace parte de la cultura, perjudicando cada día a la sociedad.

REFERENCIAS Ajzen, I. (1991). The theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211. [https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)

- Declaración de Astaná: Conferencia Mundial sobre Atención Primaria de Salud: (2018) Astaná (Kazajstán), 25 y 26 de octubre. Organización Mundial de la Salud. (WHO/HIS/ SDS/2018.61. [citado 17 de enero de 2024].; Disponible en: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/328128>, consultado el 13 de marzo del 2023).
- Flores, N ., Palencia, E . (2023). Violencia en las relaciones de noviazgo entre adolescentes de 13 a 19 años; bajo el enfoque del cuidado humano. *Prohominum*, 5(4), 25–35. [citado 17 de enero de 2024].<https://doi.org/10.47606/ACVEN/PH0203>
- Marcos M., Tizón E (2013). Aplicación del modelo de Dorothea Orem ante un caso de una persona con dolor neoplásico. *Gerokomos* [Internet]. [citado 9 Jul 2014]; 24(4). Disponible en: <http://dx.doi.org/10.4321/S1134-928X2013000400005>
- Naranjo, Y., Concepción José A, & Rodríguez, M. (2017). La teoría Déficit de autocuidado: Dorothea Elizabeth Orem. *Gaceta Médica Espirituana*, 19(3), 89-100. Recuperado en 29 de enero de 2024, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1608-89212017000300009&lng=es&tlnq=es
- Organización Mundial de la Salud (2018) Proyecto del 13.º Programa General de Trabajo, 2019-2023 (proyecto, 5 de abril). 71.ª Asamblea Mundial de la Salud. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2018 [citado 17 de enero de 2024]. (A71/4; Disponible en: https://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/WHA71/A71_4-sp.pdf?ua=1, consultado el 24 de mayo del 2023.
- Palencia E, Medina V, González M. Patiño C, Coronel A, Perdomo J (2023). Adolescents' Perception of Dating Violence from a Public Health Perspective [Online];. *International Journal of Health Science* v. 3, n. 19, [cited 2023 Mayo 8]. Available from: <https://atenaeditora.com.br/catalogo/artigo-revista/percepcion-de-los-adolescentes-sobre-la-violencia-en-el-noviazgo-desde-una-perspectiva-de-la-salud-publica>.
- Pereda, M. (2011). Explorando la teoría general de enfermería de Orem. *Enf Neurol (Mex)* [Internet]. [citado 9 Jul 2014];10(3):163-67. Disponible en: <http://new.medigraphic.com/cgi-bin/contenido.cgi?IDREVISTA=221&IDPUBLICACION=3438>
- Ramos, Y., López, L., Suz, M., García, D. (2022). Violencia en el noviazgo en estudiantes de medicina desde una mirada inclusiva. *Revista Conrado* [Internet]. 21jul [citado 22ene.2024];18(87):496-05. Available from: <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/255>
- Rodríguez, A., Andrades, E., Días, K., da Silva, E., Brandao, N., Ludermir, A., Meirelles, E., de Aquino, J. (2022). Prevalencia y Factores asociados con la violencia en el noviazgo entre adolescentes de escuelas públicas. *Revista Gaucha de Enfermería*, [citado 17 de enero de 2024]. 43. Disponible en: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2022.20210170.e>
- Tulin, E., Kernsmith, P., Fleming, P., Heinze, J., Emple, J., Smith-Darden, J. (2023) Sexting coercitivo: Predicción del adolescente exposición inicial a violencia sexual coercitiva electrónica en el noviazgo. *Computadoras en el comportamiento humano* [citado 17 de enero de 2024]. 141. Disponible en: <https://doi.puce.elogim.com/10.1016/j.chb.2022.10764>
- World Health Organization [sitio web]. (2016). Health promotion. [citado 17 de enero de 2024]. Disponible en: <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/health-promotion>.