

XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2020.

¿Cómo ser adolescente en tiempos de COVID-19 y no quedarse en el intento? el PIPS-A, un programa de intervención.

Cingolani, Juan Marcelo y Bozzi Favro, Nahuel Ezequiel.

Cita:

Cingolani, Juan Marcelo y Bozzi Favro, Nahuel Ezequiel (2020). *¿Cómo ser adolescente en tiempos de COVID-19 y no quedarse en el intento? el PIPS-A, un programa de intervención. XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII Jornadas de Investigación. XVI Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. II Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional. II Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-007/223>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/etdS/Oya>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

¿CÓMO SER ADOLESCENTE EN TIEMPOS DE COVID-19 Y NO QUEDARSE EN EL INTENTO? EL PIPS-A, UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Cingolani, Juan Marcelo; Bozzi Favro, Nahuel Ezequiel
Universidad Nacional de Mar del Plata. Facultad de Psicología. Mar del Plata, Argentina.

RESUMEN

El proyecto de extensión, ¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento? Intervenciones psicosociales para promover salud, concretiza una propuesta de intervención psicosocial dirigida al desarrollo saludable en adolescentes. De modo general, tiene por intención forjar y potenciar aspectos que puedan favorecer la promoción de salud de manera integral. Esta propuesta surgió inicialmente como un proyecto de investigación y desde el año 2014 es implementada en distintas instituciones públicas de la ciudad de Mar del Plata, consolidándose como un proyecto de extensión capaz de incluirse eficazmente en distintos contextos socio-educativos de la ciudad. En un contexto tan vertiginoso y cambiante como el que se nos presenta y comprometidos con la salud mental, desde el PIPS-A nos proponemos acompañar a los adolescentes en este momento tan particular de aislamiento social, preventivo y obligatorio. En base a una propuesta que venimos desarrollando desde hace más de 10 años, diseñamos en esta oportunidad un dispositivo virtual para compartir con los adolescentes algunos recursos y actividades orientados a la promoción de la salud.

Palabras clave

PIPs-A - Adolescencia - Promoción de salud - COVID-19

ABSTRACT

HOW TO BE A ADOLESCENT IN COVID-19 TIMES AND NOT STAY ATTEMPT? PIPS-A

The extension project, How to be a teenager today and not stay trying? Psychosocial interventions to promote health, concretizes a proposal for psychosocial intervention aimed at healthy development in adolescents. In general, it is intended to forge and enhance aspects that can promote health promotion in a comprehensive way. This proposal initially emerged as a research project and since 2014 it has been implemented in different public institutions in the city of Mar del Plata, consolidating itself as an extension project capable of effectively including itself in different socio-educational contexts of the city. In a context as fast-paced and changing as that presented to us and committed to mental health, from the PIPS-A we propose to accompany adolescents in this particular moment of social, preventive and compulsory isolation. Based on a proposal that we

have been developing for more than 10 years, we designed this time a virtual device to share with adolescents some resources and activities aimed at promoting health.

Keywords

PIPs-A - Adolescence - Mental health - COVID-19

INTRODUCCIÓN

La siguiente presentación se enmarca en un proyecto de investigación que derivó posteriormente en el proyecto de extensión, *¿Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento? Intervenciones psicosociales para promover salud*. El mismo pretende concretizar un programa de intervención psicosocial dirigida al desarrollo saludable en adolescentes. De modo general, tiene por intención potenciar aspectos que puedan favorecer la promoción de salud de manera integral. La presente propuesta surgió inicialmente como un proyecto de investigación y desde el año 2014 es implementada en distintas instituciones de la ciudad de Mar del Plata, y de este modo, se consolidó como un proyecto de extensión capaz de incluirse eficazmente en distintos contextos socio-educativos.

En los últimos años, ha existido un fuerte proceso de jerarquización y resignificación de la extensión universitaria, principalmente protagonizado por universidades de la región cono-suriana de América. Como referente necesario de la extensión universitaria, no podemos eludir el movimiento de Reforma Universitaria ocurrido en América Latina en la primera mitad del siglo XX, teniendo lugar en Córdoba en el año 1918 (Carlevaro, 2002; Tünnermann, 2000) y celebrándose así recientemente, su centenario. En concordancia con estos lineamientos, planteamos el desenvolvimiento de este proyecto desde el posicionamiento de la extensión crítica, consistente con la incorporación sistemática de las prioridades y saberes de la comunidad al interior del proyecto. De esta manera, se trata de evidenciar las implicancias en los modos de concebir y organizar los procesos de vinculación entre universidad y comunidad (Tommasino & Cano, 2016).

Conforme con dicho enfoque, al tiempo que pretendemos generar un proceso crítico y dialógico, trascendiendo una formación exclusivamente tecnicista de nuestro equipo de trabajo, pretendemos alcanzar procesos formativos integrales, promoviendo

en los actores implicados actitudes solidarias y comprometidas con la transformación social. En su dimensión política, el enfoque desde el cual partimos, pretende contribuir en procesos de organización, autonomización y transformación de los sectores populares. En tanto, ambos objetivos tienen una vinculación dialéctica y orgánica. De esta manera, se propone un modelo de comunicación dialógica en la que ambos, equipo y comunidad, educando y educador, se funden en un proceso de transformación sinérgica (Tommasino, et al. 2010). Con todo, la investigación, la extensión y la docencia hallan un punto de encuentro privilegiado.

En la Universidad Nacional de Mar del Plata la OCS 1747/11 regula las Prácticas Socio Comunitarias (PSC), las que constituyen un espacio de creciente nivel de complejidad para la adquisición de habilidades propias del quehacer profesional, y preparan a los estudiantes de distintas carreras para su inserción en prácticas tutoriadas en las que se propicia la integración teórico-práctica para el futuro ejercicio del rol. Las PSC implican el desarrollo de proyectos que contribuyan a la comprensión y resolución de problemas sociales con especial énfasis en el trabajo con los sectores más vulnerables de la comunidad. A partir de las mismas se busca instalar dispositivos que promuevan la responsabilidad de los futuros graduados como sujetos transformadores de su realidad social.

DESARROLLO

Nuestro proyecto de extensión aborda específicamente el trabajo con adolescentes de entre 15 y 18 años. Definir adolescencia es ciertamente difícil, al punto que se observan múltiples y divergentes concepciones. En este contexto la psicología y las neurociencias tienen elementos que nos pueden ayudar a armar el rompecabezas que representa el mundo adolescente. Resulta necesario considerar que la madurez física, emocional y cognitiva que logramos en la adultez, depende en gran medida de las transformaciones acaecidas durante la adolescencia. Es justamente por la relevancia de esta etapa que resulta menester el desarrollo de políticas públicas tendientes a fomentar un abordaje desde la prevención y promoción de la salud (UNICEF, 2017).

En la adolescencia se producen cambios biológicos, intelectuales, emocionales y sociales de gran intensidad, los adolescentes se ven expuestos a un amplio rango de situaciones novedosas y tensiones que se les presentan en su vida cotidiana. Este proceso implica afrontar y resolver un compromiso entre las demandas y condiciones de su entorno, los objetivos que desea lograr, los planes para alcanzarlos y los recursos con los que dispone (Berger, 2007; Casullo & Fernández Liporace, 2001).

Cuando se trata de abordar temas de salud mental en la adolescencia, los expertos coinciden en la necesidad de incluir en los distintos niveles de análisis tanto los factores de riesgo -aquellos que incrementan la probabilidad de enfermar- como los factores protectores (Castro Solano, 2003; Seligman & Csikszentmihalyi,

2000). Estos últimos aluden al conjunto de características y recursos que favorecen el desarrollo humano, el mantenimiento de la salud o su recuperación, y el afrontamiento resiliente, al neutralizar, disminuir o compensar los efectos -directos o potenciales- de los factores de riesgo, amortiguando el impacto de las situaciones estresantes. En este sentido, el grado en el cual los adolescentes puedan evaluar y reorganizar sus experiencias personales ante las demandas -internas y/o externas-, definirá que el resultado favorezca o interfiera en sus capacidades para afrontarlas (Haquin, Larraguibel & Cabezas, 2004).

Documentos internacionales (UNICEF, 2016) señalan que, dada la situación social y familiar actual de muchos adolescentes latinoamericanos, es importante avanzar en el conocimiento y comprensión de los recursos cognitivos y afectivos con los que cuentan, para diseñar de este modo programas de intervención y/o planes de acción que promuevan estrategias y habilidades protectoras para su desarrollo. En esta línea, en los últimos años se observan numerosas investigaciones sobre intervenciones orientadas al diseño, implementación, y evaluación de programas. En el caso específico de los adolescentes, pueden mencionarse estudios orientados a prevenir la violencia, el comportamiento antisocial, el abuso de sustancias, la obesidad, la ansiedad y la depresión (Gázquez, García del Castillo & Espada, 2009; Ogden, Beyers & Ciairano, 2009; Stice, Shaw & Marti, 2006).

Sin embargo, los programas que han mostrado mejores resultados no se centran en el tratamiento de temas específicos, sino que incorporan múltiples niveles de influencia en diferentes dominios. En esta dirección, las recomendaciones propuestas por la UNICEF (2011) sugieren que el éxito de las intervenciones de promoción de la salud en jóvenes se basa en tratar simultáneamente diferentes temas de salud mediante enfoques genéricos. De esta manera, la tendencia actual hacia esfuerzos preventivos -globales o integrados- cobra pleno sentido. Implementar abordajes salugénicos dirigidos a población adolescente favorecería, por un lado, la prevención de posibles situaciones patógenas o disfuncionales, y por otro, la promoción de salud, a través de proyectos que aborden las capacidades y potencialidades de los adolescentes para ejercer un rol protagónico y adaptativo en los contextos en que se desarrollan.

Con el propósito de fortalecer la articulación de las diferentes funciones de la universidad (investigación, docencia y extensión), desde el equipo nos propusimos organizar un curso orientado a estudiantes de distintos niveles. Esta propuesta, radicada en la Facultad de Psicología de la UNMdP, está dirigida a la comunidad, pudiendo los estudiantes de la unidad académica acreditar distintos niveles de PSC. El mismo está organizado en dos etapas.

Durante la primera etapa, trabajamos en la identificación de intervenciones orientadas a población adolescente, la revisión de investigaciones y propuestas de acción disponibles y su análisis crítico a la luz de los mapeos territoriales que realizamos du-

rante el curso. A lo largo de estos primeros 10 encuentros semanales, los participantes asisten a las clases teórico-prácticas en las que los docentes presentan los contenidos fundamentales del curso, promoviendo la participación de los estudiantes y de los referentes institucionales mediante el debate grupal. En esta instancia brindamos acompañamiento para lograr una aproximación al territorio con el propósito de realizar entrevistas (individuales y grupales) con diferentes actores de la comunidad. A partir de aquí buscamos organizar una producción escrita original y crítica que nos ayude a repensar las prácticas territoriales, y la función de la Universidad de cara a las necesidades actuales. Estas actividades resultan fundamentales para poder luego avanzar hacia la segunda parte del curso.

En la segunda etapa, el eje está puesto fuertemente en el trabajo territorial, acompañado de un espacio de supervisión áulica que sostenemos durante todo el año. En este sentido, organizamos equipos de trabajo en los que participamos docentes, estudiantes, graduados y referentes territoriales. Luego del diagnóstico establecido durante la primera parte, ofrecemos en las distintas instituciones la implementación del PIPs-A, un Programa de Intervención Psicosocial para Adolescentes en dispositivo grupal (Cingolani & Castañeiras, 2018), que se encuentra vigente como Proyecto de Extensión avalado por el Rectorado de la UNMdP y la Secretaría de Políticas Universitarias del Ministerio de Educación, Cultura y Ciencia y Tecnología de la Nación.

El PIPs-A es un programa diseñado y validado localmente, cuyo objetivo es estimular recursos y habilidades psicosociales en adolescentes de 15 a 18 años, que se desarrolla de manera grupal, a lo largo de 10 encuentros. Con una agenda de trabajo organizada, semana a semana vamos trabajando distintas actividades. Contamos con cuatro módulos que fueron diseñados a partir de los ejes a abordar: 1) estrategias que favorecen un afrontamiento adaptativo ante situaciones de tensión; 2) identificación y manejo adecuado de las propias emociones; 3) desarrollo de habilidades interpersonales para favorecer el establecimiento de vínculos y la comunicación con los demás; y 4) afianzamiento de una autonomía responsable.

El PIPs-A no es un programa orientado a abordar situaciones problemáticas, sino que se trata de un dispositivo que trabaja con los emergentes de cada grupo y cuyo propósito es potenciar aquellos aspectos psicosociales involucrados en un desarrollo saludable. Para la implementación del mismo conformamos grupos pequeños, de aproximadamente 10 adolescentes, requiriendo la voluntariedad de la participación de los mismos. La coordinación de los talleres está a cargo de profesionales y estudiantes de la Facultad de Psicología, incorporando a partir de este año a estudiantes de diversos años, que hayan participado de la primera parte del Curso, y así poder ampliar la mirada desde la cual intervenimos con los diferentes grupos de adolescentes.

Durante esta segunda parte del curso, parte del equipo estará abocado específicamente a la aplicación del programa, y el res-

to al diseño y administración de entrevistas a diferentes actores territoriales (adolescentes, docentes, familiares, directivos), con el propósito de sistematizar la experiencia del PIPs-A y el impacto que tiene en la comunidad de referencia.

Atentos a la necesidad de consolidar puentes que articulen efectivamente el trabajo académico con las intervenciones territoriales, incluimos como parte del proceso el diseño, junto a los adolescentes, de actividades artístico-culturales, con el fin de construir colectivamente un espacio participativo en el que se comparta la experiencia con los distintos actores de la comunidad. En este caso, la coordinación está a cargo de profesionales, estudiantes avanzados y auxiliares del campo de las artes (teatro, pintura, música, etc.), quienes acompañan a los adolescentes en la realización de una producción grupal que pueda ser extendida a la comunidad toda, delineando, de esta manera, la autonomización progresiva de los actores partícipes.

EL PIPs-A EN TIEMPOS DE COVID-19

En un contexto tan vertiginoso y cambiante como el que se nos presenta y comprometidos con la salud mental, desde el PIPs-A nos propusimos acompañar a los adolescentes en este momento tan particular de aislamiento social, preventivo y obligatorio. En base a esta propuesta que venimos desarrollando desde hace más de 10 años, diseñamos en esta oportunidad un dispositivo virtual para compartir con los adolescentes algunos recursos y actividades orientados a la promoción de la salud. Diseñamos un dispositivo virtual de encuentro e intercambio, en el que, a partir de materiales psicoeducativos, recursos y actividades, invitamos a los adolescentes a reflexionar y compartir sus experiencias. La propuesta (www.pips-a.com/covid19) está organizada en cuatro ejes: ¿Cómo están afrontando esta experiencia de aislamiento social?, ¿Con qué emociones se encuentran?, ¿Cómo se están comunicando con los demás?, y ¿De qué se trata adolescente hoy en tiempos de coronavirus y no quedarse en el intento?

A partir de los mismos habilitamos un espacio de encuentro virtual diseñado para los adolescentes, invitándolos a expresar y reflexionar sobre cómo están atravesando esta situación. De este modo, y en base al trabajo que venimos sosteniendo durante todos estos años, aportamos este nuevo dispositivo de acompañamiento, para que en tiempos de COVID-19 los adolescentes puedan intercambiar y compartir sus experiencias, como protagonistas de sus vidas.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Comprometidos con la promoción de salud adolescente, y desde nuestro trabajo sostenido en espacios de docencia, investigación y extensión, desarrollamos esta propuesta orientada al fortalecimiento de puentes entre estas distintas misiones universitarias, sosteniéndola y redefiniéndola en tiempos de COVID-19. Los desafíos a los que se enfrenta el dispositivo en el contexto virtual son varios. En principio, los encuentros con los adoles-

centes tienen lugar a partir de grupos conformados virtualmente por un número aproximado de 10 participantes que asisten de forma voluntaria a cada uno de los talleres. Esto si bien permite un desarrollo fluido, posibilitando el trabajo de cada eje específico en relación a los encuentros, dificulta la posibilidad de conformar grupos sostenidos en el tiempo. Los adolescentes logran hallar un lugar en el que se pueden expresar y reflexionar sobre sí mismos y los demás. Sin embargo, en ocasiones las demandas derivan en una ampliación en la cantidad de adolescentes y/o en el rango etario de los grupos constituidos, afectando la dinámica grupal.

La implementación de este dispositivo está permitiendo sumar nuevos actores al proyecto, fortaleciendo los espacios de formación y potenciando de este modo el trabajo comunitario, logrando conformar nuevos grupos de intervención atentos a las necesidades y características de los distintos contextos, potenciando y fortaleciendo los puentes entre los espacios de formación académica y los lugares donde habitan las necesidades territoriales.

BIBLIOGRAFÍA

- Berger, K. S. (2007). *Psicología del Desarrollo Infancia y Adolescencia*. Madrid: Ed. Médica Panamericana.
- Carlevaro, P. (2002). *Comentarios sobre la universidad Latinoamericana*. Montevideo, Universidad de la República.
- Castro Solano, A. (2003). Factores salugénicos en adolescentes argentinos. *Revista Investigaciones en Psicología de la Universidad de Buenos Aires*, 8 (2), 55-79.
- Casullo, M. M. & Fernández Liporace, M. (2001). Estrategias de afrontamiento en estudiantes adolescentes. *Revista del Instituto de Investigaciones de la Facultad de Psicología de la UBA*, 6 (1), 25-49.
- Cingolani, J.M. & Castañeiras, C. (2018). *Cómo ser adolescente hoy y no quedarse en el intento. Un programa de intervención psicosocial*. Buenos Aires: Paidós.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (2016). *Niñas y adolescentes en América Latina y el Caribe: deudas de igualdad*. Santiago: UNICEF.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) (2011). *Adolescence: An Age of Opportunity*. Nueva York: Naciones Unidas.
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2017). *El acceso a la salud de los y las adolescentes en Argentina*. Buenos Aires: UNICEF
- Gázquez, M., García del Castillo, J. A., & Espada, J. P. (2009). Características de los programas eficaces para la prevención escolar del consumo de drogas. *Salud y drogas*, 9, 185-208.
- Haquin, F., Larraguibel, Q., & Cabezas, J. (2004). Factores protectores y de riesgo en salud mental en niños y adolescentes de la ciudad de Calama. *Revista Chilena de Pediatría*, 75(5), 425-433.
- Ogden, T., Beyers, W. & Clairano, S. (2009). Intervention and prevention with adolescents. *Journal of Adolescence*, 32 (6), 1343-1345.
- Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Stice, E., Shaw, H., & Marti, N. (2006). A meta-analytic review of obesity prevention programs for children and adolescents: The skinny on interventions that work. *Psychological Bulletin*, 132(5), 667-691.
- Tommasino, H, & Cano, A. (2016). Modelos de extensión universitaria en las universidades latinoamericanas en el siglo XXI: tendencias y controversias. *Dossier*. 67 (1). 7-23.
- Tommasino, H., Cano, A., Castro, D., Santos, C. & Stevenazzi, F. (2010). De la extensión a las prácticas integrales. En *La extensión en transformación de la enseñanza: Los Espacios de Formación Integral*. Montevideo. UDELAR.
- Tünnermann, C. (2000). El nuevo concepto de extensión universitaria y difusión cultural y su relación con las políticas de desarrollo cultural en América Latina. *Anuario de Estudios Centroamericanos*, 4. (1). 93-126.