



Contribuciones de la psicología comunitaria a la promoción de la salud

El origen de la psicología comunitaria se traza a una conferencia que tuvo lugar en mayo de 1965 en Swampscott, Massachusetts. Los asistentes a la conferencia estaban insatisfechos con las limitaciones de la psicología clínica tradicional y a su vez preocupados por promover cambio social y político; decidieron ir más allá del énfasis en las terapias individuales y moverse hacia la prevención y la utilización de un modelo ecológico, que considera al contexto del individuo como un factor determinante de la conducta, en lugar de su condición interna o su patología. Moritsugu *et al.*⁽¹⁾, en uno de los libros comúnmente utilizados en clases de introducción a la psicología comunitaria, indicaron que la meta central de esta es “optimizar el bienestar de la comunidad y los individuos con intervenciones creativas o alternativas diseñadas en colaboración con miembros de la comunidad afectados por un problema común y en colaboración con otras disciplinas relacionadas”.

La psicología comunitaria propone un proceso que facilite a las personas incrementar el control que tienen sobre sus condiciones, enfatizando en el papel del ambiente y la influencia de la conducta en la promoción de la salud y el bienestar. Como psicólogos comunitarios tratamos de ayudar a las personas a entender los factores contextuales que impactan su salud, porque los pueden tratar de manejar o modificar, promoviendo el empoderamiento, la auto-ayuda, y la participación comunitaria. Tenemos mucho que aportar en el campo de la salud, pues en la actualidad, estamos observando grandes disparidades en salud en poblaciones desventajadas en todo el mundo.

Conceptualmente, el proceso ha sido inspirado por el Modelo de los determinantes sociales de la salud⁽²⁾. Este modelo ha adaptado la aproximación ecológica de Bronfenbrenner⁽³⁾ para promover intervenciones a nivel individual, comunitario, regional y/o nacional. El modelo enfatiza la importancia del desarrollo de programas y políticas que: (a) traten de reducir las consecuencias individuales de la enfermedad con base a los varios estratos socio-económicos de la población; (b) traten de reducir las vulnerabilidades de las poblaciones en pobreza; (c) traten de reducir la exposición de poblaciones marginadas a factores ambientales que dañan su salud; y (d) que traten de reducir las desigualdades en salud basadas en la estratificación social. Dados estos delineamientos, las contribuciones de la psicología comunitaria en la promoción de la salud se pueden resumir brevemente en los siguientes puntos:

1. Énfasis en la prevención. Los servicios de salud tratan muchas enfermedades que podrían ser prevenidas. La prevención de enfermedades y la promoción de la salud pueden reducir el costo y la demanda en los servicios de salud. La educación de los miembros de la comunidad sobre la relación entre su contexto y su conducta, les puede ayudar a entender su papel en la prevención e incrementar conductas saludables.
2. Reforzamiento de fortalezas y competencias. Las aproximaciones tradicionales en el área de la salud se enfocan en lo que está mal con el individuo (la patología). La psicología comunitaria cree en las fortalezas de cada persona y cuando las fortalezas se refuerzan, las competencias mejoran. La competencia personal refleja sentimientos de capacidad individual y puede llevar a aumentos en el control del ambiente circundante.
3. Perspectiva ecológica. La psicología comunitaria enfatiza la interacción del individuo con su ambiente (incluyendo contexto social, económico, ambiental, cultural, etc.) y reconoce dicha influencia en la conducta. Es la base de los esfuerzos de salud pública para mejorar la calidad del ambiente en que vivimos

y trabajamos (ej., reducción de contaminantes ambientales, acceso a espacios de recreación, etc.). Desde esta perspectiva, el individuo y las comunidades pueden aprender a tratar de cambiar o modificar barreras ambientales que impactan su salud.

4. Incremento de poder. Este proceso involucra tanto la reflexión crítica como la acción y permite generar intervenciones que originan el incremento de poder al nivel individual, grupal y comunitario. Los individuos promueven su salud al desarrollar más control sobre sus conductas y el ambiente que los rodea, al tomar acciones concretas para cambiar prácticas sociales basadas en su propia concientización y sentido de capacidad.

5. Promoción del cambio social. Este proceso, que es difícil de lograr, se promueve al (a) tratar de cambiar las responsabilidades por la promoción de la salud del sistema tradicional de servicios, involucrando activamente a miembros de la comunidad y voluntarios; (b) promoviendo el desarrollo de modelos de organización comunitaria que enfatizan la auto-ayuda y la auto-suficiencia; y (c) cambiando la forma en que el personal de salud trata y valora a los miembros de comunidades marginadas. El cambio sistémico se puede impulsar también al promover políticas de bienestar social y salud para todos los miembros de la comunidad, impulsando nuevos programas o cambios en las políticas de servicio.

6. Posibilidad de escoger entre varias opciones. Personas de escasos recursos tienen muy pocas opciones con respecto a los servicios de salud disponibles. Por esta razón, se busca incrementar el número y variedad de opciones de servicio para atender poblaciones con diversas necesidades y habilidades. Se enfatiza la importancia de invitar a representantes de las comunidades para que participen en la planeación de los servicios de atención para maximizar su impacto (ej., horas de atención, localización de los centros, etc.). Finalmente, reconocemos que los servicios deben ser accesibles y económicos.

7. Colaboración interdisciplinaria. Problemas complejos requieren soluciones complejas que no pueden ser tratadas por una sola disciplina. La colaboración interdisciplinaria nos permite expandir el conocimiento y promover innovaciones creativas al usar experiencias variadas. Estas colaboraciones incrementan nuestro conocimiento de cómo otras disciplinas tratan problemas similares, sus éxitos y fracasos.

8. Promoción del sentido de comunidad. Estos esfuerzos, ayudan a promover interdependencia y le permiten a la gente descubrir que trabajando juntos pueden lograr cambios en la comunidad. También tienen la posibilidad de ayudar a integrar la comunidad y promover lazos emocionales entre los miembros basados en sus experiencias comunes y en su historia. Este proceso puede afectar el éxito o el fracaso de los esfuerzos de desarrollo comunitario, si no hay confianza requiere el desarrollo de líderes que representen en forma efectiva los intereses de la comunidad.

Para concluir, quiero reconocer que las metas y valores de la psicología comunitaria son muy consistentes con los principios y prácticas utilizadas en esfuerzos de promoción de la salud y prevención de enfermedades. La participación activa de los miembros de la comunidad es la clave del proceso y los 8 principios de la psicología comunitaria incrementan el grado de éxito de campañas de promoción de la salud y prevención de enfermedades. Finalmente, propongo que podemos ayudarle a los miembros de la comunidad a reconocer la salud como un recurso que ellos mismos pueden controlar a través de la prevención y prácticas de conducta saludables.

PhD. Fabricio E. Balcazar
Editor invitado
Universidad de Illinois Chicago
Chicago, Estados Unidos

Referencias

1. Moritsugu J, Vera E, Wong FY, Duffy KG. Community Psychology (5th Edition). New York: Routledge, Taylor & Frances; 2016.
2. World Health Organization. A conceptual framework for action on the social determinants of health. Commission on Social Determinants of Health. Geneva: OMS; 2007. Available from: https://www.who.int/social_determinants/resources/csdh_framework_action_05_07.pdf?ua=1
3. Bronfenbrenner U. Ecological systems theory. In Vasta, Ross. Annals of Child Development: Vol. 6. London, UK: Jessica Kingsley Publishers; 1989. 187-249.