

Revista cubana de Psicología

Volumen 7, número 12
julio - diciembre / 2025

**Facultad de Psicología.
Universidad de La Habana.**

REVISTA CUBANA DE PSICOLOGÍA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

UNIVERSIDAD DE LA HABANA

ISSN 2788-4827

CONSEJO EDITORIAL REVISTA CUBANA DE PSICOLOGÍA



Director

Dr. Adalberto Avila Vidal.

Decano de la Facultad de Psicología.

Editor general

Dr. Manuel Ángel Calviño Valdés Fauly

Editor corrector

Lic. Aldo Ramón Guitierrez Rivera

Editores adjuntos

Dra. Daybel Pañellas Álvarez

Dr. Jorge Enrique Torralbas Oslé

Editora de la página web

MsC. Daniela Escobar Magariño

Miembros

Dra. Arianne Medina Macías

Dr. Alexis Lorenzo Ruiz

Dra. Laura Domínguez García

Dra. Klency González Hernández

MIEMBROS DEL COMITÉ EDITORIAL NACIONAL

Dr. Jorge Juan Román Hernández

Dra. Osana Moleiro Pérez

Dr. Armando Cuesta Santos

Dra. Rosa María Reyes Bravo

Dra. Patricia Arés Muzio

Dr. Mitchel Valdés Sosa

Dr. Luís Gustavo González Carballido

Dr. Alberto Cobián Mena

Dra. Norma Vasallo Barrueta

Dr. Jorge Luís del Pino Calderón

MIEMBROS DEL COMITÉ EDITORIAL INTERNACIONAL

Dr. José María Peiró Silla (España)

Dra. Andrea Pujol (Argentina)

Dra. Diana Silvia Lesme Romero (Paraguay)

Dra. Sandra Elizabeth Luna Sánchez (Guatemala)

Dr. Jesús Redondo Pacheco (Colombia)

Dr. Amilio Blanco Abarca (España)

Dr. Alejandro Maiche Marini (Uruguay)

Dra. Azurra Ruggieri (Alemania)

Dra. Angela Fátima Soligo (Brasil)

Dr. Nelson Zicavo Martínez (Chile)

Dr. Fabian Marín Rueda (Brasil)

Dr. Fabio Fuentes Navarro (México)



La Revista cubana de Psicología está indexada en:



Para suscribirse a la revista o enviar un manuscrito para publicar utilice las direcciones:

<http://www.revistas.uh.cu/psicocuba>

Revista cubana de Psicología. ISSN 2788-4287(digital)

Facultad de Psicología, San Rafael, No. 1168, entre Mazón y Basarate. Plaza de la Revolución. CP: 10400, La Habana, Cuba. Correo de editor principal:
manuelc@psico.uh.cu

Platform &
workflow by
OJS / PKP



La publicación de esta Revista se hace con el
auspicio de la Sociedad cubana de Psicología

ÍNDICE TEMÁTICO

NOTA EDITORIAL

5

EDITORIAL NOTE

ENTRE CONFLUENCIAS Y DESAFÍOS EN LA BÚSQUEDA DE EQUIDAD SOCIAL. ESTUDIOS DE GÉNERO DEL CIPS

6

BETWEEN CONFLUENCES AND CHALLENGES

ON THE SEARCH FOR SOCIAL EQUITY. CIPS GENDER STUDIES.

Yanel Manreza Paret

Yasely Abella Soto

Maví Pérez García

Daimy Abelló Cordovés

María Isabel Domínguez García

Yuniel de la Rúa Marín

Raquel Elena Sicilia Lorenzo

Geidy de la Caridad Hernández Iglesias

USO DE REDES SOCIALES, CALIDAD DE VIDA LABORAL

26

Y DESEMPEÑO INDIVIDUAL EN EL TRABAJO

*SOCIAL MEDIA USE, WORK-LIFE QUALITY,
AND INDIVIDUAL WORK PERFORMANCE*

Jorge Enrique Torralbas Oslé

Jacqueline Rodríguez González

Jany Barcenas Alfonso

1

CARACTERIZACIÓN DE LOS PROCESOS DE GESTIÓN 42

DE CAPITAL HUMANO, PARA EL TELETRABAJO EN ETECSA

*CHARACTERIZATION OF HUMAN CAPITAL MANAGEMENT PROCESSES FOR
THE TELEWORKING MODALITY AT ETECSA.*

Leira Seguras Suárez

Ariane Medina Macías

Gisselle Alomá Acosta

Gustavo Araujo Gutiérrez

EDUCACIÓN AMBIENTAL Y PRÁCTICAS DEPORTIVAS GRUPALES: 57

ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL

EN COMUNIDADES CUBANAS

*ENVIRONMENTAL EDUCATION AND GROUP SPORTS PRACTICES:
METHODOLOGICAL STRATEGIES FOR SOCIAL
TRANSFORMATION WORK IN CUBAN COMMUNITIES.*

Bárbara Zas Ros

Carmen Luz López Miari

Dalia Hernández Castillo

Edislier Verdecia Gómez

Laura Leonor Valdés Villasuso

Verónica Redondo Falcón

Manuel Calviño

RELACIÓN ENTRE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS Y PSICOLÓGICAS, 74

DE LOS CUIDADORES DE PACIENTES EN HEMODIÁLISIS

*RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOEDUCATIONAL AND PSYCHOLOGICAL
NEEDS OF HEMODIALYSIS PATIENTS.LVED*

Diliara Sosa Sánchez

Lesnay Martínez Rodríguez

**LA SENSIBILIDAD EN DOCENTES DE CENTROS DE ACOGIMIENTO
INSTITUCIONAL DE PRIMERA INFANCIA, EN LA HABANA**

90

*SENSITIVITY IN EDUCATORS FROM HOMES FOR CHILDREN WITHOUT FAMILY
PROTECTION IN EARLY CHILDHOOD IN HAVANASS*

Olivia Rodríguez Reyes

Eniuska Hernández Cedeño

Eliécer Pérez Pérez

Ignasi Navarro Soria

PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO EN JÓVENES

103

SELF-CARE PRACTICES IN YOUNG PEOPLE

Amanda Massiel Iglesias Pérez

Lesnay Martínez Rodríguez

Ana Cristina Baute Abreu

Melany Pino Domínguez

BIENESTAR PSICOLÓGICO DE PACIENTES CON TRASTORNOS

122

NEURÓTICOS, ATENDIDOS EN LA CLÍNICA DEL ESTRÉS

DEL HOSPITAL CLÍNICO QUIRÚRGICO CALIXTO GARCÍA

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PATIENTS WITH NEUROTIC DISORDERS

TREATED AT THE STRESS CLINIC OF THE CALIXTO GRCIA

SURGICAL CLINICAL TEACHING HOSPITAL

Ana Karla Roque Guzmán

Alexis Lorenzo Ruiz

LA UTILIDAD POTENCIAL DE LA FOTOGRAFÍA

145

COMO MEDIO TERAPÉUTICO: APLICACIÓN

DE LA FOTOGRAFÍA TERAPÉUTICA Y FOTOTERAPIA

THE POTENTIAL UTILITY OF PHOTOGRAPHY AS A THERAPEUTIC MEDIUM:

THE APPLICATION OF THERAPEUTIC PHOTOGRAPHY AND PHOTOTHERAPY

Jennifer Albín Betancourt

Dionisio F. Zaldívar Pérez

Roxanne Castellanos Cabrera

**RESERVA COGNITIVA EN ADULTOS MAYORES: ESTUDIO DESCRIPTIVO
EN PROFESORES DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL MARTA ABREU DE LAS
VILLAS** 165

*COGNITIVE RESERVE IN OLDER ADULTS: A DESCRIPTIVE STUDY OF
UNIVERSIDAD CENTRAL MARTA ABREU DE LAS VILLAS PROFESSORS*

María Fernanda Rivero Muñoz

Karolyn Echemendía Batista

Diego Daniel Díaz Guerra

**PLAN DE ACCIONES PARA POTENCIAR LA CREATIVIDAD,
EN PRIMER AÑO DE INGENIERÍA INFORMÁTICA** 175

*ACTION PLAN TO ENHANCE CREATIVITY IN THE FIRST YEAR
OF COMPUTER ENGINEERING*

Meily Monteagudo Caso

Vanessa Olivera Bacallao

Dalia Rodríguez Cairo

186

**ESTEREOTIPOS RACIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL MARTA ABREU DE LAS VILLAS**

*RACIAL STEREOTYPES IN UNIVERSITY STUDENTS
OF THE CENTRAL UNIVERSITY “MARTA ABREU” OF LAS VILLAS.*

María Carla Olaya Alemán

Vanessa Olivera Bacallao

Nathalí Pérez Lima

Sailén Torres Morales

ÍNDICE DE AUTORES 204

NOTA EDITORIAL

Que en el complejo momento que vive nuestro país sigamos haciendo nuestra *Revista Cubana de Psicología*; que los profesionales del sector en la Isla continúen realizando investigaciones y tareas propias de las especialidades que nos atañen; que se escriban cada vez más artículos y tesis relacionadas con nuestro campo de estudio; y un largo etcétera, es una evidencia de que la psicología en Cuba no solo transmite esperanza y compromiso, sino que los construye y defiende. Nuestro gremio asume la decisión de construir una resistencia creativa y productiva, y aprovecha cada oportunidad para no dejarse vencer por las dificultades. Solo así podemos mantener viva esta profesión, las instituciones, el país. Somos psicólogos no solo en Cuba, sino con Cuba.

Consejo Editorial
Revista Cubana de Psicología

EDITORIAL NOTE

That in the complex moment our country is experiencing, we continue to publish our Cuban Journal of Psychology, that Cuban psychology professionals continue to produce, doing research's and professional works, and continue to write articles, theses, etc., is evidence that psychology in Cuba not only transmits hope and commitment, but also builds and defends them. Our profession is committed to building creative and productive resilience, seizing every opportunity, and not to giving in to difficulties. This is how we keep our profession, our institutions, and our country alive. We are psychologists not only in Cuba, but with Cuba. Consejo Editorial

Consejo Editorial
Revista Cubana de Psicología

**ENTRE CONFLUENCIAS Y DESAFÍOS EN LA BÚSQUEDA DE EQUIDAD SOCIAL.
ESTUDIOS DE GÉNERO DEL CIPS**

*BETWEEN CONFLUENCES AND CHALLENGES ON THE SEARCH FOR SOCIAL EQUITY.
CIPS GENDER STUDIES.*

Yanel Manreza Paret

Yasely Abella Soto

Maví Pérez García

Daimy Abelló Cordovés

María Isabel Domínguez García

Yuniel de la Rúa Marín

Raquel Elena Sicilia Lorenzo

Geidy de la Caridad Hernández Iglesias

Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS), La Habana, Cuba

Recibido: 16-01-2025

Aceptado: 21-01-2025

Publicado: 01-04-2025

Cómo citar este artículo:

Manreza Y, Abella Y, Pérez M, Abelló Daimy, Domínguez M I, De la Rúa Y, Sicilia R, Hernández G (2025). Entre confluencias y desafíos en la búsqueda de equidad social. Estudios de género del CIPS. 7(12), (6-25), La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS).

RESUMEN

La perspectiva de género ha transversalizado los estudios realizados desde el Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS), en La Habana, Cuba. El artículo, elaborado por la Comisión de Género de esa institución, tiene como objetivo general sistematizar las investigaciones que han abordado la perspectiva de género en el CIPS. Para cumplir esta tarea se logró recuperar la producción científica y su proceso de acercamiento al estudio sobre género, por los grupos que integran la organización, analizar

los aportes elaborados y generar nuevos conocimientos en aras de la transformación social, donde prima la equidad de género. Sobre la evolución y el tratamiento con que se ha empleado esta perspectiva, así como la identificación de los vacíos teórico-metodológicos y los desafíos para su abordaje, se conduce el informe mediante preguntas movilizadoras que guían la sistematización realizada por los diferentes grupos de trabajo, gracias a una metodología cualitativa.

Palabras clave: estudios de género, sistematización, CIPS.

ABSTRACT

The gender perspective has permeated the studies conducted by the Center for Psychological and Sociological Research (CIPS). The article prepared by the Gender Commission of this institution aims to systematize the research that has addressed the Gender perspective at CIPS. To achieve this task, the scientific production and the approach to gender studies by the groups within the organization are recovered, contributions are analyzed, and new knowledge is generated in pursuit of social transformation where gender equity prevails. The report also addresses the evolution and treatment of this perspective, as well as identifying theoretical-methodological gaps and challenges for its approach, through guiding questions that inform the systematization carried out by different work groups, using a qualitative methodology.

Keywords: *Gender studies, systematization, CIPS.*

INTRODUCCIÓN

La perspectiva de género tiene un valor instrumental para analizar las relaciones económicas, políticas e ideológicas en una sociedad. No se puede abordar ningún tema sobre los comportamientos sociales, sin tener una mirada de género. En Cuba se ha recorrido un largo camino, del cual no han estado exentos los estudios realizados desde el Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS), de La Habana, que en un primer momento, de manera no declarada, estuvieron enfocados exclusivamente en las mujeres, lo predominante en las décadas de 1980 y 1990. Sobre la evolución y el tratamiento con que se ha empleado la perspectiva de género, así como la identificación de los vacíos teórico-metodológicos y los desafíos para su abordaje, se presenta la sistematización elaborada por la Comisión de Género del CIPS. Luego de responder y analizar los datos, se elaboró una serie de recomendaciones en función de revalorizar la utilidad del empleo de la perspectiva de género, como herramienta analítica que permite

una comprensión integral de las relaciones sociales entre mujeres y hombres. Los principales hallazgos dan cuenta de que, si bien el género constituye una de las líneas temáticas de los estudios del CIPS, no todos los grupos lo integran en sus metodologías y análisis de resultados.

METODOLOGÍA

A través de preguntas movilizadoras se conduce el informe, que guía la sistematización realizada por los diferentes grupos de trabajo, mediante una metodología cualitativa a través del análisis de contenido.

Objetivo general: sistematizar los estudios sobre la temática de género en el CIPS.

Objetivos específicos:

1. Recuperar la producción científica y su proceso de acercamiento al estudio sobre género, por los grupos que integran la organización.
2. Analizar los aportes elaborados.
3. Generar nuevos conocimientos y aportes en aras de la transformación social, donde prime la equidad de género.

Preguntas de investigación: ¿Desde cuándo se aborda la perspectiva de género en las investigaciones de cada grupo? ¿Cuál ha sido el tratamiento que se le ha dado al enfoque de género en las investigaciones de cada grupo? ¿Cuáles son los principales resultados vinculados a una lectura de género? ¿Qué vacíos teórico-metodológicos se identifican en las investigaciones que la abordan y cuáles son los retos para el trabajo futuro?

RESULTADOS

¿Cómo ha sido abordado el enfoque de género desde los diferentes grupos de trabajo?

Las investigaciones, los resultados y las aproximaciones de los diferentes grupos del CIPS con enfoque de género, han tenido diferentes niveles de desarrollo a lo largo de los años, así como proyecciones para su abordaje. En algunos de ellos, su labor destacada y constante ha posibilitado sistematizar un conjunto de aportes sobresalientes, mientras que en otros el acercamiento ha sido menos visible, pero no sin dejar la puerta abierta a su integración. Es por ello que consideramos que lo más valioso está precisamente en cómo desde diferentes perspectivas, contenidos, contextos y profundidad, los grupos de investigación han logrado tratar la temática para la contribución sucesiva y progresiva en esta línea. A continuación, se presentan los aportes de cada grupo y se indica cómo ha sido trabajado el enfoque de género en los grupos de investigación del CIPS.

Grupo de Estudios sobre Familias (GESF)

La perspectiva de género se ha incorporado a las investigaciones del CIPS desde sus inicios, como centro de investigación. Para 1985, el GESF se enfocó en estudios que visualizaban a la mujer como una figura esencial para la sociedad y las familias cubanas, convirtiéndola así en uno de sus ejes temáticos. En la década de 1990 ocurrió un auge en la visibilización del término y los estudios de género en Cuba, que ya venía sucediendo a nivel internacional. El GESF lo incorporó por primera vez en la investigación «Caracterización del modo de vida de las familias de dirigentes con hijos de adolescentes y jóvenes, y del ejercicio de su función formadora» (Puñales *et al.*, 1990). Aunque no se definió teóricamente como una categoría de análisis, se reconoció el ejercicio de roles de género, como uno de los factores que influían en el desempeño de la función formadora de la familia, pero circunscrita a las actividades domésticas.

En ese mismo año, se reconoció en una de las investigaciones el trabajo doméstico, como trabajo social necesario por su aporte insustituible en la reposición de la fuerza de trabajo y responsabilidad del grupo familiar completo, entendiendo que no se trataba solo de una demanda por la igualdad de la mujer, sino también un factor cotidiano de peso en la formación de las nuevas generaciones en los valores del trabajo, la cooperación y la igualdad hombre-mujer (Reca *et al.*, 1990).

Desde esta visión se focalizó el trabajo de cuidados, tradicionalmente feminizado, lo cual fue una alerta que persiste en las producciones científicas del grupo, por su impacto en el funcionamiento familiar.

Las investigaciones que sucedieron de 1992 a 2001, estuvieron marcadas en gran medida por el análisis de las relaciones de pareja y los impactos de la crisis de la década de 1990, en el contexto familiar cubano mayormente. En cuanto a las relaciones de pareja, sobresalían como líneas investigativas desde el ámbito familiar, los temas asociados a la comunicación, los matrimonios y divorcios y las uniones consensuales. A partir de 2004 y hasta 2011, las investigaciones del GESF se centraron en el estudio de la violencia. Se identificaron cuestiones vinculadas al género, como una de las formas de expresión de este fenómeno. El resultado investigativo más significativo sobre el tema fue: «Violencia de género en las familias. Encrucijadas para el cambio» (Valdés *et al.*, 2011), que contribuyó a la prevención de la violencia familiar, a través de la formación de grupos de profesionales y educadores sociales que trabajaban con y para las familias en distintas comunidades del país, con el empleo de un enfoque de género.

En 2008 y 2011 se realizaron dos investigaciones que constituyeron sistematizaciones sobre los estudios de familia: «Las familias cubanas en el parteaguas de dos siglos» (Chávez *et al.*, 2010) y «Mapa integrado de las investigaciones sobre familias cubanas, realizadas en el CIPS de 1985 a 2011» (Campoaélegre *et al.*, 2012). En ambas emerge el género, como un tema relacionado directamente con las familias.

A partir de la última investigación referida, el GESF dio un salto cualitativamente significativo, al incluir la perspectiva de género de manera declarada en sus estudios, como uno de los ejes de análisis que los transversaliza. En Campoalegre *et al.* (2016), se emplean definiciones que se conectan entre sí y se plantean desde una perspectiva crítica transformadora, a partir de un enfoque de género. De manera similar, se abordó la temática de las familias en situación de vulnerabilidad social, donde el género constituyó una variable fundamental desde el enfoque interseccional y los análisis de los resultados arrojados por la investigación (Campoalegre *et al.*, 2016a).

A partir de 2017 y hasta hoy, la línea investigativa del grupo se vincula al trabajo de cuidados desde la perspectiva familiar, siendo el enfoque de género y de derechos los puntos epistémicos de partida para su estudio (Campoalegre *et al.*, 2020 y 2023).

Grupo de Estudios sobre Juventudes (GESJ)

El GESJ incluyó temas de género en sus investigaciones, a partir de la década de 1990, como era predominante en esa época, desde la perspectiva de estudios sobre las mujeres (Domínguez, 1996; Domínguez y Díaz, 1997; Domínguez, 1999, 2000 y 2004). Luego de la segunda mitad de la década del 2000, se puso énfasis en las desigualdades de género en el ámbito educacional, lo que condujo a una mayor profundización de la investigación del tema, con respaldo en numerosos informes y publicaciones (Domínguez, 2012, 2016, 2017, 2018 y 2018a).

También se trabajó sobre el impacto de las desigualdades de género para la integración social de las juventudes, en otros ámbitos más allá de los educacionales, por ejemplo, en los procesos comunicacionales y el uso de las Tecnologías de la Información y las Comunicaciones (TIC), así como en qué medida las políticas públicas y los procesos de socialización toman en cuenta esas desigualdades y contribuyen a minimizar sus efectos (Domínguez *et al.*, 2012; 2014; 2015 y 2016; Domínguez y Rego, 2018).

A partir del año 2017 se incorporó el tratamiento a las violencias por razones de género contra las mujeres, con una mayor profundización en la teoría de género, vinculada a la concepción teórica de imaginarios sociales, que dio lugar a dos investigaciones, una en 2017 y otra en 2021, cuyos resultados fundamentaron la realización de la Campaña Evoluciona, para prevenir las violencias por razones de género contra las mujeres y su posterior evaluación (Domínguez *et al.*, 2019; Domínguez *et al.*, 2021).

La investigación de 2017 formó parte de un estudio elaborado de forma similar en otros seis países del área del Gran Caribe, lo que permitió disponer de información comparada sobre los imaginarios juveniles y evaluar las particularidades en nuestras juventudes, sus avances y debilidades. Esas investigaciones

dieron lugar a diversas publicaciones y a una mayor participación en las dinámicas nacionales e internacionales, en la discusión del tema a través de conferencias, presentaciones en eventos y vínculos con grupos de activismo feminista.

En el momento actual, dos investigaciones se desarrollan en el marco del proyecto «Las juventudes en la perspectiva de la sociedad cubana al año 2030», las cuales tienen en cuenta la perspectiva de género y están referidas a «Políticas públicas para la integración social de las juventudes con enfoque generacional» y «Prevención de la violencia entre pares, con énfasis en la violencia de género entre adolescentes del municipio Arroyo Naranjo. Experiencia del trabajo en talleres».

Grupo Cambio Humano (GCH)

El GCH, también desde la década de 1990, comenzó a incorporar en el plano discursivo el lenguaje libre de sesgos y para 1997 ya se empleaba intencionalmente en los informes de resultados y otros documentos de trabajo. Luego (2010), en la publicación sobre indagación apreciativa (Whitney & Trosten-Bloom, 2002), con la participación de miembros del GCH y otros colaboradores en su traducción, se mostró el empleo del lenguaje libre de sesgos desde el prefacio: «Usted puede ser un(a) ejecutivo(a), directivo(a), consultor(a), activista social, profesional de recursos humanos o líder informal en su organización».

En sentido general, el GCH desde los años 2000 incorporó a sus investigaciones y servicios científico-técnicos el abordaje del empoderamiento personal, grupal y organizacional, en un esquema que ha ido evolucionando y construyéndose resultado de la propia práctica metodológica de investigación-acción. Las dinámicas nacionales e internacionales han hecho una apropiación del término «empoderamiento» y, de alguna manera, ha servido de bandera para el reconocimiento y las acciones en función del desarrollo sociocultural de las mujeres en todos los ámbitos de la sociedad. No obstante, el énfasis en el empleo del concepto de empoderamiento por el GCH no ha mostrado su segmentación por género, lo cual consideramos una forma de abordaje inclusivo y no excluyente, al apostar por el poder que tienen todas las personas y no un poder particular que tengan las mujeres o los hombres. En esta lógica, se rompe, además, con el mito de que empoderar a las mujeres le resta poder a los hombres, pues al develar recursos, fortalezas y estrategias individuales para el empoderamiento personal, se trata de ponerlos en función de los objetivos particulares de las personas y no de sustituir funciones o espacios de otras.

Este ha sido el discurso trasmítido por el GCH en diferentes escenarios: discusión del tema a través de conferencias, presentaciones en eventos, talleres y otros espacios académicos. Hoy, como parte del proyecto «Facilitación de la Dinámica Humana para el Empoderamiento en las Organizaciones» se trabaja en la extensión de diferentes acciones que permitan comprender al empoderamiento psicosocial

desde la perspectiva de género sin exclusiones. De modo que, no puede hablarse de resultados de investigación sobre la perspectiva de género, solo su empleo para la comprensión, la interpretación y el abordaje de aquellos procesos que ocurren en lo interno de las organizaciones laborales, así como la comunicación del quehacer científico, empleando el lenguaje libre de sesgos.

Grupo Estructura Social y Desigualdades (GESD)

Los aportes de las investigaciones del GESD para la comprensión del enfoque de género en las investigaciones sociales, parten de la definición de la categoría «estructura socioclasista» en la Cuba de los años 2000. Ese entramado de posiciones, grupos y relaciones que se configuran a partir de la división social del trabajo y de las relaciones de propiedad, expresa el grado de estratificación y desigualdad, de integración o exclusión que caracteriza a la sociedad, y que se conecta con otros ejes de articulación de diferencias sociales de naturaleza histórico-cultural (género, generaciones, raza, etnia, entre otros). (Espina *et al.*, 2000 y 2003).

Entre las condiciones que dieron lugar a la emergencia de los estudios con enfoque de género en la década de 1990, aparecen elementos que desde el GESD se tuvieron en cuenta en la visibilización de múltiples fenómenos objeto de análisis desde el CIPS. Se reconoce que la crisis de esos años acentuó la diferenciación socioeconómica y la desigualdad en el acceso a una matriz de oportunidades, que condicionó una ruptura con el paradigma de homogeneidad social (Gómez *et al.*, 2020).

A mediados de los años 1990, según Espina (2010) citada por Gómez *et al.* (2020), se constató un desplazamiento hacia el análisis de las desigualdades, desde la perspectiva de heterogenización social. Se identificó la reproducción de patrones de desigualdad en los ámbitos familiar-individual, educativo, laboral, espacial-territorial y en el grupo etario juvenil, donde se reconocieron brechas de equidad también asociadas al género, que no se expresan de forma aislada, sino que se refuerzan según se pertenece a más de un grupo (Espina *et al.*, 2004; Gómez *et al.*, 2017; Pardini, 2018 citados por Gómez *et al.*, 2020) y que se evidencian en los desbalances en la posición socioestructural de la mujer respecto al hombre, en su subrepresentación en cargos de dirección, así como en la irregular distribución del poder en la dirección de los procesos productivos (Espina *et al.*, 2009).

La trayectoria investigativa del GESD, sus contribuciones y análisis, resultan un valioso referente para la labor de investigación, que demanda el contexto actual y la proyección de futuro del país.

Grupo Aprendizaje para el Cambio (GAC)

Si bien los estudios sobre género no han sido abordados hasta el momento, como línea temática en el GAC, sí se aprecian oportunidades de insertar el tema de manera intencionada, como un eje transversal

en los estudios que continúan. Este es un tema sensible para cualquier ámbito de investigación y, aun cuando constituirá un reto para el GAC por no contar con antecedentes propios al respecto, es un tema que puede ser armónicamente insertado y articulado con las temáticas trabajadas en sus estudios y sus fundamentos teóricos y metodológicos, en los que ha prevalecido el enfoque histórico-social, como eje articulador de otras propuestas afines (Teoría social del aprendizaje, Pedagogía liberadora, Investigación-Acción educativa, Investigación-Acción-Participación).

Grupo de Estudios Psicosociales de la Salud (GEPS)

Las investigaciones del GEPS se han centrado en el desarrollo social comunitario, utilizando las prácticas deportivas grupales (PDG) como pretexto. El enfoque de género se ha tenido en cuenta de manera implícita, especialmente durante las intervenciones a nivel comunitario, al tratar con mujeres empoderadas o no, en la inclusión de niños y niñas en todo tipo de juegos y de las diversas identidades de género, en distintos grupos etarios. Durante el trabajo se fomentó el respeto mutuo y la representación equitativa, se garantizó el acceso a los recursos de todos por igual, así como las posibilidades de gestión y liderazgo. Se previó la violencia y el maltrato psicológico, físico y verbal durante las actividades, talleres o prácticas deportivas, así como en los espacios seguros de diálogo y la expresión abierta.

Departamento de Estudios Sociorreligiosos (DESR)

Desde las primeras investigaciones en 1983, tras la fundación del DESR, las categorías sexogenéricas han sido tratadas. De ellas pueden extraerse datos que permiten considerar y comprender diferentes elementos asociados a la concepción de género, dentro del cuadro religioso cubano. La religión católica, por ejemplo, ha aportado muchísimo a la concepción binaria, heteronormativa y patriarcal (Jiménez y Trujillo, 2014), además, de múltiples denominaciones cristianas, evangélicas y neopentecostales, que también desde el cristianismo han enarbolido criterios conservadores y fundamentalistas (Álvarez *et al.*, 2015), y se consolidan en muestras fehacientes de una percepción tradicional de los roles de género. Reflejo de ello se evidenció en la fuerte campaña contra el Código de las Familias en la Isla, de la mano de representantes y practicantes religiosos.

En otro espectro, están los abakua y su culto desmedido hacia una masculinidad hipertrofiada que los ha condenado, en muchos casos, a ser ligados a la marginalidad y la violencia. También aparecen las religiones cubanas de origen africano, que siempre muestran roles predeterminados, generalmente subordinados, para las mujeres. Un punto álgido de enfrentamiento en la actualidad es precisamente la irrupción de la figura de la *iyaonifa* o *iyanifa*, que ha asumido roles tradicionalmente reservados para los hombres (Hodge *et al.*, 2014).

La mayoría de las comunidades religiosas, en su base, están conformadas fundamentalmente por mujeres; sin embargo, los líderes son mayoritariamente hombres. Esto ocurre, en ocasiones, por requerimientos litúrgicos y, en otras, por cuestiones puramente sociales (Hodge *et al.*, 2016 y 2021).

Con el coauspicio de la Maestría en Estudios Sociales y Filosóficos sobre Religión, las inquietudes investigativas por la cuestión específica del género encontraron espacio para colocarse en la agenda del departamento. Así, se investigó sobre la construcción de identidad de género desde la revista *Palabra Nueva*, de la Arquidiócesis de la Habana (De la Rúa, 2019), en una pesquisa que une medios de comunicación y género con el aliento y las herramientas que durante su fructífera vida académica utilizó la Dra. C. Isabel Moya Richard. Otra línea de investigación estudia la religión abakuá, desde donde se identifican aquellos elementos, en los cuales marginalidad y masculinidad se relacionan de manera muy provechosa como beneficio para sus integrantes (Lavarreres, 2018).

También se toca el tema de género por Álvarez (2019), quien estudia la doctrina fundamentalista neopentecostal, del movimiento apostólico y profético fuera del marco capitalino y aporta muchos datos y análisis interesantes sobre los tonos difusos, en ocasiones, y en otros más evidentes, del machismo que caracteriza todavía a estas comunidades.

Los estudios referidos han ido abonando el terreno para la emergencia de un empeño colectivo que pusiera el acento directamente en las cuestiones de género y así se llegó al resultado «Percepción social sobre equidad de género en practicantes religiosos de cuatro consejos populares de La Habana» (Aguilar *et al.*, 2020). En esa investigación se permitió trabajar con niños y, de alguna manera, intervenir en las diversas comunidades estudiadas con un ejercicio de autorreflexión.

Actuamente se realizan investigaciones con esta inquietud, que relacionan la comunidad islámica y las motivaciones para la conversión religiosa de mujeres cubanas y mexicanas, y el empleo de las redes por parte de la iglesia católica para influir en las políticas de género en Cuba y México, lo cual nos habla de miradas múltiples sobre el problema y la solidificación de una línea de investigación sobre género y religión en el DESR-CIPS.

Grupo de Estudios Sociales del Trabajo (GEST)

Por su parte, el GEST ha ido mostrando el acercamiento al enfoque de género desde diferentes líneas de investigación e intervención, que han encontrado voz en diversas publicaciones científicas.

Parte de su labor está referenciada por Echevarría *et al.* (2019), donde se identifican los principales vacíos que mostraba la política de empleo para promover la equidad de género en el país, al no incluir, por ejemplo, al trabajo no clásico —doméstico y de cuidador—, como nuevas formas de trabajo. Se

constataron condiciones de precariedad en términos de derechos laborales para las mujeres, al no estar sujetas a contratos formales que apoyaran el ejercicio de sus derechos. Al mismo tiempo, no contribuyeron a modificar sus roles al interior del hogar en el empeño de una sociedad más equitativa. Por otra parte, en los artículos de Gómez (2021 y 2021a) se identifican potencialidades para el desarrollo local y el empoderamiento femenino, considerando para ello las lógicas de la Economía Social y Solidaria (ESS), como una de las formas en que las mujeres y las familias encuentran nuevas y amplias posibilidades de participación, desarrollo y potenciamiento de sus búsquedas, basadas en la identidad de género (Fournier y St. Germain, 2011; Nobre, 2015; citados por Gómez, 2021a).

A pesar de ser portador de valores, como sostenibilidad y justicia social, en este sector se tiende a reproducir los patrones de género hegemónicos, lo que constituye una alerta a la hora de potenciar los emprendimientos. En esta propuesta se muestra un estudio de caso en el Atelier «¡Atrévete, eres más!». Se trata de un emprendimiento liderado y compuesto solo por mujeres. «Las actividades que realizan se inscriben dentro del abanico de las consideradas como femeninas que, según las lógicas imperantes, son las que tienen peores condiciones laborales y los salarios más bajos» (Mies y Shiva, 2014, citadas por Gómez, 2021a, p. 331). No obstante, «[...] han construido un espacio seguro, innovador, con condiciones de trabajo acordes [...]; han intencionado la superación profesional y personal; los ingresos que han obtenido les garantizan su autonomía económica» (Gómez, 2021a, p. 331). La experiencia demuestra cómo la ESS puede ser una opción para el empoderamiento y la realización personal de un grupo de mujeres.

Grupo de Creatividad para la Transformación Social (GCTS)

El GCTS ha trabajado el tema de género desde la metodología de Diálogo Intergeneracional (DIG), a partir de 2006, donde ha prevalecido el estudio con mujeres de la tercera edad. Se realizan talleres en las comunidades, que se distinguen por la presencia de la voz femenina, realzando sus visiones de cada comunidad en cuestión, así como el protagonismo y el compromiso con las funciones que desempeñan. Se puede aseverar que en las muestras de estudio de las investigaciones del GCTS, predominan las mujeres, quienes constituyen un factor significativo en la promoción de procesos de transformación local y comunitaria, con un atravesamiento desde el enfoque de género, aunque se presentan como construcción de procesos colectivos, ya que participan también los hombres y no ha sido objetivo del grupo destacar ni comparar la prevalencia de un género sobre otro.

La perspectiva de género y sus implicaciones han sido un interés de estudio, fundamentalmente por las mujeres del grupo, con la intención de reflexionar sobre la mirada de los procesos estudiados en toda su amplitud y reflejar sus particularidades de manera explícita en las investigaciones.

Ahora bien, ¿cuáles son los principales puntos de encuentro entre los resultados obtenidos? Las investigaciones del CIPS que han empleado la perspectiva de género, aun sin hacerlo explícito, tienen elementos de confluencia que guían los estudios y aportan recomendaciones importantes para la transformación social en este sentido. También se identifican particularidades vinculadas a líneas temáticas, en las que se enfocan el género y los múltiples atravesamientos que lo caracterizan.

El modo en que se iniciaron estos estudios en el centro marcó una pauta en su trayectoria investigativa, en correspondencia con el contexto nacional e internacional donde se insertaban. En las décadas de 1980 y 1990 se enfocaron en las mujeres, vinculadas a su determinación en la vida social (Álvarez *et al.*, 1987; Domínguez, 1996; Reca, 1985). En esta época se hace referencia a variables, como «fecundidad», «embarazo», «aborto» y «natalidad» (Álvarez *et al.*, 1994; Caño, M. C., 1992; Puñales *et al.*, 1989; Reca *et al.*, 1989). De forma general, no se define la categoría «género» en las investigaciones, sino que aparece como variable recogida en los datos generales de la aplicación de las técnicas para la recepción de información; pero sin un análisis posterior, profundo, que permita determinar tendencias o que sobresalgan elementos destacados para considerar en los resultados.

Entonces se vuelven las miradas al género, como categoría de análisis, tomando como referencia un presupuesto epistémico integrador, inclusivo y crítico, que reconoce las diferencias conceptuales y metodológicas de los conceptos de género y mujer

En varios resultados investigativos de estos análisis sobresale cómo el género transversaliza las relaciones que se establecen entre las personas, ya sea al interior de las familias, en una relación de pareja o en la sociedad, constituyendo brechas de género que generan desbalances en la posición socioestructural de la mujer respecto al hombre (Espina *et al.*, 2009). Se expone que la división sexual del trabajo es la expresión del sexismo en las relaciones interpersonales entre hombres y mujeres, cuya organización la impone el sistema sexo-género. Los roles asignados a los hombres tienen mayor reconocimiento social, mientras se invisibiliza el trabajo de la mujer en la producción y reproducción de la vida material, lo que atenta contra su capacidad de empoderamiento, pues se consideran responsables de las tareas domésticas y de cuidados exclusivamente. Estas desigualdades tienen un impacto directo en el uso del tiempo para ellos (Domínguez *et al.*, 2013; Gómez, 2021).

En este sentido, se visibiliza la reproducción de la estructura patriarcal que prevalece en la sociedad cubana, cuyo eje central es la socialización. Mediante este mecanismo se garantiza la trasmisión generacional de normas, pautas y patrones construidos socialmente, que estarán determinando el componente cognitivo y conductual (Domínguez *et al.*, 2013).

Otro de los puntos de encuentro radica en el reconocimiento del género, como componente fundamental de la violencia, posicionamiento que cobra auge a partir del año 2000 y que se mantiene como línea temática estable en varios resultados del CIPS. Se estudia la violencia que se manifiesta en el ámbito intrafamiliar (Díaz *et al.*, 2006; Durán *et al.*, 2003; Valdés, 2008 y Valdés *et al.*, 2011), la que se dirige específicamente hacia las mujeres (Domínguez *et al.*, 2019 y 2021) y las que suceden entre adolescentes. En las investigaciones que se refieren al género, como categoría de análisis, se recoge una tendencia al reconocimiento de fuertes estereotipos y prejuicios sobre los roles femeninos y masculinos, que se reproducen en los diferentes espacios de socialización (familiar, educativo, laboral, religioso). Se demuestra la persistencia del rostro femenino de la pobreza, asociado a la maternidad temprana y la condición de madre soltera, circunstancias que se combinan con el abandono de estudios y la ausencia de condiciones para trabajar y generar ingresos suficientes (Campoa legre *et al.*, 2016a; Chávez *et al.*, 2010; Espina *et al.*, 2009; Gómez *et al.*, 2017; Jiménez y Trujillo, 2014).

Las dificultades de acceso a empleos, puestos de dirección y mayor calificación, continúan respondiendo a mandatos de género (Domínguez *et al.*, 2013), lo que provoca claras brechas de equidad asociadas al género (Espina *et al.*, 2009). Esta realidad trasciende al sector estatal y se constata también en el trabajo por cuenta propia y el sector cooperativo, que no siempre constituye un espacio de empoderamiento femenino; por el contrario, se convierte en un escenario donde se desdobra la segregación ocupacional vertical y horizontal (Gómez, 2021). Ello trae aparejado que las mujeres de la zona rural en Cuba, como tendencia, encuentran comodidad en el mundo doméstico y la dependencia económica de un hombre que aporte un ingreso estable. De esta forma, reducen su espectro de oportunidades y contribuyen a perpetuar enfoques sexistas. Estos hallazgos también se vinculan con la reproducción de patrones de desigualdad, determinados por los diferentes condiciones de partida y los ámbitos desde donde se dan estas asimetrías, como lo son el espacial-territorial (Espina *et al.*, 2004).

Para contribuir a transformar estas prácticas, se trabaja actualmente en la creación de un programa psicoeducativo para el curso online «Empoderamiento de la mujer directiva», destinado a personas que dirigen en una empresa cubana, el cual se organiza a partir de dos unidades temáticas fundamentales que se integran para comprender al empoderamiento psicosocial desde la perspectiva de género.

En la producción científica del CIPS, se observa como tendencia el empleo de la perspectiva de género, desde sus discursos, servicios y lenguaje al abordar los diversos temas que se estudian. Aun cuando determinados grupos no tratan el género como línea investigativa ni eje transversal, sí se emplean acciones a nivel comunitario, que incluyen prácticas libres de sexismo. Esta condición caracteriza el quehacer del trabajo en las comunidades, a partir de talleres e implementación de programas y servicios, donde se fomenta el respeto mutuo, la representación equitativa y la inclusión de diversas identidades de género en distintos grupos etarios.

CONCLUSIONES

1. Mediante la colaboración de los activistas de la Comisión de Género del CIPS, se pudo recuperar la producción científica y su proceso de acercamiento al estudio sobre género por los grupos que integran la organización. Se realizaron entrevistas y se revisaron los resultados científicos del período, para hacer el levantamiento de la información que se procesó.
2. La integración de los aportes elaborados permitió analizarlos para dar respuesta a las preguntas de investigación: ¿Desde cuándo se aborda la perspectiva de género en las investigaciones de cada grupo? ¿Cuál ha sido el tratamiento que se le ha dado al enfoque de género en las investigaciones de cada grupo? y ¿Cuáles son los principales resultados vinculados a una lectura de género?
3. Para expresar los nuevos conocimientos y aportes en aras de la transformación social donde prime la equidad de género, se proponen como reflexiones de cierre: ¿Cuáles son los vacíos teórico- metodológicos que se identifican en las investigaciones para el abordaje de la perspectiva de género en el CIPS? Retos y desafíos de cara al futuro.

La contribución de las investigaciones del CIPS a la temática del género en Cuba, ha sido significativa. Sin embargo, como todo camino, es limitado y aún persisten disímiles vacíos teórico-metodológicos hacia los que se debe dirigir la mirada científica. Algunos de ellos han sido identificados por los propios investigadores y otros se refieren como generalizaciones, a partir de la sistematización realizada. Existen zonas de silencio o temas vinculados a las familias relativos al enfoque de género, que no han sido investigados o demandan un mayor abordaje. Entre ellos se destacan estudios sobre las paternidades, las identidades de género y las familias de parejas diferentes a la heterosexual. También vincular los temas asociados a otros contextos, que abordan temas, como la comunicación, la representación social, el ámbito laboral, los medios de comunicación, el ciberespacio, las políticas sociales, los programas

gubernamentales y la economía, así como la relación con otras variables que transversalizan los estudios: color de la piel, edad e interseccionalidades, por ejemplo, que se establecen en su entrecruzamiento.

Se reconoce la preeminencia del diálogo con la teoría de género, para continuar enriqueciendo los análisis que aborden la perspectiva de género. Las propuestas teóricas del feminismo son de utilidad para estudiar la realidad de las desigualdades de género, ya que aportan conceptos centrales que permiten explicar las relaciones entre hombres y mujeres, tanto a nivel interpersonal como social, permitiendo así alcanzar mayor profundidad analítica en los estudios.

Metodológicamente resultaría imprescindible la integración de diferentes técnicas de observación (gestos corporales), entrevistas y encuestas, que permitan deducir criterios que aunque se puedan pensar no se externalizan, con lo cual se podrá lograr mayor veracidad de lo que se define como resultado de investigación.

Unido a ello se deben ampliar los contextos de investigación e interconexión de variables y escenarios adecuados a las dinámicas actuales de la sociedad cubana y las tendencias internacionales, así como continuar profundizando en cómo el género —categoría relacional, contextual, histórica y ordenador social— posee la capacidad para articular estructuras sociales e institucionales con aspectos de la subjetividad, que no se limita a la verificación de atributos para hombres y mujeres.

Los temas de género y ESS en Cuba demandan de varios estudios y posicionamientos. Es necesario identificar los obstáculos que enfrentan cada día las mujeres que coordinan empresas y proyectos de esta naturaleza. Desde la ESS se construyen oportunidades para las mujeres que también es necesario tener en cuenta y colocarlas en la lente de la reproducción de sexismos y espacios inclusivos. Otras acciones que se pueden realizar giran en torno a concretar capacitaciones que tengan por objetivo la sensibilización y el empoderamiento de las féminas.

La necesidad de responder interrogantes que dinamizan las relaciones de género en función de las políticas de empleo, continúa siendo un asunto pendiente. Entre ellas: ¿cómo las relaciones de trabajo (re)configuran las relaciones de género?, ¿cómo las políticas de empleo/trabajo refuerzan o modifican relaciones de género inequitativas?, ¿cómo modificar la maternidad esencial y la emancipación de la mujer, dentro de las políticas y prácticas de empleo/trabajo?, ¿cómo combinar políticas universales y focalizadas para promover la equidad de género?

Se requiere de una mayor intencionalidad, por parte de investigadores del centro, de la inserción de la perspectiva de género como eje transversal de los temas que investigan, al ser un asunto sensible para cualquier ámbito de investigación y, aun cuando constituirá un reto para nuestro centro, hacer análisis

más profundos. Para el logro de esta demanda se pueden establecer alianzas con aquellos grupos que sí lo abordan desde sus resultados científicos. Esto podría traducirse en posibles fases de comunicación e interconexión grupal, explorando la posible complementariedad y coordinando eventos académicos conjuntos, con enfoques interdisciplinarios y metodologías diversas al respecto.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguilar A, Sicilia R, Hodge I, Álvarez P, De la Rúa Y, Almora L, Expósito B, Lavarreres M, Santana O y Betancourt G (2020). Percepción social sobre equidad e inequidad de género en practicantes religiosos de cuatro Consejos Populares en La Habana, Informe de investigación, DESR, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
- Álvarez A, Álvarez P y De la Rúa Y (2015). Algunas tendencias, dinámicas y cambios en el protestantismo cubano del 2000 al 2014, Informe de investigación, DESR, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
- Álvarez M, Gutin A, Puñales A, Castilla G y Martín C (1987). La madre soltera y la atención que recibe el hijo durante su primer año de vida, Informe de investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
- Álvarez M, Díaz M, Rodríguez I, González S, Valdés M E y García A (1994). Familia cubana, cambios, actualidad y retos, Informe de investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
- Álvarez P (2019). La doctrina fundamentalista Neopentecostal del Movimiento Apostólico y Profético en las ciudades de Camagüey y San José de las Lajas (2003-2017), Tesis de maestría, Universidad de La Habana.
- Campoalegre R, Portieles I, Solares L, Hernández R, Manreza Y, Riestra C, Cordero K y Cabrera E O (2012). Mapa Integrado de las investigaciones sobre familias cubanas realizadas en el CIPS de 1985 al 2011, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.
- Campoalegre R, Chávez E, Manreza Y, Samón M, Solares L, Riestra C, Arcaute A R y Hernández R (2016). Aprender sobre Familia. Glosario de términos empleados en el Grupo de Estudios de Familia del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, La Habana: Editorial CENESEX.
- Campoalegre R, Chávez E, Samón M, Castro A, González L, Tejeda J, López F R, Barriel Y, Manreza Y y colaboradores (2016a). Un estudio sobre familias en situación de vulnerabilidad social en los barrios

habaneros el Fanguito, la Güinera, la Corea y el Palenque, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Campoalegre R (Ed.) (2020). El trabajo de cuidados desde la perspectiva familiar en diálogo con las políticas públicas, La Habana: Publicaciones Acuario.

Campoalegre R, López F R, Castro A, Hernández G C, Chávez E, Manreza Y y Guillarón P H (2023). Familias cubanas: Un programa para transformar el trabajo de cuidados a largo plazo de las personas mayores, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Caño M C (1992). Propuesta de tipología de familia joven, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Chávez E, Durán A, Valdés Y, Gazmuri P, Díaz M, Padrón S *et al.* (2010). Las familias cubanas en el parteaguas de dos siglos, UNICEF.

De la Rúa Y (2019). Construcción de la identidad de género desde la publicación “Palabra Nueva” de la Arquidiócesis de La Habana entre 2007 y 2017, Tesis de maestría, Universidad de La Habana.

Díaz M, Durán A, Chávez E; Valdés Y, Gazmuri P y Padrón S (2006). Violencia intrafamiliar en Cuba. Aproximaciones a su caracterización y recomendaciones a la política social, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Domínguez M I (1996). La Mujer Joven Hoy. Revista Temas, 5, (31-37), Cuba.

_____ (1999). Acceso a la educación y cuestiones de género en Cuba, Revista Bimestre Cubana, 11, (131-144), La Habana.

_____ (2000). La mujer en el contexto de la sociedad cubana de finales de siglo. Revista El Gallo pinto. Zaragoza, España.

_____ (2004). Higher Education in Cuba: Democratization and the Role of Women. En Canino M J and Silvio T S (eds), The Challenges of Public Higher Education in the Hispanic Caribbean, 103-122, Markus Wiener Publishers.

_____ (2012). Juventud y educación. Estrategias de inclusión social femenina. En Krull C y Jean S (eds), Cuban Studies 42, Estados Unidos: University of Pittsburgh Press.

_____ (2016). Educación superior: ¿inclusión social o reproducción de desigualdades?, Revista Temas (87-88), (20-27), Cuba.

_____ (2017). Educación Superior en Cuba e inclusión social de las juventudes. En Revista Nómadas (44), (85-103), Cuba.

_____ (2018). Juventud cubana: Procesos educativos e integración social. En Rivero Y (comp.), *Miradas sociológicas de la Educación en Cuba*, (218-242), La Habana: ICIC Juan Marinello.

_____ (2018a). Políticas públicas de Educación Superior y dinámicas generacionales en Cuba hoy, Informe de investigación, GEJ, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas. Domínguez M I y Díaz M del R (1997). Reproducción social y acceso a la educación en Cuba. Situación en los 90, Informe de investigación, GEJ, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Domínguez M I, Rego I, García F y Moretón Y (2012). Los medios de comunicación masiva y las nuevas tecnologías de la información y las comunicaciones. Su papel en la socialización de adolescentes y jóvenes, Informe de investigación, GEJ, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Domínguez M I, Rego I y Castilla C (2014). Integración social con equidad de género de la juventud guantanamera. Retos para el trabajo de los actores locales, La Habana: Publicaciones Acuario.

Domínguez M I, Castilla C, Rego I, García C, Cadaval C y Bombino Y (2015). Socialización e integración social: construcción de caminos con adolescentes de Los Sitios. En *Entre los deseado y lo posible. Una experiencia de transformación social con adolescentes*, La Habana: Publicaciones Acuario.

Domínguez M I, Castilla C y Rego I (2016). Políticas públicas de juventud e inclusión social, La Habana: Publicaciones Acuario.

Domínguez M I y Rego I (2018). Diferencias de género en la relación de las juventudes habaneras con las TIC. En *Controversias y concurrencias latinoamericanas*, 10(16), (133-147), Asociación Latinoamericana de Sociología (ALAS).

Domínguez M I, Rego I, García C, Cadaval C, Bombino Y y Castilla C (2019). *Imaginarios sociales juveniles acerca de la violencia contra las mujeres*, La Habana: Ruth Casa Editorial.

Domínguez M I, García C, Rego I, Alarcó G, Rosales R y Del Rosario S (2021). Las violencias por razones de género contra las mujeres en Cuba: Transformación de imaginarios y procesos comunicacionales, Informe de investigación, GEJ, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Domínguez M I, Rego I y Castilla C (2013). Integración social con equidad de género de las juventudes guantanameras. Retos para el trabajo de los actores locales, Informe de investigación, GEJ, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Durán A, Díaz M, Valdés Y, García A y Chao A M (2003). Convivir en Familias sin Violencia. Una metodología para la intervención y prevención de la violencia intrafamiliar, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Echevarría D, Rojas M y Tejucá M (2019). Género y cuidados: puntos ciegos de la política de empleo en Cuba. En Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina, 7(3), (148-162), La Habana: Universidad de La Habana. www.revflacso.uh.cu

Espina M P (2010). Desarrollo, desigualdad y políticas sociales. Acercamientos desde una perspectiva compleja, La Habana: Publicaciones Acuario.

Espina M P, Núñez L, Martín L, Ángel G (2000). Antecedentes para el estudio de la estructura social en Ciudad de La Habana, Informe de investigación, GESD, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

_____ (2003). Componentes socioestructurales y distancias sociales en la ciudad. Informe de investigación, Informe de investigación, GEDS, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Espina M P, Núñez L, Martín L, Vega L, Rodríguez A y Ángel G (2004). Heterogenización y desigualdades en la ciudad. Diagnóstico y perspectivas, Informe de Investigación, GEDS, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Espina M P, Núñez L, Martín L, Togores V, Rodríguez A (2009). El análisis de la movilidad social. Propuesta de una perspectiva metodológica integrada y caracterización del caso cubano, Informe de investigación, GEDS, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Fournier, D y St. Germain L (2011). Las mujeres, corazón de la Economía Social y Solidaria, Documento redactado para el comité organizador de FIESS, Montreal.

Gómez E J, Braffo N, Rodríguez A, Espina M, Soler C, Pardini S, Cruz M (2017). Política social y equidad a escala local-comunitaria en el contexto de actualización del modelo económico y social cubano, Informe de investigación, GESD, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Gómez E, Braffo N, Espina M, Cruz M, Soler C, Rodríguez A D, Pardini S (2020) Las desigualdades sociales en el contexto cubano: un recorrido por las investigaciones del Grupo “Estructura Social y Desigualdades”. En Revista Caudales, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas. www.cips.cu

Gómez J (2021). Tras los pasos de las mujeres cooperativistas cubanas. En Marcuello C, Barragán M. C., Navarro E y Álvarez J F (eds.), *Mujeres, cooperativismo y economía social y solidaria en Iberoamérica*, (153-171), España, CIRIEC.

Gómez J (2021a). ¡Atrévete, eres más! Una experiencia de emprendedoras solidarias. En Betancourt R y Gómez J (eds.) (2021). *La Economía Social y Solidaria en Cuba: fundamentos y prácticas para el desarrollo socialista*, (317-339), La Habana: Publicaciones Acuario.

Hodge I, Expósito B y Lavarreres M (2014). Estudio de Nuevas formas organizativas del Complejo Ocha-Ifá y las sociedades abakuá, Informe de investigación, DESR, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Hodge I, Pérez O, Expósito B, Jiménez S, Álvarez A, De la Rúa Y, Castañeda Y, Febles M, Aguilar A, Lavarreres M, Álvarez P y Arguelles A (2016). Nuevas dinámicas en el campo religioso cubano en los primeros tres lustros del Siglo XXI, Informe de investigación, DESR, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Hodge I, Pérez O, Jiménez S, Expósito B, Aguilar A, Castañeda Y, Álvarez A, De la Rúa Y, Lavarreres M, Febles M, Arguelles A, y Álvarez P (2021). Nuevas dinámicas en el campo religioso cubano en los primeros tres lustros del Siglo XXI, La Habana: Publicaciones Acuario.

Jiménez S y Trujillo M (2014). *La Iglesia Católica: variaciones fundamentales en el actual Siglo XXI*, Informe de investigación, DESR, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Lavarreres M (2018). *¿Marginalidad abakuá? Estudio de un grupo de iniciados y aspirantes del Vedado en los primeros 16 años del siglo XXI*, Tesis de maestría, Universidad de La Habana.

Puñales A, Reca I y Caño M C (1989). Recomendaciones para la elaboración de un plan de medidas dirigido al perfeccionamiento de la preparación de los jóvenes para la vida familiar, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Puñales A, Reca I, Martín C, Díaz M y Álvarez M (1990). Caracterización del modo de vida de las familias de dirigentes con hijos de adolescentes y jóvenes, y del ejercicio de su función formadora, Informe de investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Reca I (1985). Planteamientos sobre familia en documentos estatales y partidarios, Informe preliminar, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Reca I, Martín C, Catasús S, Díaz M, Álvarez M (1989). Caracterización de algunas tendencias de la formación de parejas y familias en la población joven, Informe de Investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Reca I, Álvarez M, Puñales A, Caño M C y García O (1990). Medidas para el perfeccionamiento del modo de vida y la función formadora en familias con hijos adolescentes y jóvenes, Informe de investigación, GESF, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Valdés Y, Díaz M, Perera M, Chao A M, Rodríguez N, Gazmuri P, Morgado A y García A (2011). Violencia de género en las familias. Encrucijadas para el cambio, La Habana: Publicaciones Acuario.

Valdés Y (2008). La violencia en las familias. Aproximación a su estudio desde la representación social de un grupo de jóvenes de la comunidad de Buenavista, Tesis en opción al grado de Máster en Psicología Social y Comunitaria, La Habana: Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

Whitney D & Trosten Bloom A (2002). El poder de la Indagación Apreciativa. Una guía práctica para el cambio positivo, edición en español, La Habana: Publicaciones Acuario, 2010 (ISBN: 978-959-7071-70-9) y La Habana: Editorial CENESEX, 2010 (ISBN: 978-959-7187-46-2).

USO DE REDES SOCIALES, CALIDAD DE VIDA LABORAL Y DESEMPEÑO INDIVIDUAL EN EL TRABAJO¹

SOCIAL MEDIA USE, WORK-LIFE QUALITY, AND INDIVIDUAL WORK PERFORMANCE

Jorge Enrique Torralbas Oslé

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Jacqueline Rodríguez González

Empresa Labiofam Habana, Cuba

Jany Barcenas Alfonso

Centro Educativo Español de La Habana, Cuba

Recibido: 24-03-2025

Aceptado: 21-04-2025

Publicado: 01-05-2025

Cómo citar este artículo:

Torralbas J, Rodríguez J, Barcenas J (2025). Uso de redes sociales, calidad de vida laboral y desempeño individual en el trabajo. 7(12), 26-41. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

En la era digital, las redes sociales han transformado la dinámica laboral, influyendo en la calidad de vida laboral y el desempeño individual de los trabajadores. Este estudio analiza la relación entre el uso de redes sociales en el trabajo, la calidad de vida laboral y el desempeño, considerando la edad como una variable moderadora. Se realizó un estudio transversal con 187 trabajadores de una empresa, utilizando cuestionarios para evaluar motivaciones en el uso de redes, la calidad de vida y el desempeño. Los resultados indican que el uso cognitivo y social de redes mejora la satisfacción laboral y el desempeño individual, mientras que el uso hedónico y la producción de contenidos se asocian con mayor estrés. Además, la edad modera estas

¹ La investigación que da origen a los resultados presentados en la presente publicación recibió fondos de la Oficina de Gestión de Fondos y Proyectos Internacionales bajo el código PN223LH006-02.

relaciones, mostrando que los empleados mayores se benefician más del uso cognitivo y social. Estos hallazgos resaltan la importancia de estrategias organizacionales que regulen el uso de redes sociales, maximizan sus beneficios y minimizan sus riesgos.

Palabras clave: redes sociales, calidad de vida laboral, desempeño individual en el trabajo.

ABSTRACT

In the digital age, social media has transformed the work dynamics, influencing work-life quality and individual performance of employees. This study examines the relationship between social media use at work, work-life quality, and performance, considering age as a moderating variable. A cross-sectional study was conducted with 187 employees from a company, using questionnaires to assess motivations for social media use, quality of life, and performance. The results indicate that cognitive and social use of social media improves job satisfaction and performance, while hedonic use and content production are associated with increased stress. Additionally, age moderates these relationships, showing that older employees benefit more from cognitive and social use. These findings highlight the importance of organizational strategies that regulate social media use, maximizing its benefits and minimizing its risks.

Key Word: *social media, work-life quality, individual work performance.*

INTRODUCCIÓN

En el contexto digital actual, las plataformas sociales han revolucionado el ámbito laboral, facilitando modalidades innovadoras de interacción, trabajo en equipo y gestión del conocimiento. Estas plataformas, que en sus inicios estaban orientadas principalmente al entretenimiento y la socialización personal, han evolucionado hasta convertirse en herramientas fundamentales para la gestión del conocimiento, el desarrollo profesional y la interacción organizacional. En este contexto, el empleo de las redes sociales digitales en el entorno laboral genera un impacto significativo en la calidad de vida laboral y el desempeño individual de los trabajadores, dando lugar a un debate en torno a sus beneficios y desafíos (Ali-Hassan *et al.*, 2015).

El concepto de calidad de vida en el trabajo ha evolucionado desde enfoques centrados en la eficiencia y productividad, propios del modelo fordista, hacia una concepción más holística que considera el bienestar de los trabajadores, como un factor clave para el rendimiento organizacional (Van Laar *et al.*, 2007). En este sentido, el uso de redes sociales en el trabajo se ha convertido en un elemento relevante para la

experiencia laboral, al facilitar el acceso a redes de apoyo, promover el aprendizaje continuo y fortalecer la cohesión social dentro de las organizaciones (Grote & Guest, 2017).

Sin embargo, el impacto de estas plataformas en la calidad de vida durante el trabajo no es homogéneo. Las redes sociales ofrecen múltiples ventajas para las organizaciones, al mejorar la comunicación interna y el intercambio de información; además, fomentan la colaboración y el sentido de comunidad, independientemente de la ubicación física. Las redes sociales públicas también se utilizan para el desarrollo profesional (Koroleva *et al.*, 2011; Leidner *et al.*, 2018; Leonardi & Vaast, 2017; Sivertzen *et al.*, 2013; Treem & Leonardi, 2012). Otros estudios advierten sobre los riesgos psicosociales asociados, como la sobrecarga informativa, y la erosión de las fronteras entre la vida personal y profesional, lo que puede sobrecargar de trabajo y causar estrés tecnológico (Bucher *et al.*, 2013; Molino *et al.*, 2020; Pirkkalainen *et al.*, 2021; Salo *et al.*, 2019).

Desde una perspectiva más amplia, la calidad de vida laboral está influenciada por diversos factores, entre ellos, la percepción de justicia en la remuneración, la seguridad en el empleo, el ambiente de trabajo y las oportunidades de desarrollo profesional (Keshtmand *et al.*, 2016). En este marco, el uso de redes sociales puede actuar como un facilitador del bienestar laboral, al proporcionar acceso a información relevante, fomentar la participación en redes profesionales y permitir la expresión de opiniones sobre el entorno laboral (Ali-Hassan *et al.*, 2015).

El desempeño individual en el trabajo se ha conceptualizado en tres dimensiones principales: desempeño en la tarea, desempeño contextual y comportamientos contraproducentes (Sackett & Lievens, 2008). Mientras que el desempeño en la tarea se refiere a la ejecución eficiente de las responsabilidades laborales, el desempeño contextual abarca conductas que contribuyen al clima organizacional y la cooperación, y los comportamientos contraproducentes incluyen acciones que afectan negativamente el rendimiento y la convivencia en el trabajo (Koopmans *et al.*, 2011).

Las redes sociales pueden influir en estas dimensiones tanto positiva como negativamente. Por un lado, estudios han demostrado que el uso adecuado de estas plataformas facilita el intercambio de conocimiento, mejora la comunicación interdepartamental y fortalece la identidad organizacional, lo que puede potenciar el desempeño individual (Adler & Kwon, 2002; Seibert *et al.*, 2001). Además, su empleo en la formación y capacitación laboral permite un aprendizaje continuo que impacta positivamente en la productividad (Teigland & Wasko, 2003). Por otro lado, la distracción que generan las redes sociales y su potencial para fomentar comportamientos contraproducentes, como el uso excesivo para fines personales durante la jornada laboral, representan un desafío para las organizaciones (Bucher *et al.*, 2013; Gray *et. al.*, 2011;

Mehra *et. al.*, 2011; van Zoonen *et al.*, 2016). En este sentido, el diseño de políticas organizacionales claras sobre la utilización de estas herramientas y la promoción de un uso responsable, se presentan como estrategias clave para maximizar sus beneficios y mitigar sus riesgos (Burt, 2005).

Dado el creciente papel de las redes sociales digitales en el trabajo y su impacto potencial, este estudio tiene como objetivo analizar la relación entre el empleo de las redes sociales digitales en el trabajo, la calidad de vida laboral y el desempeño individual de los trabajadores. Este objetivo guía dos hipótesis:

- Hipótesis 1: el uso cognitivo y social de las redes sociales en el trabajo se asocia positivamente con la calidad de vida laboral y el desempeño individual.
- Hipótesis 2: el uso hedónico y el uso excesivo de redes sociales en el trabajo se asocian con un mayor estrés laboral y con comportamientos contraproducentes.

Investigaciones previas han demostrado que la edad influye en el uso y la percepción de las tecnologías digitales en el entorno laboral. Mientras que los trabajadores más jóvenes tienden a adoptar con mayor facilidad las herramientas digitales y las redes sociales para el desarrollo profesional (Morris & Venkatesh, 2000; Koroleva *et al.*, 2011), los empleados de más edad pueden experimentar mayores niveles de tecnofatiga y resistencia al cambio (Pirkkalainen *et al.*, 2021). Así, la generación a la que pertenece un trabajador puede moderar la relación entre el uso de redes sociales, la calidad de vida en el trabajo y el desempeño laboral. Por lo tanto, el segundo objetivo del estudio es describir la moderación de la edad en la relación entre el empleo de redes sociales digitales en el trabajo, la calidad de vida laboral y el desempeño individual de los trabajadores. Este análisis se hace bajo la siguiente hipótesis:

- Hipótesis 3: la edad modera la relación entre el uso de redes sociales en el trabajo, la calidad de vida laboral y el desempeño individual.

MÉTODO

La muestra de este estudio está compuesta por 187 trabajadores, lo que resulta representativa de la plantilla total de la empresa en la que se realizó el estudio. Los participantes se distribuyen en diferentes áreas geográficas: 31 trabajadores de la dirección, 44 de la provincia de Artemisa, 24 de la de Mayabeque y 88 de La Habana. Sus edades oscilan entre los 20 años de edad y los 77 años de edad ($M = 47,6$, $SD = 13,1$). La mayoría de los participantes son hombres (54 %). La selección se basó en criterios de inclusión y

exclusión específicos: solo se incluyeron trabajadores que estuvieran de acuerdo con participar y que hubieran trabajado en la organización durante más de un año. Por otro lado, se excluyeron aquellos que no desearan participar o que tuvieran menos de un año de experiencia laboral en la empresa.

Medidas y variables

- Motivaciones para el uso de las redes sociales en el trabajo: se brinda a los encuestados 11 motivaciones para su uso de las redes sociales en el trabajo. Seleccionan aquellas que se aplican para ellos. El listado es ofrecido por Oksa *et. al* (2021). También se indaga según la clasificación de Ali-Hassan *et al.* (2015), que realiza la taxonomía referida al uso social, uso hedónico y uso cognitivo. Para ello, se aplica una escala tipo Likert de 5 puntos donde 1 = Nunca y 5 = Siempre y se evalúan 14 ítems que describen diferentes conductas.
- Calidad de vida en el trabajo: se aplica la escala Work-Related Quality of Life (WRQoL), que explora 6 factores que se basan en las respuestas a 23 ítems. Se incluye un ítem 24 para proporcionar una variable de resultado, que permita medir la fiabilidad y la validez de los ítems. Los encuestados deben responder a las preguntas en una escala de 5 puntos, compuesta por: 5 = Totalmente en desacuerdo, 4 = En desacuerdo, 3 = Neutral, 2 = De acuerdo, 1 = Totalmente de acuerdo. Las puntuaciones de las tres preguntas negativas se invierten (preguntas 7, 9 y 19). La puntuación de cada factor se determina hallando la media de los ítems que contribuyen a ese factor. La puntuación global del factor WRQoL se determina hallando la media de los 23 factores WRQoL, media de los 23 ítems de WRQoL (sin incluir el ítem 24, “general”):
 - Factor 1: Satisfacción con el trabajo y la carrera profesional
 - Factor 2: Bienestar General
 - Factor 3: Interfaz hogar-trabajo
 - Factor 4: El estrés en el trabajo
 - Factor 5: Control en el trabajo
 - Factor 6: Condiciones de trabajo.
- Desempeño individual en el trabajo: comprende comportamientos bajo el control de los trabajadores que contribuyen a los objetivos de la organización (Dalal *et al.*, 2012). Se mide a través del Cuestionario de Rendimiento Laboral Individual (Koopmans *et al.*, 2014). Es una escala de 18 ítems

para medir tres dimensiones: rendimiento en la tarea (relacionado con las tareas fundamentales del puesto), rendimiento contextual (tareas que van más allá de las obligaciones laborales, iniciativa, proactividad, cooperación con los demás o entusiasmo) y comportamiento laboral contraproducente (comprende el comportamiento fuera de la tarea, el presentismo, las quejas, la realización de tareas incorrectas a propósito y el uso indebido de privilegios). Todos los ítems tienen un período de recuerdo de 3 meses y una escala de valoración de 5 puntos (0 = Casi nunca a 4 = Siempre para el rendimiento en la tarea y el contexto; y de 0 = Nunca a 4 = A menudo), para el comportamiento laboral contraproducente. Se puede calcular una puntuación media para cada subescala, sumando las puntuaciones de los ítems y dividiendo su suma por la puntuación de los ítems.

PROCEDIMIENTO

Se realizó la revisión bibliográfica sobre temáticas relacionadas con el estudio para obtener el conocimiento teórico-metodológico necesario que permita su ejecución. Se estableció el contacto inicial con la empresa donde se realizó el estudio, para solicitar la aprobación de la investigación en la institución. Durante esta entrevista, emergió la necesidad del centro de efectuar un estudio consecuente a la temática de investigación propuesta. Se obtuvo el consentimiento informado de cada participante. Se realizó la aplicación de los cuestionarios. Todos los análisis estadísticos se realizaron utilizando el *software* gratuito y de código abierto Jamovi.

RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados del estudio. En un primer momento se exponen los principales empleos que los trabajadores hacen de las redes sociales en el espacio laboral. Después, las relaciones de este empleo con las variables de calidad de vida en el trabajo y el desempeño individual. Al mismo tiempo, la moderación de la variable «edad» en ese vínculo.

Empleo de las redes sociales en el trabajo

En la Tabla 1 se observa que las motivaciones fundamentales para emplear las redes sociales en el trabajo son principalmente la búsqueda de información relacionada con el trabajo (57,8 %), mantenerse en contacto con clientes y otras partes interesadas (51,3 %), y comunicación con la comunidad laboral (49,2 %). Apenas se declara el empleo relacionado con mejorar la propia carrera (13,4 %) y redes profesionales (9,6 %). Esto sugiere que el uso de redes sociales en el entorno laboral se centra más en la comunicación interna y externa y el acceso a información relevante que en el desarrollo personal o profesional.

Tabla 1. Motivaciones para el empleo de las redes sociales digitales en el espacio laboral

Motivación	Frecuencia	Porcentaje
Búsqueda de información relacionada con el trabajo	108	57,8 %
Mantenerse en contacto con sus clientes y otras partes interesadas	96	51,3 %
Comunicación con la comunidad laboral	92	49,2 %
Comunicación con amigos y familiares	92	49,2 %
Compartir contenidos	57	30,5 %
Seguimiento de contenidos	50	26,7 %
Mejorar la propia carrera	25	13,4 %
Redes profesionales	18	9,6 %
Aprender algo sobre sus colegas	14	7,5 %
Producción de contenidos	9	4,8 %
Para descansar en el trabajo	9	4,8 %

El empleo de las redes sociales digitales en el trabajo se realiza en mayor medida con un uso cognitivo ($M = 2,69$, $SD = 1,32$). La actividad más declarada es compartir contenidos con colegas ($M = 3,11$, $SD = 1,63$), difundir contenidos en el trabajo ($M = 2,78$, $SD = 1,69$), acceder a contenidos creados por sus compañeros ($M = 2,77$, $SD = 1,55$), crear contenidos para el trabajo ($M = 2,46$, $SD = 1,58$) y crear contenidos en colaboración con colegas ($M = 2,13$, $SD = 1,48$).

Se realiza, en menor medida, un uso social ($M = 2,25$, $SD = 1,30$). Dentro de ello, las actividades fundamentales son compartir contenidos con colegas ($M = 3,11$, $SD = 1,63$), mantener relaciones sociales estrechas con personas del trabajo ($M = 2,60$, $SD = 1,68$). En menor medida, conocer a compañeros que comparten intereses ($M = 2,18$, $SD = 1,49$), descubrir colegas con intereses similares ($M = 2,10$, $SD = 1,44$), crear nuevas relaciones en el trabajo ($M = 2,09$, $SD = 1,53$) y conocer a gente que de otro modo no conocerían en el trabajo ($M = 2,65$, $SD = 1,19$).

También se observa un uso hedónico ($M = 2,07$, $SD = 1,31$). Emplean las redes para disfrutar del descanso ($M = 2,32$, $SD = 1,61$), para descansar del trabajo ($M = 2,17$, $SD = 1,64$), como entretenimiento ($M = 1,84$, $SD = 1,44$) y como relajación durante el trabajo ($M = 1,82$, $SD = 1,41$).

Relación entre el empleo de las redes sociales en el trabajo con la calidad de vida laboral y el desempeño individual en el trabajo

El empleo de las redes sociales en el trabajo puede tener efectos tanto positivos como negativos, dependiendo de la motivación y el contexto en el que se utilice (tabla 2).

Tabla 2. Relación entre las motivaciones para el uso de redes sociales y variables de la calidad de vida y el desempeño individual en el trabajo

Motivación	Variable con la que guarda relación	No	Sí	U	p	d de Cohen
Producción de contenidos	Estrés en el trabajo	3,510	2,167	305	0,002	0,5662
Redes profesionales	Comportamientos contraproyectivos	0,987	0,635	981	0,047	0,2202
Mantenerse en contacto con los clientes y otras partes interesadas	Bienestar general	4,041	3,817	3028	0,012	0,1991
	Condiciones de trabajo	3,593	3,282	3179	0,046	0,1481
	Estrés en el trabajo	3,658	3,247	2775	0,022	0,1796
Para descansar en el trabajo	Interfaz hogar-trabajo	3,936	4,54	419	0,049	0,3412
	Condiciones de trabajo	3,394	4,07	496	0,048	0,3286
Comunicación con familiares y amigos	Bienestar general	4,064	3,78	3107	0,021	0,1789
	Satisfacción con trabajo y carrera	4,187	3,79	3205	0,014	0,1908
	Condiciones de trabajo	3,610	3,25	3185	0,045	0,1488

El análisis de las motivaciones para el uso de redes sociales en el trabajo revela interesantes relaciones con variables, como el estrés, el bienestar y las condiciones laborales. Por ejemplo, la producción de contenidos se asocia con un mayor estrés en el trabajo y muestra un tamaño del efecto moderado (0,5662). Esto sugiere que crear contenido puede ser una fuente de presión adicional en el entorno laboral. El uso de redes profesionales se vincula con comportamientos contraproyectivos, aunque el tamaño del efecto es pequeño (0,2202). Esto podría indicar que aunque las redes profesionales son útiles, también pueden tener un impacto negativo si no se manejan adecuadamente.

Mantenerse en contacto con clientes y otras partes interesadas a través de las redes sociales parece tener efectos positivos. Este uso se relaciona con un mejor bienestar general (0,1991), mejores condiciones de trabajo (0,1481) y menor estrés laboral (0,1796). Esto sugiere que mantener una buena comunicación con partes interesadas puede mejorar la calidad del entorno laboral. Sin embargo, utilizar las redes sociales

para descansar en el trabajo tiene consecuencias negativas. Se asocia con una peor interfaz hogar-trabajo (0,3412) y peores condiciones laborales (0,3286), lo que indica que este tipo de uso puede afectar negativamente el equilibrio entre la vida personal y profesional.

Finalmente, la comunicación con familiares y amigos a través de las redes sociales se relaciona con un mejor bienestar general (0,1789), mayor satisfacción con el trabajo y la carrera (0,1908), y mejores condiciones laborales (0,1488). Esto sugiere que mantener relaciones personales en el entorno laboral puede tener un impacto positivo en la percepción general del trabajo.

En la tabla 3 se observa un análisis de moderación entre el uso cognitivo de las redes sociales y las dimensiones del bienestar en el trabajo y la eficiencia.

Los resultados indican que el uso cognitivo de las redes tiene un efecto positivo en varias dimensiones del desempeño y bienestar laboral. Se observa que el uso cognitivo de las redes mejora el desempeño en las tareas, lo que sugiere que una mayor interacción y uso de estas plataformas puede estar asociado con una mejor ejecución en actividades laborales. De igual modo, el uso cognitivo también se relaciona con un mejor desempeño contextual, lo que implica que los individuos que utilizan redes sociales de manera efectiva pueden adaptarse mejor a diferentes entornos laborales. Los resultados muestran que el uso cognitivo tiene un impacto positivo en la satisfacción laboral, lo que sugiere que las interacciones sociales pueden contribuir a una mayor satisfacción en el trabajo. También, parece estar relacionado con un mayor sentido de control en el trabajo, lo que puede influir positivamente en la percepción del individuo sobre su entorno laboral.

Se muestra que la edad influye en cómo el uso social de las redes impacta estas variables. Conforme aumenta la edad de los trabajadores, el efecto del uso social de las redes en su rendimiento laboral se vuelve más notable. Esto sugiere que los empleados de más edad podrían obtener mayores beneficios al usar las redes de manera que estimule su pensamiento y cognición, lo que a su vez mejoraría su desempeño. De manera similar, la edad también modula el efecto del uso cognitivo de las redes en el desempeño en el entorno laboral, siendo este efecto más fuerte en los grupos de mayor edad. La conexión entre el uso cognitivo de las redes y la satisfacción en el trabajo también se intensifica con la edad, indicando que los trabajadores mayores podrían experimentar una mayor satisfacción al interactuar a través de las redes sociales. Los efectos sobre las condiciones de trabajo y los niveles de estrés no muestran diferencias significativas al moderar por edad, sugiriendo que estos factores pueden no estar tan influenciados por el uso cognitivo como otros aspectos analizados.

En la tabla 4 se observa que el uso social de las redes tiene un efecto positivo en varias dimensiones del

desempeño y bienestar laboral. El uso social de las redes mejora el desempeño en las tareas, por lo que una mayor interacción y uso de estas plataformas puede estar asociado con una mejor ejecución en actividades laborales. El uso social también se relaciona con un mejor desempeño contextual, lo que implica que los individuos que utilizan redes sociales de manera efectiva pueden adaptarse mejor a diferentes entornos laborales.

Tabla 3. Análisis de moderación con la edad entre el uso cognitivo de las redes sociales (variable independiente) y las variables de la calidad de vida en el trabajo y la eficiencia individual en el trabajo (variables dependientes)

Variables dependientes	Efecto directo	Moderación con edad	Bajo (-1SD)	Medio	Alto (+1SD)
Desempeño en la tarea	0.15766**	0.05347	0.00762	0.00399	0.0344
Desempeño contextual	0.22792**	0.05663	0.00392	0.00422	0.174*
Comportamientos contraproyectivos	-0.04436	0.06130	0.00487	0.00451	-0.1121
Bienestar general	0.03216	0.04910	-6.59e-5	0.00366	0.0331
Interfaz hogar-trabajo	0.02305	0.07204	0.00672	0.00521	-0.0680
Satisfacción con el trabajo y la carrera	0.15173**	0.05805	0.00322	0.00419	0.108
Control en el trabajo	0.16023*	0.06693	1.53e-4	0.00487	0.158
Condiciones de trabajo	0.13716	0.07727	0.00546	0.00560	0.0641
Estrés en el trabajo	0.10014	0.08402	0.00363	0.00606	0.0506

*p < 0.05, **p < 0.01, ***p < 0.001

Tabla 4. Análisis de moderación con la edad entre el uso social de las redes sociales (variable independiente) y las variables de la calidad de vida en el trabajo y la eficiencia individual en el trabajo (variables dependientes)

Variables dependientes	Efecto directo	Moderación con edad	Bajo (-1SD)	Medio	Alto (+1SD)
Desempeño en la tarea	0.16994**	0.05309	0.00712	0.00383	0.0731
Desempeño contextual	0.17362**	0.05938	0.00536	0.00426	0.0993
Comportamientos contraproyectivos	-0.04440	0.06437	0.00654	0.00458	-0.1348
Bienestar general	0.02228	0.05293	0.00423	0.00383	-0.0353
Interfaz hogar-trabajo	0.02305	0.07204	0.00672	0.00521	-0.0680
Satisfacción con el trabajo y la carrera	0.15173**	0.05805	0.00322	0.00419	0.108
Control en el trabajo	0.16023*	0.06693	1.53e-4	0.00487	0.158
Condiciones de trabajo	0.13716	0.07727	0.00546	0.00560	0.0641
Estrés en el trabajo	0.10014	0.08402	0.00363	0.00606	0.0506

*p < 0.05, **p < 0.01, ***p < 0.001

Los resultados muestran que el uso social tiene un impacto positivo en la satisfacción laboral, lo que sugiere que las interacciones sociales pueden contribuir a una mayor satisfacción en el trabajo. También, parece estar relacionado con un mayor sentido de control en el trabajo, lo que puede influir positivamente en la percepción del individuo sobre su entorno laboral.

El análisis revela cómo la edad modera la relación entre el uso social de las redes y las variables dependientes. A medida que aumenta la edad, el efecto del uso social sobre el desempeño en la tarea se vuelve más significativo. Esto sugiere que los individuos mayores pueden beneficiarse más del uso social de las redes para mejorar su desempeño. En el desempeño contextual los efectos positivos del uso social son más pronunciados en grupos de mayor edad. La relación entre el uso social y la satisfacción laboral es más fuerte entre los individuos mayores, lo que indica que este grupo puede experimentar mayores beneficios al interactuar a través de redes sociales.

En el caso del empleo hedónico, los resultados indican que no tiene un impacto sustancial en la mayoría de las dimensiones del desempeño y bienestar laboral, aunque puede tener efectos negativos en áreas sobre los comportamientos contraproyectivos es de $-0,03905$ ($SE = 0,06077$, $p = 0,521$), y sobre la interfaz hogar-trabajo es de $-0,12722$ ($SE = 0,07520$, $p = 0,091$), sin diferencias significativas por edad. La moderación por edad indica que estos efectos son consistentes independientemente del grupo etario, ya que no se encontraron diferencias significativas en los efectos del uso hedónico entre los diferentes niveles de edad.

DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS

Los resultados revelan que el uso de redes sociales en el entorno laboral se orienta principalmente a la comunicación y el acceso a información relevante, mientras que su uso para el desarrollo profesional es significativamente menor. Además, el análisis de las motivaciones y los patrones de uso ha permitido identificar efectos diferenciados sobre el bienestar laboral y la productividad individual, así como la moderación de la edad en estas relaciones. La discusión de los resultados se orienta por las hipótesis que guiaron el estudio.

- **Hipótesis 1:** El uso cognitivo y social de las redes sociales en el trabajo se asocia positivamente con la calidad de vida laboral y el desempeño individual.
- **Hipótesis 2:** El uso hedónico y el uso excesivo de redes sociales en el trabajo se asocian con un mayor estrés laboral y con comportamientos contraproyectivos.

Estas hipótesis se confirman parcialmente. Los resultados muestran que los trabajadores utilizan las redes sociales en el trabajo principalmente para compartir y difundir contenidos, acceder a información y colaborar con colegas. En este sentido, se ha encontrado que el uso cognitivo de estas plataformas contribuye a mejorar la calidad de vida laboral, especialmente en lo que respecta a la satisfacción con el trabajo y la percepción de control laboral. Investigaciones previas han demostrado que el acceso a información relevante y la posibilidad de intercambiar conocimientos favorecen la autonomía y el empoderamiento laboral (Koroleva *et al.*, 2011; Leonardi & Vaast, 2017).

Asimismo, se observa que tanto el uso cognitivo como el social están positivamente relacionados con el desempeño en la tarea y el desempeño contextual, lo que sugiere que estas formas de uso pueden potenciar la productividad y la integración organizacional (Ali-Hassan *et al.*, 2015). Además, el uso social de las redes también contribuye al desempeño contextual, reforzando la idea de que las interacciones interpersonales en entornos digitales pueden fortalecer la cohesión y el apoyo entre los trabajadores (Treem & Leonardi, 2012).

Sin embargo, no todos los efectos son positivos. Se identificó que el uso de las redes para la producción de contenidos se asoció con mayores niveles de estrés laboral. Este hallazgo sugiere que, si bien compartir información puede ser una herramienta valiosa para la colaboración y el aprendizaje, también puede generar presión adicional sobre los trabajadores, particularmente en entornos donde la generación constante de contenido es una expectativa (Molino *et al.*, 2020).

Además, el uso de redes sociales para mantenerse en contacto con clientes y partes interesadas se asocia con una mejor percepción del bienestar general y mejores condiciones laborales. Esto coincide con estudios previos que destacan cómo las redes sociales pueden facilitar la gestión de relaciones externas, al promover un entorno de trabajo más positivo (Sivertzen *et al.*, 2013).

Por el contrario, el empleo de redes sociales con fines de descanso o entretenimiento se vinculó con una peor interfaz hogar-trabajo y una percepción menos favorable de las condiciones laborales. Esto podría explicarse por el hecho de que el uso recreativo de las redes puede generar una desconexión temporal del trabajo, pero también aumentar la sensación de fragmentación entre la vida personal y laboral (Bucher *et al.*, 2013; Pirkkalainen *et al.*, 2021). La disponibilidad constante de tecnologías digitales puede dificultar la delimitación de espacios y tiempos de trabajo, contribuyendo a un mayor agotamiento mental (Salo *et al.*, 2019).

Finalmente, se identificaron efectos negativos asociados a ciertos tipos de uso. Específicamente, el uso de redes profesionales se asoció con comportamientos contraproyectivos, lo que podría indicar que un

uso excesivo de estas plataformas con fines de *networking* podría desviar el enfoque de las responsabilidades laborales principales (Van Zoonen *et al.*, 2016). Esto resalta la importancia de regular el uso de redes en el trabajo para garantizar que sus beneficios no se vean opacados por posibles distracciones o mal uso de los recursos digitales.

- Hipótesis 3: La edad modera la relación entre el uso de redes sociales en el trabajo, la calidad de vida laboral y el desempeño individual.

Esta hipótesis se confirma parcialmente. El análisis de moderación indica que la edad influye en la relación entre el uso cognitivo y social de redes sociales y variables como el desempeño en la tarea, el desempeño contextual y la satisfacción laboral. Se identificó que los efectos positivos del uso cognitivo y social son más pronunciados en los trabajadores de mayor edad, lo que sugiere que estos pueden beneficiarse más de estas herramientas. Sin embargo, en aspectos como las condiciones laborales y el estrés, la edad no mostró un efecto moderador significativo, lo que implica que el impacto del uso de redes sociales en estas variables puede ser independiente de la edad.

Esto sugiere que los trabajadores más experimentados pueden aprovechar mejor estas herramientas para mejorar su desempeño laboral, posiblemente porque han desarrollado estrategias más efectivas para integrar las redes en su flujo de trabajo (Morris & Venkatesh, 2000). Del mismo modo sugiere que los trabajadores mayores encuentran en las redes sociales una herramienta útil para fortalecer sus relaciones laborales y generar un sentido de pertenencia en un entorno cada vez más digitalizado (Koroleva *et al.*, 2011).

Los resultados de este estudio tienen importantes implicaciones para la gestión organizacional. En primer lugar, es fundamental diseñar estrategias que maximicen los beneficios del uso cognitivo y social de las redes sociales en el trabajo, promoviendo su integración en las prácticas de aprendizaje organizacional y colaboración. Asimismo, se recomienda establecer políticas claras sobre su uso para evitar distracciones y reducir los efectos negativos asociados a la sobrecarga informativa y la difuminación de los límites entre el trabajo y la vida personal (Burt, 2005). Finalmente, considerando la moderación de la edad, las organizaciones podrían desarrollar programas de capacitación específicos para diferentes generaciones, asegurando que todos los empleados puedan aprovechar el potencial de estas herramientas en función de sus necesidades y preferencias laborales.

Por último, el estudio cuenta con varias limitaciones. Las escalas de autoinforme pueden estar sujetas a sesgos de deseabilidad social, lo que afecta la precisión de las respuestas. La muestra se limita a una empresa específica, lo que restringe la generalización a otros sectores o culturas. Además, factores como la cultura organizacional o el liderazgo no fueron controlados, y podrían influir en los resultados. Estas limitaciones ofrecen oportunidades para futuras investigaciones que aborden estos aspectos y fortalezcan la comprensión sobre el impacto del uso de redes sociales en el trabajo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adler P S, & Kwon S W (2002). Social capital: Prospects for a new concept, In Academy of Management Review, vol. 27, Issue 1. <https://doi.org/10.5465/AMR.2002.5922314>
- Ali-Hassan H, Nevo D, & Wade M (2015). Linking dimensions of social media use to job performance: The role of social capital, Journal of Strategic Information Systems, 24(2). <https://doi.org/10.1016/j.jsis.2015.03.001>
- Bucher E, Fieseler C, & Suphan A (2013). The stress potential of social media in the workplace, Information Communication and Society, 16(10). <https://doi.org/10.1080/1369118X.2012.710245>
- Dalal R S, Baysinger M, Brummel B J, & Lebreton J M (2012). The relative importance of employee engagement, other job attitudes, and trait affect as predictors of job performance, Journal of Applied Social Psychology, 42(SUPPL. 1). <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.01017.x>
- Gray P H, Salvatore P, & Iyer B (2011). Innovation impacts of using social bookmarking systems, MIS Quarterly: Management Information Systems, 35(3). <https://doi.org/10.2307/23042800>
- Grote G, & Guest D (2017). The case for reinvigorating quality of working life research, Human Relations, 70(2). <https://doi.org/10.1177/0018726716654746>
- Keshtmand Z, Nowrozian M, & Hatami K (2016). The effect of technology and administrative automation on employees' work life quality (case study: department of youth and sports of kermanshah province), The turkish online journal of design, art and communication, 6(AGSE). <https://doi.org/10.7456/1060agse/008>
- Koopmans L, Bernaards C M, Hildebrandt V H, de Vet H C W, & van der Beek A J (2014). Measuring individual work performance: Identifying and selecting indicators, Work, 48(2). <https://doi.org/10.3233/WOR-131659>
- Koopmans L, Bernaards C M, Hildebrandt V H, Schaufeli W B, de Vet Henrica C W, & van der Beek A J (2011). Conceptual frameworks of individual work performance: A systematic review, Journal of Occupational and Environmental Medicine, 53(8). <https://doi.org/10.1097/JOM.0b013e318226a763>

Koroleva K, Krasnova H, Veltri N, & Günther O (2011). It's all about networking! Empirical investigation of social capital formation on Social Network Sites, International Conference on Information Systems 2011, ICIS 2011, 4, Shanghai, China.

Leidner D E, Gonzalez E, & Koch H (2018). An affordance perspective of enterprise social media and organizational socialization, *Journal of Strategic Information Systems*, 27(2). <https://doi.org/10.1016/j.jsis.2018.03.003>

Leonardi P M, & Vaast E (2017). Social media and their affordances for organizing: A review and agenda for research, *Academy of Management Annals*, vol. 11, Issue 1. <https://doi.org/10.5465/annals.2015.0144>

Mehra A, Dixon A L, Brass D J, & Robertson B (2006). The social network ties of group leaders: Implications for group performance and leader reputation, *Organization Science*, vol. 17, Issue 1. <https://doi.org/10.1287/orsc.1050.0158>

Molino M, Cortese C G, & Ghislieri C (2020). The promotion of technology acceptance and work engagement in industry 4.0: From personal resources to information and training, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7). <https://doi.org/10.3390/ijerph17072438>

Morris M G, & Venkatesh V (2000). Age differences in technology adoption decisions: Implications for a changing work force, *Personnel Psychology*, 53(2). <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2000.tb00206.x>.

Oksa R, Saari T, Kaakinen M, & Oksanen A (2021). The motivations for and well-being implications of social media use at work among millennials and members of former generations, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2). <https://doi.org/10.3390/ijerph18020803>.

Pirkkalainen H, Salo M, Tarafdar M, & Makkonen M (2019). Deliberate or Instinctive? Proactive and Reactive Coping for Technostress, *Journal of Management Information Systems*, 36(4). <https://doi.org/10.1080/07421222.2019.1661092>.

Sackett P R, & Lievens F (2008). Personnel selection, *Annual Review of Psychology*, vol. 59. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.59.103006.093716>.

Salo M, Pirkkalainen H, & Koskelainen T (2019). Technostress and social networking services: Explaining users' concentration, sleep, identity, and social relation problems, *Information Systems Journal*, 29(2). <https://doi.org/10.1111/isj.12213>.

Seibert S E, Kraimer M L, & Liden R C (2001). A social capital theory of career success, *Academy of Management Journal*, 44(2). <https://doi.org/10.2307/3069452>.

Sivertzen A M, Nilsen E R, & Olafsen A H (2013). Employer branding: Employer attractiveness and the use of social media, *Journal of Product and Brand Management*, 22(7). <https://doi.org/10.1108/JPBM-09-2013-0393>.

Teigland R, & Wasko M M L (2003). Integrating Knowledge through Information Trading: Examining the Relationship between Boundary Spanning Communication and Individual Performance, *Decision Sciences*, 34(2). <https://doi.org/10.1111/1540-5915.02341>.

Treem J W, & Leonardi P M (2012). Social Media Use in Organizations: Exploring the Affordances of Visibility, Editability, Persistence, and Association. *Annals of the International Communication Association*, 36, 143-189.

<https://doi.org/10.1080/23808985.2013.11679130>.

Van Laar D, Edwards J A, & Easton S (2007). The Work-Related Quality of Life scale for healthcare workers, *Journal of Advanced Nursing*, 60(3). <https://doi.org/10.1111/j.1365-2648.2007.04409.x>

Van Zoonen W, Verhoeven J W M, & Vliegenthart R (2016). Social media's dark side: inducing boundary conflicts, *Journal of Managerial Psychology*, 31(8). <https://doi.org/10.1108/JMP-10-2015-0388>.

**CARACTERIZACIÓN DE LOS PROCESOS DE GESTIÓN
DE CAPITAL HUMANO, PARA EL TELETRABAJO EN ETECSA**
*CHARACTERIZATION OF HUMAN CAPITAL MANAGEMENT PROCESSES
FOR THE TELEWORKING MODALITY AT ETECSA*

Leira Seguras Suárez

Empresa Importadora-Exportadora FARMACUBA, Cuba

Arianne Medina Macías

Gisselle Alomá Acosta

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Gustavo Araujo Gutiérrez

Empresa de Telecomunicaciones de Cuba, S.A. (ETECSA), Cuba

Recibido:20-03-2025

Aceptado: 21-04-2025

Publicado: 01-05-2025

Cómo citar este artículo:

Seguras L, Medina A, Alomá G, Araujo G (2025). Caracterización de los procesos de gestión del capital humano para la modalidad de teletrabajo en ETECSA. 7(12), 42 -56. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

En Cuba, el teletrabajo se implementó como una medida de carácter emergente ante la situación electroenergética crítica de varios sectores del país, teniendo su mayor expansión durante la pandemia de la COVID-19. Sin embargo, ofrece múltiples ventajas más allá de las crisis. Por ello, la gestión del capital humano presenta desafíos específicos que requieren abordarse mediante estrategias efectivas. Los resultados empíricos de la investigación permiten caracterizar la gestión del capital humano para la modalidad de teletrabajo en la Empresa de Telecomunicaciones de Cuba, S.A. (ETECSA), al comprobar que tiene un carácter estratégico, enfocada en los procesos clave y su flexibilidad permite su adaptación en función del incremento de la productividad. Se recogen también, las principales diferencias entre la gestión presencial y el teletrabajo, como son: flexibilidad, enfoque en las competencias digitales,

necesidad de formación específica para la relación laboral a distancia, comunicación digital y énfasis en los riesgos ergonómicos y psicosociales.

Palabras clave: teletrabajo, gestión empresarial, capital humano, productividad.

ABSTRACT

In Cuba, teleworking was implemented as an emerging measure in response to the critical electro energy situation of various sectors of the country, having its greatest expansion during the Covid-19 pandemic. However, it offers multiple advantages beyond crises. Therefore, human capital management presents specific challenges that need to be addressed through effective strategies. The empirical results reveal that human capital management in teleworking at ETECSA has a strategic nature, focused on key processes and its flexibility allows its adaptation based on increased productivity. Are also collected, the main differences between in-person management and teleworking, such as flexibility, the focus on digital skills, the need for specific training on the remote employment relationship, digital communication, and the emphasis on ergonomic and psychosocial risk.

Key word: teleworking, business management, human capital, productivity.

INTRODUCCIÓN

El teletrabajo experimenta un crecimiento significativo en las últimas décadas, impulsado por los avances tecnológicos y la necesidad de adaptarse a un entorno laboral cada vez más dinámico y exigente. Según Medina et al. (2021), el teletrabajo es aquel trabajo que se desempeña sin tener que estar presente físicamente en el centro laboral, donde las tecnologías de la información y las comunicaciones (TIC) (mensajería instantánea, redes sociales, correo electrónico, etc.) son la vía fundamental para la comunicación con jefes/compañeros de trabajo/usuarios. Por tanto, el intercambio de información necesario para realizar el trabajo depende del uso de las tecnologías, aunque los encuentros presenciales no se excluyen. Además, el teletrabajo supone condiciones laborales diferentes, lo que trae consigo la implementación de infraestructuras y equipamientos en función de facilitarlo, sin que suponga una sobrecarga para el trabajador (Medina, Ávila y González, 2020).

Se coincide con Ortiz (2021) al decir que, de esta manera, se pueden ofrecer mejores oportunidades laborales y de integración, una mayor cobertura de las plantillas en las organizaciones, mejoras en la atención al cliente y el fortalecimiento del talento humano.

El año 2020 marcó una diferencia significativa en la historia de las modalidades de trabajo a distancia, no solo para el país, sino para el mundo. La pandemia generada por la COVID-19 y la consiguiente crisis sanitaria provocada, trajeron repercusiones en las esferas económica, política y social. De esta forma, se produjo la implementación masiva, tanto del teletrabajo como del trabajo a distancia en el territorio nacional. En Cuba, según la Ley 116 del Código de Trabajo, del 17 de junio de 2014, en el contrato laboral las partes acuerdan: lugar de trabajo, horario, duración de la jornada y régimen de trabajo y descanso, con lo que se legitima la implementación de las modalidades de trabajo a distancia en el país. Igualmente, con el objetivo de potenciar su aplicación se aprobó la Resolución 71 “Reglamento sobre el trabajo a distancia y el teletrabajo”, de 2021, publicada en la Gaceta Oficial núm. 72, Extraordinaria, el 18 de agosto de 2021.

Este nuevo paradigma laboral generó un impacto considerable en las organizaciones, que cada vez más concuerdan en reconocer la significación que posee la dimensión humana de la empresa y la Gestión de Capital Humano (GCH), que constituye un sistema, cuya premisa fundamental es concebir al ser humano de la empresa, como un recurso que se debe optimizar y potenciar, a partir de una visión renovada, dinámica y competitiva, en la que se oriente y afirme una verdadera interacción entre lo social y lo económico. De igual forma, la implementación del teletrabajo, como modalidad, requiere demandas específicas a los trabajadores para un desempeño laboral exitoso, aspectos que van desde habilidades, conocimientos y capacidades, hasta un adecuado manejo de las emociones (Medina, Cabrera y González, 2021).

En este contexto, es fundamental estudiar las características de los procesos de GCH en la modalidad de teletrabajo, que deben adaptarse a las particularidades de este tipo de organización laboral. Comprender cómo se gestionan estos procesos permite optimizar el rendimiento y la satisfacción de los teletrabajadores, lo que contribuye a la sostenibilidad, la productividad y la competitividad de las organizaciones. Para lograr la correcta implementación del teletrabajo, se le debe considerar una forma de organización del trabajo, que requiere el estudio de todos los procesos que intervienen en su ejecución, en aras de desarrollar las estrategias institucionales que permitan su implementación sostenible (Araujo, 2022).

Si bien antes de la pandemia ya la Empresa de Telecomunicaciones de Cuba, S.A. (ETECSA) implementaba el teletrabajo, esta modalidad ha adquirido una relevancia significativa para la empresa, especialmente por su posición en la industria de las telecomunicaciones, donde la conectividad y la flexibilidad laboral son fundamentales. Un estudio sobre el capital humano en el teletrabajo permite

evaluar no solo la productividad y eficiencia de sus empleados, sino también identificar áreas de mejora en la capacitación y desarrollo profesional. Esto es particularmente importante en un contexto donde la tecnología avanza rápidamente y las competencias laborales deben actualizarse constantemente.

DESARROLLO

En el caso de Cuba, la implementación masiva de las modalidades de trabajo a distancia es novedosa, por lo que no hay evidencia científica que refleje cómo se deben gestionar los procesos de capital humano para un desempeño superior en el teletrabajo. La GCH en este entorno presenta desafíos específicos que requieren abordarse de manera estratégica y efectiva. En este sentido, es preciso analizar los procesos de GCH en ETECSA, como facilitadora del teletrabajo en Cuba, dado su objeto social.

De este modo, la investigación que se muestra resulta pertinente, pues permite conocer el comportamiento de categorías, como «selección y contratación de personal remoto», «formación y desarrollo profesional a distancia», y «evaluación del desempeño a distancia», lo que posibilita identificar las prácticas, políticas y herramientas que favorecen la productividad, la motivación y el bienestar de los teletrabajadores. Además, sirve de base para la confección de recomendaciones que permitan trabajar de cara al futuro, como mantener la cultura organizacional a distancia, supervisar adecuadamente el desempeño, perfeccionar las estrategias de atracción y retención del talento, y orientar la formación y capacitación de los jefes que tienen bajo su mando trabajadores en las modalidades a distancia, con el fin de obtener mejores resultados en el desempeño. También permite analizar la eficacia de los procesos de capital humano en el contexto del teletrabajo, para asegurar que estén alineados con la estrategia del negocio. Por último, contribuye a la transformación digital (TD) de la empresa, al caracterizar cómo la GCH debe evolucionar para soportar una cultura digital.

Generalidades metodológicas

Se trabajó fundamentalmente con la metodología cualitativa, que facilita el procesamiento de datos diversos, emanados de entrevistas individuales, observaciones y análisis de documentos. Esto permitió caracterizar la gestión de los procesos de capital humano en ETECSA, para la modalidad de teletrabajo. Con el objetivo de conocer las experiencias y los significados de varios grupos de trabajadores, respecto al funcionamiento de la modalidad de teletrabajo que aplica la empresa, la muestra quedó conformada por 27 sujetos, entre los 26 y 75 años de edad, de los cuales 15 corresponden al rol de teletrabajador, 8 al de directivo y 4 al de especialista en GCH.

Descripción de los procesos de GCH, que se implementan en ETECSA para la modalidad de teletrabajo

Los procesos de GCH se rigen por un procedimiento diseñado por la Dirección de Recursos Humanos (RR. HH.) de ETECSA, los cuales se implementan de acuerdo con el Sistema Integrado de Gestión del Capital Humano, al alinear las políticas de capital humano, a partir de su modelo de gestión con las estrategias de la empresa, en aras de cumplir con los objetivos trazados para un período de tiempo. Esos procesos se actualizan, según las necesidades de la organización y sus trabajadores, cuya finalidad radica en la mejora del desempeño individual y organizacional, para contribuir a la implementación de nuevos modelos de crecimiento y generación de ingresos para la empresa.

Para la selección e integración en la modalidad de teletrabajo, se tiene en cuenta esencialmente si las funciones o el contenido del cargo permiten su ejercicio remoto. También se considera la voluntariedad del trabajador y que se creen las condiciones laborales necesarias de manera conjunta entre el trabajador y la empresa. En la mayoría de los casos corresponde a los directivos determinar, según las características de las labores que se van a realizar, cuáles necesitan ejecutarse en la propia organización y cuáles pueden realizarse fuera de ella. Esto no excluye a los trabajadores de solicitar el traslado a la modalidad de teletrabajo, aunque no es lo habitual.

No se diseñan perfiles por competencias adaptados a la modalidad de teletrabajo, sino que al perfil existente se le añade una cláusula que indica que el trabajador pertenece a esta modalidad. No obstante, destacan como competencias necesarias para el teletrabajo: dominio técnico del contenido de trabajo, capacidad de planificación y autogestión del tiempo, autodisciplina. Estas, a su vez, se convierten en exigencias implícitas del teletrabajo, lo que demandará del teletrabajador un constante desarrollo y entrenamiento en estas competencias. Es decir, si bien no son requisitos fundamentales para pasar a la modalidad de teletrabajo, sí lo son para realizar una labor efectiva. Se hace necesario desarrollar la marca empleadora, potenciando la visualización del teletrabajo que implementa la organización, ya que a nivel mundial son prácticas atractivas para atraer y retener el talento en la organización. El desarrollo de perfiles de competencias adaptados a las exigencias del teletrabajo constituye una premisa fundamental para el éxito de esta modalidad.

La empresa cuenta con un plan para los estudios de organización del trabajo que sean necesarios realizar, a partir de las estrategias empresariales. En cuanto a salario, vacaciones, régimen de trabajo y descanso, carga y ritmo de trabajo, tanto teletrabajadores como trabajadores presenciales cuentan con los mismos derechos y deberes. El pago es equivalente en cada cargo, independientemente de si este se ejerce de forma presencial o remota. Los horarios son los establecidos para cada puesto de trabajo, aunque puede consensuarse entre jefe y subordinado. Sin embargo, el teletrabajador debe estar disponible mientras dure

la jornada laboral de 8 a.m. a 5 p.m. La carga del trabajo se distribuye según la complejidad o la cantidad, teniendo en cuenta la experiencia del trabajador. Este aspecto es polémico, pues aunque se basa en variables mensurables, la experiencia es subjetiva y no se traduce en una mayor capacidad para manejar tareas simples o complejas.

En materia de Seguridad y Salud en el Trabajo (SST), la empresa dispone de un manual que establece todas las condiciones para la realización de cada actividad, donde se contemplan factores: físicos, psicosociales, económicos, ergonómicos, humanos y de la comunidad, que implican un riesgo y que podrían afectar a todos los actores de la entidad. Para controlarlos: todos los trabajadores reciben las instrucciones y usan adecuadamente los medios de protección individual; se imparten cursos de seguridad y salud, especialmente en el teletrabajo, debido a la necesidad de instruir sobre los riesgos asociados a esta modalidad; y existe un protocolo de autogestión que radica en el propio levantamiento de necesidades en el hogar, y en caso de ser necesario y posible, un experto acude al espacio donde se llevará a cabo el teletrabajo para realizar esa labor. Cuando se recogen las necesidades, la empresa debe proveer los medios e infraestructura tecnológica, material y ergonómica que garanticen el bienestar del teletrabajador en el ejercicio de su labor. Sin embargo, no se logra la adecuada realización del levantamiento de riesgos y tampoco se garantizan los muebles apropiados para desarrollar sus labores de manera segura y saludable.

Aún quedan cuestiones por resolver en cuanto a los accidentes laborales, como: ¿qué sucede cuando un teletrabajador se accidenta en horario laboral, pero fuera de su espacio de trabajo, debido al mal estado de la construcción de la vivienda? Otro elemento cuestionable es que tanto los jefes como los subordinados depositan toda la responsabilidad de la gestión de la seguridad y salud en terceros (especialistas de SST), encargados de proveer los medios ergonómicos y tecnológicos necesarios para el trabajo seguro. De esta manera, con una actitud acrítica, justificativa y conformista, se anula la necesaria participación de los trabajadores en la gestión de la SST. Como se evidencia en determinadas investigaciones (por ejemplo, la de Medina, 2017), estas actitudes repercuten negativamente en la capacidad de las personas que asesoran este proceso, para conducir estratégicamente esta gestión y, por ende, en el bienestar laboral y los resultados de la empresa.

Como parte de la formación y capacitación, existe un procedimiento documentado, que se actualiza conforme a las necesidades de la organización y sus clientes internos. Por otra parte, no se determinan necesidades de aprendizaje ni se elaboran planes de capacitación individuales. Se brindó un curso simultáneo ante la implementación masiva del teletrabajo, como respuesta a la crisis sanitaria por

COVID-19, el cual no fue planificado dada la urgencia de la situación; pero se fue perfeccionando a medida que se experimentaba el teletrabajo.

Esta capacitación se brindó a trabajadores y directivos, y se les impartió temas, como la familiarización con nuevos software para la comunicación virtual, la autoevaluación y la organización de las tareas. También se capacitó a la reserva de cuadros sobre las condiciones necesarias para que un empleado pueda teletrabajar. Sin embargo, actualmente los teletrabajadores no refieren recibir capacitación sobre la modalidad de teletrabajo y su gestión.

Para realizar la evaluación del desempeño a distancia, durante la implementación del teletrabajo, se hizo necesario el diseño de un nuevo software, que consiste en una plataforma de autogestión personal a la que tienen acceso tanto jefes como subordinados, presenciales o remotos. Luego de creada esta plataforma, la gestión del desempeño se realiza a través de esta, tanto de los teletrabajadores como de los trabajadores presenciales. En ambos casos, se evalúa según los resultados. Los indicadores de evaluación consisten en las tareas definidas en conjunto por el subordinado y el jefe, el peso de estas tareas igualmente consensuado por ambas partes, la entrega de las tareas, la autoevaluación del subordinado y la evaluación del jefe.

La importancia de estos indicadores de calidad en la gestión del desempeño radica en su capacidad para proporcionar una visión clara y medible del rendimiento de los empleados. Aunque no se hizo referencia directamente, se hipotetiza que otro de los motivos por los cuales se cuantifica la cantidad de tareas, es para asegurar que el teletrabajador cumpla con sus horas de trabajo. Esta forma de empleo cambia el enfoque tradicional de «horas en la oficina» por el de «horas dedicadas al trabajo», con ventajas para ambas partes (Domínguez, E y Guevara, 2020). Sin embargo, la cantidad de tareas no siempre refleja la productividad real. Por lo tanto, este indicador puede ser superficial, si no se asocia a la complejidad de las tareas. No todas las tareas tienen la misma complejidad, lo que hace que la cantidad sea un indicador engañoso de la productividad real.

La comunicación es considerada por todos los integrantes de la muestra estudiada, como un aspecto fundamental. La base intangible para alcanzar objetivos de calidad, sin la que ningún plan puede tener éxito, es la piedra angular de la calidad, que incluye: compromiso de los trabajadores, capacidad para desempeñar sus roles y comunicación interpersonal (Medina y Ávila, 2002).

En ETECSA se emplean diferentes canales de comunicación para trasmitir y compartir información. Especialmente con la implementación del teletrabajo se diseñaron software para videoconferencias propias de la empresa, a las que se tiene acceso gratuito con el VPN de esta. Para teletrabajadores, la vía

fundamental de comunicación es las TIC, como correo electrónico, redes sociales, mensajería instantánea, llamadas telefónicas y plataformas de la organización. No se excluyen los encuentros presenciales y en estos se ejecutan reuniones relevantes o actividades que requieran presencialidad.

Comparación de los procesos de capital humano entre teletrabajadores, directivos y especialistas de capital humano

Cada entrevistado tiene diferentes perspectivas, prioridades y funciones dentro de la organización. Por ese motivo, la gestión del capital humano en el teletrabajo debe considerar estos aspectos para lograr una implementación efectiva de esta modalidad laboral.

En el proceso de selección, desde el punto de vista de los roles, las mayores diferencias entre teletrabajadores, directivos y especialistas de capital humano radican en la prioridad que otorgan a las competencias laborales necesarias para teletrabajar. Los directivos se enfocan en el dominio técnico del contenido de trabajo, la responsabilidad y el compromiso. Esto puede deberse a que a los directivos les interesa asegurar que los empleados puedan realizar sus tareas de manera efectiva y eficiente desde casa, sin supervisión directa, y la responsabilidad y el compromiso unido al dominio del contenido de trabajo, son claves para mantener la productividad en el teletrabajo.

Los teletrabajadores priorizan el dominio técnico del contenido de trabajo y la autogestión del tiempo y las tareas. Estas competencias garantizan la autonomía del trabajador para el desempeño superior de su labor en la modalidad de teletrabajo. Además, poseer estas competencias facilita conciliar mejor la vida laboral y personal, lo que permite mayor productividad, a la vez que se aprovechan las ventajas del teletrabajo.

Por su parte, los especialistas en GCH enfatizan la importancia de las condiciones necesarias para que el teletrabajo resulte viable, ya que las competencias se pueden adquirir con la experiencia, a partir del ejercicio de las funciones de cada cargo en el teletrabajo. Esto, debido a que son los aspectos fundamentales para una implementación exitosa del teletrabajo, pues se requiere que el trabajador esté motivado y cuente con los recursos adecuados.

En cuanto a la formación y capacitación, en ETECSA se brindó un curso básico de informática, pero existen diferencias en la percepción de su efectividad, lo que puede deberse a varios factores y, aunque a continuación se plantean algunas hipótesis, es necesario prestar atención a esta discrepancia en las opiniones, pues la capacitación constituye un potenciador de competencias, que debe cubrir todos los niveles de la organización para garantizar su mejora continua.

Las diferentes percepciones sobre la efectividad del curso de capacitación, puede deberse al nivel de especialización de los diferentes cargos en la empresa. De esta manera, los más diestros en las ciencias informáticas pudieron no asumir este curso como una capacitación, pues no cubría sus necesidades individuales. De la misma forma, las personas más alejadas de las ciencias informáticas pudieron no sentirse satisfechas. Esto pudo ocurrir, porque en esta empresa no se determinan necesidades de aprendizaje ni se elaboran planes de capacitación individuales.

Por otra parte, a pesar de la capacitación recibida, los empleados pueden querer profundizar en el uso de plataformas e instrumentos, ya que la tecnología y las herramientas para teletrabajo evolucionan constantemente, lo que requiere actualizaciones periódicas. Además, la capacitación puede no cubrir todas las tareas y responsabilidades que se les asignen, y los empleados pueden buscar formas de mejorar su eficiencia y productividad a través de nuevas herramientas y plataformas.

En ETECSA, aunque el método de evaluación del desempeño es valorado positivamente por todos los actores, provoca descontentos respecto a determinados criterios. En el caso de los directivos, esperan un mayor control sobre el chequeo de las tareas, por la necesidad de asegurar que los empleados cumplan con sus obligaciones laborales de manera efectiva y productiva. Esto se debe a que el teletrabajo puede llevar a una menor visibilidad de la actividad laboral, lo que genera incertidumbre sobre la calidad y cantidad de trabajo realizado. También se debe a que se mantiene el pago por el tiempo real de trabajo, por lo que es preciso perfeccionar el control de tareas y vincular este tiempo y los resultados a los ingresos de los teletrabajadores. De esta manera, se asegura que el tiempo real que los teletrabajadores dedican a sus tareas se traduzca en buenos resultados y que estos, a su vez, se reflejen en su remuneración.

Por otro lado, la inconformidad de los teletrabajadores radica en que, para su evaluación mensual, deben llegar a cierto número de tareas; de lo contrario, influye negativamente en esta. Proponen que la evaluación se ajuste a la calidad y la importancia de la tarea, porque esto refleja mejor su desempeño y permite que se evalúen las tareas más críticas y complejas de manera equitativa, con menor énfasis en el volumen de trabajo. No obstante, esto guarda relación con la falta de mecanismos de control de tareas por parte de los jefes, lo que impide actualmente que la evaluación del desempeño se realice a través de otros métodos. Queda claro que, tanto directivos como teletrabajadores, deben priorizar la calidad de las tareas en aras de incrementar la productividad.

Respecto a la organización del trabajo, el teletrabajo implica una reorganización que debe atender al marco regulatorio establecido. Por este motivo, no existen diferencias en la gestión de este proceso, según los diferentes roles entrevistados. La discrepancia parte del horario. Al ser este flexible, puede provocar

diferencias en los tiempos de trabajo del jefe y los subordinados. En este contexto, pueden aparecer dificultades en la comunicación y en la toma de decisiones al no recibir las orientaciones necesarias en tiempo real. Por otra parte, si el jefe está dispuesto a adaptarse a esta circunstancia y supervisar o retroalimentar a los subordinados fuera de su propio horario de trabajo, aumenta la carga y la responsabilidad. Es así, que por lo general los directivos muestran cierta resistencia al horario flexible, ya que puede percibirse como una pérdida de control o de baja productividad. Además, la resistencia puede estar asociada al temor de que los empleados no estén tan comprometidos con su trabajo, lo que puede generar un ciclo de desconfianza donde el jefe duda de la dedicación del teletrabajador y, a su vez, este último siente que no se le brinda autonomía.

Los riesgos laborales más frecuentes en las entrevistas a teletrabajadores son la sobrecarga, el estrés y el aislamiento. Mientras, los directivos se preocupan más por el riesgo de la fuga de información y la importancia de la seguridad informática. Por último, los especialistas en GCH enfatizan en los riesgos ergonómicos.

Para los teletrabajadores, los riesgos psicosociales pueden deberse a la falta de interacción con compañeros de trabajo, o la falta de límites entre trabajo y vida privada. Los que más sufren la soledad son los mayores de 60 años, posiblemente a causa de que las personas de la tercera edad suelen preferir —o están mayormente habituadas al contacto físico—, que al contacto a distancia, mientras que el trabajo desde casa les impone una mayor carencia de comunicación.

En el caso de los directivos, se enfocan más en los riesgos de seguridad informática, ya que el trabajo remoto implica mayor exposición a brechas de seguridad y protección de datos, lo que podría provocar el descenso de la confiabilidad y la productividad de la empresa, dado su carácter estratégico. Los especialistas de capital humano, priorizan la salud ocupacional, ya que se enfocan en proteger la integridad de los trabajadores y prevenir los riesgos y accidentes laborales, que puedan afectar la salud, desempeño, bienestar y, por ende, la productividad del capital humano que integra la empresa.

De manera general, las diversas valoraciones acerca de la GCH en el teletrabajo se deben a que una adecuada implementación del teletrabajo requiere considerar y equilibrar las diferencias de perspectiva, en función de los intereses de cada trabajador, de acuerdo con su rol en la empresa y las necesidades particulares. En este sentido, existen más similitudes que diferencias entre las valoraciones de los teletrabajadores, directivos y especialistas de capital humano, y las diferencias radican principalmente en las prioridades y los enfoques, lo que refleja la complejidad de implementar el teletrabajo de manera equilibrada, donde la comunicación y la adaptación son esenciales para satisfacer las necesidades de cada

grupo y garantizar un entorno laboral productivo y competitivo. Todos estos aspectos son conciliables a través del convenio colectivo de trabajo.

Diferencias entre los procesos de GCH, para la modalidad presencial y el teletrabajo en ETECSA

En ETECSA se observa una tendencia a la adopción del teletrabajo, como medida ante situaciones excepcionales del país (por ejemplo, la coyuntura del año 2019, la pandemia iniciada en 2020 o la actual crisis energética), y se evidencia una disminución de teletrabajadores cuando estas condiciones se acercan a la normalidad. Este fenómeno plantea la necesidad de repensar el teletrabajo, como una forma de organización laboral con múltiples beneficios para empleados y empleadores. Por este motivo, es fundamental comprender las diferencias entre la GCH presencial y remoto, y valorar consecuentemente las ventajas de este último.

La diferencia en la gestión del proceso de selección e integración radica en que el teletrabajo requiere una serie de habilidades y competencias para que su productividad y satisfacción laboral no se vea perjudicada. Si bien estas son necesarias y pueden desarrollarse en la presencialidad, resultan imprescindibles para ejercer el teletrabajo con efectividad y eficacia. Otra diferencia en este proceso del capital humano, es que para ejercer el teletrabajo existen requerimientos mínimos necesarios. Estos elementos forman parte del marco regulatorio del teletrabajo, por lo que, ineludiblemente, toda persona que se incorpora a esta modalidad de trabajo debe cumplirlos.

Lo primero es saber si la organización cuenta con soporte tecnológico; si no, conocer si está dispuesto a invertir en este. Además, el soporte de seguridad de datos se torna una condición clave, toda vez que el trabajo será distante de las instalaciones de la empresa, por lo que habría una alta probabilidad de fuga de información, sensible para los clientes y para la empresa, que debe ser protegida.

La gestión del proceso de organización del trabajo no presenta diferencias entre la modalidad presencial y el teletrabajo, ya que debe atender a un marco regulatorio que establece deberes, derechos y responsabilidades. No obstante, en la práctica, en la empresa se evidencia un fenómeno interesante respecto a la operatividad de las tareas y, en ese contexto, el teletrabajo presenta una ventaja sustancial. El trabajador debe realizar un plan individual de teletrabajo, que será acordado con su supervisor y que debe complementar los planes y procedimientos que ya están en funcionamiento. Mientras tanto, en la presencialidad suelen surgir nuevas tareas de urgencia que obligan al trabajador o al directivo a suspender o aplazar su cumplimiento. Planificar las tareas se vuelve un elemento ventajoso que es imprescindible para el teletrabajador, pero que también garantiza una mayor organización y claridad en las tareas,

procedimientos, vías y herramientas, necesarios y beneficiosos para un trabajo de excelencia, ya sea presencial o remoto.

En la formación y capacitación no existen diferencias en cuanto a contenido, presencialidad, tiempo o recursos empleados. Sin embargo, al inicio de la implementación del teletrabajo se aplicaron cursos específicos para teletrabajadores y directivos de esta modalidad.

No existen diferencias en la gestión de la evaluación del desempeño, ya que esta se realiza a partir de los requisitos establecidos en la plataforma de autogestión personal, que es la misma para trabajadores presenciales y remotos. No obstante, en la modalidad presencial, los jefes tienen una mayor percepción de control sobre la tarea y el tiempo que dedica su subordinado a ella, lo que, según ellos, se traduce en una adecuada evaluación del desempeño. No obstante, la presencialidad no garantiza que el tiempo que se esté en la empresa sea empleado en la realización de las actividades, y tampoco asegura su calidad. Este es uno de los mitos vinculados al trabajo presencial que afecta la implementación del trabajo a distancia.

En cuanto a la comunicación, no hay diferencias en relación con su contenido, calidad o frecuencia. Tampoco hay obstáculos, pues si falla la conectividad se acude a teléfonos fijos. Una de las diferencias en la comunicación es el contacto directo, cara a cara, y virtual, lo que puede constituir una dificultad, especialmente para aquellos trabajadores que no estén familiarizados con las tecnologías y las herramientas que brinda para la interacción social. Al no realizar las tareas laborales en la oficina, cuando surge algún conflicto no puede acudir inmediatamente al compañero ni tiene un breve descanso que le ayuden a afianzar relaciones entre ellos.

En materia de SST, la diferencia entre la gestión de los riesgos en la presencialidad y el teletrabajo, es que en este último es más difícil controlar los riesgos, condiciones internas, externas o físicas que obstruyan el desempeño superior del trabajador; por eso hay que entrenar a los propios trabajadores en su identificación y control. No se pueden asegurar los medios básicos a todos los teletrabajadores, aspecto que queda asegurado en las oficinas de la empresa. No se puede arreglar o perfeccionar el estado físico de la vivienda, mientras que la oficina está dispuesta de manera tal que se neutralicen todos los riesgos identificados por especialistas de SST. Estos especialistas no pueden dirigirse a los espacios donde se realiza el teletrabajo, elemento que está asegurado en la modalidad presencial.

Por último, una de las posibles causas de sobrecarga y estrés son los conflictos familiares que puede generar el trabajo desde casa, puesto que se combinan en el mismo espacio la vida familiar y laboral, los cuales suelen estar dados, porque algunos trabajadores no saben delimitar hasta dónde llega su jornada

laboral y empieza la familiar y viceversa. Además, el horario laboral suele ser más flexible, por lo tanto, el trabajador en ocasiones no es capaz de dedicar el tiempo adecuado para el descanso laboral. Este es un tema que requiere mayor indagación, pues se reportan experiencias positivas y negativas al respecto.

Caracterización de los procesos de GCH para la modalidad de teletrabajo en ETECSA

En general, se describió y caracterizó la GCH para la modalidad de teletrabajo en ETECSA. Esa gestión se caracteriza por ser estratégica, al implementar procesos de selección, evaluación, formación y capacitación basados en competencias laborales, lo que permite una alineación efectiva entre el capital humano y los objetivos organizacionales. Además, tiene un enfoque basado en procesos que integran las actividades destinadas a la atracción, el desarrollo y la retención de talentos, en la modalidad de teletrabajo, para potenciar su participación en los procesos clave de la organización. Otra de las características de esta gestión es su enfoque en la innovación y adaptación a tecnologías emergentes y su flexibilidad, lo que promueve la productividad, a partir del compromiso con la satisfacción y el bienestar de los empleados. Para ello, utiliza las TIC con la finalidad de llevar a cabo procesos clave, como: comunicación, evaluación del desempeño, formación y capacitación. La gestión de SST para la modalidad de teletrabajo, por su parte, se enfoca en las condiciones ergonómicas y del espacio de trabajo. Esta forma de organización del trabajo requiere un cambio en la cultura organizacional, la formación de nuevos perfiles profesionales a partir de las competencias digitales, y el desarrollo de la marca empleadora, redes corporativas de empleo y atracción del talento. Es decir, se hace necesaria una transformación organizacional estratégica, a largo plazo, que se adecue al contexto histórico y social cubano, donde el liderazgo asumido y ejercido por la dirección, así como el compromiso de todos los miembros de la entidad, desempeñan un papel fundamental.

CONCLUSIONES

Se describieron los procesos de GCH para la modalidad de teletrabajo en la empresa. El sistema de gestión aprobado responde a las exigencias de las Normas Cubanas 3000: 2007 y de la Resolución 71 “Reglamento sobre el trabajo a distancia y el teletrabajo”, de 2021. Este sistema también garantiza la integración de los procesos de GCH entre sí, y con la proyección estratégica de la empresa.

Se compararon las valoraciones de la gestión de los procesos de capital humano entre los teletrabajadores, sus directivos y los especialistas del departamento de capital humano. En general, existe una percepción favorable de esta gestión, aunque se sugieren medidas para mejorar la implementación de esta modalidad en el futuro. Se aprecian diferencias entre las valoraciones, en dependencia de las funciones de cada rol,

siendo los especialistas en gestión de capital humano los que tienen una valoración más positiva de la gestión de los procesos.

Se identificaron diferencias entre los procesos de GCH para la modalidad presencial y el teletrabajo en ETECSA, las cuales sugieren que el teletrabajo ofrece un horario flexible, donde son indispensables el dominio técnico del contenido de trabajo, así como las competencias digitales y de autogestión del tiempo para la selección de empleados en esta modalidad, por lo que el proceso de formación y capacitación se enfoca en desarrollar estas competencias. Además, en el teletrabajo el proceso de comunicación se realiza principalmente a través de las TIC y la gestión de la SST se dificulta en la distancia.

De forma general, quedan caracterizados los procesos de GCH del teletrabajo. Esta gestión tiene un carácter estratégico, enfocado en los procesos claves y su flexibilidad permite su adaptación en función del incremento de la productividad, el bienestar y la satisfacción de los teletrabajadores.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araujo G (2022). Implementación del Teletrabajo en la Empresa de Telecomunicaciones de Cuba, S.A. (ETECSA), La Habana: Facultad de Ingeniería Industrial, Universidad Tecnológica de La Habana José Antonio Echevarría.
- Domínguez E & Guevara Z (2020). Por qué teletrabajar y qué herramientas usar. Cubadebate, 31 de mar. Disponible en: <http://www.cubadebate.cu/especiales/2020/03/31/por-que-teletrabajar-y-que-herramientas--usar/>
- Medina & Ávila A (2002). Evolución de la Teoría Administrativa. Una visión desde la Psicología Organizacional, Revista Cubana de Psicología, vol.19, núm. 3, 262-272, Facultad de Psicología, La Habana: Universidad de La Habana.
- Medina A (2017). Programa de formación de competencias para la gestión eficaz de la seguridad y salud en el trabajo. Evaluación en una empresa biotecnológica, Tesis presentada en opción al título de Doctor en Ciencias Psicológicas, Facultad de Psicología, La Habana: Universidad de La Habana.
- Medina A, Ávila A, & González Y (2020). Teletrabajo en condiciones de COVID-19. Ventajas, retos y recomendaciones. Revista Cubana de Salud y Trabajo, 21(3), 59-63.
- Medina A, Cabrera G, & González Y F (2021). “Perfil de competencias y batería de técnicas psicodiagnósticas para la selección del cargo dependiente gastronómico, Estudio de caso”, Costa Rica, Estudio de Psicología UCR, 75-101.

Ortiz J (2021). Competencias laborales de trabajadores y directivos cubanos para el desempeño en modalidades de trabajo a distancia, Tesis de maestría en Psicología Laboral y de las Organizaciones, La Habana: Universidad de La Habana.

Resolución 71 “Reglamento sobre el trabajo a distancia y el teletrabajo”, Gaceta Oficial núm. 72 Extraordinaria, 18 de agosto de 2021, Cuba. <https://www.gacetaoficial.gob.cu/es/gaceta/-oficial-no-72-extraordinaria-de-2021>

**EDUCACIÓN AMBIENTAL Y PRÁCTICAS DEPORTIVAS GRUPALES:
ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS**
PARA LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL EN COMUNIDADES CUBANAS
*ENVIRONMENTAL EDUCATION AND GROUP SPORTS PRACTICES:
METHODOLOGICAL STRATEGIES FOR SOCIAL TRANSFORMATION WORK
IN CUBAN COMMUNITIES.*

Bárbara Zas Ros

Carmen Luz López Miari

Dalia Hernández Castillo

Edislier Verdecia Gómez

Laura Leonor Valdés Villasuso

Verónica Redondo Falcón

Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas,

Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), Cuba

Manuel Calviño

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Recibido: 16-03-2025

Aceptado: 21-04-2025

Publicado: 01-05-2025

Cómo citar este artículo:

Zas B, López C, Hernández D, Verdecia E, Calviño M, Valdés L, Redondo V (2025). Educación ambiental y prácticas deportivas grupales: estrategias metodológicas para el trabajo de transformación social en comunidades cubanas. 7(12), 57-73. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

El Programa de Transformación Psicosocial Centrado en la Práctica Deportiva Grupal, es un producto científico que se ha obtenido como resultado del trabajo del “Proyecto Deporte en el barrio”, que se coordina por el Grupo de Estudios Psicosociales de la Salud del Centro de Investigaciones Psicológicas

y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), en La Habana. Este programa se ha extendido por diversas comunidades del país, mediante un proceso formativo que ha llegado a la provincia de Pinar del Río. En esta provincia surge como principal demanda, la necesidad de trabajar con las problemáticas ambientales locales, mediante procesos de educación ambiental.

La EA se distingue hoy, como tema priorizado en la producción y la práctica científica nacional, así como en los planes del Estado cubano para el desarrollo sostenible. Se nos convoca entonces, desde las ciencias sociales, a la innovación y el empoderamiento en el trabajo educativo, para dar solución a estas demandas. En coherencia con su pertinencia y la urgencia práctica que impone, proponemos el uso de las prácticas deportivas grupales (PDG), como herramienta útil para integrar en los procesos de educación ambiental, propiciando procesos integrados de transformación social y ecológica a nivel comunitario. En este artículo se hará referencia a la metodología de trabajo innovadora que se ha desarrollado para la elaboración de un *Manual de prácticas deportivas grupales para la educación ambiental*, en fase de construcción, y la integración que se ha obtenido entre los contenidos educativos provenientes del diagnóstico de comunidades costeras y rurales de nuestro país, y el diseño de PDG que cumplan con los objetivos educativos vinculados a esos contenidos.

Palabras clave: educación ambiental, comunidades, práctica deportiva grupal

ABSTRACT

The Psychosocial Transformation Program Centered on Group Sports Practice is a scientific product resulting from the work of the "Sport in the Neighborhood Project," coordinated by the Psychosocial Health Studies Group of the Center for Psychological and Sociological Research of the Ministry of Science, Technology, and Environment (CITMA) in Havana. This program has spread to various communities across the country through a training process that has reached the province of Pinar del Río. The main demand in this province is the need to address local environmental issues through environmental education processes.

Environmental Education is currently recognized as a prioritized topic in national scientific production and practice, as well as in the Cuban State's plans for sustainable development. We are therefore called upon, from the social sciences, to innovate and empower educational work to address these demands. In keeping with its relevance and practical urgency, we propose the use of "group sports practices" as a useful tool to be integrated into environmental education processes, thereby fostering integrated processes of social and ecological transformation at the community level. This article will discuss the

innovative working methodology developed for the development of a Manual of Group Sports Practices for Environmental Education, currently under construction, and the integration achieved between the educational content derived from the assessment of coastal and rural communities in our country and the design of group sports practices that meet the educational objectives associated with said content.

Keywords: environmental education, communities, group sports practice

INTRODUCCIÓN

Desde 2006, funciona el proyecto internacional «Deporte en el barrio: el reto de vivir mejor», coordinado por el Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA). El proceso de investigación-acción emprendido se ha desarrollado en diferentes fases de trabajo. El barrio La timba, en La Habana, fue el escenario donde hasta el año 2012 tuvo lugar este programa, cuyo objetivo principal es la transformación psicosocial centrada en la práctica deportiva grupal (PDG), dirigida al logro de cambios comportamentales favorables, con incidencia en la calidad de vida de niños de la comunidad, mediante la práctica organizada y con fines educativos de deportes colectivos.

El trabajo realizado propició obtener resultados de impacto, sustentados en indicadores favorables durante esta fase de la experiencia. Para 2013 se organizó la continuidad de este programa, implementado en tres provincias del país, cuyo perfeccionamiento incluyó la formación de multiplicadores (Programa de Formación de Multiplicadores, PFM), la cual se centra en potenciar el desarrollo de sujetos de cambio bajo el nombre de multiplicadores, con el fin de diseminar el impacto del programa a más espacios comunitarios en el país y garantizar su sostenibilidad.

Como parte de la producción científica de la experiencia se elaboró un *Manual de prácticas deportivas grupales* (Zas, López, Ortega, Hernández *et al.*, 2014), como instrumento de aprendizaje y guía integradora de elementos indispensables para la realización de una práctica deportiva grupal. Posteriormente, se lanzó el *Manual para multiplicadores del Programa de Transformación Psicosocial Centrado en la Práctica Deportiva Grupal* (Zas, López, Ortega y García, 2014), que recoge el sustento teórico-conceptual y metodológico de la experiencia, así como las estrategias que conforman el programa. Desde 2017, como consolidación de la experiencia, se diseñó una guía metodológica (Zas *et al.*, 2021), valorada como eficaz en 2022, para orientar la formación óptima e integral de multiplicadores del Programa de Transformación (PT).

Estos productos científicos han sido un apoyo fundamental para impartir los cursos del PFM, que pueden constituir un recurso importante a disposición de aquellos que deseen emprender un proceso de transformación psicosocial, usando la práctica deportiva grupal, como instrumento para educar y dar respuesta a las necesidades de cambio comunitario, cuyas raíces están en las problemáticas psicosociales que los aquejan.

Como parte de la extensión del PT a otros territorios del país, se aplicó en la provincia de Pinar del Río el PFM, desde 2018 hasta la actualidad, cuyos impactos se proyectan en el alcance de aproximadamente 1 190 niños y adolescentes, como beneficiarios directos. Este territorio geográfico se caracteriza por ser frecuentemente afectado por embates climatológicos, lo que coloca a sus comunidades en situación de vulnerabilidad y condiciona una serie de problemas ambientales que afectan la calidad de vida de sus locales. Esta temática resulta la más recurrente en los proyectos elaborados por los multiplicadores para el trabajo en sus comunidades, y no solo las problemáticas psicosociales que se trabajan con regularidad en el programa, lo cual configura una nueva demanda de trabajo, donde se hace necesaria la educación ambiental (EA) para satisfacer la necesidad sentida de esta comunidad y hacer frente a la situación ambiental particular que afecta al territorio.

La EA se distingue hoy, como tema priorizado en la producción y práctica científica nacional, así como en los planes del país para el desarrollo sostenible. El Estado cubano ha creado y perfeccionado un marco legal que establece las pautas para abordar este tema, de acuerdo con la realidad ambiental cubana. Esto se recoge y puntualiza en varias legislaciones, como por ejemplo la Ley 81 de medio ambiente, donde se dedican hasta once artículos sobre educación ambiental, como parte de su capítulo VII (Asamblea Nacional del Poder Popular, 1997).

En 2022, como actualización del marco jurídico cubano en el tema, se aprobó la Ley del Sistema de Recursos Naturales y el Medio Ambiente, que constituye una norma moderna que pone en la mira la EA, con un enfoque interdisciplinario y transdisciplinario. Respondiendo a las demandas del Estado sobre educación ambiental, el CITMA establece la Estrategia Nacional de Educación Ambiental 2010-2015, que traza líneas de trabajo para la EA en Cuba y sirve de herramienta para el trabajo de sensibilización, educación y desarrollo de una cultura ambiental, a partir de la gestión y el tratamiento de los procesos educativos en diversos escenarios y condiciones (CITMA-CIGEA, 2010-2015).

Se nos convoca entonces, desde nuestra ciencia, a la innovación y el empoderamiento en el trabajo educativo para dar solución a estas demandas. En coherencia con su pertinencia y la urgencia práctica

que impone, proponemos el uso de las PDG como herramienta útil para ser integrada en los procesos de Educación Ambiental.

DESARROLLO

El Grupo de Estudios Psicosociales de la Salud, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas de Cuba, desarrolla desde 2012 un Programa de Transformación Psicosocial Centrado en la Práctica Deportiva Grupal y un Programa de Formación de Multiplicadores, que responden a la necesidad de preparar a los actores sociales que implementarán las acciones de transformación en diferentes comunidades del país.

La flexibilidad que caracteriza la metodología del programa permite su actual contextualización y ha defendido el empleo de las PDG (herramienta que se utiliza para la transformación psicosocial), en función de fomentar valores y prevenir violencia, adicciones, discriminación e indisciplinas sociales en las comunidades. La propuesta de este equipo de investigación es utilizar las PDG, como herramienta útil para ser integrada en los procesos de educación ambiental transformadora.

Es por esta razón que el equipo de investigación se ha propuesto elaborar un *Manual de Prácticas Deportivas Grupales* para la educación ambiental comunitaria. Con el fin de lograr este propósito se hizo necesario, inicialmente, detenerse en algunos aspectos teóricos esenciales.

En primer lugar, ¿qué es la educación ambiental? Se consultó un conjunto de autores que estudiaron esta categoría (Redonet, Hernández, & Pérez, 2015), y se analizaron informes oficiales, como la Estrategia Ambiental Nacional (Etapa 2021-2025), con la Ley 81 de 2021 de “Medio Ambiente”; la Conferencia Intergubernamental de Tblisi (Unesco, 1997) y la Ley 150 /2022 “Del Sistema de los Recursos Naturales y el Medio Ambiente”. En esta última se engloba la definición que fue adoptada operacionalmente por esta investigación: «Proceso continuo y permanente, que constituye una dimensión de la educación integral de todos los ciudadanos y las comunidades, orientada a la adquisición de conocimientos, desarrollo de hábitos, habilidades, capacidades y actitudes en la formación de valores, que propicien la adopción de nuevos estilos de vida y prácticas de consumo, compatibles con el desarrollo sostenible (Ley del Sistema de los Recursos Naturales y el Medio Ambiente, 2022, Artículo 141.1.).

Si bien la definición adoptada ha tenido una utilidad para facilitar la definición de la variable que se va a estudiar y será referida en el próximo acápite, no resultaba suficiente, como modelo teórico que permita sustentar la intención transformadora de las acciones educativas que se pretenden desplegar y forman parte del sustento del Programa de Transformación Psicosocial centrado en la Práctica Deportiva Grupal.

El encuentro con la definición de la educación ambiental transformadora, generado como conceptualización en el desarrollo de la educación ambiental latinoamericana, generaba nuevos puntos de encuentro y fundamento a la integración propuesta en los inicios de este artículo.

Una educación ambiental transformadora debe abordar las múltiples interacciones interdependientes que van más allá de las divisiones tradicionales entre sociedad y naturaleza. Este enfoque permite debatir sobre los condicionantes del estado del ambiente, la salud de los ecosistemas, los modelos productivos y el extractivismo, así como las causas y consecuencias de problemas como la pobreza, el poder y la marginación. Además, considera una perspectiva histórica y geopolítica, reconociendo que los problemas ambientales actuales son resultado del capitalismo global. Se asume el territorio, como un espacio social y dinámico, que involucra relaciones de poder, económicas, de cooperación, conflicto, identidad y diversidad de cosmologías y mundos espirituales (García, 2022).

Otro elemento esencial que se debe considerar, lo sintetiza García (2022), cuando refiere que:

Pensar una educación ambiental transformadora implica cuestionar no solo el modelo de desarrollo hegemónico y su devenir sociohistórico, sino también los enfoques teórico-metodológicos con los que se ha pretendido conocer y explicar la realidad. Requiere de una fuerte redefinición epistemológica que implica, entre otros aspectos, desandar algunos pedagogismos encubiertos en currículos ambientalizados o devenidos en el discurso del desarrollo sostenible, que reproducen las relaciones de poder, producción, distribución y consumo del capitalismo global (p. 56).

El principal desafío de la educación ambiental contemporánea, concebida como una práctica política, crítica y emancipadora, es fomentar procesos que construyan una nueva racionalidad social. Esto debe lograrse a través de perspectivas epistemológicas basadas en el pensamiento de la complejidad, la interculturalidad y el diálogo de saberes, así como la problematización del conocimiento, la racionalidad, el saber y la ética, en diálogo con prácticas locales y regionales. Además, es fundamental incorporar una perspectiva de género, entendiendo que no puede haber justicia ambiental sin justicia de género.

La pedagogía ambiental en el contexto del pensamiento ambiental latinoamericano, debe abordar tanto los temas como el enfoque didáctico para promover procesos educativos que descolonizan el pensamiento, y construyen una postura política activa y consciente. Para ello es necesario aplicar una didáctica crítica que facilite el diálogo, la reflexión conjunta, la construcción conjunta del conocimiento, el rescate de los saberes locales, la creatividad y la cooperación. Una educación ambiental transformadora

debe promover la participación, como proceso pedagógico, y emplear las dinámicas grupales, como recurso didáctico de preferencia (García, 2022).

En correspondencia con lo expuesto, entendemos las prácticas deportivas grupales, como instrumento facilitador de cambios psicosociales, de transformación consciente y orientada, que puede ser una vía valiosa para educar y elevar la cultura ambiental comunitaria. Para Zas, *et.al* (2014):

Las prácticas deportivas grupales incluyen deportes colectivos, juegos y actividades físicorecreativas que se realizan de conjunto entre varias personas, basadas en normas grupales compartidas que favorecen el desarrollo de diversos procesos de socialización que se van generando en el grupo (cooperación, solidaridad, apoyo, confianza, etc.).

Estas pueden ser practicadas por personas de diferentes edades, sexos y clases sociales, y organizarse en diversos escenarios: institucionales, comunitarios y recreativos. Su utilización en niños puede iniciarse preferentemente en las edades escolares, aunque algunas pudieran ser aplicadas en edades más tempranas.

Las PDG son una herramienta para favorecer el compartir un tiempo y un espacio de desarrollo humano, junto a personas que pueden conocerse con anterioridad o no, que pueden volver a encontrarse en un futuro o no, pero que en el momento en que comparten a través de un juego deportivo, trasmitten algo particular que facilita el aprendizaje de una nueva lección para la vida del otro.

Su utilización en experiencias de transformación social, contempla la identificación previa del tipo de problemáticas psicosociales que se tratarían y conformarían los contenidos básicos que se deben tener presente en el diseño de estas prácticas (p. 9).

La concepción de PDG elaborada tiene altas potencialidades para la educación y, especialmente, para la educación ambiental. Estas potencialidades se expresan en tres aspectos:

1. En primer lugar, tiene potencialidades estructurales para la educación ambiental, relacionadas con sus componentes: objetivos, contenidos, métodos, medios, evaluación y formas de organización. Esto se traduce en la posibilidad de que en las PDG se formulen diferentes objetivos educativos, que permitan la asimilación de contenidos (conocimientos, habilidades y valores medioambientales). Mediante sus métodos, generalmente lúdicos y participativos, se facilita la apropiación de este

contenido de forma creativa, que muchas veces se complementa con el uso de medios que refuerzan mensajes de educación ambiental. Las formas de organización eminentemente activas de las PDG y la evaluación formativa y centrada en el desarrollo personal y grupal son otros componentes con altas potencialidades para la educación.

2. Las PDG modelan comportamientos, desde un proceso de participación activa y el diálogo de saberes. Este proceso participativo permitiría ir identificando e integrando conocimientos tradicionales y locales en la gestión ambiental, a la vez que propiciar reflexiones que les permitan a los participantes en los juegos proponer nuevos modos de hacer y comportarse ante diferentes situaciones y problemáticas. Se va propiciando un proceso generador de cambios culturales y socioambientales.
3. Pueden aprovecharse también las potencialidades de interacción social que genera la PDG para la educación ambiental. Las acciones comunicativas propias de esta actividad propician el diálogo entre los participantes; pero un diálogo diferente que involucra al cuerpo y su relación con el medioambiente, el contacto con el otro, así como con la tierra, el aire y hasta el mar, que puede aprovecharse para el desarrollo de la conciencia ambiental. Esta interacción propicia la construcción colectiva de conocimientos, emociones y valores vinculados con las problemáticas medioambientales de las comunidades e instituciones donde se realizan estas experiencias.
4. También se destaca el ejemplo del multiplicador del Programa de Transformación Psicosocial y las potencialidades de sus acciones educativas intencionadas a estos objetivos de educación ambiental. El multiplicador es un agente crítico de transformación educativa. Su rol requiere un proceso formativo que se concibe como parte del Programa de Formación de Multiplicadores, el cual incluye procesos de desarrollo de estrategias de trabajo en comunidades cubanas, el diseño de proyectos que le permitan a esa comunidad impulsar procesos de transformación social y el aprendizaje teórico-vivencial de un conjunto de recursos pedagógicos y didácticos, que pueden ser empleados en el diseño de sesiones de PDG, en el entorno comunitario y con diferentes grupos de edades. El trabajo sistemático sobre una ética relacional con todo el entorno comunitario y la formación de valores, forman parte también de los objetivos educativos del programa.

A partir de las premisas identificadas, el proceso investigativo se ha dirigido a la elaboración de un *Manual de Prácticas Deportivas Grupales*, para la educación ambiental comunitaria. Esta tarea se encuentra en pleno proceso de desarrollo, por eso como cierre de este artículo queremos presentar, algunas ideas esenciales que se deben considerar en la elaboración del manual.

Ruta metodológica para elaborar el *Manual de prácticas deportivas grupales para la educación ambiental comunitaria*

El *Manual de prácticas deportivas grupales para la educación ambiental comunitaria*, puede tener como objetivos principales: promover el aprendizaje experiencial mediante actividades físicas que generen conciencia ecológica; fomentar la cooperación, la solidaridad y el trabajo en equipo en la resolución de problemas ecológicos; sensibilizar a las comunidades sobre los impactos del cambio climático y la importancia de la justicia ambiental; desarrollar habilidades de liderazgo y empoderamiento en los participantes, permitiendo que asuman un rol activo en la transformación de su entorno y facilitar el conocimiento práctico de los ecosistemas locales y las prácticas de sostenibilidad a través de dinámicas grupales, entre otros.

Los recursos educativos deben ser diseñados, teniendo en cuenta las realidades locales y los principios de justicia ambiental, asegurando que todas las voces sean escuchadas y que las soluciones sean equitativas y sostenibles. La creación de manuales educativos específicos para contexto rural y costero puede facilitar la implementación de estas estrategias, promoviendo un desarrollo más justo.

La construcción de un *Manual de educación ambiental comunitaria* es, ante todo, un proceso con varias fases que no deben dejar de considerarse, y que pueden convertirse en recomendaciones metodológicas para futuras experiencias similares. A continuación describimos el proceso que se ha implementado para desarrollar la construcción de un conjunto de PDG para la educación ambiental comunitaria:

1. Conceptualización de la variable. En esta investigación, que tiene como objeto de estudio la educación ambiental transformadora, ya caracterizada en este artículo, se decidió centrar la acción educativa en las actitudes y se determinó como variable compleja la «educación de actitudes ambientales en comunidades en situación de vulnerabilidad» que agrupa otras variables simples, que fueron analizadas y conceptualizadas a tal efecto. Para la definición de esas variables se realizó un extenso análisis de los documentos normativos y referentes teóricos fundamentales que abarcan estos conceptos. Las actitudes ambientales combinan componentes cognitivos, afectivos y comportamentales que se manifiestan en la apropiación de contenidos sobre los temas relativos al medio ambiente, la sensibilización afectiva y el compromiso de preservarlo mediante comportamientos responsables. Por tanto, la variable «actitudes ambientales» abarca una visión integral y permite evaluar a grandes rasgos los resultados y el impacto de la educación ambiental sobre la forma en que las personas piensan, sienten y actúan sobre el medio ambiente. Para la

definición de «comunidades en situación de vulnerabilidad» se asumió la conceptualización de Peña (2014): «La vulnerabilidad se asocia a las condiciones de riesgo, de dificultad, que inhabilitan de manera inmediata o en el futuro, a los grupos afectados, en la satisfacción de su bienestar- en tanto subsistencia y calidad de vida- en contextos socio históricos, territorial y culturalmente determinados (pp. 116-117)».

2. Operacionalización de la variable «educación de actitudes ambientales en comunidades en situación de vulnerabilidad». Para organizar el diagnóstico de esta variable compleja se determinaron tres dimensiones que facilitaron la identificación de necesidades educativas particulares. En primer lugar, las actitudes ambientales generales, referidas a los conocimientos, estados afectivos y comportamientos de los pobladores de comunidades en situación de vulnerabilidad, hacia problemáticas ambientales generales. La segunda dimensión referida a las actitudes ambientales locales y como tercera dimensión las actitudes socioantropológicas. Esta operacionalización permitió explorar en sujetos de diferentes grupos etarios, de las comunidades seleccionadas, las necesidades educativas específicas desde el punto de vista cognoscitivo-representacional, vivencial y comportamental. Se determinaron además los indicadores de evaluación, así como los criterios de medida, tomando en cuenta particularidades de dos comunidades con diferentes ecosistemas (zona rural y zona costera), para facilitar el trabajo de diagnóstico, cuyo objetivo está centrado en identificar las actitudes ambientales de poblaciones de diferentes períodos etarios en comunidades en situación de vulnerabilidad ambiental, así como las necesidades de educación ambiental específicas por cada dimensión explorada. La selección de los instrumentos de evaluación estuvo orientada para cada una de las dimensiones y a la aplicación para los diferentes grupos etarios, y a su vez a la exploración de conocimientos, vivencias y comportamientos sobre la temática ambiental en los ecosistemas. Es por ello que los instrumentos seleccionados que evalúan los indicadores de cada una de las dimensiones referidas, fueron rediseñados en su mayoría de acuerdo con los contenidos temáticos que se van a explorar en el diagnóstico.
3. Elaboración del proceso de diagnóstico de necesidades de educación de actitudes ambientales. Para realizar este diagnóstico se determinaron, en primer lugar, los siguientes objetivos:
 - Identificar las actitudes ambientales de poblaciones de diferentes períodos etarios, en comunidades con situación de vulnerabilidad ambiental, según las tres dimensiones

determinadas: «actitudes ambientales generales», «actitudes ambientales locales» y «actitudes ambientales socioantropológicas».

- Determinar las necesidades de educación ambiental específicas por cada dimensión explorada y sus subdimensiones cognoscitiva-representacional, vivencial y comportamental.

Este diagnóstico tiene un enfoque cualitativo, en correspondencia con la investigación a la que responde. Se seleccionaron métodos e instrumentos que exploran los contenidos de las tres dimensiones, al tener en cuenta su complejidad en correspondencia con cada uno de los grupos etarios. Para el diagnóstico con muestras se utilizaron las técnicas de dibujo libre y de los tres y cinco deseos, en sujetos prescolares y escolares. Para las muestras de adolescentes, se aplicaron los métodos de narración y completamiento de frases. Para los jóvenes y adultos se aplicaron el cuestionario, la entrevista grupal y el mapeo del territorio. Estas dos últimas técnicas fueron utilizadas también con muestras de personas mayores, para realizar una comparación de los resultados. El diagnóstico se realizó en dos comunidades con situación de vulnerabilidad ambiental en diferentes ecosistemas, zona rural y zona costera. El procesamiento de la información se realizó mediante el método de análisis de contenido y la recopilación de los datos, en tablas descriptivas que permitieron determinar las zonas de mejora y las correspondientes necesidades de educación de las actitudes ambientales específicas. Ello permitió poder formular los objetivos y contenidos de los juegos que integran las PDG, como métodos y formas de organización de educación ambiental. Para identificar los elementos correspondientes a cada dimensión mencionada, se dividieron en tres subdimensiones principales: «cognoscitiva representacional», «vivencial» y «comportamental», las cuales abarcan aspectos específicos relacionados con las formas en que las comunidades trabajadas perciben, abordan y se comportan, con respecto al medio ambiente y su sostenibilidad. Esa clasificación, analizada a su con sus respectivos indicadores, ofrece una visión holística de la relación entre las personas, su comunidad y el entorno, desde el conocimiento y la comprensión, las emociones y experiencias, así como acciones concretas.

4. Determinación de contenidos de las prácticas deportivas grupales, como resultado de los hallazgos del proceso de diagnóstico.

- Expresión de las necesidades de educación ambiental, según los resultados del diagnóstico de las dimensiones y subdimensiones. Para determinar los objetivos y contenidos de las PDG que

integran el manual, se partió de los resultados del diagnóstico aplicado, teniendo en cuenta cada una de las dimensiones y subdimensiones antes mencionadas. A partir del análisis de los resultados del diagnóstico de la subdimensión cognoscitiva representacional de cada dimensión, se seleccionó una serie de conocimientos para incluir en los juegos que conforman las PDG, por ejemplo, en la dimensión «actitudes ambientales generales», los conceptos de sostenibilidad y legalidad ambiental, incluidas leyes y normas. En la dimensión «actitudes ambientales locales» se determinaron los conocimientos sobre las potencialidades y problemáticas que posee la comunidad en relación con el ecosistema, la percepción de riesgos asociados a fenómenos ambientales y la comprensión de la responsabilidad de las personas e instituciones locales en la aparición de estos problemas. En la dimensión «actitudes ambientales socioantropológicas» se identificaron necesidades educativas relacionadas con el conocimiento de las características identitarias de la comunidad, las prácticas cotidianas de sus habitantes y su impacto en el ecosistema, conocimientos sobre los principales problemas sociales y las posibles alternativas para su solución. El análisis de los resultados de la subdimensión «vivencial» facilitó que se incluyeran en los juegos acciones que permitieran experimentar emociones o hacer referencia a ellas, mediante preguntas, reflexiones o acciones lúdicas que las favoreciesen. En la dimensión «actitudes ambientales generales» se incluyeron estas acciones para movilizar emociones vinculadas al medio ambiente, la sostenibilidad, la legalidad ambiental y el cuidado del ecosistema. En la dimensión actitudes ambientales locales se consideraron las vivencias relacionadas con las afectaciones provocadas por fenómenos naturales y la proyección futura de la comunidad en cuanto al medio ambiente. También se relacionaron con las consecuencias devastadoras de los fenómenos hidrometeorológicos, los cuales generan incertidumbre, temores y frustración. En la dimensión «actitudes ambientales socioantropológicas» se seleccionaron contenidos vivenciales para los juegos que favoreciesen las emociones y estados afectivos vinculados a las tradiciones culturales y sociales locales. El análisis de los resultados de la subdimensión «comportamental» en cada una de las dimensiones, permitió determinar acciones lúdicas que sirvieran como modelo de comportamiento en el desarrollo de actitudes hacia el medio ambiente, la participación activa en la mitigación y solución de problemas ambientales, así como en la afectación del entorno. Se analizaron los comportamientos asumidos ante problemas específicos, el aprovechamiento de las potencialidades del ecosistema y las situaciones de riesgo ambiental; se incluyó la participación de entidades estatales en actividades

socioeconómicas que impactan en las problemáticas ambientales y la participación en tradiciones comunitarias. El énfasis de las tradiciones, por ejemplo, está directamente relacionado con las celebraciones históricas y los juegos populares que se practican. Por su parte, la identidad asumida por los pobladores se relaciona siempre con el ecosistema y la actividad económica fundamental que se desarrolla en la zona. Estas subdimensiones, como elementos del contenido educativo que se va a trabajar en los juegos, facilitaron la creación y organización de estos en el manual. En el proceso fue necesario también la graduación de los niveles de complejidad, teniendo en cuenta los grupos etarios que constituyen los beneficiarios del manual y las características de los ecosistemas, y las similitudes y diferencias de las comunidades donde se aplicó el diagnóstico.

- Selección de los juegos según el grupo etario. Para la selección de los juegos destinados a personas de diferentes edades fue necesario el análisis de las características de los grupos etarios, sus necesidades físicas y psicosociales. De esta forma, los juegos destinados a niños de edad prescolar, por ejemplo, deben ser de fácil comprensión, de corta duración, vinculados a canciones y objetos coloridos que faciliten el pensamiento concreto. Los juegos para niños de edad escolar pueden ser creados aprovechando sus necesidades de movimiento y así, hasta llegar a las necesidades de socialización en actividades lúdicas más pausadas que caracterizan a las personas mayores.
 - Selección de los juegos, según las características de la comunidad. Otro requisito que se siguió en la creación de los juegos para el manual, fue la selección de contenidos de educación ambiental, según las características de los ecosistemas y las comunidades. Los resultados del diagnóstico de necesidades de educación ambiental realizado en dos comunidades con ecosistemas diferentes muestran similitudes, pero también diferencias que deben tenerse en cuenta en la elaboración de juegos.
5. Elaboración de juegos para las distintas fases de las PDG y para cada grupo etario. Con el objetivo de elaborar los juegos, el primer análisis se centró en la estructura de estos, la cual tuvo como referentes: causas, efectos y soluciones de los problemas ambientales identificados. La estructura seleccionada, luego de análisis y discusiones científicas, guarda relación con la variable y los indicadores mencionados anteriormente. A partir de ello, todos los juegos fueron redactados siguiendo el mismo modelo, para mantener uniformidad y mejor comprensión en las personas a las que se aspira llegue el manual. El propósito es que este sea asequible para cualquier persona de una

comunidad. El primer grupo de juegos tuvo como fuente los resultados del diagnóstico, pues de ahí se obtuvieron los primeros contenidos ambientales abordados. Después se continuó trabajando con contenidos obtenidos de talleres organizados durante la investigación, así como otros necesarios, para alcanzar una conciencia ambiental en la población cubana. Todo el proceso de elaboración de juegos estuvo mediado por reuniones periódicas del grupo de trabajo, donde se realizaron propuestas que eran discutidas hasta llegar a un consenso. Estos espacios se caracterizaron por la creatividad grupal e individual de los investigadores, así como su compromiso por la continua preparación en temas ambientales. Tanto los colaboradores como las personas de las comunidades objeto de estudio, tuvieron un papel protagónico en el proceso de creación. Sus sugerencias fueron pertinentes y necesarias, como agentes activos en el proceso; sin embargo, algunos juegos propuestos por las comunidades fueron modificados. El trabajo con los colaboradores se caracterizó por la transdisciplinariedad, pues se contó con la participación de profesionales del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER); el Centro de Estudios de Educación Ambiental (Gea), de la Universidad de Ciencias Pedagógicas Enrique José Varona, la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana y el Grupo de Estudios Psicosociales de la Salud, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA). En cada reunión grupal se analizó la pertinencia de los juegos y el logro de su objetivo, siempre desde la mirada de cada profesional involucrado en el proceso. Luego de debates y retroalimentaciones se procedió a perfeccionarlos, lo cual fue un trabajo sistemático, que requirió de creatividad, disciplina y constancia. El último análisis se centró en la organización de los juegos dentro del manual, lo cual continuó siendo una tarea rigurosa e imprescindible. Cada uno de ellos, responde a características específicas; sin embargo, muchos pueden ser empleados en contextos diferentes al planteado. La estructura del manual se corresponde con las preferencias del investigador en función del objetivo propuesto. No obstante, puede estar sujeto a variaciones en función de la persona que lo emplee.

6. Principios para la construcción de un *Manual de educación ambiental*, que pueda implementarse en comunidades costeras y rurales de Cuba, el cual debe exponer un conjunto de principios que se deben considerar para el ejercicio de las PDG que se presenten. Algunos de estos principios pueden ser (Zas *et al.*, 2014):

- Éticos:

- El humanismo, la consideración del ser humano como sujeto activo, partiendo del reconocimiento de sus necesidades, expectativas, posibilidades reales y potenciales, así como su papel en el proceso de transformación de la realidad social, lo cual lo convierte en actor central del cambio.
 - La participación y el empoderamiento de los actores sociales, a través del diálogo horizontal, para lograr consenso, apoyo y alianza.
 - La educación, desde las potencialidades, como actividad central del proceso de cambio orientada a formar una conciencia crítica; enseñar a mirar desde otro punto de vista, mover a los participantes de su posición y perspectiva e incrementar la capacidad para afrontar, solucionar problemáticas, movilizando recursos ya existentes o creando otros.
 - La colaboración entre los implicados, lo que supone un constante intercambio y aprendizaje mutuo con el propósito de alcanzar una mayor efectividad del trabajo.
 - El acompañamiento y la orientación a los actores desde el respeto; la autonomía y autodeterminación; la comprensión y aceptación; el compromiso; la distribución de poderes y la responsabilidad compartida.
 - La unidad grupo-individuo, que conlleva la construcción, el establecimiento y reconocimiento de las normas grupales, el compromiso y la responsabilidad personal, así como el respeto a la individualidad y la diversidad.
-
- Metodológicos:
 - La adecuación del programa a las particularidades del contexto, los grupos, los objetivos y las etapas de trabajo. Se trata de lograr un equilibrio entre lo esperado y lo que realmente se puede alcanzar, según las condiciones de tiempo y espacio. Implica la revisión y reelaboración permanente de estrategias y acciones.
 - La flexibilidad que permita una apertura a sugerencias y a la incorporación de otros enfoques en el proceso de transformación. Supone que todo está sujeto a cambios, a la introducción de nuevos elementos. Estimula la actividad creadora de los participantes.
 - La activación de redes sociales, formales e informales, en los diversos grupos, organizaciones e instituciones de la comunidad en función de la implementación del programa.

- La construcción intencional de estrategias y el desarrollo de acciones encaminadas a garantizar la sostenibilidad de las experiencias de transformación, preparando a los actores sociales para el cierre del acompañamiento o facilitación.

Otro elemento esencial que se debe considerar en el manual es la inclusión de un glosario sobre los conceptos fundamentales que se van a trabajar desde las problemáticas medioambientales, ofreciendo un recurso educativo que permita ir deconstruyendo un conjunto de conceptos y creencias erróneas o distorsionadas, y ofreciendo nuevas concepciones que permitan propiciar diálogos reflexivos y críticos en los grupos de participantes.

Algunos de los principios que deben estar en el diseño de las actividades educativas del manual son: inclusividad, relevancia cultural, enfoque de género, sostenibilidad de las propuestas de solución a problemáticas diversas, entre otros. Las PDG para la educación ambiental deben ser actividades que promuevan la participación activa de la comunidad, integrando conocimientos científicos y tradicionales, y abordando tanto los desafíos ambientales locales, como las soluciones prácticas. Además, debe fomentar la resiliencia y la capacidad de adaptación frente a los impactos del cambio climático y otras amenazas ambientales.

CONCLUSIONES

Los temas ambientales aún son poco abordados en las ciencias sociales. La mirada dominante en el país está en manos de otras disciplinas, cuyos enfoques son distintos a los de nuestra disciplina. El trabajo aquí sintetizado supone un enfoque más centrado en el análisis del comportamiento y las posibles vías de su educación transformadora. Al mismo tiempo, se trata de operar a nivel de lo comunitario, en el registro de las prácticas cotidianas de vida.

El recorrido realizado en este trabajo aporta una mirada integradora, que resulta de amplia utilidad para la elaboración prospectiva de un recurso educativo ambiental, con el cual aspiramos a generar desde nuestras ciencias sociales un medio más de contribución al difícil camino liberador y transformador de nuestras comunidades cubanas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aragonés J & Américo M (1991). Un estudio empírico sobre las actitudes ambientales, Revista de Psicología Social, 223-240. Madrid: Universidad Autónoma de Madrid.

Asamblea Nacional del Poder Popular (1997). Ley 81 de Medio Ambiente. IX Período Ordinario de Sesiones de la IV Legislatura. <http://www.gacetaoficial.gob.cu/es/ley-81-de-1997-de-asamblea-nacional-del-poder-popular>.

Asamblea Nacional del Poder Popular (2022). Ley del sistema de los recursos naturales y el medio ambiente. <http://www.gacetaoficial.gob.cu/es/gaceta-oficial-no-58-ordinaria-de-2022>.

CITMA-CIGEA (2010-2015). Estrategia Nacional de Educación Ambiental. http://www.euroclimaplus.org/intranet/_documentos/repositorio/Estrategia%20Nacional%20de%20Educaci%C3%B3n%20Ambiental_2010Cuba.pdf

García D (2022). La educación ambiental como política pública: Reflexiones desde una pedagogía ambiental crítica, Revista Argentina de Investigación Educativa, 2(4), 43-64. Argentina.

Ley 150 (2022). Ley del Sistema de los Recursos Naturales y el Medio Ambiente. Gaceta oficial núm. 87 Ordinaria, de 13 de septiembre de 2023. <http://www.gacetaoficial.gob.cu/es/gaceta-oficial-no-58ordinaria-de-2022>.

Peña A (2014). Vulnerabilidad ambiental y reproducción de la pobreza urbana. Algunas reflexiones sobre su relación en territorios periféricos de Ciudad de La Habana. En Algunas claves pensar la pobreza en Cuba desde la mirada de jóvenes investigadores, 116-117. La Habana: Publicaciones Acuario.

Redonet N, Hernández R, & Pérez E (2015). Estrategia de educación ambiental para los pobladores de la comunidad costera de La Coloma que laboran en la Empresa Pesquera Industrial EPICOL, Tesis en opción al grado académico en Gestión Ambiental. Pinar del Río, Cuba.

Sjoberg S & Schreiner C (2005). Young people and science. Attitudes, values and priorities. Evidence from the ROSE project. Keynote presentation at EU's Science and Society Forum 2005. Session 4: How to foster diversity, inclusiveness and equality in science. Bruselas, Unión Europea, 9-11 de abril, 2005. http://europa.eu.int/comm/research/conferences/2005/forum2005/docs/progr_sjoberg_en.pdf.

UNESCO (1977). Conferencia Intergubernamental sobre Educación Ambiental. Recuperado de: <http://unesdoc.unesco.org/images/0003/000327/032763sb.pdf>

Zas B, et al. (2014). Manual de prácticas deportivas grupales. La Habana: Caminos.

Zas B, et al. (2021). Guía metodológica para la formación de multiplicadores del Programa de Transformación Psicosocial centrado en la Práctica Deportiva Grupal. La Habana: Caminos.

**RELACIÓN ENTRE NECESIDADES PSICOEDUCATIVAS Y PSICOLÓGICAS,
DE LOS CUIDADORES DE PACIENTES EN HEMODIÁLISIS**

*RELATIONSHIP BETWEEN PSYCHOEDUCATIONAL AND PSYCHOLOGICAL NEEDS OF
HEMODIALYSIS PATIENTS*

Diliara Sosa Sánchez

Lesnay Martínez-Rodríguez

Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, Las Villas, Cuba

Recibido: 22-01-2025

Aceptado: 15-02-2025

Publicado: 01-03-2025

Cómo citar este artículo:

Sosa D, Martínez L. (2025). Relación entre necesidades psicoeducativas y psicológicas en cuidadores de pacientes en hemodiálisis. Revista Cubana de Psicología, 7(12), 74-90. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

Los cuidadores de pacientes en hemodiálisis cumplen un rol que puede afectar su salud física y mental, pues los procederes médicos son desgastadores para ambos. Las necesidades mayormente descritas están relacionadas con: información y formación, y apoyo emocional y económico. Esta investigación tiene como objetivo describir la relación entre las necesidades psicoeducativas y psicológicas de los cuidadores de pacientes en hemodiálisis, a partir de un diseño explicativo secuencial, sobre la base de un paradigma mixto de investigación. La muestra estuvo compuesta por 20 cuidadores familiares de pacientes en hemodiálisis, del Hospital Clínico Quirúrgico Arnaldo Milián Castro, de Santa Clara, al centro de Cuba. Se emplearon como instrumentos dos cuestionarios: uno sobre necesidades psicoeducativas y otro con los métodos directo e indirecto, de la técnica RAMDI. En el procesamiento de los datos se utilizó el programa computacional SPSS para los cuantitativos y el análisis de contenido para los cualitativos. Los

resultados indican que las necesidades psicológicas y psicoeducativas poseen una estrecha relación, dada por la asunción del rol del cuidador y las características actuales del contexto cubano.

Palabras clave: cuidadores, hemodiálisis, necesidades, psicoeducativas, psicológicas.

ABSTRACT

Caregivers of patients on hemodialysis fulfill a role that affects their physical and mental health since medical procedures are exhausting for the patient and their caregiver. The needs most described have been: information and training needs, emotional and economic support needs. This research aimed to describe the relationship between psychoeducational and psychological needs of caregivers of patients on hemodialysis, based on a sequential explanatory design based on a mixed research paradigm. The sample was made up of 20 family caregivers of hemodialysis patients from the 'Arnaldo Milián Castro' Clinical Surgical Hospital. The psychoeducational needs questionnaire and the Direct and Indirect Method of the RAMDI technique were used as instruments. In data processing, SPSS was used for quantitative data and content analysis for qualitative data. The results indicate that psychological and psychoeducational needs have a close relationship, given by the assumption of the role of care and the current characteristics of the Cuban context.

Keywords: caregivers, hemodialysis, needs, psychoeducational, psychological.

INTRODUCCIÓN

La Enfermedad Renal Crónica (ERC) tiene una alta incidencia a nivel mundial, ya que afecta a cerca del 10 % de la población mundial (León *et al.*, 2020). Entre los procederes médicos empleados en la atención de esta patología está la hemodiálisis o tratamiento dialítico, el cual, por sus características, demanda más tiempo y dedicación del cuidador, quien debe garantizar la reorganización, el mantenimiento y la cohesión familiar, y asumir la mayor carga emocional del rol (Martínez & Grau, 2017).

Las características del tratamiento hemodialítico identifican al cuidador, como la persona que se ocupa de ejecutar las acciones complejas referidas al paciente, como: acompañamiento, supervisión, administración de medicamentos, alimentación, asistencia en las actividades de la vida diaria, gestión del acceso a los servicios de salud, resolución de problemas y toma de decisiones (Huérzano *et al.*, 2018). La asunción del rol implica conflictos, carencia de intereses personales, frustraciones, estados emocionales negativos, sobrecarga y la aparición de múltiples necesidades, que en la mayoría de los casos no logran ser cubiertas totalmente (Martínez *et al.*, 2019).

Las necesidades —como categoría psicológica— se definen, como la cualidad estable de la personalidad, portadora de un contenido emocional constante, que orienta al sujeto en una dirección estable de su comportamiento (Martínez *et al.*, 2023). Estudios sobre la presencia de necesidades en la población cuidadora de pacientes en tratamiento por hemodiálisis, revelan que las principales necesidades son aquellas relacionadas con la atención psicológica, la preparación para el rol, la preocupación por la carga, el autocuidado, los servicios médicos, la seguridad y el apoyo social, escolar, instrumental y familiar (Martínez *et al.*, 2022).

En nuestro contexto, Martínez & Grau (2017) precisan que otras de las principales necesidades de los cuidadores son la formación e información, y el apoyo emocional de profesionales y familiares, a la vez que la necesidad de apoyo económico, orientación psicológica, autocuidado y ocio (Rubio *et al.*, 2017; Rada *et al.*, 2019; García, 2020).

Basilio (2017) refiere que las necesidades psicoeducativas constituyen las necesidades de origen superior más identificativas entre los cuidadores, manifestadas en el interés por conocer sobre la enfermedad de la persona que cuida, el curso del tratamiento y el manejo de las situaciones de crisis. La psicoeducación se define como alternativa de intervención psicológica, que combina elementos educativos e informativos (Cuevas & Moreno, 2017). Entre sus objetivos se distinguen: capacitar, informar, educar, mejorar o reforzar elementos asociados a la salud, funcionamiento familiar, adherencia terapéutica, manejo emocional, apoyo psicológico, factores psicológicos protectores, habilidades, capacidades y autoconocimiento (Montiel & Guerra, 2016).

Como estrategia de intervención, emplea técnicas para la resolución de problemas, favorece la expresión emocional, desestructura mitos y creencias erróneas. Se afirma que la psicoeducación en población cuidadora se enfoca hacia el conocimiento, el manejo y la comprensión de la enfermedad del paciente, las estrategias para el rol y los efectos del cuidado (Medina, 2010). Al respecto, se reconoce la escasa información que se posee sobre las necesidades psicoeducativas de cuidadores hemodializados y su relación con otros contenidos de la esfera motivacional. El estudio de estas necesidades facilita el trabajo científico y la intervención psicológica en contextos sanitarios, para comprender el significado de tales experiencias desde la persona que cuida. Ante ello, se plantea como objetivo describir la relación entre las necesidades psicoeducativas y psicológicas en cuidadores de pacientes en hemodiálisis.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño y participantes

Se empleó el estudio explicativo secuencial (DEXPLIS), como diseño de investigación, para abordar el problema e integrar la información recogida en cada caso (Hernández *et al.*, 2014). De acuerdo con los criterios de conveniencia y accesibilidad, se eligió como contexto de estudio el servicio de hemodiálisis del Hospital Clínico Quirúrgico Arnaldo Milián Castro, de Santa Clara, al centro de Cuba. El trabajo de campo se realizó durante los meses de enero a mayo de 2023, con la implementación primero de la etapa cuantitativa y, después, de la cualitativa.

Tanto para las muestras cuantitativa y cualitativa se tuvieron en cuenta, como criterios de selección: la persona que se desempeña como cuidador familiar del paciente en tratamiento de hemodiálisis, la asistencia en el horario diurno de tratamiento y ofrecer su participación voluntaria en la investigación, mediante el consentimiento informado. Se estableció como criterio de exclusión, la discapacidad intelectual, y como criterios de salida, el abandono de la investigación y el cuidador, cuyo familiar abandone el tratamiento con hemodiálisis, fallezca o reciba trasplante durante la investigación.

La selección muestral fue intencional, no probabilística, por la riqueza, profundidad y calidad de la información que permite obtener. Ambas muestras, cuantitativa y cualitativa, se formaron con 20 cuidadores principales, por lo que entre ellas se estableció una relación idéntica con muestreo básico. Se empleó como instrumento en la etapa cuantitativa, el cuestionario de necesidades psicoeducativas (anexo 1), y para la etapa cualitativa, los métodos directo e indirecto, de la técnica RAMDI (anexo 2).

Medidas y procedimientos

En un primer encuentro se solicitó individualmente el consentimiento informado y los participantes dejaron constancia escrita de su aceptación para participar en el estudio. Posteriormente, se aplicó el cuestionario de necesidades psicoeducativas, que responde a la fase cuantitativa del estudio, cuyas preguntas están centradas en la información que tienen los cuidadores sobre la enfermedad renal, el tratamiento dialítico, y la identificación de necesidades de información y conocimiento para el cuidado. Luego de analizar las respuestas ofrecidas, se implementó la fase cualitativa de la investigación, mediante la aplicación de los métodos directo e indirecto del RAMDI, con el objetivo de describir las necesidades psicológicas de los cuidadores. Una vez realizada la codificación y el análisis de los datos obtenidos, se procedió a elaborar las metainferencias, que permiten relacionar las necesidades psicoeducativas identificadas en la primera etapa de investigación, con las necesidades psicológicas escritas en la segunda fase.

Análisis de datos

Para la organización y el procesamiento cuantitativo de los datos se utilizó el programa computacional SPSS. Para el análisis de los datos cualitativos se estableció el análisis de contenido, como proceder metodológico, y se empleó la codificación y el establecimiento de categorías. Este procedimiento se realizó a partir del Sistema categorial elaborado por Martínez *et al.* (2022), para los cuidadores de pacientes en hemodiálisis (tabla 1).

Tabla 1. Sistema categorial para las necesidades psicológicas población cuidadora

Categoría	Código	Definición
Necesidades sociales		
Paz	PZ	Deseos de tranquilidad y paz en la familia y la sociedad.
Impacto de la enfermedad	IE	Deseos de realizar las actividades cotidianas que fueron abandonadas debido a la asunción del rol.
Disciplina	DS	Deseos de cumplir satisfactoriamente con la labor social.
Habilidad de cuidado	HC	Deseos de tener la sabiduría y habilidad necesarias para cumplir satisfactoriamente con el cuidado.
Apoyo instrumental	AI	Deseos de contar con equipamientos que faciliten el cuidado.
Cambio de Turno	TR	Deseos de pertenecer al turno de la mañana.
Afrontamiento	AF	Deseos de adaptarse para enfrentar la nueva situación de vida.
Resignación	RS	Deseos de aceptar la realidad vivida por la enfermedad.
Integración social	IS	Deseos de que el enfermo renal se incorpore a la sociedad.
Libertad	LB	Deseos de ser libre.
Seguridad	SG	Deseos de no sentirse maltratado.
Descendencia	DD	Deseos de tener hijos.
Experiencia de cuidado	EC	Deseos de utilizar la experiencia previa a la enfermedad para propiciarle al paciente una mejor atención.
Apoyo escolar	AE	Necesidad de contar con el apoyo de la escuela para la culminación de estudios y poder cuidar del familiar.

Necesidades individuales

Reconocimiento	RC	Deseos de que el enfermo renal que cuidan sienta orgullo y admiración por su figura.
Atención psicológica	AP	Deseos de tratamiento psicológico que ayude a afrontar la situación.
Delegación de responsabilidades	DL	Deseos de tener menos responsabilidades y tareas que cumplir, tanto referidas al cuidado como en el hogar.
Cuidado	NC	Deseos de que un miembro de la familia le cuide cuando lo necesita.
Dedicación	DC	Deseos de ayudar y brindar amor a su familiar en hemodiálisis.
Autocuidado	AU	Deseos de cuidar su salud para continuar ejerciendo el rol.
Optimismo	OP	Deseos positivos de perseverancia hacia su situación personal y hacia el familiar en hemodiálisis.

Necesidades psicosociales

Calidad del servicio médico	CM	Deseos de contar con la calidad técnica y profesional necesaria para el cumplimiento óptimo del servicio de hemodiálisis.
Responsabilidad con el rol	RC	Deseos de cumplir adecuadamente con su deber en función del rol asumido.
Satisfacción con el rol	SR	Deseos de cumplir con el deber de cuidar y sentir orgullo por la tarea.
Salud 2	S2	Deseos de que tanto el enfermo renal como otros miembros de la familia tengan buena salud.
Bienestar familiar	BF	Deseos de bienestar para la familia.
Bienestar	BN	Deseos de bienestar para el enfermo renal que cuida.
Bienestar social	BS	Deseos de una sociedad mejor.
Religión	RG	Deseos centrados en creencias religiosas.
Apoyo social	AS	Deseos de contar con ayuda de agentes de la sociedad (trabajadores sociales, compañeros de trabajo, otros).
Apoyo familiar	AF	Deseos de tener el apoyo de la familia y los amigos para cumplir con el cuidado.
Trasplante	TP	Deseos de que el enfermo renal reciba un trasplante y supere la situación satisfactoriamente.
Bienestar familiar	BF	Deseos de bienestar para la familia.

(Fuente: elaboración propia)

Consideraciones éticas de la investigación

Como requerimientos éticos del estudio se asumió la voluntariedad de los participantes y su confirmación, mediante el consentimiento informado escrito. Durante todo el proceso se garantizó el respeto a la individualidad y la privacidad de los cuidadores, y se les dio a conocer la posibilidad de retirarse de la investigación si en algún momento lo estimaban conveniente.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La muestra seleccionada para la fase cuantitativa estuvo compuesta por 20 participantes, todos cuidadores de pacientes en tratamiento con hemodiálisis. De ellos, 17 participantes pertenecen al sexo femenino y representan el 85 % de la muestra, y 3 pertenecen al sexo masculino y representan el 15 % de la muestra total. La edad de los participantes oscila entre 25 años y 68 años, siendo la media 51,15 años de edad.

Se establecieron como categorías *a priori*, a partir de las respuestas del cuestionario para las necesidades psicoeducativas de los cuidadores: conocimiento, temáticas de salud, nivel de conocimiento sobre el tratamiento de hemodiálisis, vías para obtener información, temores y preocupaciones del cuidador y necesidades para el cuidado.

Nivel de conocimiento del cuidador

El nivel general de conocimiento de los cuidadores se evalúa como bueno, pues 16 participantes expresan estar suficientemente informados sobre la ERC, lo que representa el 80 % (n = 16) de la muestra total.

Temáticas de salud

Los datos reflejan que las temáticas de salud para los cuidadores se relacionan con las alternativas de tratamiento dialítico, las características generales que acompañan la condición de sus familiares y los cuidados médicos específicos del paciente con ERC. De igual forma, los participantes destacan la importancia de la asistencia psicológica durante la enfermedad. Como parte del tratamiento, la hemodiálisis y el trasplante renal constituyen áreas temáticas menos conocidas. Solo el 5 % (n = 1) de los participantes muestra carencia de conocimiento sobre los cuidados médicos de los pacientes de ERC (tabla 2).

Tabla 2. Temáticas de salud más conocidas y menos conocidas

Temáticas de salud menos conocidas	%	Temáticas de salud más conocidas	%
Tratamiento	20 %	Hemodiálisis	10 %
ERC	10 %	Trasplante	10 %

Cuidados médicos	5 %	Cuidados médicos	5 %
Todos los anteriores	20 %	No responden	75 %

(Fuente: elaboración propia)

Al analizar el nivel de conocimiento de los cuidadores sobre el tratamiento, identificamos que el 75 % (n = 15) de los participantes están suficientemente informados sobre el tratamiento hemodialítico y solo el 25 % (n = 5) dicen estar medianamente informados.

Vías de obtención de información

Los cuidadores refieren que la principal fuente informativa resulta el servicio de salud, los especialistas y las enfermeras. Se destaca el rol del nefrólogo, quien acompaña a los pacientes y cuidadores durante todo el proceso de la enfermedad. Resulta interesante conocer el interés de los cuidadores por su autopreparación, la búsqueda de nuevas fuentes de información y experiencias que adquieren de otros sujetos que desempeñan el mismo rol (tabla 3).

Tabla 3. Vías para la obtención del conocimiento de los cuidadores

Vías	f	%
Personal médico	17	85 %
Autopreparación	1	5 %
Cuidadores	2	10 %

(Fuente: elaboración propia)

Temores y preocupaciones del cuidador

Se constata, mediante los resultados, que el principal temor de los cuidadores es la muerte del familiar al que acompañan, siendo este motivo de insatisfacción y tristeza; pero también de motivación para asumir el rol del cuidado con mayor diligencia. Se destacan temores asociados a la carencia o falta de insumos médicos y el agravamiento de la enfermedad. Como se aprecia en la tabla 4, el 30 % (n = 6) de los participantes afirmaron que su principal temor era el fallecimiento, mientras que 70 % (n = 14) están mayormente preocupados por la falta de insumos médicos y el agravamiento de la enfermedad. Estas últimas consideraciones son comprensibles, debido a las características del tratamiento hemodialítico, la

afección de salud del paciente, el empeoramiento o las complicaciones asociadas a su situación de salud y los recursos médicos para atender los momentos críticos de la enfermedad.

Tabla 4. Temores respecto al cuidado

Temores	f	%
Muerte	6	30 %
Insumos médicos	3	15 %
Estado de salud	3	15 %
No hay respuesta	8	40 %

(Fuente: elaboración propia)

Necesidades psicoeducativas de los cuidadores

Desde la literatura científica se categorizan las necesidades de los cuidadores, según tres criterios:

1. Necesidades de formación e información
2. Necesidades de apoyo emocional por parte de los profesionales, familiares y sociedad
3. Necesidades de apoyo económico

En nuestro contexto, las necesidades orientadas alrededor del cuidado quedan supeditadas a las necesidades de origen económico. De esta forma, el 35 % (n = 7) de los participantes de la muestra refieren tener necesidades de insumos médicos para el cuidado; el 15 % (n = 3) alude a las necesidades de recursos económicos y solo el 5 % (n = 1) responde a las necesidades de origen psicoeducativo (tabla 5). Esto confirma, que las necesidades de los sujetos, según el contexto en el que se desarrollen, se jerarquizan. Con estos resultados no se niega la presencia de necesidades psicoeducativas en la población cuidadora, sino que estas están desplazadas a un lugar de prioridad menor en la esfera motivacional de los cuidadores. No obstante, las principales necesidades psicoeducativas se refieren al conocimiento sobre los síntomas psicopatológicos que pueden experimentar el cuidador y el paciente, además de las necesidades de apoyo psicológico (emocional) durante el rol del cuidador.

Tabla 5. Necesidades de los cuidadores

Necesidades	f	%
Insumos médicos	7	35 %
Recursos económicos	3	15 %
Medicamentos	1	5 %
Conocimiento	1	5 %
Todas las anteriores	3	15 %
No hay respuesta	5	25 %

(Fuente: elaboración propia)

De igual manera, la muestra utilizada en la segunda fase o cualitativa estuvo compuesta por 20 participantes. El perfil sociodemográfico del cuidador concuerda con el descrito por varios autores, en el predominio del sexo femenino: independientemente de la cultura o el tipo de cuidado que se proporcione, es la mujer la que mayormente asume el rol (Martínez & Grau, 2017).

La aplicación de los métodos directo e indirecto, de la técnica del RAMDI, muestra que las principales necesidades de los cuidadores son la salud y el bienestar del paciente hemodializado, reinserción a la sociedad del familiar, bienestar familiar y social. Estas categorías ocupan, generalmente, las primeras tres opciones de respuesta, tanto en el Método Directo, como en el Indirecto, siendo resultados coincidentes con las necesidades identificadas por Martínez *et al.* (2022).

No obstante, se identifica en los participantes otro grupo de necesidades referidas al contexto económico, la asistencia sanitaria, los cuidados e insumos médicos, la alimentación y el mejoramiento del ámbito social, en cuanto a las problemáticas económicas. Estas necesidades hacen que los cuidadores experimenten preocupaciones con respecto a su familiar enfermo y el resto de la familia, lo que implica la presencia de estados de ánimo negativos, como la tristeza, el estrés y la ansiedad.

Solo tres de los participantes no responden al Método Indirecto, lo que indica que no hay una proyección o implicación con este. En el resto de los participantes, las respuestas ofrecidas a este método generalmente están en función de las necesidades del familiar hemodializado o de otro familiar cercano, mostrando poca proyección e interés hacia sí mismos. Se plasman necesidades de paz, tranquilidad, viajes, autocuidado y descendencia, lo que demuestra la expresión psicológica de los estados de ánimo displacenteros y aquellas actividades abandonadas al asumir el rol del cuidado.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

A partir de las características de la ERC, su evolución y el tiempo en el que los cuidadores asumen esta difícil tarea, los resultados en la primera fase de la investigación están acordes con los planteamientos teóricos ofrecidos en esta y otras investigaciones, haciendo referencia a los niveles altos de conocimiento de la comunidad cuidadora y las fuentes básicas de información en los especialistas de salud y enfermeros. Con respecto a las necesidades psicoeducativas, se evidencia que estas —en el contexto investigativo actual— han sido desplazadas por los cuidadores a un segundo plano, supeditándolas a las necesidades económicas y mostrando así el dinamismo de esta categoría psicológica.

Por su parte, las respuestas ofrecidas en la segunda fase investigativa evidencian que el sistema categorial de necesidades que más predomina en los cuidadores, es aquel referido a las necesidades psicosociales, seguido de las necesidades de origen social. En última instancia están las necesidades individuales. Este hecho se explica, a partir de la subordinación que los cuidadores hacen de sus propias necesidades durante el ejercicio del rol (Grau *et al.*, 2019). El cuidador interrumpe o modifica sus rutinas cotidianas vida para acompañar las actividades del enfermo renal, algunas de las cuales son: alimentación, movilizaciones, limpieza, alcanzando mayor o menor complejidad de acuerdo a los grados de discapacidad o invalidez que presente el enfermo (Abate, 2017).

Por otra parte, la jerarquización de necesidades psicosociales en función del contexto en que los cuidadores se desarrollan, son fundamentalmente de carácter social y económico. Con la aplicación de esta fase se obtienen nuevas categorías de necesidades asociadas al cuidado, que no están comprendidas en el sistema de categorías empleado para la codificación de la técnica.

Estas categorías no implícitas están asociadas a necesidades de origen económico. Entre ellas, se plasma el deseo de arreglar la forma migratoria, reunificación familiar, llegada del parol humanitario a un miembro de la familia o al propio cuidador, dinero, recursos materiales. En torno a la discrepancia entre las respuestas a los métodos directo e indirecto, de la técnica del RAMDI se puede inferir que estas indican áreas de conflictos de motivos, de privación o frustración de las necesidades (González, 2008). El estudio exhibe que el cuidado del familiar constituye una fuente de insatisfacción de necesidades individuales y sociales. El estudio de Martínez *et al.* (2023) sobre necesidades psicológicas constituye un referente importante para la investigación y es el principal referente para esta población, desde el contexto cubano.

CONCLUSIONES

Las necesidades psicoeducativas y psicológicas de los cuidadores de pacientes en hemodiálisis, se

establecen a partir de la asunción del rol del cuidador, mostrando una estrecha relación entre ambas categorías. Las necesidades psicoeducativas no constituyen un elemento jerárquico en la esfera motivacional de los cuidadores, siendo las necesidades de origen económico y psicosocial. Las principales necesidades psicológicas se relacionan con la salud, el bienestar del paciente hemodializado y su reinserción a la sociedad, el bienestar familiar y social, así como las necesidades económicas. Es pertinente abordar la influencia del contexto social en el que se desempeña el cuidador ya que repercute en los estados de ánimo y el dinamismo de esta categoría psicológica. Los autores no reportan conflictos de intereses y declaran que la investigación fue realizada en ausencia de relaciones comerciales o financieras que pudieran representar un conflicto de interés potencial.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Abate H (2017). Conocimiento para prevenir la dependencia y sobrecarga en pacientes en hemodiálisis en IGSA Medic Service-Lima, Tesis de Licenciatura, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima. https://repositorio.upch.edu.pe/bitstream/handle/upch/31269120/Autocuidado_Malates
- Cuevas Cancino J, & Moreno Pérez N (2017). Psicoeducación: intervención de enfermería para el cuidado de la familia en su rol de cuidadora, *Enfermería Universitaria* 14(3). México. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.1016/j.reu.2017.06.003>
- García, E. (2020). *Necesidades del cuidador informal* Universidad de la Laguna]. España. <http://riull.ull.es/xmlu/bitstream/handle/915/15112/Necesidades%20del%20cuidador%20informal.pdf>
- Grau Y, Rodríguez R, & Martínez L (2019). Sentido personal del rol y estrategias de afrontamiento en cuidadores de pacientes en hemodiálisis, INFAD, (1), 269-282. España. <http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/1440/1238>
- Hernández-Sampieri, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (S. A. D. C. V. McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, Ed. 6ta ed.).
- Huérano D, Álvarez D, Arias E, & Carreño S (2018). Necesidades de personas en terapia de diálisis y sus cuidadores: Revisión integrativa, *Enferm Nefrol*, 21(2), 155-165. España. <https://doi.org/10.4321/S2254-28842018000200007>.
- León Y, Sánchez M A, & Enríquez C (2020). Calidad de vida de los cuidadores de pacientes en hemodiálisis, Medicentro Electrónica, 24(2), 15-28. Cuba
- Martínez L, Fernández E, González E, Ávila Y, Lorenzo A, & Vázquez H (2019). Apoyo social y resiliencia: factores protectores en cuidadores principales de pacientes en hemodiálisis, *Enfermería*

Nefrológica, 22(2), 130-139. España. <https://doi.org/> <http://dx.doi.org/10.4321/S2254-28842019000200004>.

Martínez L, & Grau Y (2017). Sentido personal del rol en cuidadores principales de pacientes en hemodiálisis en Cuba. Revista ESPACIO I+D, 6(14), 21-39. México.

Martínez Rodríguez L, Hernández Delgado M, y Rodríguez González, D (2022) Necesidades en cuidadores principales de pacientes hemodializados: un estudio de Teoría Fundamentada. Revista Conrado, 18(89), 54-64. Cuba. <https://conrado.ucf.edu.cu/index.php/conrado/article/view/2705>.

Martínez-Rodríguez, L., Hernández-Delgado, M. y Rodríguez-González, D. (2023). Necesidades psicológicas en cuidadores de pacientes en tratamiento por hemodiálisis. Revista ESPACIO I+D, 12(32), 25-50. México

Medina Y (2010). Evaluación de la calidad de la guía psicoeducativa para el cuidador principal de pacientes oncológicos en estado clínico III y IV, un tratamiento quimioterapéutico, Trabajo de Diploma, Universidad Central Martha Abreu, Las Villas, Cuba.

Montiel V, y Guerra V (2016). Aproximaciones teóricas sobre Psicoeducación. Análisis de su aplicación en mujeres con cáncer de mama, Psicogente, 19(36). Colombia <https://doi.org/http://doi.org/10.17081/psico.19.36.1301>

Rada M, Zabala V, & Vivas Y (2019). Exploración de las necesidades de cuidadores de personas con diversidad funcional intelectual en la ciudad de Cali, Lumen Gentium, 3(2), 75-102, Cali, Colombia. <https://doi.org/https://doi.org/10.52525/lg.v3n2a6>

Rubio M, Márquez F, Campos S, & Alcayaga C (2017). Adaptando mi vida: vivencias de cuidadores familiares de personas con enfermedad de Alzheimer, Gerokomos, 29(2). España https://doi.org/https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1134-928X2018000200054

ANEXOS

Anexo 1. Cuestionario de necesidades psicoeducativas en cuidadores de pacientes en hemodiálisis, para explorar necesidades psicoeducativas.

1. ¿En qué medida considera usted estar informado sobre la enfermedad renal?

Suficientemente Informado _____ Poco informado _____

Medianamente informado ____ No informado ____

2. ¿Sobre cuál(es) tema(s) relacionado(s) con las enfermedades renales tiene más información?
3. ¿En qué medida considera usted estar informado sobre el tratamiento con hemodiálisis?

Suficientemente Informado ____ Poco informado ____

Medianamente informado ____ No informado ____

4. ¿Cuáles fueron las fuentes o vías para obtener esa información?

5. Enumere 5 necesidades para su cuidado.
6. ¿Qué necesita para cuidar a su familiar? Dé 5 razones.
7. ¿En qué tema(s) relacionado(s) con la enfermedad renal tiene menos información?
8. Diga 5 de sus principales temores en torno al cuidado de su familiar.
9. ¿Considera que la institución de salud está dispuesta para atender sus necesidades, como cuidador de un paciente en hemodiálisis?

Bastante ____ Escaso ____ Bien ____ Normal ____ Mala ____

10. ¿Le interesaría conocer al respecto? Sí ____ No ____

11. ¿Qué tipo de información necesitaría?

12. ¿Cuál de las siguientes opciones se ajusta a sus demandas?

Programa televisivo ____ Información digitalizada ____

Conversaciones informales _____ Plegables _____

Conversaciones informales _____ Libros de autoayuda _____

Radio _____ Sitio Web _____

Bibliografía especializada Televisión

13. Si usted fuera un directivo de la institución de salud, ¿qué medidas tomaría para contribuir al conocimiento de los cuidadores de pacientes con hemodiálisis, sobre el tema, y atender a sus necesidades?

Anexo 2. Cuestionario sobre el registro de la actividad y métodos directo e indirecto (RAMDI)

I. Método directo: escriba 10 deseos: lo que desea y lo que no desea. Es importante que sea plenamente sincero. No piense mucho para responder.

1. Yo deseo _____
 2. Yo deseo _____
 3. Yo deseo _____
 4. Yo deseo _____
 5. Yo deseo _____
 6. Yo deseo _____
 7. Yo deseo _____
 8. Yo deseo _____
 9. Yo deseo _____
 10. Yo deseo _____

II. Método indirecto: cree una historia sobre una persona, como si se tratase del personaje de una película, y escriba 10 deseos del personaje: lo que desea y lo que no desea.

1. Él o ella desea _____

2. Él o ella desea _____

3. Él o ella desea _____

4. Él o ella desea _____

5. Él o ella desea _____

6. Él o ella desea _____

7. Él o ella desea _____

8. Él o ella desea _____

9. Él o ella desea _____

10. Él o ella desea _____

a) ¿Qué edad tiene la persona o el personaje de tu cuento? ____ años.

b) ¿Cuál es su sexo? Masculino ____ Femenino ____

c) ¿Cuál es su situación actual? ¿Qué hace? _____
_____.

**LA SENSIBILIDAD EN DOCENTES DE CENTROS DE ACOGIMIENTO INSTITUCIONAL
DE PRIMERA INFANCIA, EN LA HABANA**

*SENSITIVITY IN EDUCATORS FROM HOMES FOR CHILDREN WITHOUT FAMILY PROTECTION
IN EARLY CHILDHOOD IN HAVANA*

Olivia Rodríguez Reyes

Eniuska Hernández Cedeño

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Eliécer Pérez Pérez

Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), Cuba

Ignasi Navarro Soria

Facultad de Educación, Universidad de Alicante, España

Recibido: 04-01-2025

Aceptado: 25-01-2025

Publicado: 01-04-2025

Cómo citar este artículo:

Rodríguez O, Hernández E, Pérez E, Navarro I. (2025). La sensibilidad en docentes de centros de acogimiento institucional de primera infancia de La Habana. *Revista Cubana de Psicología*, 7(12), 91-103. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

La relación de apego es el estrecho vínculo socioafectivo que se desarrolla entre un infante y su cuidador principal, fuente de satisfacción de necesidades esenciales. La capacidad del cuidador de percibir, interpretar y dar respuesta a estas necesidades del niño evidencia su sensibilidad. Este estudio propone caracterizar la sensibilidad de las docentes de tres hogares de menores sin amparo familiar de primera infancia, en la provincia La Habana, para lo cual opta por la metodología cualitativa, un diseño exploratorio-descriptivo y emplea una muestra no probabilística de sujetos típicos integrada por doce docentes. Las técnicas empleadas fueron: observación natural, situación experimental y entrevista, entre otras. En cuanto a la sensibilidad de las docentes se encontró que esta tiende a no ser adecuada. Las

características comunicativas de las docentes se relacionan de manera estrecha con la expresión de sensibilidad; se evidencia que mientras mayor dificultad muestran las docentes en los componentes comunicativos, manifiestan menor sensibilidad.

Palabras clave: sensibilidad, apego, acogimiento institucional, primera infancia, docentes.

ABSTRACT

The attachment relationship is the close socio-affective bond that develops between an infant and his/her primary caregiver, a source of satisfaction of essential needs. The caregiver's ability to perceive, interpret and respond to these needs of the child is evidence of his/her sensitivity. The present study proposes to characterize the sensitivity of educators from three homes for children without family support in early childhood in Havana province, for which it opts for qualitative methodology, an exploratory-descriptive design, and uses a non-probabilistic sample of typical subjects made up of 12 educators. The techniques used were: natural observation, experimental situation, interview, among others. Regarding the sensitivity of the educators, it was found that this tends to not be adequate. The communicative characteristics of the educators are closely related to the expression of sensitivity, showing that the more difficulty the educators have in the communicative components, the less sensitivity they show.

Keywords: sensitivity, attachment, institutional care, early childhood, educators.

INTRODUCCIÓN

La sensibilidad del cuidador principal de un infante es un constructo que cobra relevancia en la teoría del apego, considerada por algunos autores como factor fundamental en su organización (Ainsworth y Wittig, 1969). Bowlby (1969) planteó que una de las condiciones que podría influir significativamente en el desarrollo del apego, es la sensibilidad del adulto a las necesidades y señales del bebé, pues la confianza del niño en el acceso, la disponibilidad y la responsividad a sus comunicaciones, así como la capacidad para sostener su experiencia afectiva, son indispensables para el desarrollo del vínculo afectivo.

En consonancia, Ainsworth y Wittig (1969) consideraron la sensibilidad, la cooperación, la aceptación y disponibilidad física y psicológica, comportamientos clave de madres y padres para la atención de las necesidades de sus hijos y el desarrollo de su apego seguro. Cada una de estas manifestaciones fueron descritas en Escalas de Cuidado Materno (Ainsworth, 1969).

De todas las dimensiones del cuidado parental descritas por la autora, la sensibilidad ha sido una de las más estudiada y, efectivamente, más documentada. En parte, porque ha habido confusión en su utilización por diferentes autores. Según Halty (2017), se le ha denominado escalas de sensibilidad materna y se han tomado como medidas de sensibilidad; algunos investigadores han considerado a la sensibilidad, como un constructo que engloba las restantes dimensiones del cuidado. Además, su creadora, desde los primeros estudios, le concedió mayor importancia a esta manifestación.

La sensibilidad de las cuidadoras de centros de acogimiento residencial o institucional es una cualidad fundamental para el desarrollo y bienestar de los infantes. Una relación sensible y receptiva promueve apegos seguros, desarrollo socioemocional y autonomía en los niños, y crea un entorno propicio para su crecimiento y bienestar. Aunque no se encontraron publicaciones de estudios internacionales directos sobre la sensibilidad de las cuidadoras de centros como estos, la investigación en género, cuidado paliativo y psicología del desarrollo proporciona referentes importantes sobre el tema. Queda claro que la equidad de género en las responsabilidades de cuidado y el apoyo y la capacitación para las cuidadoras son áreas clave que se deben considerar para mejorar la sensibilidad en el cuidado (Instituto Europeo de la Igualdad de Género, 2020; Odriozola y Imbert, 2020; Ministerio de las Mujeres, Géneros y Diversidad, 2021; Díaz, Palmero y Álvarez, 2022).

En Cuba se han realizado diferentes investigaciones en el contexto de los hogares de niños, niñas y adolescentes sin cuidados parentales (Aladro, 2012; Santana, Domínguez, Armengol y Hernández, 2021; Castro, 2016; Díaz, 2013; Izquierdo, 2012, Mesa, 2016; Rodríguez, 2017; Hernández y Montalvo, 2024), las cuales se enfocaron en el personal docente y se propusieron caracterizar estilos educativos, nivel de conocimiento general para el cuidado de los niños, necesidades formativas para mejorar el currículum educativo de las instituciones, y propiciar su capacitación para garantizar una labor educativa de calidad desde la atención a la diversidad. Sin embargo, no se encontraron trabajos orientados al estudio de su sensibilidad, elemento tan necesario para atenuar las consecuencias negativas de las experiencias tempranas adversas sufridas por la mayoría de los niños y adolescentes que ingresan a estos centros.

La reciente investigación realizada por Hernández y Montalvo (2024) sobre la preparación del personal docente de hogares de niños, niñas y adolescentes de primera infancia, en La Habana, para propiciar apego seguro, planteó la necesidad de profundizar en las posibilidades de las docentes, con el objetivo de manifestar sensibilidad ante las necesidades afectivas de los infantes. En este estudio se intenta incrementar las evidencias empíricas sobre la capacidad de este personal e identificar contenidos de la intervención psicoeducativa que contribuya al desarrollo de una atención sensible a las necesidades

afectivas de los niños. Al proporcionar a las educadoras herramientas teóricas y metodológicas, se contribuirá de manera significativa al bienestar emocional y al proceso de reparación emocional de los niños en contexto de acogimiento institucional, principalmente de los que muestran trayectorias desviadas en su desarrollo, debido a experiencias tempranas adversas.

METODOLOGÍA

La investigación tuvo como objetivo general, caracterizar la sensibilidad de las docentes de los hogares de niños y niñas sin cuidados parentales de primera infancia, en la provincia La Habana, lo que se consiguió mediante los siguientes objetivos específicos: describir las manifestaciones de sensibilidad de las docentes participantes en el estudio, en la interacción con los infantes a su cargo; identificar limitaciones y fortalezas en la sensibilidad de las docentes y explorar sus características comunicativas. La categoría fundamental del estudio es la sensibilidad, entendida como la posibilidad para percibir e interpretar de manera precisa las manifestaciones de proximidad, comunicación y desregulación emocional del infante y responder adecuadamente ante estas (Hernández, 2021). Abarca, como dimensiones, en primer lugar, la percepción de las manifestaciones del niño (se considera adecuada, cuando el cuidador capta señales que emite el niño sobre sus necesidades; e inadecuada, cuando no capta señales que emite el niño sobre sus necesidades). En segundo lugar, la interpretación de las manifestaciones del niño (se considera correcta, cuando el cuidador realiza atribuciones coherentes o en correspondencia con las necesidades que manifiesta el niño; e incorrecta, cuando no realiza atribuciones coherentes o en correspondencia con las necesidades que manifiesta el niño). En tercer lugar, la respuesta a las necesidades que manifiesta el niño como tercera dimensión (se interpreta contingente, cuando ofrece una respuesta que satisface de manera oportuna y completa la necesidad que manifiesta el niño; y no contingente, cuando ofrece una respuesta inoportuna o incompleta a la necesidad que manifiesta el niño). La población la conformaron las docentes que trabajan en los hogares de niños y niñas sin cuidados parentales de primera infancia, en la provincia La Habana: Hogar Víbora 1-V1, Víbora 2-V2 y Lu Xun-LX. La muestra es no probabilística de sujetos tipo, ya que no se trabajó con el total de la población, sino que debían cumplir con el requisito de ser docente participante directa en el cuidado de los infantes de estos hogares y manifestar consentimiento explícito de formar parte del estudio.

Se adoptó una metodología cualitativa, pues según Hernández y Mendoza (2018), permite realizar una investigación de gran riqueza interpretativa y flexibilidad, con el propósito de «reconstruir» la realidad. Posibilita comprender y caracterizar la sensibilidad de las docentes en la relación con los infantes a su cuidado, a partir de sus vivencias y significados. Presenta un carácter exploratorio-descriptivo, pues se

pretende contribuir a la identificación de elementos novedosos sobre la sensibilidad de las docentes, el cual constituye un fenómeno poco estudiado en el contexto cubano, con escasos antecedentes de este tipo de investigación en cuanto a temática y metodología, con lo que se persigue, además, puntualizar en las cualidades de ese fenómeno.

Para el estudio de la sensibilidad de cada docente en su relación con el infante a su cargo, se utilizaron como técnicas, la entrevista semiestructurada y la observación natural. La entrevista se empleó sobre todo para recoger informaciones de interés sobre aquellos contenidos que resultan más complejos de observar, como sucede con las posibilidades para interpretar las diferentes necesidades del niño.

La observación natural se realizó en el entorno de los hogares, la interacción docente-infante en situaciones de separación-reencuentro y el juego planificado. Esta última consistió en una grabación de 5 minutos de juego entre el infante y la cuidadora; en diádas, cuyos infantes eran menores de 2 años de edad, se le indicó a la cuidadora jugar de forma habitual; y a las diádas constituidas por infantes mayores de 2 años de edad, se le orientó al niño y a la docente sentarse juntos en una mesa y construir algo, utilizando tantas figuras lego como les fuera posible.

RESULTADOS

En la exploración de la sensibilidad del personal docente de los hogares sin amparo familiar de primera infancia, en La Habana, se indagó en sus posibilidades para captar, interpretar y responder a las necesidades que manifiestan los niños en situaciones de separación-reencuentro, juego planificado y actividades cotidianas. También se tuvieron en cuenta sus características comunicativas y su influencia en la relación que establecen y mantienen con los infantes. A continuación, se inicia con las características sociodemográficas de las participantes, se continúa con la caracterización de los hogares, seguido de los resultados encontrados respecto la sensibilidad y la comunicación de las docentes por hogares, y se finaliza con el análisis integrador de estos.

Caracterización sociodemográfica de la muestra

La muestra quedó integrada por doce docentes, trabajadoras de tres hogares de menores sin amparo familiar de primera infancia, en La Habana (V1: 5 docentes, V2: 3 docentes, LX: 4 docentes). Coincide con la investigación de Hernández y Montalvo (2024), en la que el 100 % de la muestra son mujeres, característica que no resulta llamativa si se tiene en cuenta que el rol de cuidadora ha sido asignado socialmente a la mujer en sociedades patriarcales. Sin embargo, en el estudio referido anteriormente la muestra la integraron directoras, subdirector as, cuidadoras y auxiliares pedagógicas, mientras que en esta

investigación se trabajó específicamente con cinco educadoras y siete auxiliares pedagógicas, las cuales participan directamente en el cuidado de los infantes.

La mayoría de las cuidadoras tienen más de 35 años de edad y se encuentran en la adultez media, similar a las participantes del estudio de Hernández y Montalvo (2024). En esta etapa mencionada, se alcanza la madurez, que tiene como rasgo principal la manifestación de la responsabilidad psicológica, moral y afectiva. Según plantean Hernández y Montalvo (2024), los individuos se vuelven conscientes y capaces de aprovechar todo su potencial para un bien social, como en este caso, asumir el compromiso de cuidar y educar a un menor vulnerable y representar una institución con un deber social, como los hogares de niños y niñas sin cuidados parentales.

El nivel de escolaridad que posee la mayoría de estas trabajadoras es medio superior, solo un 16,6 % de la muestra ha alcanzado la educación superior. Este resultado es similar al obtenido por Cuervo, Casadiego y Tovar (2020), en el cual, el 66 % de 2 642 agentes educativos de diferentes centros de atención a la primera infancia en Colombia, entre ellos docentes de hogares infantiles, no poseían estudios universitarios. En este sentido, resalta el hogar Lu Xun, donde la mayoría de las docentes participantes en la investigación tiene 9° grado. Los años de experiencia en el cargo actual oscilan entre 1 año y 19 años, y la media es 7 años. La mayoría refiere tener experiencia previa en educación y atención a niños.

Caracterización de los hogares Víbora 1, Víbora 2 y Lu Xun

Los hogares son edificaciones de gran tamaño, con buenas condiciones materiales y constructivas. Las áreas resultan amplias y cumplen a simple vista con una adecuada higiene y seguridad para la conservación de la integridad física de los infantes. En los tres hogares se pueden observar áreas de juegos con gran variedad de juguetes. De manera general, todos los hogares poseen medios básicos para su funcionamiento, como son: disponibilidad de las instalaciones hidráulicas, eléctricas y de gas, además de televisión, teléfono, aire acondicionado y buena iluminación. El mobiliario cuenta también con objetos acordes a las características físicas de los infantes, como mesas y sillas, camas, servicio sanitario, con proporciones similares a su tamaño, que contribuyen a propiciar un entorno acogedor.

Tal como describen Hernández y Montalvo (2024), el personal docente se organiza en grupos de trabajo. El horario laboral se estructura en turnos alternos de 7:00 a.m. a 7:00 p.m., con personal fijo, lo que ofrece oportunidad de descanso a las cuidadoras; sin embargo, podría limitar o dificultar el desarrollo de la relación afectiva del niño, pues queda expuesto a varios cuidadores y afecta la estabilidad de la relación con estos. Al respecto, es necesario señalar que el hogar Víbora 2 presentaba escasez de personal docente

y se constató a lo largo del estudio, que tanto este centro como Lu Xun presentaron problemas con la asistencia o la permanencia en el centro.

Se observa que persisten dificultades constatadas en la investigación referida anteriormente, pues el ambiente laboral en el hogar Víbora 1 se caracteriza por ser muy positivo, en tanto se aprecian buenas relaciones de comunicación y cooperación entre las trabajadoras. No así en los de Víbora 2 y Lu Xun, donde se perciben problemas de comunicación y las docentes tienden a adoptar un tono de voz elevado durante algunas interacciones. Además, se constató fragmentación en los equipos de trabajo. Las dificultades en la comunicación pudieran estar asociadas al nivel de escolaridad, que en ambos hogares tiende a ser medio. A pesar de esto, se aprecian relaciones de ayuda mutua entre el personal docente. Se realizan en los centros actividades colectivas para festejar cumpleaños de los niños (Hernández y Montalvo, 2024).

Hogar Víbora 1

La mayoría de las veces, las docentes de este hogar logran captar las señales de los niños a su cargo. Las educadoras sostienen una observación activa y sistemática, como herramienta para identificar y comprender las necesidades de los infantes. Permanecen atentas a su comportamiento, expresiones faciales y lenguaje corporal. Ellas refieren percibir las manifestaciones de los infantes independientemente de la situación en que estos se encuentren. Por ejemplo, en los momentos de separación y reencuentro se percatan de los comportamientos y sus diferentes expresiones. En el juego planificado y las actividades cotidianas, captan cuando el niño experimenta incomodidad o algún malestar, tiene sueño u otra necesidad.

Acerca de la interpretación de las manifestaciones del niño, las educadoras logran realizar atribuciones correctas sobre los comportamientos de los infantes, como cuando experimentan interés en la actividad o lo pierden, incomodidad o irritabilidad a causa de sueño u otra necesidad. Logran interpretar las necesidades de los infantes de búsqueda de proximidad o de su mantenimiento, esto se pudo observar cuando en situación de separación la niña al cuidado de TY (su docente) manifiesta el deseo de mantener la proximidad ante el inicio del alejamiento físico de su cuidadora y ella regresa para ofrecer consuelo, intentando tranquilizar a la niña antes de salir del hogar.

Las docentes de este hogar tienden a brindar respuestas contingentes a las necesidades de los niños, en tanto son rápidas y oportunas, lo que contribuye a su desarrollo emocional, cognitivo y social. Esto se observa durante actividades, como el juego, en el cual las educadoras propiciaron una valoración positiva a través de elogios, aplausos, sonrisas y otras expresiones, que promueven la autoestima y motivación en

los infantes para seguir explorando y satisfacen necesidades afectivas de amor, aprobación y seguridad. También, las educadoras tienden a brindar respuestas oportunas en situaciones de separación y reencuentro. Esto revela, que en momentos de distanciamiento físico de su cuidadora principal, en los que un niño muestra signos de inquietud o malestar, las educadoras tienden a acercarse suavemente, sostienen al infante y le dirigen palabras tranquilizadoras. Esto ayuda a establecer el sentido de seguridad y confianza en el entorno.

En resumen, las docentes del hogar Víbora 1 presentan como tendencia una adecuada sensibilidad, en tanto perciben de manera adecuada, interpretan correctamente y responden contingentemente a las necesidades de los infantes. Observaciones minuciosas evidenciaron que dos de las docentes de este hogar (SP y DU) muestran algunas dificultades en la manifestación de sensibilidad, sobre todo en momentos de juego con los infantes.

Las características comunicativas que posee la mayoría de las docentes resultan muy favorables para manifestar adecuada sensibilidad. Tanto los componentes no verbales como los paralingüísticos y verbales, contribuyen a que adopten comportamientos muy positivos en la relación con los infantes y condicionen interacciones e intercambios con este carácter. Se muestran interesadas en las manifestaciones de los infantes en el proceso comunicativo con ellas, así como en interpretar y en responder a sus necesidades.

Hogar Víbora 2

Al explorar la posibilidad de las docentes de este hogar, participantes en el estudio para captar las señales de los niños a su cargo, se encontró una significativa diferencia entre una de ellas (GL) y las otras (RG Y LZ). En el caso de la primera lograba manifestar adecuada sensibilidad en la relación con los niños a su cargo, no así RG y LZ, quienes manifestaron evidentes dificultades en este sentido. En el estudio se observó que estas dos docentes, como tendencia, no prestaban atención a los niños durante la interacción con ellos y frecuentemente no establecían o mantenían contacto visual durante la comunicación. Tampoco se percataban de las manifestaciones de necesidad de los infantes de búsqueda o mantenimiento de la proximidad, durante la situación de separación y reencuentro.

La interpretación de las manifestaciones del niño se manifiesta similar a la anterior mencionada. RG y LZ no consiguen descifrar correctamente las necesidades de los infantes durante situaciones de juego, actividades cotidianas, separación y reencuentro. Debido a su dificultad para captar las señales de tristeza o frustración y estados de ánimo negativos que afectan su motivación para realizar actividades, no identifican las manifestaciones de necesidad de consuelo y regulación emocional de los niños a su cargo.

Esto se manifiesta de forma totalmente diferente en GL, que sí logra interpretar correctamente las necesidades demandadas de los infantes.

Las dificultades de las docentes RG y LZ para captar e interpretar las manifestaciones de los niños a su cargo, condicionan otras dificultades, como la posibilidad de ofrecer una respuesta contingente a sus necesidades. Por ejemplo, durante las actividades de juego los infantes se expresaban poco activos y las docentes no realizaban esfuerzos por incrementar su interés; las veces que los niños intentaban incorporarlas al juego, las docentes no respondían a esta demanda. En las situaciones de separación y reencuentro desatendían el contacto visual y los intentos de proximidad de los niños, al contrario de GL, que sí lograba actuar contingente a esas manifestaciones de los niños.

Como tendencia en la comunicación de estas docentes, se observa que los componentes no verbales son los más afectados. Tanto LZ como RG suelen mostrar expresión facial seria, preocupada y angustiada, tendencia a no mirar a la persona con quien conversan, adoptan una postura poco abierta a la comunicación y suelen mostrarse distantes, mientras que GL suele mostrarse alegre y relajada, con mirada suave y tiende a establecer contacto visual con quien conversa; adopta una postura abierta a la comunicación y se muestra próxima; emplea un adecuado volumen de voz, con fluidez y claridad, para expresar sus ideas.

Resumiendo, dos de las tres docentes del hogar Víbora 2 participantes del estudio no presentan una adecuada sensibilidad. La tendencia a no observar ni percibir las necesidades de los niños adecuadamente, afecta sus posibilidades para interpretar correctamente los intereses mostrados por estos y responderles de manera contingente.

Sus características comunicativas dificultan o limitan su sensibilidad en la interacción con los infantes a su cargo. Los componentes no verbales, paralingüísticos y verbales de LZ y RG no favorecen la manifestación de los comportamientos positivos necesarios, para establecer y mantener una relación afectiva cercana con los infantes, como mostrar interés por las manifestaciones de estos en el proceso comunicativo con ellas, en interpretarlas y responder. Muy diferente resulta con la docente GL, quien manifiesta características comunicativas muy favorecedoras para propiciar una interacción e intercambio sensible con los infantes.

Hogar Lu Xun

Las cuatro docentes de este hogar, participantes de la investigación (YA, YU, DE, LG), manifiestan limitaciones para prestar atención a los niños en la interacción con ellos, para mantener contacto visual durante la realización de las tareas o la comunicación, aunque muestran mayor conciencia de las señales

manifestadas por el infante PR, quien presenta problemas en el desarrollo psicológico. Tal como exploró Mosqueda (2023), PR muestra un desarrollo cognitivo muy limitado, notable retraso en el lenguaje, empleo de un vocabulario muy pobre para su edad y dificultad para comprender el significado de las palabras y comunicar a otros lo que quiere o necesita. Presenta un déficit de atención significativo, su capacidad de permanecer concentrado en una tarea o juego es muy restringida, manifiesta dificultades para comprender problemas y seguir instrucciones sencillas. Insuficientes habilidades sociales y del manejo de emociones. Por su parte, las educadoras perciben de forma adecuada los comportamientos de PR y realizan una correcta interpretación de sus necesidades, principalmente en momentos de separación y reencuentro.

Asimismo, las educadoras no logran realizar atribuciones correctas sobre los comportamientos de los infantes, por su tendencia a no captar señales. En las actividades como el juego, no logran interpretar correctamente las necesidades que manifiestan los niños, tales como: consuelo cuando muestran estados de ánimos negativos o cuando decae o disminuye su interés en la actividad, lo cual afecta la motivación de los niños. En momentos de separación y reencuentro, las educadoras no se aseguran de prestar atención a los niños y sus manifestaciones, lo que dificulta que se conecten con sus necesidades y les brinden el apoyo, el cuidado y seguridad que demandan esa situación, solo manifiestan mayores posibilidades de interpretación correcta ante los comportamientos de PR.

En consecuencia, las cuidadoras tienden a no ofrecer una respuesta contingente a las necesidades expresadas por los niños. En la mayoría de los casos, sus comportamientos fueron indiferentes ante estas, lo que limitó su satisfacción. En momentos de separación y reencuentro, y en actividades de juego con los niños, no brindaron respuestas oportunas, ni lograron satisfacer necesidades afectivas de cuidado, amor y seguridad. Solo lograban actuar contingentemente a las manifestaciones de PR.

Respecto a la comunicación de estas docentes se observan algunas dificultades en los componentes no verbales de su comunicación, expresiones faciales serias y preocupadas, y aunque sus miradas tienden a ser suaves no establecen durante el tiempo necesario en el intercambio. En lo relativo a los componentes verbales presentan poca fluidez del desarrollo de ideas y poca claridad.

Las docentes del hogar Lu Xun, como tendencia, no logran captar las necesidades de los niños, por lo que no llegan a interpretar de forma correcta sus intereses ni brindar respuestas contingentes, lo que condiciona un ambiente muy poco favorecedor para promover el apego seguro en estos niños. Presentan una sensibilidad inadecuada.

Las educadoras poseen características comunicativas que no favorecen una interacción sensible. Tanto las expresiones no verbales como las paralingüísticos y verbales condicionan la manifestación de comportamientos negativos en la relación con los infantes e interacciones con ese carácter. Muestran insuficiente interés por las manifestaciones de los niños, lo cual dificulta significativamente sus posibilidades para interpretar y responder a sus necesidades.

Integración de resultados

Los tres hogares reflejaron resultados diferentes, en las dimensiones e indicadores de la sensibilidad. Como tendencia se encontró baja sensibilidad de las docentes en la interacción con los infantes, en los hogares Víbora 2 y Lu Xun, debido a mayor cantidad de dificultades relacionadas con las habilidades para captar, interpretar y responder a las necesidades de los niños. Las docentes del Hogar Víbora 1, a diferencia de los antes mencionados, se caracterizan por un mayor nivel de sensibilidad y mayor cantidad de fortalezas en este comportamiento.

Se comprobó una estrecha relación entre las características y los componentes comunicativos de las docentes y la manifestación de sensibilidad. En docentes donde sobresalían características, como: expresión facial seria, poco contacto visual durante la comunicación, poca fluidez y claridad para expresar las ideas, posturas poco abiertas, cerradas o distantes y respuestas poco reflexivas, coincidía en su mayoría con expresiones de poca sensibilidad. Sin embargo, las docentes más positivas desde la comunicación, coincidieron con expresiones de mayor sensibilidad hacia los infantes a su cargo.

Resulta notorio que ante los infantes con más bajo nivel de desarrollo psicológico, las docentes que presentan dificultades para mostrar sensibilidad en la relación con ellos, manifiestan mayor sensibilidad. Estos niños con necesidades educativas especiales condicionan, al parecer, un aumento de la sensibilidad de las docentes respecto al resto. Podría plantearse como hipótesis explicativa, que al manifestar estos infantes señales más intensas o menos sutiles que los demás niños, se incrementa el umbral perceptivo y de conciencia de las educadoras. Este fenómeno es visto en los hogares Víbora 2 y Lu Xun, donde hay niños con estas características. No sucede así en el hogar de Víbora 1, donde son menos los niños por educadora, lo que favorece una atención más personalizada. Además, en la mayoría de los casos, los niños que se encuentran en este hogar (V1) ingresan en condiciones de salud muy frágiles y su estancia es más breve que en el resto de los hogares, ya que está concebido para acoger niños menores de 1 año de edad. Cada docente se centra en el cuidado del infante a su cargo. Por el contrario, en los otros dos hogares hay más niños que docentes y como tendencia, centran su cuidado al infante con las características antes referidas.

En el intento de establecer una comparación con investigaciones que anteceden a esta, se toma como referencia el estudio llevado a cabo por Hernández y Montalvo (2024), que tuvo como objetivo principal proponer un sistema de acciones dirigido a potenciar la preparación del personal docente de estos hogares, para propiciar el apego seguro. En esa investigación, si bien se identificaron las necesidades de aprendizaje de las cuidadoras, sobre todo en relación con los conocimientos para la potenciación del apego seguro, el actual estudio reveló la necesidad urgente de dirigir esfuerzos al trabajo en su sensibilidad, esencial para la adecuada atención a los niños que están en situación de acogimiento institucional. Se sugiere fortalecer el sistema diseñado por Hernández y Montalvo (2024), con la inclusión de esta fundamental acción.

CONCLUSIONES

La investigación realizada permitió la caracterización de la sensibilidad de las docentes de los hogares de niños y niñas sin cuidados parentales de primera infancia, en La Habana. Como principal característica se identificó que tiende a ser inadecuada, principalmente en las docentes de dos de los tres hogares estudiados. Además, se vio que esta dificultad de las docentes se expresa menos en la relación con niños que poseen necesidades educativas especiales. La expresión de sensibilidad se relaciona de manera estrecha con las características comunicativas de las docentes. En este sentido, mientras mayor dificultad presentan las docentes en los componentes comunicativos, manifiestan como tendencia menor sensibilidad

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ainsworth M, & Wittig B (1969). Attachment and exploratory behavior of one-year-olds in a strange situation. *Determinants of infant behavior*, 111-136. London: Methue.
- Ainsworth M D S (1969). Maternal sensitivity scales. *Power*, 6, 1379-1388.
- Bowlby J (1969). *El vínculo afectivo*. Buenos Aires: Paidós.
- Castro Y (2013). Propuesta de actividades para el fortalecimiento del currículum educativo de los Hogares de Amparo Familiar de la ciudad de Santa Clara. Santa Clara, Cuba.
- Cuervo L C, Casadiego A, & Tovar L F (2020). Characterización of educational agents in Colombia. *Boletín Redipe*, 153-161.
- Díaz Y, Palmero Y, & Álvarez M (2021). Género y cuidados no remunerados en el contexto cubano. *Miradas desde la investigación*. La Habana: Centro de Estudios de la mujer. <https://www.genero.onei.gob.cu>.

Halty Barrutieta A (2017). La calidad de la responsividad parental: creación y validación de un instrumento observacional. Facultad de Psicología, Universidad Pontificia Comillas. Tesis Doctoral. <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/20257>.

Hernández E (2021). El desarrollo del apego en infantes cubanos de primer año de vida. La Habana: Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

Hernández E, & Montalvo M (2024). Acciones dirigidas a la preparación del personal docente para propiciar apego seguro a la primera infancia en acogimiento institucional. Revista Cubana de Psicología, 6(10), 108-121.

Hernández Sampieri R, & Mendoza C (2018). Metodología de la Investigación: Las rutas cualitativas, cuantitativas y mixta. Ciudad de México: McGrawHill Education.

Instituto Europeo de la Igualdad de Género (2020). Desigualdades de género en la prestación de cuidados y la retribución en la UE. Lituania: Oficina de Publicaciones de la Unión Europea.

Ministerio de las Mujeres, Género y Diversidad (2021). Igualdad en los cuidados. Buenos Aires, Argentina: Min-Géneros. <https://biblioteca-repositorio.clacso.edu.ar>.

Mosqueda L (2023). Desarrollo psicológico y del apego en niños y niñas de primera infancia de los hogares de menores sin amparo familiar de provincia Habana. Informe de examen estatal para obtención del título de Licenciado en Psicología. La Habana: Facultad de Psicología, Universidad de La Habana.

Odriozola S, & Imbert J (2020). Trabajo, género y cuidado: Una visión desde la realidad contemporánea de Cuba. Economía y Desarrollo, 163(1).

Santana I, Domínguez R, Armengol A, & Hernández R (2021). Los hogares de menores sin amparo familiar: un acercamiento desde sus agentes educativos. Revista Cubana de Psicología, 3(3), 90-98.

PRÁCTICAS DE AUTOCUIDADO EN JÓVENES

SELF-CARE PRACTICES IN YOUNG PEOPLE

Amanda Massiel Iglesias Pérez

Lesnay Martínez Rodríguez

Ana Cristina Baute Abreu

Melany Pino Domínguez

Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Cuba.

Recibido: 19-04-2025

Aceptado: 29-04-2025

Publicado: 01-06-2025

Cómo citar este artículo:

Iglesias A, Martínez-Rodríguez L, Baute A, Pino M. (2025). Prácticas de autocuidado en jóvenes. 7(12), 104-120. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

El autocuidado se define como la capacidad de individuos, familias y comunidades, para promover la salud, y prevenir enfermedades con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica. Implica conductas asociadas a una alimentación adecuada, habilidades para la solución de problemas, actividad física, recreación y manejo del tiempo libre. La adopción de estas prácticas desde la juventud favorece una vida saludable. El objetivo es caracterizar las prácticas de autocuidado en los jóvenes del Instituto de Enseñanza Superior, del Ministerio del Interior (MININT), en Villa Clara. La investigación se estructuró desde el paradigma cuantitativo, diseño no experimental con alcance descriptivo. La selección de muestras, que se realizó de manera intencional, alcanzó un total de 65 estudiantes del Instituto de Enseñanza Superior, del MININT en la provincia. Se empleó como instrumento el «Cuestionario de estilos de vida en jóvenes universitarios» (CEVJU-RII). Los resultados constatan adecuadas conductas de autocuidado en cada una de las dimensiones. Se manifiestan correlaciones fuertes entre la edad y las prácticas de autocuidado asociadas al tiempo de ocio, la alimentación, el sueño y el consumo de

sustancias nocivas. Se establecen relaciones positivas directas entre la edad y las conductas, como compartir tiempo con seres queridos, mantener horarios habituales de sueño, comidas principales y relaciones negativas con el consumo de alcohol y cigarrillos.

Palabras clave: cuidado, prácticas de autocuidado, estilos de vida, estudiantes.

ABSTRACT

Self-care is defined as the ability of individuals, families and communities to promote health, prevent disease with or without the support of a health care provider. It involves behaviors associated with adequate nutrition, problem-solving skills, physical activity, recreation, and free time management. The adoption of these practices from youth promotes a healthy life. Objective: Characterize self-care practices in young people from the Higher Education Institute of MININT, Villa Clara. The research was structured from the quantitative paradigm, non-experimental design with descriptive scope. The sample was carried out intentionally, reaching a total selection of 65 students from the Higher Education Institute of the MININT. The Lifestyle Questionnaire in Young University Students (CEVJU-RII) was used as an instrument. The results obtained confirm appropriate self-care behaviors in each of the dimensions. Strong correlations are observed between age and self-care practices associated with leisure time, diet, sleep and the consumption of harmful substances. Direct positive relationships are established between age and behaviors such as sharing time with loved ones, maintaining regular sleep schedules, main meals, and negative relationships with alcohol and cigarette consumption.

Keywords: care, self-care practices, lifestyles, students.

INTRODUCCIÓN

El autocuidado es una práctica estimulada por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2021), que se refiere a una actitud activa y responsable con respecto a la calidad de vida. Actualmente se define, como la capacidad de individuos, familias y comunidades, para promover la salud, prevenir enfermedades, y hacer frente a las enfermedades y discapacidades, con o sin el apoyo de un proveedor de atención médica (OMS, 2021).

El autocuidado es la práctica de las personas de cuidar su propia salud, utilizando los conocimientos y la información que tienen a su disposición. Es un proceso de toma de decisiones, que empodera a las personas para cuidar su propia salud de manera eficiente y conveniente, en colaboración con los profesionales de la salud y la atención social, según sea necesario (GSCF, 2022).

El autocuidado es una construcción cultural relacionada con el cuidado propio, que se hace viable, a partir de factores, como: los conocimientos previos, el tiempo disponible, los recursos económicos, la edad, el género, la inclusión social y el uso efectivo del sistema de salud (Escobar & Pico, 2013). El desarrollo de habilidades, por ejemplo, razonar dentro de un sistema de autocuidado, estar motivado para cuidar de sí mismo, tomar decisiones y llevarlas a cabo, emplea un repertorio de aptitudes cognitivas, perceptuales y de comunicación, para llevar un estado de autocuidado favorable a la salud. Es importante mencionar que el ser humano se caracteriza por realizar pocas acciones de autocuidado, a pesar de tener los conocimientos para desarrollarlos (Báez *et al.*, 2012).

La adopción de prácticas de autocuidado y estilos de vida saludables desde edades tempranas de la vida, resulta esencial para lograr una adultez y vejez activas y saludables. La adolescencia y la juventud son momentos de la vida en el que las conductas de riesgo son la mayor parte de las causas que originan lesiones, trastornos de salud, secuelas y, en oportunidades, hasta la muerte, en ambos sexos. Por otra parte, es en esta etapa donde se va definiendo la mayor parte de las prácticas que determinan las opciones y los estilos de vida en los que se sustentan la autoconstrucción de la salud (Castañeda & Moreno, 2010). El autocuidado es una condición relativamente poco investigada, tanto a nivel nacional como internacional. Se observa una carencia de estudios sobre el autocuidado, desde la perspectiva psicológica, particularmente en jóvenes universitarios, y los que existen son en su mayoría con una óptica biofísica, que deja de lado la importancia del componente psicosocial y apunta a un cuidado parcial del ser humano (Rueda & Gálvez, 2013), por ello, en los últimos años es fundamental disponer de instrumentos que permitan evaluarlo de manera fiable y válida, para así identificar posibles deficiencias y facilitar la planificación de intervenciones dirigidas a su promoción (Karnik & Kanekar, 2012).

Según los datos presentados con anterioridad, resulta relevante acercarse al estudio de las prácticas de autocuidado en los jóvenes universitarios. De este modo, se plantea como objetivo general de la investigación, caracterizar las prácticas de autocuidado en los jóvenes del Instituto de Enseñanza Superior del MININT, en Villa Clara.

MATERIALES Y MÉTODOS

Diseño y participantes

En correspondencia con el problema científico, la investigación se estructuró desde una perspectiva cuantitativa, con un diseño metodológico no experimental y un alcance descriptivo (Sampieri & Mendoza, 2018). Se estableció como contexto de investigación el Instituto de Enseñanza Superior (IES) Facultad General de Brigada Luis Felipe Denis Díaz, ubicado en la ciudad de Santa Clara y perteneciente

al MININT. El muestreo se realizó de manera intencional y quedó conformado por 65 estudiantes, entre 18 y 25 años de edad, con predominio del género femenino, para un 75,4 % (tabla 1).

Tabla 1. Descripción sociodemográfica de la muestra

Variable	Frecuencia	Porcentaje
Género		
Femenino	49	75,4 %
Masculino	16	24,6 %
Edad		
18-20	60	92,2 %
21-25	5	7,7 %

(Fuente: elaboración propia)

Para la recolección de la información se utilizó el Cuestionario de estilos de vida en jóvenes universitarios (CEVJU-RII), instrumento que fue validado por Salazar *et al.* (2010), mediante un proceso de investigación realizado con estudiantes universitarios en Colombia. Este instrumento está formado por un apartado de información demográfica, medidas de talla y peso, relación de pareja, trabajo actual y nueve dimensiones de los estilos de vida:

1. Actividad física
2. Tiempo de ocio
3. Alimentación
4. Consumo de alcohol
5. Cigarrillo y drogas ilegales
6. Sueño
7. Habilidades interpersonales
8. Afrontamiento
9. Estado emocional percibido

Adicionalmente, para cada dimensión se incluyen motivaciones y recursos.

Esta, que es su última versión validada, tiene 40 ítems para prácticas saludables y 28 para motivaciones y recursos, con diferentes opciones de respuesta. Para interpretar las puntuaciones, el instrumento propone como corte el punto medio de las puntuaciones posibles y clasificar a los jóvenes en saludables y no saludables (Salazar *et al.*, 2010). Para su aplicación recibió ligeras modificaciones en cuanto a datos demográficos y dimensiones para evaluar: actividad física, tiempo de ocio, alimentación, consumo de alcohol, cigarrillo y drogas ilegales, sueño, afrontamiento y sexualidad.

Medidas y procedimientos

Para el procesamiento de los datos se utilizó el *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versión 25.0 para Windows, como un sistema de análisis estadístico y gestión de datos computarizados, que permite el análisis y la interpretación de datos de forma sintetizada (Castañeda *et al.*, 2010).

Análisis de datos

Se empleó la estadística descriptiva a través de los análisis de frecuencia, para describir las particularidades de las prácticas de autocuidado de los jóvenes del instituto. Posteriormente, con el objetivo de explorar la posible relación entre las variables de edad y conductas de autocuidado, se efectuaron correlaciones a través de la prueba Tau b de Kendall, mediante la estadística no paramétrica, debido a que no es una muestra representativa de la población.

Consideraciones éticas de la investigación

Para el estudio la negociación con los directivos de la institución militar, se establecieron procedimientos que permitan iniciar la investigación y se solicitaron permisos de acceso al contexto, específicamente a la directora del centro y a los responsables de los años académicos con lo que se laboró. Se asumieron como requerimientos la confidencialidad y limitada divulgación de la información; además, se estableció como necesidad de la institución únicamente trabajar con los primeros 2 años académicos y limitar el acceso a los demás estudiantes. Se obtuvo el consentimiento informado a los estudiantes que conformaban la muestra de manera online, donde se explicaron los principales objetivos del estudio, y se destacó la confidencialidad de la técnica y cada resultado. Durante todo el proceso se garantizó el respeto a la individualidad y la privacidad de los estudiantes. Se les dio a conocer la posibilidad de retirarse de la investigación si en algún momento lo estimaban conveniente.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Análisis descriptivos de las dimensiones

La dimensión «actividad física» integra las conductas asociadas a caminar o montar en bicicleta, hacer algún deporte con fines competitivos y realizar algún ejercicio durante al menos 30 minutos, tres veces

a la semana. La dimensión «tiempo de ocio» comprende la realización de actividades para descansar y relajarse, así como el tiempo compartido con familia, amigos o pareja, y la realización de actividades de diversión, entretenimiento, culturales o artísticas. Los resultados para ambas dimensiones se reflejan en la tabla 2.

Tabla 2. Descripción de las dimensiones «actividad física» y «tiempo de ocio»

Actividad física	Escala	Frecuencia	Porcentaje
Caminar o montar en bicicleta en lugar de utilizar otro medio de transporte si debe desplazarse a un sitio cercano	Siempre	16	24,6 %
	Frecuentemente	28	43,1 %
	Pocas Veces	16	24,6 %
	Nunca	5	7,7 %
	Total	65	100,0 %
Practicar algún deporte con fines competitivos	Siempre	1	1,5 %
	Frecuentemente	13	20,0 %
	Pocas Veces	32	49,2 %
	Nunca	19	29,2 %
	Total	65	100,0 %
Hacer algún ejercicio o una práctica corporal durante al menos 30 minutos tres veces a la semana	Siempre	8	12,3 %
	Frecuentemente	13	20,0 %
	Pocas Veces	27	41,5 %
	Nunca	17	26,2 %
	Total	65	100,0 %
Dimensión «Tiempo de Ocio»		Frecuencia	Porcentaje
Realiza alguna actividad para descansar y relajarse (ver televisión, dormir, escuchar música, meditar, etc.)	Siempre	30	46,2 %
	Frecuentemente	23	35,4 %
	Pocas Veces	12	18,5 %
	Total	65	100,0 %
Comparte tiempo o actividades con	Siempre	33	50,8 %

la familia, amigos o pareja	Frecuentemente	20	30,8 %
	Pocas Veces	12	18,5 %
	Total	65	100,0 %
Realiza alguna actividad de diversión o entretenimiento, cultural o artística (ir a centros comerciales y al cine, manualidades, tocar un instrumento, etc.)	Siempre	3	4,6 %
	Frecuentemente	24	36,9%
	Pocas Veces	32	49,2%
	Nunca	6	9,2%
	Total	65	100,0%

(Fuente: SPSS v.25.00)

La dimensión «alimentación» se compone de seis ítems relacionados con el consumo de comidas rápidas, fritos o dulces, así como gaseosas o bebidas artificiales, el mantenimiento de horarios habituales para desayuno, almuerzo y cena, la omisión de alguna de las comidas principales, conductas de alimentación en exceso y conductas alimentarias de riesgo. Los resultados evidencian una alimentación no beneficiosa, con relación a los dos primeros indicadores. Además, en la tabla 3 se muestran los resultados de la dimensión «consumo de sustancias nocivas» y su comportamiento para cada variable.

Tabla 3. Descripción de las dimensiones «alimentación» y «consumo de sustancias nocivas»

Dimensión Alimentación		Frecuencia	Porcentaje
Consume comidas rápidas, fritos o dulces	Siempre	19	29,2%
	Frecuentemente	28	43,1%
	Pocas Veces	18	27,7%
	Total	65	100,0 %
Consumo gaseosas o bebidas artificiales	Siempre	6	9,2 %
	Frecuentemente	28	43,1 %
	Pocas Veces	30	46,2 %
	Nunca	1	1,5 %
	Total	65	100,0 %
Desayuna, almuerza y come en horarios habituales	Siempre	45	69,2 %
	Frecuentemente	12	18,5 %

			Frecuencia	Porcentaje
	Pocas Veces	5	7,7 %	
	Nunca	3	4,6 %	
	Total	65	100,0 %	
Omite alguna de las comidas principales (desayuno, almuerzo y comida)	Siempre	3	4,6 %	
	Frecuentemente	8	12,3 %	
	Pocas Veces	34	52,3 %	
	Nunca	20	30,8 %	
	Total	65	100,0 %	
Come en exceso, aunque no tenga hambre	Siempre	2	3,1 %	
	Frecuentemente	4	6,2 %	
	Pocas Veces	29	44,6 %	
	Nunca	30	46,2 %	
	Total	65	100,0 %	
Vomitá o toma laxantes después de comer en exceso	Pocas Veces	4	6,2 %	
	Nunca	61	93,8 %	
Dimensión «consumo de sustancias nocivas»				
Alcohol	Frecuentemente	1	1,5 %	
	Pocas Veces	39	60,0 %	
	Nunca	25	38,5 %	
	Total	65	100,0 %	
Cigarrillos	Frecuentemente	7	10,8 %	
	Pocas Veces	7	10,8 %	
	Nunca	51	78,5 %	
	Total	65	100,0 %	
Drogas ilegales	Nunca	65	100,0 %	

(Fuente: SPSS v.25.00)

En la dimensión «sueño» se valoran prácticas relacionadas con la calidad del sueño, como acostarse y levantarse a una hora habitual, despertar en la madrugada, tener dificultad para dormirse nuevamente y

despertarse varias veces en la noche. La tabla 4 indica resultados favorables en los tres ítems, ya que 44,6 % de los estudiantes tienen el hábito de acostarse y levantarse a una hora determinada, todo lo cual repercute favorablemente en la calidad de vida de estos jóvenes y su autocuidado.

Tabla 4. Descripción del sueño

Dimensión «sueño»		Frecuencia	Porcentaje
Se acuesta y se levanta a una hora habitual	Siempre	27	41,5 %
	Frecuentemente	29	44,6 %
	Pocas Veces	8	12,3 %
	Nunca	1	1,5 %
Total		65	100,0 %
Se despierta en la madrugada y tiene dificultad para dormirse nuevamente	Siempre	3	4,6 %
	Frecuentemente	2	3,1 %
	Pocas Veces	29	44,6 %
	Nunca	31	47,7 %
Total		65	100,0 %
Se despierta varias veces en la noche	Siempre	3	4,6 %
	Frecuentemente	8	12,3 %
	Pocas Veces	24	36,9 %
	Nunca	30	46,2 %
Total		65	100,0 %

(Fuente: SPSS v.25.00)

La dimensión «afrontamiento» integra los ítems relacionados con el esfuerzo de los estudiantes por comprender la situación antes de intentar solucionarla, así como del tipo de evaluación que realizan para poder cambiarla. De manera general, se puede decir que la dimensión «afrontamiento» muestra resultados favorables en todos los ítems, ya que el 78,5 % de los estudiantes refieren que frecuentemente o siempre se esfuerzan para comprender un conflicto, indicadores positivos en esta dimensión. En la tabla 5 se incorporan los resultados para la dimensión «sexualidad», en relación con la utilización de condón

en las prácticas sexuales, empleo de anticonceptivos de emergencia (píldora del día después), utilización de algún método anticonceptivo, practicar aborto y tener relaciones sexuales en grupo o por dinero.

Tabla 5. Descripción de las dimensiones «afrontamiento» y «sexualidad»

Dimensión «afrontamiento»		Frecuencia	Porcentaje
Se esfuerza por comprender en qué consiste antes de intentar solucionarla	Siempre	23	35.4%
	Frecuentemente	28	43.1%
	Pocas Veces	10	15.4%
	Nunca	4	6.2%
	Total	65	100.0%
Evalúa si puede hacer algo para cambiarla	Siempre	36	55.4%
	Frecuentemente	26	40.0%
	Pocas Veces	3	4.6%
	Total	65	100.0%
Busca ayuda o apoyo por parte de	Siempre	11	16.9%
	Frecuentemente	27	41.5%
	Pocas Veces	25	38.5%
	Nunca	2	3.1%
	Total	65	100.0%
La resuelve si ésta tiene solución	Siempre	46	70.8%
	Frecuentemente	18	27.7%
	Pocas Veces	1	1.5%
	Total	65	100.0%
Acepta y se ajusta a aquellas situaciones que considera que usted no puede cambiar	Siempre	15	23.1%
	Frecuentemente	35	53.8%
	Pocas Veces	11	16.9%
	Nunca	4	6.2%
Dimensión «sexualidad»		Frecuencia	Porcentaje
Utilizar condón cuando tiene relaciones sexuales	Siempre	27	41,5 %
	Frecuentemente	17	26,2 %

	Pocas Veces	14	21,5 %
	Nunca	7	10,8 %
	Total	65	100,0 %
Utilizar anticonceptivos de emergencia (píldora del día después) luego de las relaciones sexuales	Siempre	4	6,2 %
	Frecuentemente	2	3,1 %
	Pocas Veces	8	12,3 %
	Nunca	51	78,5 %
	Total	65	100,0 %
Utilizar algún método anticonceptivo (coito interrumpido, el ritmo, pastillas, la T, diafragma)	Siempre	26	40,0 %
	Frecuentemente	7	10,8 %
	Pocas Veces	5	7,7 %
	Nunca	27	41,5 %
	Total	65	100,0 %
Practicar un aborto	Pocas Veces	5	7,7 %
	Nunca	60	92,3 %
	Total	65	100,0 %
Tener relaciones sexuales en grupo	Nunca	65	100.0%
Tener relaciones sexuales por dinero o pagar para tenerlas	Nunca	65	100.0%

(Fuente: SPSS v.25.00)

Análisis de correlación

La tabla 6 muestra los resultados del análisis de correlación. Se constata una correlación estadísticamente significativa positiva entre la edad y compartir tiempo o actividades con la familia, los amigos o la pareja, lo que significa que a medida que aumenta la edad de los participantes, existe una mayor disposición a compartir con la familia y los seres queridos, lo cual indica una adecuada práctica de autocuidado. Aun cuando no se identificaron correlaciones estadísticamente significativas con las demás conductas de autocuidado, se obtuvo una relación negativa débil entre la variable «edad» y hacer algún ejercicio durante al menos 30 minutos tres veces a la semana, realizar alguna actividad para descansar y relajarse,

y hacer actividades de diversión o entretenimiento. Ello revela, que a mayor edad la realización de este tipo de actividades pudiera ser menor.

Tabla 6. Correlación entre «edad», «actividad física» y «tiempo de ocio»

	1	2	3	4	5	6	7
1- Edad		1 000					
2- Caminar o montar en bicicleta en lugar de utilizar otro medio de transporte si debe desplazarse a un sitio cercano	,035		1 000				
3- Practicar algún deporte con fines competitivos	,102	,258*		1 000			
4- Hacer algún ejercicio o una práctica corporal durante al menos 30 minutos tres veces a la semana	-,095	,151	,464**	1 000			
5- Realiza alguna actividad para descansar y relajarse (ver televisión, dormir, escuchar música, meditar, etc.)	-,054	,124	,093	-,032	1 000		
6- Comparte tiempo o actividades con la familia, amigos o pareja	,242*	,107	,255*	,205	,386**	1 000	
7- Realiza alguna actividad de diversión o entretenimiento, cultural o artística (ir a centros comerciales, ir a cine, manualidades, tocar un instrumento, etc.)	-,031	,291**	,382**	,232*	,040	,131	1 000

Leyenda:

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(Fuente: SPSS 25.0)

La tabla 7 evidencia el análisis correlacional realizado entre la edad y las conductas de autocuidado asociadas a la alimentación. Se manifiesta una relación positiva directa entre la edad y el mantenimiento de horarios habituales para desayunar, almorzar y cenar, lo que implica que en la medida que aumente la edad aumenten las conductas de autocuidado asociadas a este tipo de práctica. Aunque no se identificaron correlaciones estadísticamente significativas con las demás prácticas de autocuidado, se manifiesta una relación negativa débil entre la edad y el consumo de gaseosas o bebidas artificiales, omitir comidas

principales y vomitar o tomar laxantes después de comer en exceso, lo que revela que a mayor edad la realización de este tipo de conductas pudiese ser menor.

Tabla 7. Correlación entre «edad» y la «alimentación»

	1	2	3	4	5	6	7
1- Edad	1 000						
2- Consume comidas rápidas, fritos o dulces	,011	1 000					
3- Consume gaseosas o bebidas artificiales	-,065	,366**	1 000				
4- Desayuna, almuerza y come en horarios habituales	,264*	,150	,141	1 000			
5- Omite alguna de las comidas principales (desayuno, almuerzo y comida)	-,052	-,008	-,026	-,279*	1 000		
6- Come en exceso, aunque no tenga hambre	,075	,148	,052	-,024	-,024	1 000	
7- Vomita o toma laxantes después de comer en exceso	-,038	,076	-,134	,046	,213	,020	1 000

Leyenda:

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(Fuente: SPSS 25.0)

En la tabla 8 se indica la correlación entre la edad y las conductas de autocuidado relacionadas con el consumo de drogas y el sueño. Se evidencia una relación negativa fuerte entre la edad y el consumo de alcohol, lo que significa que a medida que aumenta la edad disminuye el consumo de bebidas alcohólicas, representando una adecuada práctica de autocuidado. Así mismo se manifiesta una correlación estadísticamente significativa fuerte entre la edad y el consumo de cigarrillos, expresado en una relación negativa lo que implica que en la medida que aumente la edad disminuya el consumo de este tipo de sustancia. Además, se expresa una relación positiva directa entre la edad y levantarse y acostarse en un horario habitual, lo que expresa que a mayor edad el mantenimiento de hábitos de sueños se va consolidando.

Tabla 8. Correlación entre «edad», «consumo de drogas» y «sueño»

	1	2	3	4	5	6	7
1. Edad	1 000						
2. Alcohol		-,375** 1 000					
3. Cigarrillos			-,350** ,300* 1.000				
4. Drogas ilegales				.,			
5. Se acuesta y se levanta a una hora habitual		,245*	-,397**	-,225	.,	1 000	
6. Se despierta en la madrugada y tiene dificultad para dormirse nuevamente		,055	,203	,205	.,	,030	1 000
7. Se despierta varias veces en la noche			-,063	,380**	,255*	.,	-,068 ,446** 1 000

Leyenda:

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(Fuente: SPSS 25.0)

La tabla 9 expresa el análisis correlacional entre la edad y las prácticas de autocuidado relacionadas con las estrategias de afrontamiento. No se identifican correlaciones estadísticamente significativas con las conductas de autocuidado reflejadas.

Tabla 9. Correlación entre «edad» y «afrontamiento»

	1	2	3	4	5	6	
1. Edad	1 000						
2. Se esfuerza por comprender en qué consiste antes de intentar solucionarla	.062	1 000					
3. Evalúa si puede hacer algo para cambiarla		-,033	,335** 1 000				
4. Busca ayuda o apoyo por parte de otras personas		,079	-,070	,104	1 000		
5. La resuelve si ésta tiene solución			-,011	,232*	,472** ,239* 1000		
6. Acepta y se ajusta a aquellas situaciones que considera que usted no puede cambiar				,001	,246*	,145	
					,103	,091	1 000

Leyenda:

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(Fuente: SPSS 25.0)

La tabla 10 indica el análisis correlacional entre la edad y las conductas de autocuidado relacionadas con la sexualidad. Aun cuando no se identifican relaciones estadísticamente significativas con las conductas de autocuidado se obtuvo una relación negativa débil entre la edad y la utilización de anticonceptivos de emergencia, el empleo de otro tipo de método anticonceptivo y la práctica de aborto, por lo que el aumento de la edad podría disminuir este tipo de prácticas de autocuidado.

Tabla 10. Correlación entre la «edad» y la «sexualidad»

	1	2	3	4	5	6	7
1. Edad	1 000						
2. Utilizar condón cuando tiene relaciones sexuales		,066	1 000				
3. Utilizar anticoncepción de emergencia (píldora del día después) luego de las relaciones sexuales		−,101	,026	1 000			
4. Utilizar algún método anticonceptivo (coito−,094 interrumpido, el ritmo, pastillas, la T, diafragma)		−,532**	,147	1 000			
5. Practicar un aborto	−,158	−,216	,345**	,252*	1 000		
6. Tener relaciones sexuales en grupo
7. Tener relaciones sexuales por dinero o pagar para. tenerlas

Leyenda:

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (bilateral)

** La correlación es significativa al nivel 0,01 (bilateral)

(Fuente: SPSS 25.00)

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Los resultados, en relación con las variables sociodemográficas «sexo» y «edad», resultan coincidentes con estudios previos de autocuidado en jóvenes (Martínez *et al.*, 2022; Simón *et al.*, 2016; Rueda & Gálvez, 2013 y Rebolledo, 2010). En estas investigaciones la mayor representación por edad se ubica en el rango de 18 a 25, el período de vida de adultos jóvenes, y en cuanto al sexo de los participantes, las mujeres están en mayor proporción, lo que representa el 70 % con respecto al total (Rebolledo, 2010).

Se detectó que el 72,3 % de los participantes mantienen como estado civil la soltería. El estado civil menos representativo es el de unión consensual, con un 13,8 %, lo que muestra similitudes con la investigación de Rueda & Gálvez (2013), donde el 92 % la soltería era el estado civil. En relación con la dimensión «actividad física» se manifiestan apropiadas prácticas de autocuidado, en cuanto a actividades, como caminar o montar en bicicleta, no así en la práctica de deportes con fines competitivos y la realización de ejercicio durante al menos 30 minutos tres veces a la semana (Martínez *et al.*, 2022).

En la dimensión «tiempo de ocio» se evidenciaron adecuadas prácticas de autocuidado en los estudiantes, ya que se obtuvieron resultados favorables en cuanto a la realización de actividades para descansar y relajarse y compartir tiempo con la familia, los amigos o la pareja. Nuestros datos difieren en torno a los resultados obtenidos por Rueda & Gálvez (2013), ya que en esta investigación se evidencia poco tiempo para la comunicación familiar. Con relación a la alimentación —tal como menciona Intra *et al.*, (2015)—, las mayores conductas de riesgo que afectan el autocuidado de los jóvenes, es el consumo de alimentos chatarra, ya sean comidas rápidas, fritos o dulces así como gaseosas o bebidas artificiales, lo que se expresa en una alimentación no favorable: el consumo de este tipo de alimentos suele ser dañino para la salud. Estos resultados también coincidieron con los expuestos por otros investigadores (Martínez *et al.*, 2022; Simón *et al.*, 2016; Rueda & Gálvez, 2013 y Rebolledo, 2010).

En cuanto al consumo de sustancias nocivas se detectó que los jóvenes tienen estilos de vida saludables, porque los porcentajes más altos oscilaron entre pocas veces y nunca consumir este tipo de bebida. Así mismo ocurrió con el consumo de cigarrillos, donde se obtuvieron resultados favorables, al tener los porcentajes más elevados en la categoría de nunca y en cuanto a las drogas ilegales la totalidad de estudiantes manifestaron no consumir este tipo de sustancias. Estos resultados discrepan con los encontrados por Simón *et al.* (2016), los cuales detectan inadecuados hábitos de autocuidado relacionados con el consumo de sustancias nocivas, lo que evidencia el consumo de drogas ilícitas por una parte significativa de la muestra en estudio.

En relación con la dimensión «sueño» se identificaron resultados favorables. Más del 50 % de los estudiantes tienen el hábito de acostarse y levantarse a una hora determinada, otros refieren no despertarse nunca en la madrugada y la gran mayoría de los estudiantes no se despiertan varias veces en la noche, lo cual repercute favorablemente en la calidad de vida de estos jóvenes y su autocuidado, resultados diferentes a los obtenidos por Rebolledo (2010), ya que en sus investigaciones se evidencian alteraciones en los hábitos de sueño en los sujetos que conforman la muestra: 77 % refiere dormir entre 5 y 7 horas cada noche y tan solo 14 (10 %) refiere dormir 8 o más horas.

En la dimensión «afrontamiento» se detectaron estilos de vida saludables, que reflejan adecuadas estrategias de afrontamiento y muestran similitudes con los resultados de Martínez *et al.* (2022).

En la dimensión «sexualidad», los resultados más relevantes fueron utilizar condón cuando tenían relaciones sexuales (78,5 %), en las categorías frecuentemente y siempre; practicar un aborto (92,3 %), en las categoría nunca; y tener relaciones sexuales en grupo y tener relaciones sexuales por dinero o pagar para tenerlas (100 %) en la categoría nunca, resultados que se aproximan a los alcanzados por Simón *et al.* (2016), donde también se identifican estilos de vida saludables, al referir que el 60 % de la población manifestó nunca tener prácticas sexuales riesgosas.

Por último, se realizó un análisis de correlación para determinar la relación entre la variable «edad» y las conductas de autocuidado de los estudiantes, evidenciándose correlaciones estadísticamente significativa entre la edad y las prácticas de autocuidado, como compartir tiempo con seres queridos y el mantenimiento de horarios habituales para las comidas principales, lo que implica que en la medida que aumente la edad aumentan estas conductas de autocuidado. Además, se evidenció una relación negativa fuerte entre la edad y el consumo de alcohol y cigarrillos, lo que significa que en la medida que aumenta la edad disminuye el consumo de este tipo de sustancia. Así mismo se evidenció una relación positiva directa entre la edad y levantarse y acostarse en un horario habitual, lo que expresa que a mayor edad, mayor es el mantenimiento de hábitos de sueños. Resultados que no se muestran en la investigación de Simón *et al.* (2016), donde no se reflejó una correlación estadísticamente significativa entre estas variables. Otra investigación donde se efectúa este tipo de correlación es la realizada por Leitón (2017) en adultos mayores, en la cual se observa que a mayor edad, menos práctica adecuada de autocuidado.

CONCLUSIONES

Las prácticas de autocuidado de los jóvenes del Instituto de Enseñanza Superior del MININT, en Villa Clara, se caracterizan por expresar conductas de vida saludable, asociadas con: distribución del tiempo de ocio, consumo de sustancias nocivas, sueño, afrontamiento y sexualidad. Se constata el predominio

de adecuadas prácticas de autocuidado en las dimensiones «tiempo de ocio», «consumo de sustancias nocivas», «sueño», «afrontamiento» y «sexualidad», no así en la dimensión «actividad física» y «alimentación», donde se observan conductas de riesgo que afectan el autocuidado de los jóvenes, como el consumo de alimentos no saludables y el sedentarismo. Se establecen relaciones entre la variable «edad» y las conductas de autocuidado de los jóvenes, donde se destacan correlaciones estadísticamente significativas entre la edad y prácticas, como compartir tiempo con seres queridos y mantener horarios habituales para el sueño y las comidas principales. Además, se evidencia una relación negativa fuerte entre la edad y el consumo de alcohol y cigarrillos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Leitón Z (2017). Relación entre variables demográficas y prácticas de autocuidado del adulto mayor con diabetes mellitus. *Revista Salud Uninorte*, 34(2), 443-454. <https://doi.org/10.14482/sun.34.2.616.46>.
- Simón L N, López M G, Sandoval R I & Magaña B (2016). Nivel de autocuidado en estudiantes universitarios de cinco licenciaturas del área de la salud. *Revista Cuidarte*. 5(10) 32-43. <https://dx.doi.org/10.22201/fesi.23958979e.2016.5.10.69114>.
- Intra M, Gil R & Moreno S (2015). Cambio en las conductas de riesgo y salud en estudiantes universitarios argentinos a lo largo del periodo educativo. 2011. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*. 21(1). <https://www.ijpsy.com/volumen11/num1/289/cambio-en-lasconductas-de-riesgo-y-salud-ES>.
- Rueda Y & Gálvez N (2013). Estilos de autocuidado de estudiantes de enfermería en el contexto universitario: un análisis desde la teoría de Dorotea Orem. *Revista Cubana de Endocrinología*. 30(3), 138 <https://revistas.uss.edu.pe/index.php/tzh/article/download/29/28>.
- Castañeda M, Cabrera A, Navarro Y y De Vries W (2010). Procesamiento de datos y análisis estadísticos utilizando SPSS. Un libro práctico para investigadores y administradores educativos. Editorial Universitaria da PUCRS. [https://www.researchgate.net/publication/261704346_Procesamiento_de_datos_y_analisis_estadisticos\(utilizando_SPSS_Un_libro_practico_para_investigadores_y_administradores_educativos](https://www.researchgate.net/publication/261704346_Procesamiento_de_datos_y_analisis_estadisticos(utilizando_SPSS_Un_libro_practico_para_investigadores_y_administradores_educativos).
- Salazar I, Varela M, Lema L, Tamayo J & Duarte C (2010). Evaluación de las conductas de salud en jóvenes universitarios. *Revista de Salud Pública*, 12(4), 599-611. <https://www.redalyc.org/pdf/422/42217796007>.

- Sampieri R y Mendoza C (2018). Metodología de la Investigación (7ta edición). Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta. Editorial Mexicana Reg. No. 736 <https://virtual.cuautitlan.unam.mx/rudics/?p=2612>
- Karnik S & Kanekar A (2012). Childhood obesity: a global public health crisis. *International Journal of Preventive Medicine*, 3(1), 1-7. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22506094>.
- Castañeda Sandoval L & Moreno Gómez M (2010). Experiencias de la práctica. Intervención educativa sobre sexualidad y autocuidado en adolescentes de secundaria en Tijuana. *Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social*, 18(2), 93-98. <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfermeriamss/eim-2010/eim102f>
- Báez F, Zenteno M, Florez M & Rugeiro M (2012). Capacidades, acciones de autocuidado e indicadores de salud en adultos jóvenes universitarios de enfermería. *Cultura Del Cuidado*, 9(2), 10-21. <https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/cultura/article/view/1950>.
- Escobar P & Pico M E (2013). Autocuidado de la salud en jóvenes universitarios, Manizales, 2010-2011. Revista Facultad Nacional de Salud Pública, 31(2), 178-186. <https://www.scielo.org.co/pdf/rfnsp/v31n2/v31n2a03>
- Rebolledo D P (2010). Autocuidado en los estudiantes de la carrera de Enfermería de la Universidad del Bío Bío: un análisis según el Modelo de Autocuidado de Dorothea Orem. Trabajo de Diploma. Valdivia, Chile. <http://cybertesis.uach.cl/tesis/uach/2010/fmr292a/doc/fmr292a>
- Martínez L, Hernández S, Hernández E L, León M & Padrón Z (2022). Prácticas de autocuidado de los estudiantes de Ciencias Técnicas de la Universidad Central Marta Abreu, de Las Villas. Trabajo de Diploma. Villa Clara, Cuba.
- Organización Mundial de la Salud (OMS) (2021). Directrices de la OMS sobre intervenciones de autocuidado para la salud y el bienestar. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240052239>

**BIENESTAR PSICOLÓGICO DE PACIENTES CON TRASTORNOS NEURÓTICOS,
ATENDIDOS EN LA CLÍNICA DEL ESTRÉS
DEL HOSPITAL CLÍNICO QUIRÚRGICO CALIXTO GARCÍA**

*PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF PATIENTS WITH NEUROTIC DISORDERS
TREATED AT THE STRESS CLINIC
OF THE CALIXTO GRCIA SURGICAL CLINICAL TEACHING HOSPITAL*

Ana Karla Roque Guzmán

Hospital Universitario Pediátrico de Centro Habana, La Habana, Cuba

Alexis Lorenzo Ruiz

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Recibido: 16-02-2025

Aceptado: 21-03-2025

Publicado: 11-04-2025

Cómo citar este artículo:

Roque Guzmán A.K; Lorenzo Ruiz A (2025). Bienestar psicológico de pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés del Hospital Clínico Quirúrgico Calixto García. Revista Cubana De Psicología, 7(12), 123-144. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

El objetivo general de esta investigación fue caracterizar el bienestar psicológico de doce pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período comprendido de enero a abril, 2024, como parte de la necesidad de predecir estados de salud mental. Se realizó un estudio desde la metodología cuantitativa, con diseño descriptivo y transversal. Se trabajó con una muestra no probabilística. Para verificar estos aspectos se revisó cada historia clínica ambulatoria. Se aplicaron los siguientes instrumentos: entrevista psicológica semiestructurada al paciente y una encuesta sociodemográfica creados *ad hoc*. La Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff se usó en una versión adaptada al contexto cubano (Arce, 2023). El Índice de Bienestar OMS Español fue diseñado para cuantificar bienestar emocional (WHO-5). El estudio del

bienestar psicológico en los pacientes con trastornos neuróticos es de vital utilidad, debido a que predice importantes resultados de salud mental. Asimismo, tiene una valiosa capacidad predictiva, en relación con estados patológicos, y con la capacidad de manejo de eventos vitales estresantes y sus efectos en problemas de comportamiento. Se concluye, al interrelacionar a los aspectos clínicos y psicológicos con los niveles de bienestar de los pacientes estudiados, que existe una relación entre ambos aspectos, lo que conlleva a valorar la posibilidad de que sus malestares llegan a influir en su bienestar psicológico con diversos modos de afectaciones por cada una de las dimensiones estudiadas.

Palabras clave: bienestar psicológico, salud mental, trastornos neuróticos, clínica del estrés.

ABSTRACT

The general objective of this research was to characterize the psychological well-being of twelve patients with neurotic disorders treated at the Stress Clinic belonging to the Calixto García Teaching Clinical Surgical Hospital, in the period from January to April 2024. It is based on the need to predict mental health states. A study was carried out using a quantitative methodology, with a descriptive and cross-sectional design. A non-probabilistic sample was used. To verify these aspects, each Outpatient Medical Record is reviewed. The following instruments are applied: Semi-structured psychological interview with the patient and a sociodemographic survey created ad hoc. Adaptation of Carol Ryff's Psychological Well-Being Scale (Version adapted to the Cuban context, Arce, 2023). WHO-5 Spanish Well-Being Index was designed to quantify emotional well-being. The study of psychological well-being in patients with neurotic disorders is of vital importance, as it predicts important mental health outcomes. It also has valuable predictive capacity regarding pathological states and the ability to manage stressful life events and their effects on behavioral problems. It is concluded, by interrelating the clinical and psychological aspects with the well-being levels of the studied patients, that there is a relationship between both aspects. This leads to the possibility that their discomfort can influence their psychological well-being with various modes of affectation for each of the dimensions studied

Keywords: Psychological well-being, mental health, neurotic disorders, stress clinic

INTRODUCCIÓN

Desde los tiempos más arcaicos, los pensadores, filósofos y científicos intentaron reflexionar acerca del bienestar de los seres humanos, tema que sigue siendo objeto de estudio hoy para las ciencias sociales y

en especial para la psicología. Hay que destacar que es un tema complejo, ya que en la naturaleza de este concepto intervienen factores objetivos y subjetivos y existe diversidad de enfoques en su análisis.

En estos tiempos, el término «bienestar» continúa siendo el más utilizado y aceptado en relación con las investigaciones inherentes a comprender a la felicidad y satisfacción humana, alemerger como un área de interés investigativo desde las ciencias sociales, a partir de su demostrada relevancia en el estudio de localidad de vida subjetiva (Diener, 2000; Lyubomirsky, 2001, Ryff & Keyes, 1995; Seligman & Csikszentmihalyi, 2000).

El bienestar psicológico es un concepto que expresa el sentir positivo y el pensar constructivo del ser humano acerca de sí mismo, que se puede definir por su naturaleza subjetiva vivencial y se relaciona estrechamente con aspectos particulares del funcionamiento físico, psíquico y social (García, Viniegras, González, 2000).

El bienestar psicológico es una experiencia humana vinculada al presente y con proyecciones futuristas, pues se produce justamente por el logro de bienes. Por ello se dice, que el bienestar surge del balance entre las expectativas y los logros, lo que muchos autores llaman satisfacción en las áreas del trabajo, familia, salud, condiciones materiales, relaciones interpersonales y relaciones sexuales y afectivas con la pareja.

En la ciencia psicológica, el modelo teórico que abarca este tema de forma más generalizadora es el modelo multidimensional de Carol Ryff (1989). Esta psicóloga realiza una crítica a estudios anteriores, planteando, que en general se ha considerado el bienestar psicológico, como la ausencia de malestar o trastornos psicológicos, ignorando las teorías sobre la autorrealización, el ciclo vital, el funcionamiento mental óptimo y el significado vital. La autora plantea serias dudas sobre la unidimensionalidad del constructo bienestar psicológico, señalando su multidimensionalidad (Ryff y Keyes, 1995).

Clásicamente, el bienestar psicológico fue identificado con la emocionalidad positiva y la ausencia de emociones negativas. Una persona se siente feliz o satisfecha con la vida si experimenta durante más tiempo y en mayor frecuencia, mayor cantidad de afecto positivo. Implícitamente el bienestar está identificado con los afectos o la personalidad (Schumutte y Ryff, 1997).

Los rasgos de personalidad básicos hacen alusión a la emocionalidad positiva, como característica estable de la personalidad, de ahí que no resulte extraño que el bienestar esté correlacionado negativamente con el neuroticismo, según aseveran los teóricos de los cinco factores.

Este modelo concibe el bienestar psicológico, como desarrollo personal y compromiso con los desafíos existenciales de la vida. Es el resultado del proceso de valoración del sujeto con respecto a cómo ha

vivido y cómo desea vivir. Ryff (1989) propone seis dimensiones centrales para su evaluación: autoaceptación, crecimiento personal, propósito en la vida, relaciones positivas con los demás, dominio del medio ambiente y autonomía.

Por todos es conocido que cuando un individuo se siente bien es más productivo, sociable y creativo; posee una proyección de futuro positiva; infunde felicidad, lo que implica capacidad de amar, trabajar, relacionarse socialmente y controlar el medio. Está demostrada la asociación entre algunos estados emocionales y respuestas de enfrentamiento al estrés de un tipo u otro. Todo esto explica la relación del bienestar psicológico con los niveles de salud. En este sentido, el bienestar psicológico va más allá de la mera ausencia de trastornos mentales o síntomas negativos. Se trata de un funcionamiento óptimo en el que la persona siente emociones positivas, disfruta de sus relaciones satisfactorias, tiene compromiso con actividades significativas y es optimista ante el futuro.

Los factores sociodemográficos por sí solos no explican los diferentes niveles de bienestar en las personas, sino que su efecto se encuentra mediado por procesos psicológicos, como: metas y habilidades de afrontamiento y factores de la personalidad, de la historia personal, género, edad, etcétera (Fernández, Victoria, Lorenzo, 2014).

DESARROLLO

En la sociedad globalizada actual, la manera en que se define el bienestar influye en las formas de gobernar, educar y enseñar, ya que todos estos esfuerzos apuntan a cambiar a los humanos para mejor y, por lo tanto, requieren una visión de lo que es mejor, es esta diferencia conceptual lo que ha conllevado a que existan hoy en las ciencias psicológicas mayor cantidad de estudios volcados hacia el bienestar psicológico (Arce, 2024).

Por lo general, las personas que acuden en búsqueda de ayuda psicológica suelen ser aparentemente sanas con dificultades o conflictos en sus diferentes áreas de la vida o con determinados problemas inherentes a la salud, en una u otras dimensiones. Tal es el caso de las personas diagnosticadas con enfermedades crónicas trasmisibles o no trasmisibles. Las más conocidas y con larga data de experiencias profesionales son las personas con sus respectivos diagnósticos o en diferentes momentos del proceso salud enfermedad mental.

Durante los 5 años de estudio observamos y conocimos en las distintas asignaturas cursadas y en las prácticas preprofesionales, la alta frecuencia de personas que acuden a buscar ayuda en las consultas de psicología, en los diferentes niveles de atención e instituciones dedicadas a ello en Cuba, ante la existencia de preocupaciones, conflictos u otros problemas detectados en cada uno de los espacios

institucionales en los cuales estuvimos insertados. Estos constituyen fuentes de su malestar y posibles cambios en el bienestar psicológico de los diferentes grupos poblacionales que fueron atendidos en las instituciones. Entre los malestares de mayor frecuencia, están las entidades psicopatológicas de nivel neurótico, como aquellas **condiciones mentales que afectan el comportamiento y las emociones de una persona.**

El trastorno neurótico está considerado una enfermedad psiquiátrica funcional relativamente benigna, caracterizada por el desarrollo endeble de la personalidad, que facilita la expresión desproporcionada de ansiedad ante contingencias ambientales poco trascendentales. Afecta, por lo general en forma discreta, la adaptación creadora al medio y tiene, casi siempre, un desarrollo crónico con etapas de mejoría y agudización (González y Sandoval, 2019).

Una persona diagnosticada con un trastorno neurótico puede presentar **ansiedad, fatiga, insomnio, irritabilidad, preocupación, compulsiones y somatización**. Estos síntomas suelen desencadenarse por el estrés y no forman parte de una personalidad «sana», aunque podría tratarse de una exacerbación de un aspecto de la personalidad.

Padecer un trastorno neurótico suele implicar un estado emocional negativo, durante un período de tiempo largo, que se puede agravar con otros problemas, como: ansiedad, sentimientos de culpa, depresión e ira. Siempre se está en contacto con la realidad y no hay despersonalización. Por lo tanto, es importante resaltar, que **estos trastornos afectan el comportamiento y las emociones de quienes los padecen**. Aunque pueden parecer menos severos que otros trastornos psiquiátricos, su impacto en la vida diaria es significativo.

Las influencias ambientales también son cruciales en el desarrollo de estos trastornos. Factores, como: social, experiencias pasadas y eventos estresantes pueden impactar directamente la salud mental, lo que sugiere considerar tales criterios, a la hora de organizar cada escenario de la práctica profesional por semestre. Por tales razones, se le considera a las prácticas pre profesionales, una actividad docente con un importante rol formador integrativo. Siguiendo lo estipulado en el diseño curricular del actual del plan E de estudios vigente de la Carrera Lic. Psicología en Cuba, estas actividades resultan fundamentales en cada etapa de esta educación durante la etapa del pregrado.

En tanto, por la alta incidencia de este tipo de trastornos neuróticos y sus diversas implicaciones, se recomienda en particular - desde las asignaturas de Psicología Clínica y de la Salud—, al menos tener en cuenta los siguientes momentos en las diferentes actividades de la docencia del pregrado:

- Impacto del estrés diario y situaciones traumáticas.
- Relaciones interpersonales y su calidad.
- Acceso a recursos psicológicos y apoyo comunitario.

A partir de lo descrito, el estudio del bienestar psicológico de los pacientes con trastornos neuróticos es de vital utilidad, debido a que predice importantes resultados de salud mental. Asimismo, tiene una valiosa capacidad predictiva respecto a estados patológicos, y en la capacidad de manejo de eventos vitales estresante y sus efectos en problemas del comportamiento. Así, cada una de las circunstancias externas combinadas con sus características personológicas internas, crean un contexto único para cada individuo.

La institución donde se realizó el estudio fue el Hospital Universitario Clínico Quirúrgico General Calixto García, institución implicada en asistencia médica integral, docencia, investigación, salud y bienestar humano. En el área asistencial de psiquiatría y psicología está el servicio de la Clínica del Estrés, una modalidad de tratamiento para pacientes con trastornos neuróticos y otros padecimientos.

Esta publicación es resultado del trabajo de terminación de estudios en el programa de la Licenciatura de Psicología, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, defendido con evaluación de excelente en septiembre de 2024, para dar respuesta a metas del proyecto de investigación «Bienestar psicológico y salud» (Código1601105, perteneciente al Programa Sectorial del Ministerio de Salud Pública (MINSA) «Determinantes de salud, riesgos y prevención de enfermedades en grupos vulnerables, cuya entidad gestora es el Instituto Nacional de Higiene y Epidemiología», desarrollado entre enero 2022 y diciembre 2024).

En el contexto cubano actual surge la necesidad de realizar una investigación, en la que se identifique el bienestar psicológico de pacientes con diferentes trastornos neuróticos.

METODOLOGÍA

En la ciencia psicológica de hoy, el modelo teórico sobre bienestar psicológico más generalizado dentro de la comunidad científica, aunque no exento de críticas, es el de bienestar psicológico multidimensional, de Carol Ryff, el cual concibe el bienestar psicológico, como desarrollo personal y compromiso con los desafíos existenciales de la vida, por lo que es el resultado del proceso de evaluación del sujeto con respecto a cómo ha vivido y cómo desea vivir (modelo, por tanto, eudaimónico). Este modelo y esta concepción de bienestar son los asumidos en esta investigación (Keyes *et al.*, 2002; Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995; Ryff y Singer, 2008).

Ryff (1989) define seis dimensiones que integran el bienestar psicológico, las que incluyen: evaluaciones positivas de sí mismo y de la vida pasada (autoaceptación); una sensación de crecimiento y desarrollo continuo como persona (crecimiento personal); la creencia de que la vida propia tiene un propósito y un sentido (propósito en la vida); la posesión de relaciones de calidad con los demás (relaciones positivas con los demás); la capacidad de gestionar eficazmente la vida y el mundo circundante (dominio del medio ambiente); y un sentido de autodeterminación (autonomía). Esta mirada del individuo de manera multidimensional brinda mayor énfasis a la posibilidad de un funcionamiento positivo, mediado por el desarrollo de la capacidad individual y el crecimiento de la persona (Ryff y Singer, 2008).

A partir de la definición del bienestar psicológico, Ryff (1989) llega a elaborar la Escala de Bienestar Psicológico (*Scales of Psychological Well-Being, SPWB*). En años recientes, siguiendo los preceptos teóricos-metodológicos y prácticos e instrumentales descritos, esta escala fue validada para la población adulta cubana, un cuestionario para realizar evaluación clínica psicológica y social del bienestar (Arce, 2024). En ese estudio, el Dr. Arce tuvo en cuenta todos los elementos psicométricos establecidos y sus resultados coinciden con otros estudios realizados en otros países. En esta investigación se decidió aplicarla para satisfacer su alcance, y ya que, otras técnicas aplicadas en la población cubana no tienen evidencia de datos psicométricos nacionales como tal.

Objetivo general:

- Caracterizar el bienestar psicológico de pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período de enero a abril de 2024.

Objetivos específicos:

- Evaluar los aspectos clínicos y psicológicos de los pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período de enero a abril de 2024.
- Identificar niveles de bienestar psicológico de los pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período de enero a abril de 2024.

- Relacionar los aspectos clínicos y psicológicos con los niveles de bienestar de los pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período de enero a abril de 2024.

Tipo de estudio:

- Con el propósito de cumplir los objetivos propuestos, se realizó un estudio desde la metodología cuantitativa, con diseño descriptivo y transversal.

Población y muestra:

- La población de la investigación estuvo compuesta por todos los pacientes de la sala de Psiquiatría que participan en la Clínica del Estrés, del Hospital Universitario Clínico Quirúrgico General Calixto García. La muestra es fue probabilística, ya que la selección de los sujetos no dependió de la probabilidad, sino de los criterios de selección elaborados para la realización de la investigación. La muestra del estudio estuvo conformada por doce pacientes de la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García.

Para la selección de los sujetos se tuvieron en cuenta los siguientes criterios de selección:

- Participación en la investigación por voluntad propia.
- Pacientes de la Clínica del Estrés, del Hospital Docente Clínico Quirúrgico Calixto García, en el período de enero a abril de 2024.

Métodos, técnicas e instrumentos:

- Revisión de la historia clínica ambulatoria: constituyó el documento de la Atención Secundaria de Salud (ASS), que permite reflejar la realidad biopsicosocial del enfermo. Constituye una guía metodológica para recoger de forma protocolizada e integral todas las incidencias de sus problemas de salud de forma ambulatoria. Su revisión se lleva a cabo con el objetivo de determinar los antecedentes patológicos relacionados con la problemática de salud que es objeto de estudio.

- Entrevista psicológica semiestructurada al paciente: persiguió como objetivo obtener información de interés investigativo aportada por el sujeto, como: características de la personalidad, hábitos, costumbres, estados emocionales, procesos cognitivos, preocupaciones, expectativas, en fin, todo el mundo vivencial del paciente en estrecha relación con su patología. Para su desarrollo se empleó una guía de entrevista semiestructurada y su evaluación fue esencialmente cualitativa.
- Encuesta sociodemográfica: instrumento creado por la autora en función de los objetivos de esta investigación, para reconocer cuáles eran las características de la muestra seleccionada.
- Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (versión adaptada al contexto cubano) (Arce, 2023): parte de la propuesta del modelo multidimensional del bienestar psicológico propuesto por Ryff (1989), que incluye seis dimensiones: autoaceptación, relaciones positivas con otras personas, autonomía, dominio del entorno, propósito en la vida y crecimiento personal.

Como resultado del proceso de validación para el contexto cubano, se redujeron a cinco las dimensiones que componían el modelo original de Carol Ryff: «autonomía», «dominio del entorno», «relaciones positivas con los demás», «propósito en la vida» y «autoaceptación». Además, se redujo a veintiocho el número de ítems, de los cuales catorce incluyeron proposiciones positivas, y los catorce restantes, negativas. Luego de realizada la adaptación y el análisis factorial exploratorio del instrumento, se tuvieron en cuenta las directrices para su puntuación y de interpretación en la muestra estudiada (Arce, 2024). La calificación quedó de la siguiente manera.

En el cuestionario existen ítems positivos y negativos. Los negativos deben ser codificados de manera inversa: cuando el sujeto responde cinco se codifica con uno y viceversa; cuando el sujeto responde cuatro se codifica con dos y viceversa; el tres se mantiene igual por ser neutral. La puntuación se obtiene cuando las puntuaciones directas obtenidas de cada ítem que compone la dimensión, así como de cada dimensión que componen el bienestar psicológico o la suma de todos los ítems.

- El Índice de Bienestar de la Organización Mundial de la Salud (OMS) en español, conocido a nivel internacional como WH0-5 Índex, fue diseñado para cuantificar bienestar emocional. La primera versión de este índice contaba con 28 ítems; posteriormente, se publicaron versiones revisadas de veintidós, diez y cinco ítems, con aceptable desempeño psicométrico o clínicométrico. La versión más reciente, el WHO-5 WBI, es la más breve y actualmente se usa para identificar posibles casos de episodio depresivo mayor en la población general (Cornelio y Contreras, 2020). La inclusión de lo psíquico y la adopción de una perspectiva teórica que apunta a una definición positiva de la salud,

permiten arribar a la noción de bienestar subjetivo. El WH0-5 Índex se enfoca específicamente en este concepto y hace hincapié en la suma de satisfacciones gracias a las cuales la vida vale la pena ser vivida, y constituyen el polo opuesto al dolor psíquico. El diseño del cuestionario propone tres aspectos para su análisis: ánimo positivo, vitalidad e interés general. La amplitud conceptual de cada una de ellas permite su aplicación en contextos diversos sin perder especificidad, en cuanto a los dominios que pretende conocer. El cuestionario indaga acerca de cómo se sintió el sujeto en las últimas dos semanas.

Procedimientos:

1. Revisar bibliografía en busca de antecedentes en las teorías sobre el tema que se va a estudiar y su actual desarrollo.
2. Elaborar la introducción metodológica y la metodología de la investigación planteada.
3. Establecer los contactos necesarios para la aprobación y selección de la muestra, con el debido cumplimiento de las exigencias éticas correspondientes.
4. Diseñar el procedimiento para la recogida y el análisis de la información.
5. Aplicar los instrumentos de investigación para el abordaje específico del objeto de estudio, teniendo en cuenta el consentimiento informado de los pacientes.
6. Recoger y tabular la información obtenida de las técnicas e instrumentos utilizados.
7. El paquete estadístico con el que se procesó toda la información fue el SPSS (*Statistical Package for Social Science*)
8. Analizar e integrar los resultados en el trabajo con el grupo de estudio.
9. Confeccionar el informe final.

Análisis de los resultados: el actual análisis de los resultados se enfoca en describir cómo se trabajó para llegar a alcanzar los objetivos previamente establecidos, lo cual se expone a través del análisis integral de datos recopilados, mediante la aplicación del Índice de Bienestar OMS; la Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (versión adaptada al contexto cubano) (Arce, 2024); la encuesta sociodemográfica; la entrevista semiestructurada y la revisión de la historia clínica ambulatoria, para doce pacientes pertenecientes a la Clínica del Estrés, del Hospital Universitario Clínico Quirúrgico General Calixto García.

La tabla 1 indica cómo quedó conformada la caracterización sociodemográfica de la muestra.

Tabla 1. Datos sociodemográficos del estudio

Sexo	Femenino: 9 Masculino: 3
Edad promedio	34 años
Estado civil	Soltero: 9 Casado: 3
Ocupación laboral	Trabajador para el sector estatal: 6 Trabajador para el sector privado: 2 Desempleado: 2 Jubilado: 1 Estudiante 1
Nivel educativo:	Universitario: 8 Pre universitario: 3 Técnico medio: 1
Motivos de consulta	Síndrome depresivo-ansioso: 5 Trastornos de la personalidad: 3 Problemas adaptativos: 1 Problemas de manejo de la ira: 1 Síndrome de Burnout: 1 Problemas en las habilidades sociales: 1

En resumen, la muestra se caracterizó por ser mayormente del sexo femenino, con un rango de edad muy amplio (entre 20 y 66 años de edad) (en la Clínica del Estrés no es requisito un límite de edad o que el grupo tenga como característica la misma etapa de desarrollo). Por lo general son personas solteras, trabajadores para el sector estatal, su gran mayoría graduados de nivel universitario y el motivo de consulta por el que más participaron en el grupo de psicoterapia fue de síndrome depresivo-ansioso.

Características del bienestar psicológico

Resultados por cada una de las técnicas utilizadas:

- Con la aplicación del instrumento Índice de Bienestar OMS Español se encontró diversidad en la respuesta de los sujetos, aunque hubo tendencia a que la mayor parte del tiempo algunos se sintieran alegres y de buen humor (50 %), tranquilos y relajados (33,33 %), activos y enérgicos (33,33 %), frescos y descansados (33,33 %), y que más de la mitad del tiempo sus vidas han estado llena de cosas que les interesa (41,67 %).
- Ninguno de los sujetos se sienten alegres y de buen humor todo el tiempo; tampoco ninguno de ellos se ha sentido tranquilo y relajado por debajo de la mitad del tiempo, y mucho menos su vida cotidiana ha estado llena de cosas que les resultan interesantes.
- En la aplicación de la técnica Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff (versión adaptada al contexto cubano) (Arce, 2024) hubo diversidad de respuestas. El análisis de bienestar psicológico de pacientes con trastornos neuróticos indicó que predomina un nivel medio de bienestar psicológico (58,33 %) y el resto de los pacientes tiene un nivel alto (41,67 %).

El análisis hacia el «interior del cuestionario» permitió entender los cambios psicológicos en este tipo de pacientes:

- Autoaceptación (ítems 4, 6, 9, 11, 12, 13, 17, 22, 24): 58,33 % de la muestra indicó un nivel medio de autoaceptación, mientras que el 41,67 % exhibió un nivel alto. Casi todos estos pacientes piensan que la mayoría de la gente los ven como amorosos, cariñosos y generosos (50 %) y que 33,33 % están decepcionados por los logros alcanzados en sus vidas. Este 33,33 % piensa que mantener relaciones cercanas ha sido difícil y frustrante para ellos, mientras que el otro 33,33 % dicen que sí les ha sido difícil. El 33,33 % de la muestra plantea que en general no se sienten confiados y positivos sobre sí mismos. El 33,33 % suele preocuparse por lo que otros piensan de ellos. El 41,67 % está de acuerdo

en afirmar que son bastante buenos con el manejo de las responsabilidades de su vida diaria. El 33,33 % no siente que muchas de las personas que conocen han sacado más provecho de la vida que ellos. Al 33,33 % le gustan la mayoría de los aspectos de su persona. El 50 % coincide en que han podido construir un estilo de vida para ellos que les agrada.

- Propósito en la vida (ítems 3, 5, 10, 14, 15, 16, 26): 50 % de la muestra resultó tener un nivel medio en esta dimensión, mientras que el otro 50 % estuvo en niveles altos. El 33,33 % piensa que se ha estancado como persona a lo largo de los años, mientras que otro 33,33 % está parcialmente de acuerdo con esta afirmación y un 25 % totalmente de acuerdo con ella. Un 33,33% está en total desacuerdo, dice que viven la vida un día a la vez sin pensar en el futuro. El 66,67% expone que tienen razones y metas para vivir. El 41.67% no está de acuerdo en decir que dejaron de intentar hacer grandes mejoras o cambios en mi vida, desde hace mucho tiempo. El 41,67% a menudo no se sienten solos, porque tienen pocos amigos cercanos con quienes compartir sus preocupaciones. El 33,33 % piensa que las actividades que realizó a menudo no les parecen insignificantes, mientras que otro 33,33 % está parcialmente de acuerdo con esta afirmación. El 41,67 % no sienten que han hecho todo lo que hay que hacer en la vida.
- Dominio del entorno (ítems 2, 8, 19, 21, 28): 66,67 % de la muestra presenta niveles altos en esta dimensión, mientras que 25 % niveles medios y el 8,33 % niveles bajos. El 41,67% siente que puede controlar las situaciones de sus vidas. El 25 % no está de acuerdo en decir que las exigencias de la vida diaria a menudo los deprime, mientras que otro 25 % está parcialmente de acuerdo en decir que sí los deprimen y otro 25 % totalmente de acuerdo en decir que sí los deprimen. El 33,33 % no tiene dificultades para organizar su vida de una manera que le satisfaga y otro 33,33 % sí tiene problemas con ello. El 50 % disfruta haciendo planes para el futuro y trabajando para hacerlos realidad. El 66,67 % está interesado en actividades que amplíen sus propósitos y metas en la vida.
- Autonomía (ítems 1, 7, 18, 27): 25 % de la muestra presenta niveles altos en esta dimensión, mientras que 50 %, niveles medios y el otro 25 % niveles bajos. Esto se explica porque el 66.67% tiene confianza en sus opiniones incluso si son contrarias al consenso general; el 41.67% no suelen ser influenciados por lo que los demás dicen o hacen; el 33.33% no les es difícil para expresar sus opiniones sobre asuntos controvertidos; y el 50 % está parcialmente en desacuerdo, al afirmar que su actitud hacia sí mismo es tan positiva como la de otros consigo mismos.
- Relaciones positivas con los demás (ítems 20, 23, 25): 41,67 % de la muestra presenta niveles altos en esta dimensión, mientras que 25 % niveles medios y el otro 33,33 % niveles bajos. Esto se debe a

que el 50 % disfruta de las conversaciones con familiares y amigos. El 41,67 % no está de acuerdo ni en desacuerdo en decir que se juzga por lo que ellos creen que es importante, sin preocuparse de lo que otros piensan. El 58,33% está totalmente de acuerdo en afirmar que saben que pueden confiar en sus amigos y ellos saben que pueden confiar en ellos.

La media obtenida en las técnicas aplicadas para cuantificar el Bienestar Psicológico fue de 52,67 en el Índice de Bienestar OMS y en la Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff fue de 96,25, lo que significa que el resultado, con ayuda de la Escala de Ryff como promedio, está por encima de la OMS. Ello se puede explicar por la forma de calificación que tiene cada técnica, la cantidad de ítems de cada uno y los valores máximos, medios y mínimos que alcanza cada uno.

La correlación existente entre estas dos técnicas (tabla 2) es directa y estadísticamente significativa. Significa que cuando el resultado total de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o disminuye significativamente para una muestra de doce pacientes.

Tabla 2. Correlación entre las técnicas

		Índice OMS	Ryff total
Índice OMS	Coeficiente de correlación	1,000	0,829
	Muestra	12	12
Ryff total	Coeficiente de correlación	0,829	1,000
	Muestra	12	12

Al terminar las características de la correlación entre las dos técnicas se profundizó en la correlación existente entre cada una de las dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff («autoaceptación», «relaciones positivas con otras personas», «autonomía», «dominio del entorno», «propósito en la vida»), con el Índice de Bienestar OMS.

La correlación entre la dimensión «autoaceptación» de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS (tabla 3), es directa y estadísticamente significativa. Esto significa, que cuando la dimensión «autoaceptación» aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o

disminuye en el mismo sentido. La «autoaceptación» es la más importante de las dimensiones, ya que este tipo de autoevaluación es a largo plazo, e implica conciencia y aceptación de fortalezas y debilidades personales.

El valor obtenido en la calificación de las técnicas se evidencia en esta correlación, lo que expresa el Índice de la OMS del Bienestar Psicológico de los sujetos analizados es medio (52,67) y el valor promedio de la dimensión «autoaceptación» de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, de 30,25, también es medio.

Tabla 3. Correlación entre la dimensión «autoaceptación» y el Índice de Bienestar OMS

		Índice OMS	«Autoaceptación»
Índice OMS	Coeficiente de Correlación	1,000	0,718
	Muestra	12	12
«Autoaceptación»	Coeficiente de Correlación	0,718	1,000
	Muestra	12	12

La correlación entre la dimensión «propósito en la vida», de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS (tabla 4), es directa y estadísticamente significativa. Esto significa que cuando la dimensión «autoaceptación» aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o disminuye en el mismo sentido. El propósito en la vida es cuando se tiene metas claras y se es capaz de definir los objetivos vitales, lo que conlleva al mantenimiento de una vida con finalidad.

Tabla 4. Correlación entre la dimensión «propósito en la vida» y el Índice de Bienestar OMS

		Índice OMS	«Propósito en la vida»
Índice OMS	Coeficiente de correlación	1,000	0,544
	Muestra	12	12
«Propósito en la vida»	Coeficiente de correlación	0,544	1,000
	Muestra	12	12

	Muestra	12	12
--	---------	----	----

El valor obtenido en la calificación de las técnicas se evidencia esta correlación. El valor promedio de la dimensión propósito en la vida, de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, que es de 24,5, también es medio.

La correlación existente entre la dimensión «dominio del entorno» de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS (tabla 5), es directa y estadísticamente significativa. Esto significa, que cuando la dimensión «autoaceptación» aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o disminuye en el mismo sentido. El «dominio del entorno» es la capacidad del individuo para elegir o crear entornos adecuados a sus condiciones psíquicas.

Tabla 5. Correlación entre la dimensión «dominio del entorno» y el Índice de Bienestar OMS

		Índice OMS	«Dominio del entorno»
Índice OMS	Coeficiente de correlación	1,000	0,778
	Muestra	12	12
«Dominio del entorno»	Coeficiente de correlación	0,778	1,000
	Muestra	12	12

El valor obtenido en la calificación de las técnicas evidencia que esta es una de las dimensiones que más correlación tiene, lo que explica que el valor promedio de la dimensión «dominio del entorno» de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff como valor promedio es alto (17,17).

La correlación existente entre la dimensión «autonomía» de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS (tabla 6), es directa y estadísticamente significativa. Esto significa, que cuando la dimensión «autoaceptación» aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o disminuye en el mismo sentido. La «autonomía» es la capacidad de la persona de sostener su propia individualidad en diferentes contextos sociales.

Tabla 6. Correlación entre la dimensión «autonomía» y el Índice de Bienestar OMS

		Índice OMS	«Autonomía»
Índice OMS	Coeficiente de Correlación	1,000	0,506
	Muestra	12	12
«Autonomía»	Coeficiente de Correlación	0,506	1,00
	Muestra	12	12

El valor obtenido en la calificación de las técnicas se evidencia en esta correlación. El valor promedio de la dimensión «autonomía», de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, que es de 12,6,7 también es medio.

La correlación existente entre la dimensión «relaciones positivas» con los demás de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS (tabla 7), fue aquí directa y estadísticamente significativa. Esto significa, que cuando la dimensión «autoaceptación» aumenta o disminuye, el Índice de Bienestar OMS aumenta o disminuye en el mismo sentido. Las relaciones positivas con los demás es cuando se mantienen relaciones interpersonales cercanas, satisfactorias, de mutua confianza, se preocupa por el bienestar de otros y es capaz de desarrollar empatía, afecto, intimidad y desde la comprensión del dar y recibir de las relaciones humanas.

Tabla 7. Correlación entre la dimensión «relaciones positivas» con los demás y el Índice de Bienestar OMS

		Índice OMS	«Relaciones positivas con los demás»
Índice OMS	Coeficiente de correlación	1,000	0,822
	Muestra	12	12
«Relaciones positivas con los demás»	Coeficiente de correlación	0,822	1,000
	Muestra	12	12

El valor obtenido en la calificación de las técnicas se evidencia en esta correlación. El valor promedio de la dimensión «autonomía», de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, que es de 11,67, también es medio.

El análisis de correlación de cada una de las dimensiones de la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff y el Índice de Bienestar OMS, fue válido en esta investigación, donde unas se correlacionan más que otras. Las dimensiones «autoaceptación», «dominio del entorno» y «relaciones positivas» son las que más aumentan o disminuyen significativamente el resultado total del Índice de Bienestar OMS. Sin embargo, cuando aumentan o disminuyen las dimensiones «propósito en la vida» y «autonomía», no aumenta o disminuye significativamente el Índice de Bienestar OMS.

Discusión e integración de los resultados

En la bibliografía seleccionada de estudios realizados con anterioridad, ya sea internacional o nacional, es evidente la necesidad de intervención en pacientes vulnerables. Desde el joven hasta al adulto mayor le es imperioso tener un bienestar psicológico óptimo. En la revisión de estas investigaciones se observa cómo han estado auxiliándose de una de las técnicas más reconocidas: la Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff. Es aquí donde este estudio encuentra puntos semejantes a otras investigaciones (Díaz, Rodríguez, Blanco, Moreno, Gallardo, Valle y Van Dierendonck, 2006; Véliz 2012; Medina, Gutiérrez y Padrós, 2013; Vera, Urzúa, Silva, Pavez y Celis, 2013; González, Quintero, Veray y Rosario, 2016; Pérez-Borroto, 2020; Arce, 2023).

En esas indagaciones, la técnica de referencia ha sido aplicada a diferentes sujetos en un rango de edad amplio, como se ha hecho también en esta investigación, lo que ha dado como resultado que las dimensiones que más aportan al bienestar psicológico son: autoaceptación», «dominio del entorno» y «relaciones positivas» con los demás.

Otro punto en común encontrado aquí es que el bienestar psicológico en las personas es susceptible y vulnerable a situaciones estresantes prolongadas en el tiempo, como son los trastornos neuróticos o ser cuidador de pacientes de enfermedades degenerativas o incurables. Aunque este estudio tenga como limitante una muestra pequeña, no se ve relación entre un alto o bajo índice de Bienestar Psicológico según las variables sociodemográficas. Resultados similares fueron obtenidos por otros investigadores como Cruz (2019) y Martínez (2020).

El equilibrio de los resultados de esta investigación no está en cada una de las dimensiones por separado, sino en la mirada general que se le realice al Bienestar Psicológico. Viéndolo desde la perspectiva de desarrollo, cada una de las dimensiones crece y evoluciona a ritmos diferentes, como también tienen

significados e importancia disímiles para los sujetos, según la etapa de vida y sus condiciones biopsicosociales en la que estén enmarcados.

Un factor favorecedor del Bienestar Psicológico observado es poseer una autovaloración adecuada. Los sujetos que la manifestaron en este estudio, poseen confianza en sí mismos, se perciben útiles y necesarios para los demás. Además, el estar conforme con sus características físicas y psicológicas le provee a los sujetos satisfacción y un estado emocional positivo, en coincidencia también con estudios anteriores realizados en la propia Universidad de La Habana (Lussón, 2015).

CONCLUSIONES

- Los aspectos clínicos y psicológicos de los pacientes con trastornos neuróticos atendidos en la Clínica del Estrés fueron variados: síndrome ansioso-depresivo, problemas adaptativos, manejo y control de la ira, trastornos de personalidad, problemas en las habilidades sociales y síndrome de Burnout.
- Los niveles de bienestar psicológico de los pacientes estudiados estuvieron, como promedio, sobre los valores medios en ambas técnicas aplicadas.
- Al interrelacionar a los aspectos clínicos y psicológicos con los niveles de bienestar de los pacientes estudiados, se observó que existe una relación entre ambos aspectos, lo que conlleva a valorar la posibilidad de que sus malestares llegan a influir en su bienestar psicológico, con diversos modos de afectaciones por cada una de las dimensiones estudiadas.

Por la novedad y poca frecuencia de estudios de esta naturaleza, se emiten las siguientes recomendaciones para futuras investigaciones y acciones profesionales de un u otro tipo:

- Continuar el estudio con una muestra más amplia para poder profundizar y generalizar los resultados aquí obtenidos, con énfasis en sus particularidades psicológicas y sociales.
- Realizar estudios posteriores para la validación de la técnica Escala de Bienestar Psicológico de Carol Ryff, para otros grupos etarios y con diferentes tipos de problemáticas de salud mental, enfermedades crónicas trasmisibles y no trasmisibles, u otras inquietudes de la vida cotidiana, con vistas a facilitar un instrumento de un psicodiagnóstico clínico más preciso, sólido, válido y confiable para el entorno cultural cubano.
- Promover el desarrollo de los grupos de psicoterapia en las instituciones de salud a todos los niveles del sistema nacional de salud, para continuar dando acceso a este tipo de servicio y trabajar en el

perfeccionamiento de las experiencias en funcionamiento hoy, dado la existencia en Cuba y otros países, de múltiples experiencias de trabajo satisfactorio, y de sus frutos y beneficios para la salud y bienestar humano, como tal

- Diseñar y validar, en el futuro, siguiendo los resultados de esta u otras investigaciones nacionales e internacionales, una propuesta de intervención psicológica y social específica, en la cual sean tomadas en cuenta las características del bienestar psicológico de los pacientes con trastornos neuróticos, por su alta morbilidad e incidencia en las demandas de solicitud de recibir atención médica y psicológica especializada en los centros del país.
- Divulgar estas consideraciones teóricas y metodológicas e instrumentales, con cada uno de los resultados descritos en la investigación, mediante materiales destinados a la promoción y educación para la salud, con vistas a seguir fomentando la cultura del bienestar psicológico desde evidencias científicas, principalmente, entre los grupos poblacionales con mayores vulnerabilidades biopsicosociales u otras.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Arce González M A (2024). Estrategia de intervención para la atención integral de adultos mayores con osteoartritis de rodilla tratados con plasma rico en plaquetas. Tesis Presentada en Opción al Grado Científico de Doctor en Ciencias Psicológicas. Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Cuba.

Arce González M A, Mayea González S, Otero Ramos I M, Angulo Gallo L, Molerio Pérez O y Guerra Morales V M (2019). Bienestar psicológico y depresión en adultos mayores cubanos con osteoartrosis de rodilla. Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana, 16(2), 66-76, La Habana.

Bestard Biset R S, Escobar de la Torre J C y Bestard Silva C (2016). Efectividad de metamodelo meditativo en el tratamiento de los trastornos neuróticos. Revista Electrónica de Psicología Iztacala, FES UNAM, Ciudad de México, 19(2), 516-536.

<https://www.revistas.unam.mx/index.php/rep/ article/view/56347>

Cornelio C y Contreras A (2020). WHO-5 Índex: validez, confiabilidad y aplicaciones de una escala para evaluar el bienestar subjetivo en salud laboral. Buenos Aires, Argentina, publicaciones.srt.gob.ar/Publicaciones/2020/validacion_who_5_0.pdf

Cruz Xenes M M (2019). Aproximación al estudio del bienestar psicológico en estudiantes de comunicación social, diseño gráfico y psicología, en La Universidad de La Habana. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

De León Ricardi C A, García Méndez M y Rivera Aragón S (2018). Escala de bienestar psicológico para adultos mayores: Construcción y validación. *Revista Psicología Iberoamericana*, 26(2), 8-19. Ciudad de México. <https://psicologiaiberoamericana.ibero.mx/index.php/psicologia/article/view/19>

Diener E (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34-43. Washington D.C. United State of America. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11392863/>

Domínguez Lara S, Navarro Loli J S (2018). Revisión de metodologías empleadas en los estudios factoriales de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff (versión en español). *Revista Evaluar. Universidad Nacional de Córdoba Argentina*, 18(2), 17-30. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revaluar>.

Fernández Vega D (2017). Carga y Bienestar Psicológico en cuidadores informales primarios de personas adultas con enfermedades neurológicas crónicas. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Fernández González A, Victoria García Viniegras C R, Lorenzo Ruiz A (2014). Consideraciones acerca del Bienestar Psicológico. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala. FES UNAM*, Ciudad de México, Vol. XVII, (3), 1107-1147. <https://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/vol17num3/Vol17No3Art11.pdf>

Keyes C L M, Shmotkin D, y Ryff C D (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82(6). Washington D.C. United State of America. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.1007>

Lyubomirsky S (2001). Why are some people happier than others? (versión electrónica). *American Psychologist*, 56, 239-249. Washington D.C. United State of America. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11315250/>

Lussón Castillo M (2015). Bienestar psicológico en cuidadores y cuidadoras de personas con Esquizofrenia. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Martínez Debs L (2017). Carga y Bienestar Psicológico en cuidadores informales primarios en pacientes con cáncer de cabeza y cuello. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Martínez Pérez A F (2020). Bienestar Psicológico en un grupo de personas de la Tercera Edad, pertenecientes al Consejo Popular Tamarindo, Municipio Diez de Octubre. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Pérez Basilio M A (2017). Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff en trabajadores de empresas industriales del Distrito de Los Olivos. Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Psicología, Universidad César Vallejo. Lima, Perú.

Pérez-Borroto Oliva D B (2020). Adaptación de la Escala de Bienestar Psicológico de C. Ryff, en adultos mayores con diagnóstico presuntivo de osteoartrosis de rodilla. Trabajo de Diploma, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Cuba.

Quintana Arteaga K (2018). Influencia de la religiosidad en el bienestar psicológico en cuidadores informales primarios de pacientes con cáncer. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Ramos Córdova Y, Rodríguez La Fuente M E, De Bowen Balón Y, Bermúdez Fernández L L y Acuña Tornés V (2020). Bienestar psicológico en pacientes con esquizofrenia del Hospital Psiquiátrico de La Habana. Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana, 17(3),178. <https://www.medigraphic.com/pdfs/revhospsihab/hph-2020/hph203a.pdf>

Revuelta Velázquez C (2023). Bienestar Psicológico en estudiantes de primer año de psicología de La Universidad de La Habana. Ejercicio Profesional para Obtención del Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Ryff C (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. Washington D.C. United State of America. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>

Ryff C D & Keyes L M (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719-727. Washington D.C. United State of America. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7473027/>

Ryff C, y Singer B H (2008). Know thyself and become what you are: A eudaimonic approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1). Washington D.C. United State of America. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.

Rodríguez L A (2023). Bienestar psicológico en jóvenes universitarios, luego del período de confinamiento por la COVID-19. Revista Cubana de Psicología, 5(8), 75-93. <http://www.psicocuba.uh.cu>.

Seligman M & Csikszentmihalyi M (2000). Positive Psychology. An introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14. Washington D.C. United State of America. <https://psycnet.apa.org/record/2000-13324-001>.

Suárez Gómez D (2023). Relación entre la gestión del tiempo, rendimiento académico y bienestar en estudiantes universitarios. Ejercicio Profesional para Obtención del Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

Torres Rodríguez L M (2017). Bienestar Psicológico en pacientes con cáncer de cabeza y cuello en estadío terminal y en intervalo libre de enfermedad. Tesis en Opción al Título de Licenciado en Psicología, Universidad de la Habana, Cuba.

LA UTILIDAD POTENCIAL DE LA FOTOGRAFÍA, COMO MEDIO TERAPÉUTICO:

APLICACIÓN DE LA FOTOGRAFÍA TERAPÉUTICA Y FOTOTERAPIA

THE POTENTIAL UTILITY OF PHOTOGRAPHY AS A THERAPEUTIC MEDIUM: THE APPLICATION OF THERAPEUTIC PHOTOGRAPHY AND PHOTOTHERAPY

Jennifer Albín Betancourt

Dionisio F. Zaldívar Pérez

Roxanne Castellanos Cabrera

Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba

Recibido: 16-03-2025

Aceptado: 29-04-2025

Publicado: 01-06-2025

Cómo citar este artículo:

Albín J, Zaldivar D, Castellanos R. (2025). La utilidad potencial de la fotografía, como medio terapéutico: aplicación de la fotografía terapéutica y fototerapia. 7(12), 145-163.
<http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

La evolución de la fotografía se relaciona con un incremento de diversas funciones, desde su uso en las ciencias sociales y la influencia de la fotografía humanista e intimista, hasta su desarrollo más profundo al trabajo clínico, partiendo de sus comienzos en la psiquiatría. A finales de los años 70 del siglo pasado fue acuñado el término «fototerapia», por Doug Stewart, Judy Weiser, David Krauss y Joel Walker, y para la década siguiente, los primeros aportes de la fotografía terapéutica fueron provenientes de la fotógrafa Jo Spence. La fototerapia fue entendida como fotografía durante la terapia y la fotografía terapéutica, como fotografía terapia, lo que constituye un conjunto de técnicas que se ha comprobado que funcionan eficazmente con el uso de las fotos, como medio de comunicación, expresión y reflexión. En la actualidad, las cinco técnicas principales referidas por Weiser son:

1. Fotos tomadas o creadas por el cliente
2. Fotos tomadas al cliente por otras personas
3. Autorretratos
4. Álbum familiar y otras colecciones fotográficas
5. Fotoproyecciones

La metodología de Viñuales también aporta otras técnicas, como: fotolenguaje, fotoanálisis, fotolicitación y fotodrama. Además, Cabau expresa otra técnica conocida como fotobiografía. También hay variantes posibles a incorporar en la vida diaria, por ejemplo, mindfulness fotográfico, diario visual, autorretrato emocional, proyectos temáticos, fotografía de gratitud y compartir imágenes. Se hace alusión a una serie de contextos, donde el uso de la imagen fotográfica se puede insertar: el espacio propiamente de la psicoterapia, contextos sociales de salud y educativos, y otros contextos de aplicación en otros campos.

Palabras clave: fototerapia, fotografía terapéutica, utilidad clínica, técnicas fotográficas, aplicaciones.

ABSTRAC

The evolution of photography is related to an increase in various functions from its use in the social sciences, the influence of humanistic and intimate photography, to its deeper development to clinical work, starting from its beginnings in psychiatry. In the late 1970s, the term "Phototherapy" was coined by Doug Stewart, Judy Weiser, David Krauss, and Joel Walker, and by the 1980s, the first contributions to therapeutic photography came from photographer Jo Spence. Phototherapy was understood as photography during therapy, and therapeutic photography as photography as therapy, constituting a set of techniques that have been proven to work effectively with the use of photographs as a means of communication, expression and reflection.

Today, the five main techniques are referred to by Weiser: photos taken or created by the client, photos taken of the client by other people, self-portraits, family album or other photographic collections, and photo projections. Viñuales' methodology also provides other techniques such as photolanguage, photoanalysis, phototendering and photodrama. In addition, Cabau expresses another technique known as photobiography. There are also possible variants to incorporate into daily life such as photographic mindfulness, visual journaling, emotional self-portraiture, thematic projects, gratitude photography and image sharing. Reference is made to a series of contexts in which the use of the photographic image can

be inserted, being the space of psychotherapy itself, social health and educational contexts, and other contexts of application in other fields.

Keywords: *Phototherapy, Therapeutic photography, Clinical utility, Photographic techniques, Applications.*

INTRODUCCIÓN

A lo largo de la historia de la psicoterapia se han desarrollado diversos enfoques y técnicas grupales, las cuales basan su funcionamiento en las escuelas y corrientes psicológicas. Prácticamente, cada escuela de psicología individual ha desarrollado un modo de intervención grupal. Con ello, existen grupos que basan su funcionamiento en el empleo de técnicas dramáticas o expresivas, como: el teatro, la música, la danza, el cine, las artes plásticas, entre otras, que dan lugar a modelos terapéuticos (psicodrama, sociodrama, musicoterapia, danzoterapia y cine terapéutico, por ejemplo) (Zaldívar, Vega & Roca, 2008), conocidos también como arteterapia.

Zaldívar (s.f.) define así a las terapias artísticas:

Formas de terapia que utilizan las posibilidades de la expresión artística para ayudar a las personas que presentan problemas o conflictos psicológicos, dificultades en la comunicación o en el aprendizaje, o que se encuentran en una situación de angustia emocional, a que puedan explorar, expresar y encontrar alternativas creativas para la solución de sus dificultades, y alcancen un mayor conocimiento de su propia persona y de su realidad (p. 1).

El desarrollo de las manifestaciones artísticas terapéuticas también ha dado paso a nuevos modelos, como la fototerapia y la fotografía terapéutica, que tienen sus primeros pasos en la psiquiatría, y destacan su utilización tanto en modalidad individual como grupal.

En uno de sus trabajos, Zaldívar (1995) plantea:

La función transformadora del arte está íntimamente ligada a las características del proceso creador que el mismo implica y donde el artista para poder recrear la realidad y hacerlo siempre respondiendo a las exigencias estéticas, tiene que hacer gala de imaginación; flexibilidad, originalidad; explorando nuevas vías y medios de expresión. A través del arte, se puede criticar también determinados aspectos de la realidad, actitudes negativas de las personas, y presentar en

su lugar nuevas alternativas de vida y de comportamientos o en su lugar llevar a los sujetos, grupos y comunidades a la reflexión sobre determinados aspectos de la realidad (de su realidad) que resultan inapropiados o conflictivos y que merecen o necesitan ser transformados. En este sentido consideramos que el trabajo con la fotografía (fototerapia y fotografía terapéutica) cumple con este cometido (p. 51).

La palabra «fotografía» se deriva de las palabras griegas *phos* (fotos), que significa «luz», y *graphe*, que significa «dibujo o escritura». Su definición inicial, acuñada en 1839 por Sir John Herschel, fue nombrada como «dibujar con luz» (Young, 2017, citado por Upton, Diambra, Brott & Budesa, 2023). En este sentido, las fotografías como efecto de «congelar el tiempo» son exhibidas en los hogares y representan momentos especiales (bodas, partos, cumpleaños, festividades, etc.). Hoy estas fotos pueden ser compartidas en redes sociales, de forma digital, y en dispositivos apropiados. Estos momentos que se atesoran tienen un significado y generan emociones muy particulares para cada una de las personas. (Loewenthal, 2013, citado por Upton, Diambra, Brott & Budesa, 2023).

Cuando una persona observa una imagen está reafirmando ese carácter comprobatorio de la fotografía. Entonces recibe un estímulo que reconstruye internamente una escena mental. De esta forma, ocurre una representación orientada a un movimiento de tracción en el que se recupera una imagen desde la memoria hacia el presente. Existen muchas interrogantes, a partir de la contemplación de una fotografía, quizás aspectos que jamás serán develados u otros que tendrán mejor cabida. Hace pensar. ¿Cuál es la diferencia entre ver y mirar? ¿Dónde está el valor de una imagen? ¿Toda imagen es de alguna forma un autorretrato? ¿Cómo se expresan los caminos de la fotografía hacia su valor terapéutico y constituyen aquellos elementos que motivan a resignificarlas? (Java, 2024).

Además, el empleo de la fotografía en las ciencias sociales también ha propiciado el estudio sociológico y antropológico de diversos fenómenos sociales y culturales. De ahí que tenga una connotación social en que la fotografía va constituyendo cada vez más, la memoria de vida individual y colectiva de las personas en la sociedad. Las personas desarrollan representaciones mentales de los lugares, animales, objetos y fenómenos ajenos a la experiencia cotidiana, solo a través de las imágenes. Como documento de registro más efectivo para comunicar, también muestra el pasado y el presente de los acontecimientos, lugares o personas que han permanecido en la memoria visual de las sociedades y culturas.

Estas nuevas formas de representación provocaron el nacimiento de los géneros fotográficos, que fueron fundamentales para el desarrollo posterior de la fotografía terapéutica, como la fotografía intimista y la humanista (López, 2019).

La fotografía humanista ligada al fotoperiodismo se encarga de documentar lo que sucede en la sociedad, desde un punto de vista optimista, al mostrar cómo la sociedad superó y afrontó determinadas heridas, que en ese primer momento, estuvieron vinculadas a la Segunda Guerra Mundial (Sougez, M. 2007, 495 citado de López, 2019). Por ejemplo, las realizadas por Robert Doisneau o Herni Cartier-Bresson, que no solo buscaban captar la belleza del instante, sino también expresar el placer que sentían al realizar fotografías con mensajes sobre el ser humano y una actitud alentadora tras todo lo que se había sufrido, tales como las típicas escenas de niños jugando en las calles, enamorados besándose y personas disfrutando en terrazas de bares y parques. Constituyen una manera de contar el día a día y las emociones palpables e identificables en esa relación directa con el mundo que nos rodea.

En otro sentido, la fotografía intimista se orientaba a mostrar lo que pudiera ser invisible para las personas y que se encuentra en el día a día, o sea, una fotografía de autodescubrimiento, que hallaba una introspección hacia su ser para exponer esos aspectos que preocupan o se encuentran escondidos. Se traduce en aquello que se pretende ocultar al mundo y que puede ser difícil de aceptar, porque también pueden ser aspectos negativos, que influyen en las personas y quienes les rodean. Es como una autobiografía, que engloba tantas fotografías tomadas a un círculo más cercano de conocidos, autorretratos, de aquello que somos y lo que sentimos. Ejemplo de este tipo de fotografía se muestra en los trabajos de Larry Clark, Nan Goldin, Larry Sultan o Richard Billingham, conocidos como expertos en la narración de la intimidad a través de la imagen (López, 2019).

Se consideran ambos géneros, como precursores de la fotografía terapéutica, ya que, de manera inconsciente, los artistas utilizaban la cámara como terapia y nexo importante con sus sentimientos y el mundo que les rodeaba. Aun así, el nacimiento de la fotografía terapéutica no tiene una fecha concreta. Ciertamente, es la fototerapia la que nace como práctica de la rama psicoterapéutica en hospitales y residencias durante el siglo XIX, y no fue hasta el comienzo del siglo XX, en la década de 1950, cuando surgen las primeras técnicas productivas vinculadas a la antropología, es decir, hasta ese momento no se consideraba que el acto de realizar fotografías podía tener fines terapéuticos y no se acuñaba el término «fotografía terapéutica» (Viñuales, 2018, p. 13, citado por López, 2019)

La fotografía como arte usado en terapia posee importantes beneficios para quienes lo practican. Es una herramienta poderosa para el autodescubrimiento y la recuperación de pacientes que transcurren por

procesos de enfermedad. En sus comienzos estuvo centrada en los siguientes aspectos: el proceso diagnóstico en salud mental; como instrumento terapéutico; como resultado de estrategias dirigidas a la superación individual; y como sublimación de impulsos individuales (Java, 2024).

La diferenciación de los conceptos de fototerapia y fotografía terapéutica se constata cuando el término «fototerapia» suele hacer alusión al uso de la fotografía en un contexto terapéutico, donde hay constancia de un terapeuta cualificado y uno o más pacientes; por otro lado, el término «fotografía terapéutica» suele indicar el uso de fotografías, como herramientas terapéuticas en situaciones donde no hay terapeutas cualificados, en acciones vinculadas a *co-counselling*, crecimiento personal, trabajo social con personas en riesgo de exclusión o personas con discapacidad, entre otros (Cerón, 2015).

Las técnicas de fototerapia son entendidas como aquellas prácticas psicoterapéuticas que utilizan las fotografías personales, los álbumes familiares y las fotos tomadas por terceros (evocan sentimientos, pensamientos, recuerdos y creencias), como catalizadores para profundizar la comprensión y mejorar la comunicación durante sus sesiones de terapia u orientación psicológica (realizadas por profesionales de la salud mental), de manera que no son posibles de expresar mediante las palabras (Weiser, s.f.).

Las técnicas de fotografía terapéutica son aquellas fotografías realizadas por las propias personas (o facilitadores y ayudantes), en situaciones donde no se necesitan las habilidades de un terapeuta o consejero capacitado, ya que constituyen actividades fotointeractivas que se orientan al aumento del conocimiento, la conciencia y el bienestar de las personas; la mejora de las relaciones con la familia y los demás; la activación de un cambio social positivo; la reducción de la exclusión social; la ayuda en procesos de rehabilitación; el fortalecimiento de las comunidades; la profundización en las relaciones interculturales; la disminución de conflictos; la llamada de atención sobre los problemas de injusticia social; la agudización de las habilidades de alfabetización visual; la mejoría de la educación; la ampliación de investigaciones cualitativas y metodologías para la prevención; y la producción de otros tipos de sanación y aprendizaje personal y emocional, basados en fotografías (Weiser, s.f.).

En resumen, se pudiera hacer alusión que cuando se habla de la fototerapia como fotografía durante la terapia, y de la fotografía terapéutica como fotografía terapia, ambas constituyen un conjunto de técnicas que se ha comprobado que funcionan eficazmente, utilizando las fotografías como medio de comunicación, expresión y reflexión (Weiser, 1993, citado por Cerón, 2015).

La fotografía (como práctica) no es «lo fotográfico» (como categoría de pensamiento), genera una distinción importante que se debe tener en cuenta cuando se trata de aquellos símbolos personales, proyectados mediante el sistema visualmente representado y que se manifiesta en forma de una imagen

fotográfica, representación de la realidad del usuario, una forma en que percibe su entorno, y también es aplicable a aquellas que él crea o en las que se representa, así como las fotografías que recopila y guarda (Java, 2024).

Además, se establece en la fotografía, como acto narrativo, una relación entre la imaginación y la experiencia, siendo una herramienta de expresión potente para el paciente, tanto las imágenes, como la narración que surge de estas que intervienen en la construcción del sujeto, donde ocurre el encuentro del ser humano y su realidad. Las imágenes, al contener información, siempre cuentan una historia y evocan pensamientos, sentimientos y vivencias con significado, elementos que desempeñan un papel importante en el contexto terapéutico (Izquierdo, 2016).

Recorrido histórico de la utilidad clínica de la fotografía, mediante la fototerapia y la fotografía terapéutica

Cuando se descubrió la fotografía como medio emocionalmente poderoso para expresar las experiencias humanas, fue poco tiempo después de que Louis-Jacques-Mandé Daguerre desarrollara un proceso fotográfico fiable en 1838. Entonces comenzó a aparecer en las profesiones vinculadas a la salud mental (Decoster & Dickerson, 2014).

Fueron el psiquiatra británico Hugh Welch Diamond (1809-1886) y el estadounidense Thomas Story Kirkbride (1809-1883), los pioneros reconocidos de las técnicas fotográficas en el campo de la psiquiatría. Generalmente, se suele referir a Diamond, como miembro fundador en 1863 de la Sociedad Fotográfica de Londres y padre de la fotografía psiquiátrica, con la que había comenzado a experimentar poco después de que Talbot diera a conocer sus descubrimientos en 1839.

En Inglaterra, Diamond, superintendente del manicomio de Surrey County Lunatic Asylum, retrató a diversos pacientes para ilustrar los diferentes tipos de locura, convencido de que el diagnóstico, de alguna forma, podía deducirse de la expresión facial de los enfermos; en 1852 presentó una colección de imágenes de sus pacientes (Martínez, 2016). En 1856 dictó una conferencia ante la Royal Society of Medicine sobre la utilidad de las fotografías, como reflejo de las diferentes fisionomías, según el tipo de enfermedad mental. Atribuía a los retratos propios cierto papel en la recuperación de los pacientes al ofrecerles de esta manera una imagen más precisa de sí mismos (Castellano, 2018).

Una de las posibles funciones defendidas en relación con el tratamiento de los enfermos mentales, fue la presentación de los propios retratos a los pacientes, con una autoimagen muy precisa, lo que ayudaría al tratamiento. Esta fue, sin dudas, una de las funcionalidades precursoras de la actual fototerapia. En cierto punto, se buscaron prevenciones para proponer posiblemente la primera normativa referida a la

aplicación de la fotografía en las instituciones psiquiátricas, en cuanto a la protección del uso público de las reproducciones fotográficas en el posible riesgo proveniente de los fotógrafos.

Por otra parte, Kirkbride fue uno de los fundadores de la Asociación Psiquiátrica Americana, preocupado por qué cada hospital debía mostrarse agradable e incluso bonito, contribuyendo así a generar un ambiente de confianza y apoyo. Él planteaba que el paciente tendría que ocuparse de alguna actividad diaria, entre las que destacó las proyecciones de transparencias con la linterna mágica en el Pennsylvania Hospital for the Insane. Estas sesiones se iniciaron en 1843, primero con imágenes pintadas a mano, para añadir luego diapositivas fotográficas sobre cristal, a partir de 1849. Las imágenes, denominadas hialotipos y patentadas por los pioneros hermanos Langenheims, fueron un entretenimiento muy popular en todo el mundo décadas posteriores, disfrutadas incluso al interno de los centros de salud mental. (Martínez-Azumendi, 2016)

También existen referencias de que el uso inicial de la fotografía en entornos patológicos fuera impulsado por el precursor de la psicopatología, Jean-Marie Charcot, en la *Iconographie Photographique de la Salpêtrière*. El siglo XIX trajo reformas humanitarias en el tratamiento de la discapacidad mental. La institución Hospital Salpêtrière, de París, donde trabajaba Jean-Martin Charcot (1825-1893), pasó a ser un hospital psiquiátrico bajo la administración del mismo Charcot. La investigación que había iniciado atrajo a estudiantes y admiradores de toda la región, incluido Sigmund Freud. Además de su trabajo en neuropatología, dado a conocer mediante conferencias sobre la histeria en junio de 1870, por el cual se hizo famoso, tenía la intención de proporcionar una descripción objetiva de esta y la epilepsia, y sus relaciones, a través de la fotografía. De esta forma, produjo un total de 119 imágenes en blanco y negro, mayormente fotolitografías, que mostraban distintas etapas de los ataques histéricos, acompañadas de historias clínicas con disímiles datos asociados. (Muñoz, 2019).

En 1844, también el médico e investigador clínico francés Duchenne de Boulogne (1806-1875), considerado pionero en la neurología y la fotografía médica, planteó la utilidad de las imágenes fotográficas para las representaciones del rostro humano. Gracias a sus experimentos, pudo concluir que la verdadera sonrisa de felicidad está formada por los músculos de la boca y los ojos, cuyo tipo de sonrisa se conoce como «Sonrisa de Duchenne». Esas fotografías también fueron incluidas en el libro *La expresión de las emociones en el hombre y en los animales*, por el mismísimo Charles Darwin (Martínez, 2016).

La técnica fotográfica se fue extendiendo con rapidez y despertó el interés de psiquiatras de la época. Legrand du Saulle, en 1863, presentó una sesión a la sociedad médico-psicológica francesa, donde abordó

la utilidad de la fotografía en el estudio de las enfermedades mentales. También hubo otras experiencias con la fotografía, por ejemplo, Tomàs Dolsa i Ricart (1816-1909) y Pau Llorach i Malet (1839-1890), en el Instituto Frenopático de Las Corts, desde donde el primero de ellos viajó a Francia para conocer de primera mano la aplicación de la fotografía en psiquiatría. En el manicomio de Sant Boi se utilizó la fotografía como terapia. En 1892, el doctor Artur Galcerán i Granés (1850-1910) publicó sobre los talleres de cromolitografía y fotografía que se implementaron y que hoy han tenido continuidad, junto a otras actividades diversas (Martínez, 2016).

A mediados del siglo XX, comenzó a crecer el interés por la utilidad que la fotografía podía ofrecer en el estudio y abordaje de pacientes con grave sintomatología psicótica. Cornelison y Absenian (Cornelison, 1980, citado por Martínez, 2016) utilizaron para ello una cámara Polaroid, de revelado inmediato, que les permitía mostrar inmediatamente la imagen captada y observar las reacciones de las personas fotografiadas, para luego agruparlas en cuatro grandes apartados:

1. Autorreconocimiento
2. Reacción ante las imágenes
3. Sentimientos expresados frente a los retratos
4. Diferencias observables por sexo

Tras diez sesiones programadas para esa experiencia, comenzaron a realizar correlaciones entre lo observado y los posibles cambios en el estado clínico, con el apoyo de test psicológicos empleados como preintervención y postintervención (Martínez, 2016).

Pronto se desarrollaría, en la población adolescente de Francia, una estrategia similar para su uso en el ámbito psiquiátrico, que se nombraría *Photodrame* (Castro, 1973-1974, citado por Martínez, 2016). La misma, implementada con varias semanas de duración, centraba la actividad en discusiones previas orientadas a la preparación de los pacientes, el fotodrama en que se toman instantáneas del paciente y luego su revelado e impresión para la posterior lectura fotográfica. Este tipo de actividad marcó una primera fase en el trabajo de transferir el protagonismo a otra persona, al momento de tomar la fotografía al paciente, pero que a su vez sean fotografías en las que se apoye el análisis de las narrativas personales y los álbumes familiares, que posteriormente pasaría el protagonismo al propio acto creativo, como medio de construcción de estas narrativas.

Estos procedimientos fotoproyectivos tienen su base en las técnicas proyectivas, las cuales surgen sobre la base del desarrollo de la psiquiatría dinámica, la antropología cultural y la teoría de la Gestalt, pero es el psicoanálisis quien proporciona una influencia teórica mayor y un marco clínico práctico para su empleo, así como la creación de diversos procedimientos proyectivos (Alonso, 1986). Entre los más reconocidos se contemplan: la asociación de palabras de K. Jung (1905), el Psicodiagnóstico de H. Rorschach (1921), el Test de Apercepción Temática de H. Murray (1935), la prueba de frustración de S. Rosenzweig (1944), y el dibujo de la figura humana de K. Machover (1949).

Esas técnicas se basan en el fenómeno de la proyección, el cual pudiera dirigirse en dos direcciones:

1. Un grupo de obras vinculadas al fenómeno proyectivo en un sentido psicoanalítico, partiendo como mecanismo de defensa en el cual se expresa un contenido interno reprimido.
2. Un segundo grupo de obras que emplean el concepto de proyección en un sentido más amplio, como proceso de manifestación, expresión de la personalidad y exteriorización de la conducta, que es típica para el individuo (Alonso, 1986).

En el momento de su surgimiento, puede que se hayan desarrollado con el objetivo de analizar el mundo inconsciente del sujeto; pero cada vez se utilizan más para valorar el mundo cognitivo de este, desde distintos modelos, y se aplican en diversos campos de la psicología. No hay una única teoría de personalidad, para conceptualizar las técnicas proyectivas. A pesar de eso existen supuestos básicos comunes desde los diferentes modelos (Chávez, s.f.). Como parte de estos planteamientos se hace referencia a que toda respuesta ante el material proyectivo no es casualidad, sino que es significativa y son signos de la personalidad de ese sujeto.

Los planteamientos tratados sobre las técnicas proyectivas se vinculan al tratamiento de las técnicas fotográficas. Existe correspondencia con la clasificación: estructural (material visual con estructuración ambigua), temática (material visual más o menos estructurado), expresiva o gráfica (carecen de material de estímulos visuales o táctiles, requiere de elaborar una respuesta gráfica), debido a la elaboración que se le demanda al sujeto desde el punto de vista visual, verbal o incluso de construcción propia (Chávez, s.f.).

Las imágenes fotográficas, en este sentido, no solo son empleadas con una intención proyectiva, sino como herramienta para valorar la capacidad de reconocer y nombrar objetos cotidianos, como posibilidad de elaborar algún *test* de deterioro cognitivo.

De esta forma, algunas psicoterapias de base psicodinámica o expresivas son empleadas como herramienta intermediaria para despertar los recuerdos olvidados junto a los sentimientos que le acompañan, para, a partir de ello, profundizar en las vivencias pasadas, reelaborarlas y reinterpretarlas psicológicamente, como parte del proceso psicoterapéutico (Walker, 1982, citado por Martínez, 2016). Estas intervenciones pueden realizarse en abordajes individuales y grupales. En los encuadres individuales, generalmente se solicita al paciente que acuda a la sesión acompañado del álbum familiar o una selección de fotografías de ese álbum. En formatos grupales, puede ser más conveniente tener preparada una colección de imágenes de diferentes temas, personajes y contenidos, que se utilizarán como catalizadores de la discusión grupal (Martínez, 2016).

En correspondencia con el desarrollo de la fotografía en el ámbito de la salud, los profesionales del sector continuaron recomendando la fotografía de los pacientes y familiares para ayudar en la evaluación y recordar detalles importantes con vistas al tratamiento (Coblentz, 1964; Graham, 1967, citado por Decoster & Dickerson, 2014). Además, se continuó el trabajo con pacientes psiquiátricos hospitalizados, para la medición de su concienciación (orientación) y la evaluación de la eficacia de programas de tratamiento socioambientales (Smith, Sanders, Smith & Weinman, 1965, citado por Decoster & Dickerson, 2014). Por otra parte, se destaca la obra de los trabajadores sociales de finales de 1800 a principios de 1900, como Jane Addams y Paul Kellogg, que promovieron causas sociales a través de las fotografías, lo que posteriormente se denominó fotógrafos sociales. Estos procesos trajeron consigo la concientización del papel de la fotografía documental, a modo de «herramienta de cambio social», destacándose a principios de 1897 y 1942 en la creación de una política de bienestar social de Estados Unidos (Szto, 2008, citado por Decoster & Dickerson, 2014). Aunque se reconoció el potencial de la fotografía en este medio, no fue hasta más tarde que se evidenció con mayor fuerza su uso en las profesiones de ayuda, de conjunto con todo el enfoque de transformación que lleva en su trasfondo de creación.

En 1973, Akeret publicó un libro titulado *Photoanalysis* (Akeret, 1973, citado por Martínez, 2016), en el cual se proponía, mediante diferentes estrategias de observación de las instantáneas aportadas, la interpretación del significado psicológico oculto en las fotos personales, desde una serie de potencialidades posibles, vinculándolas a la ayuda para afinar la realidad de las experiencias pasadas y presentes, como apoyo para la más precisa rememoración de sus recuerdos: corrección de distorsiones de ciertas experiencias vitales; activación de recursos psicológicos desconocidos, reconocimiento de

momentos de cambio en la vida (apariencia, estilo, sentimientos...); y descubrimiento de las complejidades relacionales de un individuo con su entorno.

Durante la segunda mitad de la década de 1970, varios terapeutas en diversos lugares de Estados Unidos, sin contacto aparente entre sí, se mostraron interesados en incluir fotografías en su trabajo clínico. Fue a finales de ese período que se acuñó el término «fototerapia» en ese país, por Doug Stewart, Judy Weiser, David Krauss y Joel Walker, como descripción de un conjunto de técnicas a través de las cuales los psicoterapeutas empleaban fotografías en el trabajo clínico con sus pacientes. También ha sido utilizado por Jo Spence, desde 1980, y otros autores de Inglaterra, como representación del uso terapéutico de la fotografía, no solo exclusivo del trabajo psicoterapéutico (Cerón, 2015).

El esfuerzo enfocado hacia la fototerapia trajo consigo que se concretara finalmente la publicación del primer número del *Photo Therapy Quarterly*, en 1978, que constituyó un punto de mira, como conducto expresivo de sus planteamientos y experiencias. En ese mismo año, Doug Stewart definió así el término «fototerapia»: «[...] el uso de la fotografía o materiales fotográficos, bajo la guía de un terapeuta experimentado, para reducir o mejorar los síntomas psicológicos dolorosos y para facilitar el crecimiento personal y el cambio terapéutico» (Halkola, 2011, p. 5). Por otra parte, David Krauss (1980) definió la fototerapia, como «[...] la aplicación gráfica sistemática de imágenes o fotos del proceso fotográfico para crear un cambio positivo en el pensamiento, sentimiento y conducta de los clientes» (Halkola, 2011, p. 5).

La definición de Judy Weiser (1993) es:

La fototerapia significa usar fotos y fotografía como un componente de la práctica de la psicoterapia con los clientes. La fotografía terapéutica es el uso de las fotos y la fotografía como actividad terapéutica para la propia visión personal y autoexpresión en situaciones en las que las habilidades de un terapeuta capacitado, psicoterapeuta o no son necesarios consejeros (Halkola, 2011, p. 5).

En 1981, Jerry Fryrear y Bob Fleshman refirieron sobre la cooperación entre distintas ramas artísticas, lo que quedó plasmado en su obra *The Arts in Therapy*, donde hacen alusión en la conexión existente que se hace más evidente en el arte contemporáneo. En este sentido, se incluyeron métodos vinculados al movimiento, dirección y presentación corporal. Esta práctica terapéutica se profundizó en el trabajo de Fryrear, en colaboración con Irene Corbit, mediante la fotografía a sus pacientes para el estudio de su postura y luego emplearlas con retrospectivas fotográficas que nombraron «confrontación de

autoimagen». Con ello, invitan a sus pacientes a construir sus propias imágenes con la imaginación de varios estados de ánimos y sentimientos, siendo el cuerpo una experiencia visual que cambia según estos aspectos (Castellano, 2018).

Durante las décadas de 1980 y 1990 hubo un crecimiento significativo del uso de la fotografía en los tratamientos de salud mental, mediante talleres de formación, establecimiento de una asociación profesional, conferencias internacionales y la revista especializada *PhotoTherapy Quarterly*. También los autores antes mencionados publicaron interesantes trabajos, entre los que se destacan: «Técnicas de fototerapia», de Weiser (1993) y «Fototerapia en salud mental», de Krauss y Fryrear (1983); además se establecieron clasificaciones en tres categorías: fotografía artística, fotografía terapéutica y fototerapia, por Weiser (2010) (Decoster & Dickerson, 2014).

Las primeras temáticas de investigación relacionadas con la fototerapia estuvieron vinculadas a la evocación de estados emocionales, la provocación de respuestas verbales, el modelaje (por ejemplo, de aspecto y aseo personal), el dominio de una habilidad (la fotografía en sí misma), la facilitación de la socialización, el fomento de la creatividad y su expresión, el apoyo diagnóstico a las terapias verbales, la forma de comunicación no verbal entre el consultante y el terapeuta, la documentación de los momentos de cambio, la continuación de las experiencias, la autoconfrontación y los aspectos formativos en fototerapia (Fryrear, 1980, citado por Martínez-Azumendi, 2016).

Unas de las precursoras de los primeros aportes de la fotografía terapéutica vinieron de la fotógrafa Jo Spence, quien utilizaba la fotografía como herramienta de visibilización, representación y curación de procesos personales y sociales, situando a su producción visual en el contexto educativo, durante los años 1960. Fue en 1984 que marcó el inicio de sus experiencias en la fotografía terapéutica, a través del acompañamiento, invirtiendo la relación tradicional de fotógrafo y sujeto, donde el sujeto es capaz de actuar mediante narraciones personales y reclamar la autoría y responsabilidad de su propia biografía. Resaltó el poder de la fotografía, en cuanto al encuentro psicoterapéutico entre fotógrafo y sujeto, autorretrato o retrato, vinculando la relación entre las imágenes y la identidad personal (Muñoz, 2017). El empleo de la autorrepresentación y los estereotipos de belleza y salud, permiten los primeros ejercicios prácticos sobre representación social, mediante la fotografía, así como aportaciones que se vinculan directamente al discurso feminista. La elaboración y el trabajo sobre los usos de los álbumes familiares se orientan a temáticas vitales, como el divorcio, la enfermedad y las relaciones conflictivas, lo que ha llevado a preguntarse: ¿Qué se omite en el álbum familiar?, los recuerdos representados, ¿de quién son?,

además de la intervención consciente en el proceso de documentación familiar, el cual implica juzgar el porqué de estas acciones, lo impensable, lo indecible, lo incognoscible que se hace visible (Muñoz, 2017).

Técnicas fotográficas planteadas en la metodología de Judy Weiser y otros autores

En 1984, Judy Weiser dividió en dos procesos a la fototerapia: el primero, que comienza con los resultados, debido a la conducta activa del cliente ante el proceso de la fototerapia, y el segundo, el momento posterior, que lleva a reflexionar, comprender, asimilar, reflexionar y procesar emocionalmente los resultados alcanzados durante el proceso terapéutico (López Ruiz & López Martínez, 2019).

En la actualidad, hay un amplio consenso en cuanto a las técnicas utilizables en fototerapia, que han sido ampliamente detalladas por Judy Weiser (Weiser, 1993, citado por Cerón, 2015):

1. Fotos tomadas por el propio paciente: el paciente construye y presenta ante el terapeuta una historia visual, en relación con cómo es o ha sido su vida, de modo que obtiene *insights* durante el proceso y adquiere mayor comprensión y control sobre aspectos que previamente habían escapado a su conciencia. Pueden ser fotografías tomadas con la cámara o recopiladas de otras personas.
2. Fotos tomadas al cliente por otras personas: las fotografías son empleadas como punto de partida en una terapia convencional, donde el terapeuta formula preguntas al paciente. Este ejercicio puede realizarse a propósito o de forma espontánea. El paciente es percibido como un objeto externo, por lo que logra distancia respecto a sí mismo, a través de la percepción de las otras personas.
3. Autorretratos: el paciente tiene pleno control sobre los procesos creativos de la fotografía. Gracias a esta técnica el paciente puede clarificar su propia imagen y estimular su autoestima y autoconfianza, mediante la creación, visualización y aceptación de imágenes de sí mismos, responsabilizándose de sus percepciones positivas. Pueden ser fotos tomadas de sí mismo o de forma metafórica.
4. Álbum familiar u otras colecciones biográficas: el trabajo se focaliza en determinadas posiciones recurrentes, alineamientos, mensajes no verbales y expresiones emocionales que permitan al paciente explorar su contexto familiar. Pueden ser fotografías de la familia de origen o elegida, presentadas en álbumes o perdidas en diversas ubicaciones.
5. Fotoproyecciones: emplea las imágenes fotográficas como técnica proyectiva, para licitar respuestas emocionales, ya sean verbales o no verbales, basadas en la observación de que muchos de los significantes que asignamos a las fotos, en realidad, proceden del propio observador durante el proceso de percibirla.

Uno de sus aprendices que se ha destacado por sus investigaciones asociadas a la fotología es David Viñuales, Doctor en Educación Artística y arteterapeuta, especializado en fotografía y psicología de la imagen, formado personalmente con Judy Weiser, quien refiere sobre otras técnicas empleadas en la imagen:

- La fotoproyección o fotolenguaje es una terapia, donde se manifiesta la proyección a través de la visualización de la imagen fotográfica. Propicia un espacio para la ventilación de emociones basadas en los contenidos visuales percibidos (Martínez, 2016).
- El fotoanálisis consiste en el trabajo a través de álbumes familiares, con la propia historia del paciente como tratamiento para el manejo de determinados traumas, obsesiones y pensamientos dolorosos asociados a estas (Sala, 2016).
- La fotoprovocación o fotolicitación (proveniente de la antropología) descarta el trabajo con imágenes personales y se centra en cualquier otro tipo de fotografía proveniente de distintos tipos de producción, desde el arte hasta la publicidad. Su objetivo fundamental es propiciar la comunicación y la reflexión, permitiendo evocar al presente, pensamientos, emociones y censuras con las que trabajar (Sala, 2016).
- El fotodrama trabaja de forma grupal y aborda la comunicación y la seguridad en la imagen personal y social. Se entrelazan el teatro y la fotografía, donde los participantes se disfrazan para ser quienes quieran y tomarse fotografías. Los contenidos de las imágenes se relacionarían con eventos pasados que pueden presentarse y ser interpretados de forma reflexiva (Sala, 2016).

Cuando refiere el enfoque que emplea en su investigación, la fotología, entiende a la fotografía como herramienta para adquirir conocimiento y pensar: «Con el término “fotología” quiero invitar a utilizar la fotografía como un modo de conocernos, conocer el mundo, acercarnos a los demás y a todo lo que nos rodea de una forma más consciente y más incorporada a nuestro conjunto de recursos en la experiencia» (Viñuales, 2015).

Otro de los autores, Cabau (1993), ha propuesto la técnica biografías fotográficas, la cual luego sería llamada por Sanz, fotobiografía. Ambas son propuestas muy similares, que pretenden provocar un acercamiento al mayor autoconocimiento y desarrollo personal, a partir de los álbumes y las colecciones fotográficas personales y familiares, siempre desde un punto de vista básicamente subjetivo.

Existen otras formas de trabajar, mediante la fotografía terapéutica como A continuación, algunas variantes posibles de incorporar en la vida diaria (Flores, 2024):

- *Mindfulness* fotográfico: consiste en salir a caminar y observar con atención plena el entorno. Se capturan detalles que normalmente pasarían desapercibidos y se reflexiona sobre lo que atrajo a la persona a cada imagen. ¿Qué emociones o pensamientos surgen al contemplarla?
- Diario visual: consiste en la creación de un diario fotográfico físico o digital. La persona emplea unos minutos cada día para fotografiar algo que represente su estado de ánimo, experiencias o pensamientos. Refiere el por qué fue elegida la imagen y qué significado tiene.
- Autorretrato emocional: consiste en la toma de autorretratos. La persona se hace preguntas, por ejemplo: ¿Cómo te sientes hoy? ¿Qué expresión refleja mejor tu estado emocional? Observa los autorretratos con compasión y refiere sobre qué ve en ellos y qué dicen sobre sí mismo.
- Proyectos temáticos: consiste en elegir un tema o concepto que le interese a la persona. Le dedica una semana o mes a explorar ese tema a través de sus fotografías. Al final del período, observa la evolución de su percepción sobre el tema.
- Fotografía de gratitud: consiste en tomar una foto de algo por lo que la persona se sienta agradecida durante cada día. Al mirar estas imágenes, se recuerda por qué se siente agradecida.
- Comparte tus imágenes: consiste en compartir las fotografías realizadas con los amigos o en redes sociales, según se sienta más liberador. Se trata de expresión y conexión con otros a través de las imágenes.
- Explora la luz y la sombra: consiste en experimentar con la luz, ya sea durante el amanecer, atardecer o diferentes condiciones climáticas. La persona observa cómo la luz afecta sus emociones y cómo se refleja en las imágenes.

Durante los últimos 10 años se evidencian múltiples experiencias, que se han expandido mediante el uso del arteterapia y las terapias, a través de la fotografía, donde se centran en la mejoría de la salud mental de las personas. Se hace referencia a una serie de contextos, en los que el uso de la imagen fotográfica se puede describir (Halkola, 2009, citado por López-Ruiz & López-Martínez, 2019):

1. Contextos de psicoterapia: empleo de la fotografía en el margen de la psicoterapia por psicoterapeutas.

2. Contextos sociales de salud y educativos: la aplicación de la fotografía con fines terapéuticos por profesionales con formación o experiencia en el empleo de la fototerapia. Por ejemplo, psicólogos, trabajadores sociales, arteterapeutas, médicos, enfermeras, sociólogos, antropólogos.
3. Otros contextos: aplicación de la fotografía en otros campos que involucran a profesores, artistas, consultores organizacionales, facilitadores y aprendices.

Desde el punto de vista clínico, las teorías psicoanalíticas y cognitivo-conductuales pueden aprovechar los beneficios de la fotografía, como manifestación artística en sus tratamientos (Castellano, 2018). Se dispone de la facilidad de combinarse con otro tipo de terapia y acompañamientos, incluida la terapia Gestalt (Irala, 2018).

CONCLUSIONES

No se puede encerrar en una única metodología el empleo de la fotografía en terapia, porque es muy diverso. Para el estudio de estos documentos existe claridad en su utilidad terapéutica, ya que las fotografías nos suministran información, nos permite especular y fantasear, siendo un instrumento de asimilación de las imágenes a través de uno mismo. Los distintos enfoques de abordaje sobre su uso terapéutico permiten acceder a variables emocionales, intrapsíquico, traumáticas e inconscientes. De esta forma, constituye un elemento facilitador para la narración de otros significados y otras historias, asociadas a las vivencias del sujeto. En todo momento no deja de ser un acercamiento hacia un conocimiento interior personal del individuo mismo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso R M, Duarte E, Pereira H & Esgalhado M G (2010). Construcción de un programa individual de reminiscencia para mayores con demencia residentes en una institución. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 643-650.
https://www.academia.edu/111034003/Construcci%C3%B3n_De_Un_Programa_Individual_De_Reminiscencia_Para_Mayores_Con_Demencia_Residentes_en_Una_Instituci%C3%B3n
- Alonso A (1986). Valoración y uso de las técnicas proyectivas para el estudio psicológico de las neurosis. *Revista Cubana de Psicología*, 3(3). Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Presentado en el Primer Congreso de la Sociedad Cubana de Psicólogos de Cuba.
<https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rcc/v3n3/04.pdf>

Cabau E (1993). La fotografía en psicoterapia. *Clínica y Análisis Grupal*, 62, 63-94. <https://doctorcabau.es/la-fotografia-en-psicoterapia-i-ficha-17/>

Castellano J (2018). Fototerapia. La vida misma ha dejado de ser real para vivirse exclusivamente como imagen. Revista digital anual ARTETERAPIA. Proceso Creativo y Transformación. <https://arteterapiarevista.ar/fototerapia-la-vida-misma-ha-dejado-de-ser-real-para-vivirse-exclusivamente-como-imagen/> Argentina

Cerón C (2015). Una breve reflexión acerca del uso de la fotografía en el contexto terapéutico. <https://auladepsicodrama.com/mensajes-desde-el-inconsciente-o-la-fotografia-como-resultado-del-descubrimiento-del-ser>

Chávez A (s.f.). Técnicas proyectivas. Fundamento de la Evaluación Psicológica. Universidad de Colina. Facultad de Ciencias de la Educación. <http://psicologia.isipedia.com/tercero/evaluacion-psicologica/08-tecnicas-proyectivas>. Unión europea.

Decoster V & Dickerson J (2014). The Therapeutic Use of Photography in Clinical Social Work: Evidence-Based Best Practices. *Social Work in Mental Health*, 12 (1), 1-19. <https://doi.org/10.1080/15332985.2013.812543>

Flores L M (2024). La fotografía como terapia: una imagen vale más que mil palabras. <https://amhigo.com/amhi-blog/70-expertos/2208-la-fotografia-como-terapia-una-imagen-vale-mas-que-mil-palabras>

Halkola U (2011). PHOTOTHERAPYEUROPE - Learning and Healing with Phototherapy. Halkola, U; Koffert, T; Koulu, L; Krappala, M; Loewenthal, D; Parrella, C; & Pehunen, P (2011), PHOTOTHERAPYEUROPE-Learning and Healing with Phototherapy, 5-8. Turun yliopisto: University of Turku. https://www.spectrovisio.net/pdf/PHOTOTHERAPYEUROPE_Handbook.pdf

Irala Hortal P (2018). La imagen como terapia. *Revista Española de Comunicación en Salud*, 9(2), 237-243. Facultad de Comunicación y Ciencias Sociales, Universidad San Jorge, España. https://www.researchgate.net/publication/329758165_La_imagen_como_terapia_Image_as_therapy

Izquierdo N (2016). La fotografía como acto narrativo y psicoterapéutico. *Revista Mexicana de Logoterapia. La logoterapia en el mundo*, 6, México. <https://epage.pub/doc/revista-mexicana-de-logoterapia-vol-6-wgred5112v>

Java D (2024). Fotografía terapéutica y oncología. Los beneficios de la comunicación expresiva en pacientes crónicos. Cuaderno 221 Centro de Estudios en Diseño y Comunicación, Eje 2: Nuevas prácticas profesionales, 57-69. <https://dialnet.unirioja.es/ejemplar/672199>. España.

López L (2019). Fotografía como antídoto del malestar contemporáneo. Tesis de grado en Bellas Artes en Teoría y estética de las artes.

https://www.academia.edu/61455063/Fotograf%C3%ADa_como_ant%C3%ADdoto_del_malestar_contempor%C3%A1neo

Martínez Azumendi O (2016). La fotografía como instrumento terapéutico en salud mental. Revista Átopos. Salud mental, comunidad y cultura. 17, 66-83.

https://www.researchgate.net/publication/304461162_La_fotografia_como_instrumento_terapeutico_en_salud_mental

Muñoz Morellà, A (June 20, 2017). Jo Spence, the origin of therapeutic photography. ANDANAfoto.com. | <https://andanafoto.com/en/jo-spence-the-origin-of-therapeutic-photography/>.

Muñoz Morellà A (septiembre 29, 2019). El origen de la fotografía como herramienta en la salud mental. Primera parte. ANDANAfoto.com. | <https://andanafoto.com/el-origen-de-la-fotografia-como-herramienta-en-la-salud-mental-primera-parte/>.

Sala E (20 de octubre de 2016). David Viñuales y la Fotología: cuando la fotografía sirve como terapia. Entrevista para Mundo Foto. <https://clavoardiendo-magazine.com/mundofoto/entrevistas/david-viñuales-la-fotología-cuando-la-fotografía-sirve-terapia/>

Upton C C, Diambra J F, Brott P E & Budesa Z R (2023). Photography as a wellness tool for counselors-in-training. Journal of Educational Research and Practice, 13(1), 1–14.

<https://doi.org/10.5590/JERAP.2023.13.1.01> Estados Unidos de Norteamérica.

Weiser J (1975). Phototherapy. Photography as a Verb. The BC Photographer, 33-36. https://www.academia.edu/3173919/PhotoTherapy_Photography_as_a_Verb

Weiser J (1999). PhotoTherapy Techniques. Exploring the secrets of personal snapshots and family albums. Vancouver, Canada.

https://www.researchgate.net/publication/328933120_PhotoTherapy_Techniques_Exploring_the_Secrets_of_Personal_Snapshots_and_Family_Albums

Weiser J (s.f.). PhotoTherapy, Therapeutic Photography & Related Techniques. <https://phototherapy-centre.com/>

Zaldívar D (1995). Arte y Psicoterapia. Revista Cubana de Psicología, 12(1-2), 45-64, Cuba. <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/rkp/v12n1-2/06.pdf>

Zaldívar D F (s.f.). Las terapias artísticas como alternativas. Evento Discapacidad. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba.

Zaldívar D F, Vega R & Roca M A (2008). Psicoterapia General. La Habana: Editorial Félix Varela. Universidad de La Habana, Cuba.

**RESERVA COGNITIVA EN ADULTOS MAYORES: ESTUDIO DESCRIPTIVO
EN PROFESORES DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL MARTA ABREU DE LAS VILLAS**
*COGNITIVE RESERVE IN OLDER ADULTS: A DESCRIPTIVE STUDY OF UNIVERSIDAD
CENTRAL MARTA ABREU DE LAS VILLAS PROFESSORS*

María Fernanda Rivero Muñoz

Karolyn Echemendía Batista

Diego Daniel Díaz Guerra

Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba

Recibido: 19-04-2025

Aceptado: 29-04-2025

Publicado: 01-06-2025

Cómo citar este artículo:

Rivero M, Echemendia K, Díaz D. (2025). Reserva cognitiva en adultos mayores: estudio descriptivo en profesores de la UCLV. 7(12), 164-174. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

La reserva cognitiva refleja diferencias individuales en el procesamiento cognitivo y actúa como neuroprotectora, mitigando el deterioro cognitivo y funcional asociado al envejecimiento. Este estudio tuvo como objetivo describir los niveles de reserva cognitiva en adultos mayores vinculados a la docencia, en el nivel superior de la provincia de Villa Clara, en Cuba. Se realizó un estudio descriptivo, transversal y cuantitativo con 25 profesores universitarios de la tercera edad, activos en la docencia. La información se obtuvo, mediante la Escala de Reserva Cognitiva (ERC). Los resultados indicaron que la mayoría de los participantes muestran niveles medios en las dimensiones evaluadas y destacan un equilibrio general en actividades cotidianas, adquisición de conocimientos, pasatiempos y desempeño social. Se concluye que la educación formal de calidad, junto con actividades recreativas, contribuye significativamente a preservar las capacidades cognitivas en adultos mayores, funcionando como una barrera contra el envejecimiento patológico.

Palabras clave: reserva cognitiva, adultos mayores, docencia, envejecimiento patológico, capacidades cognitivas.

ABSTRACT

Cognitive reserve reflects individual differences in cognitive processing and serves as a neuroprotective factor, mitigating the cognitive and functional decline associated with aging. This study aimed to describe the levels of cognitive reserve in older adults involved in higher education teaching in Villa Clara. A descriptive, cross-sectional, and quantitative study was conducted with 25 senior university professors who were still active in teaching. Data were collected using the Cognitive Reserve Scale (CRS). Results showed that most participants exhibited medium levels across all assessed dimensions, reflecting a general balance in daily activities, knowledge acquisition, hobbies, and social performance. It is concluded that high-quality formal education, combined with leisure and recreational activities, significantly contributes to preserving cognitive abilities in older adults, also serving as a barrier against pathological aging.

Key words: *cognitive reserve, older adults, teaching, pathological aging, cognitive abilities.*

INTRODUCCIÓN

El proceso de envejecimiento se manifiesta de maneras diversas en cada adulto mayor, debido a la interacción de factores biológicos, sociales y ambientales, que llevan inevitablemente a cambios emocionales, comportamentales, físicos y cognitivos (Aceiro, 2020). Este conjunto de cambios, tanto a nivel morfológico como fisiológico en todos los tejidos del organismo, surgen como consecuencia de la edad, en la adultez mayor; de ahí que el cerebro, como centro de aprendizaje y almacenamiento, sufra una serie de cambios que afectan negativamente a su funcionalidad (Caso, 2020). Entonces, el rendimiento cognitivo de las personas en la etapa de senectud decrece de manera exponencial, a medida que envejecen (Caso, 2020). La Organización Mundial de la Salud (OMS) refiere que la tercera edad inicia a los 60 años y que resulta alrededor de 22 % de una población ya establecida (Allasi y Cardoso, 2021).

Entre los países de América Latina y el Caribe, Cuba se considera como uno de los más envejecidos (22,3 %) al cierre de 2023, con 2 357 313 personas de 60 años y más. Se estima que el porcentaje de los muy ancianos alcance el 25 % para 2025, cifras que posicionarán a Cuba en el lugar del país más

envejecido de América Latina y, para 2050, en uno de los más envejecidos del mundo (Ferrer, 2024). Según Artiles *et al.* (2022), ONEI (2019a), plantea que 11 provincias de Cuba están impactadas por la dinámica poblacional desfavorable y siete de ellas decrecen de manera natural; además, el índice de envejecimiento ya adquiere un máximo de 24 % y es Villa Clara la provincia más envejecida desde hace algún tiempo.

Por consiguiente, en la adultez mayor es común encontrar cambios cognitivos y físicos, como enfermedades neurodegenerativas (Oñate y Gavilanes, 2022), cardiovasculares (Castañeda, 2022), problemas de audición y visión (Gill, 2024), así como sucesos en los que evidencian molestias a nivel de pensamiento, además de dificultades en el almacenamiento de información que se ha registrado previamente (Oñate y Gavilanes, 2022), lo que involucra de forma directa al detrimiento de la memoria y compromete el área cognitiva, que puede ejercer como predictor de una posible degeneración; pero manteniendo las habilidades funcionales del adulto mayor (Allasi y Cardoso, 2021).

Debido a las alteraciones fisiológicas que provoca el envejecimiento del cerebro, resulta particularmente difícil diferenciar entre los cambios que son producidos por el envejecimiento y aquellos que son causados por algún tipo de enfermedad (Díaz y Hernández, 2023). Por ello, se han volcado los esfuerzos en estudiar qué factores, tanto protectores (mayor educación, actividad física regular, frecuente actividad social) como potencialmente modificables (hipertensión, obesidad, diabetes, traumatismo craneoencefálico, depresión, consumo excesivo de alcohol, tabaquismo, etc.), podrían prevenir el envejecimiento patológico (Livingston *et al.*, 2024).

Los riesgos de padecer una demencia se acumulan a lo largo de la vida (Livingston *et al.*, 2024), por este motivo, surge la necesidad de estudiar los factores protectores que permiten prevenir un envejecimiento patológico. Conocerlos, brinda la posibilidad de que la ciencia logre posicionarse desde un enfoque más positivo al abordar la salud mental en los adultos mayores, no como una etapa cubierta de limitaciones, sino como la apertura a un momento de la vida que, aunque lleno de cambios, produzca nuevas formas de bienestar y logre de esta manera un abordaje más eficaz que garantice la plenitud durante el envejecimiento.

El estudio de los factores protectores y los factores de riesgo potencialmente modificables, previene casi la mitad de las demencias, lo que permite anticipar los efectos que tienen sobre la salud y, por ende, accionar sobre ellos desde una temprana edad (Livingston *et al.*, 2024).

De esta forma, la neuropsicología positiva se posiciona como un campo emergente que busca comprender cómo determinados procesos de naturaleza biológica, psicológica y social interactúan entre sí para

potenciar la salud cognitiva, ya sea en procesos patológicos o en ausencia de estos. El enfoque propuesto por la neuropsicología positiva podría ser especialmente útil, por ejemplo, en el estudio de las demencias (Broche, 2019).

Dentro de este marco, la reserva cognitiva emerge como un constructo que ha generado gran interés en las últimas décadas desde su aparición, definida como la capacidad de soportar la neuropatología antes de mostrar los síntomas de la demencia (Livingston *et al.*, 2024). Este constructo resalta que existen diferencias individuales en el procesamiento cognitivo de las personas y que al actuar como neuroprotectora del cerebro, consigue atenuar las manifestaciones clínicas cognitivas y funcionales (González, 2022). Es decir, se plantea como el mecanismo subyacente que explica las diferencias entre el daño cerebral y las manifestaciones visibles, dando cuenta de las diferencias individuales (Calderón *et al.*, 2022), específicamente en Cuba, donde los índices de envejecimiento representan cifras preocupantes, al punto de constituir uno de los más envejecidos de América Latina y el Caribe. El 86 % de nuestros mayores padecen al menos una enfermedad crónica (Jiménez, 2020). Se ha hecho necesario comprender a cabalidad todos los factores que inciden, de una forma u otra, en la aparición de enfermedades neurodegenerativas en el envejecimiento, para garantizar un mayor bienestar en los adultos mayores.

El estudio de la reserva cognitiva adquiere especial relevancia, ya que se ha demostrado que las personas con mayor reserva cognitiva poseen mayor habilidad de optimizar y maximizar su rendimiento cognitivo (Cuesta, 2020). Por tanto, el objetivo del estudio consiste en describir los niveles de reserva cognitiva en una muestra de adultos mayores vinculados a la docencia, en el nivel superior de la provincia de Villa Clara, para de esta manera alcanzar un nivel de conocimiento más amplio sobre el comportamiento de la reserva cognitiva en adultos mayores, en los cuales el factor de la educación se ha potenciado en una mayor medida.

MÉTODOS

Diseño del estudio y participantes

Se desarrolló un estudio de alcance descriptivo, con un diseño transversal, no experimental, desde un enfoque cuantitativo. La muestra estuvo conformada por 25 profesores universitarios pertenecientes a la tercera edad, que aún están vinculados a la docencia. El muestreo fue no probabilístico, a través de criterios de selección. Como criterios de inclusión se tuvo en cuenta la disposición voluntaria de los participantes, que cumpliesen con el rango de edad determinado y fueran profesores universitarios de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas. Entre los criterios de exclusión se encontró la presencia

de trastornos perceptivos, visuales, auditivos o motores, que impidan el transcurso de la evaluación, así como el consumo de psicofármacos que puedan influir o afectar de alguna manera el estado de vigilia del individuo. Como criterios de salida se consideraron la expresión directa de abandonar la investigación por motivos externos, la aparición repentina de cierta condición física o mental que impidiera la colaboración del sujeto, las sesiones o pruebas llevadas a cabo y que los participantes no pudiesen completar.

INSTRUMENTOS

La información fue recolectada, mediante la Escala de Reserva Cognitiva (ERC), desarrollada originalmente por León *et al.* (2011), en España. Se trata de una escala de autoinforme, compuesta por 24 ítems relacionados con actividades de experiencias de vida, los cuales deben ser respondidos con base a una escala Likert de 0 a 4, donde 0 = Nunca, 1 = Anualmente (una o más veces al año), 2 = Mensualmente (una o más veces al mes), 3 = Semanal (hasta 3 veces por semana) o 4 = Diariamente (más de 3 veces por semana) (Landenberger *et al.*, 2021).

Cuenta con las siguientes dimensiones: actividades de la vida diaria, formación-información, hobbies-aficiones y vida social, y sus correspondientes categorías y subcategorías. En torno a la primera faceta, esta incluye la categoría «autonomía funcional», que hace referencia a la independencia del sujeto en la realización de actividades cotidianas básicas. La segunda faceta está compuesta por la categoría «ampliación de conocimientos». Se registra así la realización de actividades relacionadas con la educación y el incremento de conocimientos y destrezas lingüísticas, aspectos que contribuirían a la plasticidad asociada a la reserva cognitiva. En relación con la tercera, se incluyen las categorías «actividades de ocio» y «nivel físico». En actividades de ocio se añaden pasatiempos y aficiones que el sujeto realizaría en su tiempo libre y que llevan asociada una estimulación cognitiva, o bien, en el caso del nivel físico, que predispone a ella; y la cuarta faceta queda definida como la relación del sujeto con otros individuos, donde hace uso de habilidades de comunicación y crea vínculos sociales.

El índice de confiabilidad de Cronbach para la muestra estudiada fue de $\alpha = .88$, lo que indica una buena consistencia y fiabilidad de los resultados.

La ERC tiene como objetivo estimar la reserva cognitiva de un individuo, mediante la recopilación de información sobre toda su vida adulta

PROCEDIMIENTOS

Se procesó la información en el SPSS v.26.0.0, donde se realizaron análisis descriptivos de variables sociodemográficas y de interés, así como el cálculo de baremos para la muestra estudiada.

RESULTADOS

La muestra estuvo conformada por 25 profesores universitarios pertenecientes a la tercera edad, que aún están vinculados a la docencia. De ellos, 21 (84 %) hombres y 4 (16 %) mujeres con una media de edades de 69,08 ($R = 60-82$, $DE = \pm 5,79$). La media de años implicados en la docencia es de 40,40 ($R = 17-55$, $DE = \pm 10,30$) años. Los percentiles de evaluación se observan en la tabla 1.

Tabla 1. Percentiles de la Escala de Reserva Cognitiva

Dimensión	Bajo	Medio	Alto
Actividades de la vida diaria	≤ 29	30-38	$39 \geq$
Formación- Información	≤ 23	24-35	$36 \geq$
Hobbies-Aficiones	≤ 48	49-70	$71 \geq$
Vida social	≤ 15	16-21	$22 \geq$

(Fuente: SPSS v.26.0.0)

Las puntuaciones de las dimensiones de la ERC se observan en la tabla 2. Existe un predominio de niveles medios de reserva cognitiva en todas las dimensiones, los niveles más bajos están presentes en las dimensiones actividades de la vida diaria (8 %) y vida social (36 %). Por otro lado, las dimensiones formación-información, hobbies-aficiones y vida social presentan los mismos niveles altos (24 %). De forma general, los resultados apuntan a que la mayoría de los participantes tienen niveles medios en todas las dimensiones evaluadas, lo que sugiere un equilibrio general en su reserva cognitiva, en términos de actividades de la vida cotidiana, adquisición de conocimientos e información, hobbies, aficiones y desempeño social.

Tabla 2. Puntuaciones de la Escala de Reserva Cognitiva

Dimensión	Niveles		
	Bajo	Medio	Alto
	$f(%)$	$f(%)$	$f(%)$
Actividades de la vida diaria	8 (32)	12 (48)	5 (20)

Formación-información	7 (28)	12 (48)	6 (24)
Hobbies-aficiones	6 (24)	13 (52)	6 (24)
Vida social	9 (36)	10 (40)	6 (24)

(Fuente: SPSS v.26.0.0)

DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos durante la investigación reflejan que la mayoría de los participantes presentan niveles medios en cada una de las dimensiones evaluadas tras el transcurso de la aplicación de la ERC, hallazgo que podría estar estrechamente vinculado con la noción de equilibrio general en la Reserva Cognitiva (RC), como lo plantea Stern *et al.* (2012), al destacar que la RC se construye, mediante la interacción de variables sociodemográficas, culturales y de estilo de vida. Un nivel medio en todas las dimensiones sugiere una participación moderada y constante en actividades que fortalecen la RC, lo que indica que los individuos no solo se encuentran involucrados en prácticas que estimulan su capacidad cognitiva, sino que también demuestra que existe una integración de distintos aspectos clave que conforman esa reserva.

Al analizar detenidamente los elementos que componen la ERC se observa que la dimensión «actividades de la vida diaria» presenta un porcentaje de niveles bajos, de apenas 8 %, mientras que en «vida social» esta cifra asciende a 36 %. Una baja puntuación en estas áreas resulta particularmente relevante, ya que tanto la realización de actividades cotidianas, como la interacción social, son categorías fundamentales para el mantenimiento y desarrollo de funciones cognitivas a lo largo del tiempo. Como señalan Cuesta *et al.* (2023) la interacción social y la participación en actividades diarias cumplen un papel protector al contribuir a la preservación de estas funciones; esta situación subraya la imperante necesidad de diseñar e implementar intervenciones orientadas específicamente estos ámbitos de actuación, sobre todo en aquellos grupos considerados en riesgo de sufrir declives cognitivos futuros (Livingston *et al.*, 2020).

Los resultados del estudio realizado se pueden contrastar con los hallazgos reportados por Feldberg *et al.* (2022), en cuya investigación se empleó un modelo de ecuaciones estructurales para analizar el impacto de diferentes tipos de actividades, específicamente las de índole educativa y recreativa, en diversos dominios cognitivos. Feldberg *et al.* (2022) encontraron que las actividades del tiempo libre, sobre todo las de carácter formativo y social, tenían efectos muy positivos sobre estos dominios. Si bien la investigación no desglosa el impacto de cada dimensión en indicadores cognitivos específicos, la similitud radica en el reconocimiento del papel central que desempeñan las actividades formativas y de

ocio en la construcción de la RC. En ambos estudios se evidencia que una implicación sostenida en actividades que promuevan el aprendizaje y la interacción social se asocia con niveles protectores de función cognitiva.

De acuerdo con Cuesta *et al.* (2019) la RC se construye a lo largo de la vida, mediante factores socioambientales, como: educación, actividades de ocio, estilo de vida, estatus socioeconómico e inteligencia. Estos factores contribuyen de manera activa a la formación de la RC, lo que permite la activación de redes neurales alternativas frente a demandas cognitivas. Este estudio enfatiza que actividades de la vida diaria y social son fundamentales para la RC, debido a que permiten la interacción y el mantenimiento de habilidades cognitivas. Por otro lado, actividades relacionadas con *hobbies* y formación intelectual también son destacadas, como pilares para un envejecimiento exitoso y la prevención de deterioro cognitivo.

CONCLUSIONES

Los participantes presentan predominantemente niveles medios en todas las dimensiones evaluadas (actividades de la vida diaria, formación-información, hobbies-aficiones y vida social), lo que indica un balance general en su RC.

Las dimensiones de actividades de la vida diaria y vida social muestran mayores proporciones de niveles bajos, sugiriendo oportunidades de intervención para fortalecer la independencia funcional y la calidad de actividades básicas, además de las redes sociales en este grupo, con amigos o familiares. Se reafirma el impacto positivo de la educación formal de calidad, las actividades de ocio y tiempo libre en la protección de las capacidades cognitivas en adultos mayores, que actúan también como barreras frente a procesos de envejecimiento patológico.

La ERC demostró ser una herramienta útil y fiable para la evaluación de reserva cognitiva en este contexto específico. Sin embargo, los hallazgos sugieren la necesidad de validar esta herramienta al contexto cubano para establecer baremos más sólidos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Aceiro M A, Torrecilla M, & Moreno C B (2020). Estrategias de afrontamiento en adultos mayores. In 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. <https://www.aacademica.org/000-007/730.pdf>

Allasi Galarza N J, & Cardoso Arroyo E D C (2021). Deterioro cognitivo en adultos mayores.

<https://repositorio.continental.edu.pe/handle/20.500.12394/11822>

Artiles Vargas L A, González Hernández G, Armiñana García R, Orozco González M, Fimia Duarte R, & Iannacone J (2022). Variables Demográficas del Municipio Manicaragua, Villa Clara, Cuba. *Biotempo*, 19(2), 165-176. <http://revistas.urp.edu.pe/index.php/Biotempo/article/view/4989>

Broche Pérez Y (2018). Neuropsicología Positiva: nuevo enfoque; nuevas oportunidades. *Revista Chilena de Neuropsicología*, 13(2), 45-51, Chile. https://www.researchgate.net/profile/Yunier-Broche-Perez/publication/330449257_Neuropsicologia_Positiva_Nuevo_Enfoque_Nuevas_Oportunidades_Positive_Neuropsychology_New_Approach_New_Opportunities/links/5c4089e8299bf12be3cf29c0/Neuropsicologia-Positiva-Nuevo-Enfoque-Nuevas-Oportunidades-Positive-Neuropsychology-New-Approach-New-Opportunities.pdf

Calderón Rubio E, Uréndez Serrano P, Martínez Nicolás Á, & Tirapu Ustárroz J (2022). Reserva cognitiva. Propuesta de una nueva hipótesis conceptual. *Revista de neurología*, 75(6), 137. doi: 10.33588/rn.7506.2022204 <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10280754/>

Caso Cañibano T D (2020). Análisis de los factores que influyen en la aparición de la demencia tipo Alzheimer. <https://gredos.usal.es/handle/10366/143262>

Cuesta C, Cossini F C, & Politis D G (2023). Adaptación argentina del Cuestionario de Reserva Cognitiva: CRC-a. *Interdisciplinaria*, 40(1), 115-136, Argentina.

<https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.1.8>

Cuesta C, Cossini F C, & Politis D G (2019). Reserva cognitiva: Revisión de su conceptualización y relación con la Enfermedad de Alzheimer. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 23(2), 8-180. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339666659008>

Cuesta C, Cossini F C, & Politis D G (2020). Enfermedad de Alzheimer, ¿cómo impacta la reserva cognitiva en el curso de la enfermedad?. In 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. <https://www.aacademica.org/000-007/337.pdf>

De Berrazueta Fernández J R (2018). Envejecimiento y enfermedades cardiovasculares. In *Anales de la Real Academia Nacional de Medicina*, 135 (3), 266. Real Academia Nacional de Medicina. https://analesranm.es/wp-content/uploads/2018/numero_135_03/pdfs/ar135.pdf#page=70

- Díaz Guerra D D, & Hernández Lugo M D L C (2023). Neuropsicología del envejecimiento: intervención con enfoque preventivo y rehabilitatorio. *Revista científica estudiantil 2 de Diciembre*, 6(4), 440. <https://revdosdic.sld.cu/index.php/revdosdic/article/view/440>
- Feldberg C, Tartaglini M F, Barreyro J P, Hermida P D, Bennetti L, & García L M (2022). El rol de las actividades del tiempo libre en la reserva cognitiva en adultos mayores. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 40(1), 1-16. <https://doi.org/10.12804/revistas.urosario.edu.co/apl/a.10954>
- Ferrer B C (2024). Profesionalización con enfoque gerontológico de los licenciados en rehabilitación en salud. *Revista Pensamiento Científico Latinoamericano*, 3(6), 57-67. <https://revistapcl.grupogm.org/ojs/index.php/rpcl/article/view/61>
- González Estupiñán K (2022). Efecto de la reserva cognitiva en la situación funcional postquirúrgica en pacientes ancianos sometidos a cirugía cerebral. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/28972>
- Landenberger T, Machado W, Oliveira C R, & Argimon I I L (2021). Escala de Reserva Cognitiva: Adaptação e primeiras evidências de validade. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 22(2), 753-767. <https://www.sp-ps.pt/uploads/jornal/836.pdf>
- Livingston G, Huntley J, Liu K Y, Costafreda S G, Selbæk G, Alladi S, Ames D, Banerjee S, Burns A, Brayne C, Fox N C, Ferri C P, Gitlin L N, Howard R, Kales H C, Kivimäki M, Larson E B, Nakasujja N, Rockwood K, Samus Q, Shirai K, Singh Manoux A, Schneider L S, Walsh S, Yao Y, Sommerlad A, & Mukadam N (2024). Prevención, intervención y atención de la demencia: Informe de 2024 de la Comisión de The Lancet. *The Lancet*, 404(10425), 572-628. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(24\)01296-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(24)01296-0)
- Livingston G, Huntley J, Sommerlad A, Ames D, Ballard C, Banerjee S, ... & Costafreda S G (2020). Dementia prevention, intervention, and care: 2020 report of the Lancet Commission. *The Lancet*, 396(10248), 413-446. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30367-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30367-6)
- Oñate Núñez J A, & Gavilanes Manzano F R (2022). Funcionalidad cognitiva y calidad de vida en el adulto mayor. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinaria*, 6(6), 9718-9736. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/4097>
- Stern Y (2012). Cognitive reserve in ageing and Alzheimer's disease. *The Lancet*

PLAN DE ACCIONES PARA POTENCIAR LA CREATIVIDAD,

EN PRIMER AÑO DE INGENIERÍA INFORMÁTICA

ACTION PLAN TO ENHANCE CREATIVITY IN THE FIRST YEAR

OF COMPUTER ENGINEERING

Meily Monteagudo Caso

Vanessa Olivera Bacallao

Dalia Rodríguez Cairo

Recibido: 20-12-2024

Aceptado: 25-01-2025

Publicado: 01-06-2025

Cómo citar este artículo:

Monteagudo M, Olivera V, Rodríguez D. (2025). Plan de acciones para potenciar la creatividad en primer año de ingeniería informática. 7(12), 175-186. <http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

Desarrollar la creatividad en los estudiantes universitarios es fundamental, no solo para su rendimiento académico, sino también para su futura vida profesional, ya que la creatividad se erige como una capacidad clave en un mundo laboral cada vez más dinámico y competitivo. Esta intervención tuvo como objetivo potenciar la creatividad en los estudiantes del grupo de primer año de Ingeniería Informática, de la Facultad de Matemática, Física y Computación, de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas (UCLV). Para llevarla a cabo se empleó un enfoque mixto, debido a que el empleo de este método implica lograr una perspectiva más amplia y profunda del fenómeno. Posteriormente, se realizó la intervención, mediante un plan de acciones con un total de dos sesiones. Los participantes reconocieron la creatividad, como fundamental para abordar problemas complejos y desarrollar soluciones innovadoras, aunque también identificaron obstáculos como la presión académica y el miedo al fracaso.

Palabras clave: plan de acciones, creatividad, intervención psicoeducativa.

ABSTRACT

Developing creativity in university students is essential not only for their academic performance, but also for their future professional life, since creativity emerges as a key capacity in an increasingly dynamic and competitive world of work. This intervention aimed to enhance creativity in the students of the first-year group of Computer Engineering, of the Faculty of Mathematics, Physics and Computing of the Central University “Marta Abreu” of Las Villas. To carry it out, a mixed approach was used since the use of this method implies achieving a broader and deeper perspective of the phenomenon. Subsequently, the intervention was carried out through an action plan with a total of two sessions. Participants recognized creativity as essential to addressing complex problems and developing innovative solutions, although they also identified obstacles such as academic pressure and fear of failure.

Keywords: *action plan, creativity, psychoeducational intervention.*

INTRODUCCIÓN

En la actualidad, uno de los desafíos que enfrenta la educación superior es cumplir su responsabilidad en la formación de futuros profesionales, que sean aptos para la producción y capaces de generar ideas innovadoras en el contexto que se desempeñen. Para ello, resulta de gran importancia el empleo de métodos de enseñanza que propicien el desarrollo del pensamiento creativo en los estudiantes universitarios. En el ámbito de la enseñanza habitual, la creatividad no se ha atendido demasiado (Esquivias, 2004), a pesar de que investigadores expertos, como Amabile (1983), ya se habían interesado por el rol de esta capacidad en el aprendizaje desde tiempos pasados.

En cuanto a los programas de intervención que se han llevado a cabo hasta el momento, existen algunos que se han centrado precisamente en la mejora de los procesos creativos de estudiantes de niveles educativos, tanto primarios como superiores, pero siempre se encuentra una tendencia mayor a realizarlos con muestras de alumnos de primeros niveles y no tanto en secundaria y universidad (Bermejo *et al.*, 2014), por lo que una formación centrada en el desarrollo de la creatividad y que se produzca en todos los niveles educativos, favorecerá la resolución de problemas de manera original y flexible por parte de los estudiantes y, por tanto, promoverá un rendimiento adecuado e íntegro (Prieto *et al.*, 2002).

Según Mitjans (1995), la creatividad es la «[...] expresión de la personalidad en su función reguladora, como configuración de expresiones personológicas que, mediatisadas o no por la acción intencional del

sujeto juegan un papel esencial en la determinación del comportamiento creativo». Existe un consenso entre los estudiosos del tema, en que la creatividad «[...] no constituye una habilidad más, sino un complejo proceso de la subjetividad humana que tiene en su base un conjunto de recursos psicológicos que se configuran de forma específica y regulan el comportamiento creativo del sujeto».

Entonces, considerando las condiciones actuales, Ríos (2015) plantea que es necesario que en la educación superior se tenga en cuenta la necesidad de un cambio educativo para formar egresados identificados con su momento histórico y que reconozcan la necesidad de ser profesionales competentes con un pensamiento creativo. Para el desarrollo del pensamiento creativo se observan dos tendencias fundamentales: la primera, orientada a garantizar el interés por la incorporación de los logros científicos a la vida en general, para lo cual es necesario que el individuo tenga cualidades, como: concentración, aplicación de la habilidad para concentrar la atención en lo fundamental, autodisciplina, iniciativas, motivaciones cívicas y responsabilidad; la segunda, a la adquisición de aptitudes, de forma tal que el hombre pueda generalizar, de modo integral, las nuevas situaciones y transformar las relaciones; además, para ello, el individuo debe utilizar las leyes objetivas, autoeducarse y disponerse a asimilar los conocimientos necesarios de la sociedad (Zambrano, 2019).

Desarrollar la creatividad en los estudiantes universitarios es fundamental, no solo para su rendimiento académico, sino también para su futura vida profesional, ya que la creatividad se erige como una capacidad clave en un mundo laboral cada vez más dinámico y competitivo. En un entorno académico, fomentar la creatividad permite a los estudiantes abordar problemas desde múltiples perspectivas, facilitando la generación de ideas innovadoras y soluciones efectivas. Esto no solo enriquece su aprendizaje, sino que también les ayuda a desarrollar un pensamiento crítico y analítico, habilidades esenciales en cualquier disciplina. La presente intervención psicoeducativa se realizó en la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas (UCLV), ubicada en el kilómetro 5,5 de la carretera de Camajuaní, provincia de Villa Clara, al centro de Cuba, específicamente en la Facultad de Matemática, Física y Computación, en el grupo de primer año de la carrera de Ingeniería Informática.

Realizar una intervención psicoeducativa centrada en la creatividad con el grupo de primer año de la carrera de Ingeniería Informática, resultó novedosa en ese contexto, ya que por lo general no se suelen llevar a cabo estos proyectos, los cuales pueden aportar múltiples beneficios, que se extienden a estudiantes, profesores, la facultad y la universidad en su conjunto. Para los estudiantes, esta intervención fomentó habilidades críticas, como el pensamiento innovador y la resolución de problemas, lo que no solo mejora su rendimiento académico, sino que también los prepara mejor para un mercado laboral

competitivo. Los profesores, por su parte, se beneficiaron al enriquecer su práctica docente e incorporaron metodologías que estimulan la participación activa y el aprendizaje significativo, lo que puede resultar en un ambiente educativo más dinámico y colaborativo. A nivel de facultad, la implementación de la intervención pudo elevar la calidad educativa y posicionar a la institución, como un referente en la formación integral de profesionales, mientras que para la universidad en general, contribuyó a su misión de formar egresados con competencias relevantes y adaptativas, fortaleciendo así su prestigio y atractivo ante futuros estudiantes y colaboraciones académicas. En conjunto, la intervención se convirtió en un catalizador de innovación y excelencia educativa, que beneficia a toda la comunidad universitaria.

Es por eso que en esta intervención psicoeducativa los干预ores se propusieron dar solución a la siguiente problemática: ¿cómo potenciar la creatividad de los estudiantes del grupo de primer año de Ingeniería Informática, de la Facultad de Matemática, Física y Computación, de la UCLV?

Objetivo general: potenciar la creatividad en los estudiantes del grupo de primer año de Ingeniería Informática, de la Facultad de Matemática, Física y Computación, de la UCLV.

Objetivos específicos:

- Reflexionar sobre la importancia de la creatividad en el campo de la Ingeniería Informática.
- Fomentar la creatividad, a través de diversas técnicas, para el aprovechamiento de esta capacidad en el futuro desempeño profesional de los estudiantes.

METODOLOGÍA

Método y tipo de estudio

Debido a la naturaleza compleja de la problemática en cuestión, se denota la necesidad de emplear un método mixto, ya que estos representan o están constituidos por dos realidades coexistentes, una objetiva y la otra subjetiva. El empleo de este método implica lograr una perspectiva más amplia y profunda del fenómeno, así como producir datos más «ricos» y variados, mediante la multiplicidad de observaciones, ya que se consideran diversas fuentes y tipos de datos, contextos o ambientes y análisis (Hernández *et al.*, 2014).

Muestra

La muestra estuvo formada por el grupo de primer año de la carrera de Ingeniería Informática, perteneciente a la Facultad de Matemática, Física y Computación, de la UCLV. El grupo está conformado por 20 estudiantes, de ellos 5 del sexo femenino y 15 del masculino, cuyas edades oscilan entre 18 y los 22 años. La mayoría residen en el municipio cabecera, Santa Clara, aunque también hay estudiantes procedentes de municipios, como: Camajuaní, Cifuentes, Sagua la Grande y Santo Domingo.

Definición de variables

La creatividad, definida por Mitjans Martínez (1995), es la expresión de la personalidad en su función reguladora, como configuración de expresiones personológicas que, mediatizadas o no por la acción intencional del sujeto, desempeñan un papel esencial en la determinación del comportamiento creativo. Existe un consenso entre los estudiosos del tema, en que la creatividad «[...] no constituye una habilidad más, sino un complejo proceso de la subjetividad humana que tiene en su base un conjunto de recursos psicológicos que se configuran de forma específica y regulan el comportamiento creativo del sujeto».

La creatividad se evaluó, mediante una variante con dos dibujos del Test de Inteligencia Creativa (Corbalán *et al.*, 2003), el cual ofrece una medida cognitiva de la creatividad, que se reporta a través de la capacidad de los individuos para generar preguntas sobre un dibujo durante un tiempo limitado. Cada pregunta formulada por los sujetos presume la activación de un nuevo esquema cognitivo, que a su vez es utilizado como una medida indirecta de la creatividad (Sospedra *et al.*, 2022).

Técnicas para el análisis de resultados

Para el análisis de los resultados, respecto a «competencias socioemocionales» y «aptitud verbal» recogidos en el cuestionario, se realizó un análisis de contenido usando las tablas de frecuencia, proporcionadas por el programa estadístico SPSS en su versión 24. Por otra parte, para la variable «creatividad» se empleó el análisis de contenido, teniendo en cuenta indicadores, como: cantidad de preguntas formuladas, nivel de elaboración, originalidad y estilo de formulación de las preguntas, y habilidad para asociar el contenido de la imagen con otros conceptos o categorías. En el procesamiento de las técnicas grupales se empleó la interpretación de verbalizaciones y conductas de los miembros del grupo. Por otra parte, también se usó la triangulación de fuentes, mediante la entrevista a profesores.

DISEÑO DEL PROGRAMA DE INTERVENCIÓN

Fundamentos teóricos y metodológicos

Se llevaron a cabo tres sesiones diagnósticas en una primera etapa, donde en la primera sesión se aplicó el cuestionario sobre competencias socioemocionales, creatividad y aptitud verbal, en el cual resultó encontrarse más afectada la variable «creatividad», por lo que se realizaron otras dos sesiones

diagnósticas que corroboraron la hipótesis de que la mayor parte del grupo presenta un bajo nivel de creatividad.

A partir de los resultados del diagnóstico, se elaboró un plan de acciones para la potenciación de la creatividad, al ser esta la variable más afectada. Ese plan se fundamentó en las cuatro características más importantes del pensamiento creativo (Torrance, 1995): fluidez, flexibilidad, originalidad y elaboración. La primera característica se refiere a la capacidad de generar una cantidad considerable de ideas o respuestas a planteamientos establecidos. En ese caso se busca que el alumno pueda utilizar el pensamiento divergente, con estilos de aprendizajes que le permitan solucionar problemas con vías alternativas a la lógica, de manera que ofrezca resultados aceptables y tenga más de una opción a su problema, ya que no siempre la primera respuesta es la mejor y se está acostumbrado a quedarse con la primera idea que se le ocurre, sin ponerse a pensar si realmente será la mejor.

La segunda, considera manejar nuestras alternativas en diferentes campos o categorías de respuesta. Es buscar en todas las direcciones una visión más amplia o diferente a la de siempre, invitando con cautela a los estudiantes para ir a otra categoría de respuesta que brinde alternativas y seleccionar la más atractiva. En tercer lugar está la originalidad, que es lo más característico de la creatividad e implica pensar ideas nuevas o visualizar los problemas de otra manera, lo que trae como consecuencia encontrar respuestas innovadoras. Además, la elaboración como algo muy importante para el pensamiento creativo. A partir de su utilización han avanzado la industria, la ciencia y las artes, ya que consiste en añadir elementos o detalles a ideas que existen, modificando alguno de sus atributos. A pesar de que existen otras características del pensamiento creativo, los estudiosos del tema consideran que estas cuatro son las que más lo identifican (Torrance, 1995).

Teniendo en cuenta lo anterior, las acciones propuestas para potenciar la creatividad en ese grupo fueron:

- Presentar actividades para despertar en los estudiantes la creatividad, como «Los Nueve Puntos» y la solución de acertijos.
- Proyectar dos comerciales de las empresas Apple y Samsung, para el posterior análisis de cómo se manifestó la creatividad en cada uno.
- Debatir sobre un video que explica el significado de la creatividad.
- Desarrollar un grupo de discusión para tratar la importancia de la creatividad en el campo de la ingeniería informática, las actividades que la fomentan, los obstáculos para desarrollar todo su potencial y sus estrategias para abordarlos.

- Proponer la reflexión sobre la aplicabilidad de la creatividad, tanto en la carrera como en su futura profesión.
- Compartir por Whatsapp infografías con varios *tips* para mejorar la creatividad.
- Emplear la técnica «Objetos Fuera de Lugar».
- Realizar una lluvia de ideas para la creación de una nueva red social.

El escenario de realización de esas acciones fue en el aula de que dispone el grupo en la facultad. Como recursos se emplearon los medios básicos del aula: pizarra, borrador, pupitres, etc., además de materiales digitales: por ejemplo, infografías y videos preseleccionados, en los cuales se abordaba la creatividad.

RESULTADOS

Después del diagnóstico, se procedió a implementar el plan de acciones diseñado, en dos sesiones. La primera a modo de taller, donde se conocieron las percepciones del grupo acerca de la creatividad y qué concepción tenían de esta desde sus experiencias personales. Se utilizaron varias técnicas, como el videodebate, donde se presentaron varios videos que reflejaban la creatividad de algunas empresas para promocionar sus productos, lo cual propició el intercambio entre ellos, sobre la originalidad de las ideas presentadas. Algunos ofrecieron sus opiniones para mejorar esos comerciales o proponer otras variantes. Algunos solo describieron sus impresiones sobre lo que habían visualizado o dieron su opinión sobre el mensaje que trasmítia.

Posteriormente, se exploró el concepto que tenían de creatividad, con opiniones variadas, entre las que destacaron: «Crear algo nuevo de la nada, innovar», «La capacidad de una persona para expresar sus sentimientos a través de la creación»; otros manifestaron que veían a la creatividad como una «cualidad del ser humano con diferentes formas de expresión». Luego, mediante la proyección de otro video se les brindó información más detallada sobre la creatividad y consejos para ser más creativos cada día y aplicarlo en la vida diaria.

También se empleó la técnica de grupo de discusión, donde las preguntas propuestas estuvieron más enfocadas a su carrera, la Ingeniería Informática. En el desarrollo de esa técnica se pudo apreciar que todos reconocían la importancia de la creatividad para su desempeño académico, y brindaban respuestas muy variadas con ejemplos de cómo en algunas asignaturas —por ejemplo, Modelado y Diseño de Interfaz, y Programación— tenían que aplicar estrategias para ser más creativos y superar obstáculos con el objetivo de alcanzar su máximo potencial.

Al final de esa primera sesión se exhortó al grupo para que reflexionara sobre el tema tratado en el taller. Algunos plantearon que el encuentro les fue de gran utilidad, ya que muchos tenían ideas erróneas, las cuales corrigieron gracias a la información proporcionada. Por último, como parte de la sesión, se les compartieron infografías, vía Whatsapp, con algunos consejos para potenciar su creatividad (anexo).

Luego, como parte de la segunda sesión se comenzó con dinámicas grupales de rompehielos (Hecho verdadero y Hecho falso), gracias a las cuales se logró la activación y participación de todo el grupo. En un segundo momento se empleó la técnica de creatividad «Objetos fuera de lugar», donde se logró estimular la creatividad. Ahí fueron capaces de darle usos alternativos a diversos objetos y abstraerse hacia el contexto específico en el cual se les pedía que ubicasesen los objetos.

Entonces se les propuso la elaboración conjunta de una red social, mediante una lluvia de ideas. Para esta debían dividirse en subgrupos y crear contenido, un ícono, un nombre y un eslogan. En esa actividad se pudo apreciar la completa integración del grupo, a pesar de estar divididos. Cada participante aportó sus ideas, que lograron combinar para presentar un resultado. De manera general, hubo una buena distribución de roles. Siempre estuvo presente un integrante que dirigía el proceso en cada uno de los subgrupos. A su vez, la actividad propició que aplicaran de forma original y creativa los conocimientos propios de la carrera.

A modo de cierre del encuentro y la intervención se aplicó la técnica de PNI, que brindó a los interventores una retroalimentación por parte del grupo, sobre cómo se sintieron a lo largo del proceso, dando en su mayoría opiniones positivas. Además, les resultó interesante lo mucho que lograron unirse y potenciar su creatividad como grupo.

A lo largo de la intervención se pudo apreciar en el grupo una notable mejoría en cuanto a la fluidez, a través de la cantidad de ideas que eran generadas por ellos en un tiempo determinado, lo cual se apreció, sobre todo, en la realización de la actividad de creación de una nueva red social. Avanzaron en la flexibilidad, como parte del pensamiento creativo, al incrementar su capacidad de cambiar ideas y adaptarse a las nuevas sugerencias ofrecidas por otros miembros del grupo, teniendo en consideración las ventajas y desventajas de las ideas propias y ajenas.

Otra de las características de la creatividad que también se vio favorecida fue la originalidad, ya que las ideas propuestas no tenían un carácter reproductivo de lo ya conocido por ellos, sino que propusieron ideas innovadoras, como se apreció en la actividad de otorgarle una finalidad diferente a determinados objetos fuera de lugar, donde ofrecieron varios usos completamente novedosos y se salieron de los esquemas tradicionales, que de cierta forma tenían un sentido lógico. Además, se manifestó un

enriquecimiento en la elaboración de las propuestas, cuando en las actividades no se limitaron a la mención de aquello que proponían, sino que daban ideas detalladas, como fue el caso de la creación de la red social, donde mencionaron cómo sería su funcionamiento, mediante qué algoritmo; incluso especificaron para qué instituciones podía llegar a ser de mayor utilidad y de qué forma y con qué finalidad iban a acceder los usuarios, expandiendo sus ideas iniciales y proporcionando descripciones claras y planes futuros de implementación de ese proyecto.

CONCLUSIONES

La mayoría de los estudiantes tenía una buena autoconciencia emocional y motivación por los estudios, aunque existieron diferencias en la autorregulación emocional y las competencias sociales. La aptitud verbal fue considerada satisfactoria, mientras que la creatividad mostró un bajo desempeño, evidenciado por la escasa curiosidad y originalidad en las preguntas formuladas del cuestionario aplicado. Durante las sesiones de diagnóstico se observaron comportamientos positivos y una buena dinámica grupal, así como un deseo de superación personal y profesional entre los estudiantes, quienes en general percibieron a sus profesores como comprensivos y respetuosos, lo que favoreció un ambiente de aprendizaje positivo. Sin embargo, existió variabilidad en la comunicación de expectativas y en la confianza que los docentes tienen en las capacidades de mejora de sus alumnos. Aunque muchos consideraron que los profesores trabajan en el desarrollo de la inteligencia emocional, una proporción significativa señala que esto no ocurre.

Los participantes reconocieron que la creatividad era fundamental para abordar problemas complejos y desarrollar soluciones innovadoras; también identificaron obstáculos, como la presión académica y el miedo al fracaso. El taller, que fue una de las acciones realizadas, ayudó a corregir ideas erróneas sobre la creatividad y proporcionó recursos prácticos que los estudiantes están dispuestos a aplicar.

Se logró promover tanto la participación activa como la colaboración entre los participantes. Mediante diversas acciones dinámicas se incentivó la confianza individual y colectiva, lo que permitió a los estudiantes expresar sus ideas sin temor al juicio. Estas actividades no solo estimularon el pensamiento divergente, esencial para la innovación, sino que también crearon un ambiente propicio para el intercambio de ideas y la exploración de diferentes perspectivas.

RECOMENDACIONES

Se recomienda continuar con estas iniciativas, crear un entorno educativo que fomente la experimentación y considerar la integración de talleres sobre creatividad en el currículo, asegurando así su desarrollo continuo en el ámbito académico y profesional. Se ha de promover la capacidad de innovar

y trabajar en equipo, competencias clave en el campo de la ingeniería informática, experiencias que ayudan a preparar a los estudiantes para enfrentar los desafíos del mundo laboral actual; se debería tener un seguimiento continuo del progreso del grupo en cuanto a la creatividad y de esa forma ver si la intervención psicoeducativa resultó ser verdaderamente efectiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Amabile T M (1983). The social psychology of creativity: A componential conceptualization. *Journal of personality and social psychology*, 45(2), 357. EStados Unidos de norteamérica.
- Bermejo R, Ruiz M J, Ferrández C, Soto G, & Sainz M (2014). Pensamiento científico-creativo y rendimiento académico|| Scientific-creative thinking and academic achievement. *Revista de estudios e investigación en psicología y educación*, 1(1), 64-72. España.
- Corbalán F J, Martínez F, Donolo D, Alonso C, Tejerina M, & Limiñana R M (2003). CREA. Inteligencia creativa. Una medida cognitiva de la creatividad. TEA Ediciones.
- Esquivias M T (2004). Creatividad: Definiciones, antecedentes y aportaciones. *Revista Digital Universitaria*, 5, 1-17. México
- Hernández Sampieri R, Collado C F, & Lucio P B (2014). Metodología de la investigación (6ta ed.). McGraw-Hill Education. <https://books.google.com.cu/books?id=oLbjoQEACAAJ>
- Mitjans Martínez A (1995). La escuela y el desarrollo de la creatividad. *Revista Educación*, 85, La Habana, Cuba
- Prieto Sánchez M D, López Martínez O, Bermejo García R, Renzulli J, & Castejón J L (2002). Evaluación de un programa de desarrollo de la creatividad. PsicoTema. España.
- Ríos Figueroa P (2015). Necesidad de vincular los cambios científicos y tecnológicos con la creatividad en la Educación Superior. *Qualitas*, 9, 75-92. Quito, Ecuador.
- Sospedra Baeza M J, Martínez Álvarez I, & Hidalgo Fuentes S (2022). Inteligencias múltiples, emociones y creatividad en estudiantes universitarios españoles de primer curso. *Revista Digital de Investigación en Docencia Universitaria*, 16(2). España
- Torrance E P (1995). Insights about creativity: Questioned, rejected, ridiculed, ignored. *Educational Psychology Review*, 7, 313-322. Springer Science.
- Zambrano Yalama N I (2019). El desarrollo de la creatividad en estudiantes universitarios. *Revista Conrado*, 15(67), 354-359. Cuba.

Anexo 1. Infografías empleadas en la intervención



**ESTEREOTIPOS RACIALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS
DE LA UNIVERSIDAD CENTRAL MARTA ABREU DE LAS VILLAS**
*RACIAL STEREOTYPES IN UNIVERSITY STUDENTS
OF THE CENTRAL UNIVERSITY “MARTA ABREU” OF LAS VILLAS*

María Carla Olaya Alemán

Vanessa Olivera Bacallao

Nathalí Pérez Lima

Sailén Torres Morales

Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba

Recibido: 19-11-2024

Aceptado: 20-01-2025

Publicado: 01-04-2025

Cómo citar este artículo:

Olaya M, Olivera V, Pérez N, Torres S. (2025). Estereotipos raciales en estudiantes universitarios de la universidad central “Marta Abreu” de Las Villas. *Revista Cubana de Psicología*, 7(12), 187-202.
<http://www.psicocuba.uh.cu>

RESUMEN

Esta investigación tuvo como objetivo develar estereotipos raciales en estudiantes universitarios de la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas (UCLV), Villa Clara, Cuba, donde se aplicó un estudio de tipo cualitativo y la metodología constructivo-interpretativa. La muestra quedó constituida por 30 estudiantes universitarios, a partir de criterios de conveniencia y accesibilidad. El instrumento para la recogida de los datos fue un cuestionario cualitativo de seis preguntas, que responde a las percepciones que tienen los diferentes grupos raciales de estudiantes que participan en la investigación. El procesamiento de la información se realizó mediante la herramienta ATLAS.ti 9, con una codificación abierta. Con todo se reveló que, a pesar de los esfuerzos por promover la igualdad, persisten prejuicios

arraigados en la percepción y las relaciones entre grupos raciales. La apariencia física destaca como el principal factor en la formación de estereotipos, lo que evidencia diferencias y prejuicios.

Palabras claves: racialidad, estudiantes universitarios, configuraciones subjetivas.

ABSTRACT

The objective of this research was to reveal racial stereotypes in university students at the Universidad Central Marta Abreu de Las Villas (UCLV). This is a qualitative study where the constructive-interpretive methodology is used. The sample was made up of 30 university students following criteria of convenience and accessibility by the researchers. The instrument for data collection was a qualitative questionnaire with 6 questions, which responds to the perceptions of the different racial groups of students participating in the research, processing the information through the ATLAS tool. After performing open coding. Revealing that, despite efforts to promote equality, prejudices persist in the perception and relationships between racial groups. Physical appearance stands out as the main factor in the formation of stereotypes, evidencing differences and prejudices.

Keywords: raciality, university students, subjective configurations.

INTRODUCCIÓN

Las personas tendemos a categorizar todo, colocando los objetos de la vida real en esquemas específicos para ayudarnos a entender nuestro entorno. Esto no es necesariamente malo, ya que resulta un mecanismo natural para procesar información. Sin embargo, el problema surge cuando esta generalización distorsiona nuestra comprensión de la realidad y se ignoran sus múltiples facetas. Es fácil agrupar a las personas en categorías basadas en las características que les atribuimos, pero con tanta diversidad en la condición humana, este proceso puede llevar a prejuicios (Riverón, 2022).

La racialidad es una noción que ha conducido a engaños, por el lastre conceptual y activo del racismo y los prejuicios raciales. Lejos de valorar lo estrictamente biológico, posee una marcada connotación sociocultural y clasista. Determinados autores prefieren hablar de raza social y asumirlo como una construcción cultural, debido a sus múltiples implicaciones en las relaciones sociales (Pérez, 1997). El racismo es generado por la creencia de que una raza es superior a la otra. Esto está relacionado con las teorías de Charles Darwin y Herbert Spencer, en las cuales se manifiesta que hay una raza superior que termina subordinado a la otra en el sentido biológico (León *et al.*, 2016).

La discriminación racial se ha convertido en un tema que se propaga cada vez más y que debería ser analizado desde la disciplina de las Relaciones Internacionales. En el caso específico de Estados Unidos, durante los últimos años se han presentado múltiples violaciones a los derechos de los afrodescendientes, ya que existe un imaginario de superioridad en el que las autoridades y la sociedad han legitimado el abuso en contra de esta población. El fenómeno se ha venido intensificando y de cara al futuro podría generar tensiones incontrolables que sobrepasen fronteras (León *et al.*, 2016). La Organización de Naciones Unidas (ONU) ha proclamado el Decenio Internacional de los Pueblos Afrodescendientes, que trascurrió de 2015 a 2024 (Septien & Bidaseca, 2017).

En América Latina, normalmente no se observan representaciones extremadamente positivas o negativas de grupos étnicos o raciales particulares; se observa más bien una representación ambivalente de estos, la cual comprende dos dimensiones generales que agrupan representaciones estereotípicas asociadas: por un lado a la competencia (capacidad, progreso, riqueza) y por otro lado a la calidez (sociabilidad, simpatía, expresividad afectiva). Por ello se han realizado estudios de la problemática racial en diversos países, como Perú, Brasil y Chile (Espinosa & Cueto, 2014).

Los más recientes acontecimientos han puesto de manifiesto que el estudio de un problema de esta naturaleza en la Cuba de hoy tiene una importante significación. Se trata de un país en el que hace más de cuatro décadas se inició un proceso revolucionario, que rápidamente proclamó la eliminación definitiva de la discriminación racial. No obstante, la realidad ha demostrado que el problema no fue resuelto y la población no blanca sigue cargando con el fardo pesado de la discriminación (García, 1997). Los estudios sobre las relaciones raciales han adquirido una relevancia cada vez más notable en las ciencias sociales cubanas de la última década. Su tratamiento se hace muy frecuente en congresos y reuniones científicas. Importantes eventos de carácter sociocultural dedican espacios a reflexionar sobre esta problemática y ponen énfasis en los cambios experimentados por la sociedad cubana de los últimos años y sus repercusiones en las relaciones de los diferentes grupos raciales (Ramos, 1996).

Entre las investigaciones más destacadas están: «Hacia la eliminación de las brechas raciales: juventud y programas de la revolución» (Espina, 2009) y «El negro y su representación social» (Morales Fundora, 2001), por solo mencionar algunas, además de publicaciones más recientes, como: «Elogio a la altea o las paradojas de la racialidad» (Romay, 2012) y «Cepos de la memoria: Impronta de la esclavitud en el imaginario social cubano» (Romay, 2015) y «¿Racismo en Cuba?» (Espino, 2015).

La problemática racial sigue siendo un tema preocupante en nuestros tiempos, en el contexto de las interacciones sociales, y la raza, un factor de división, ya que su presencia en la conciencia social

condiciona la dinámica de las relaciones entre grupos y personas (Santana *et al.*, 2018.). En el ámbito universitario, la discriminación racial ha sido tema de algunas sentencias, con una extensa doctrina al respecto; por ello, hay un buen camino de rastreo documental para entender y comprender el significado de la discriminación racial en las universidades del país (Ossa, 2020).

En la Universidad Central Marta Abreu de Las Villas (UCLV), al centro de la Isla, se han realizado estudios relacionados con la racialidad (entre los que se pueden citar autores, como Santana *et al.*), que llevan a cabo investigaciones sobre la subjetividad y racialidad: una mirada desde propietarios de negocios cuentapropistas exitosos de Santa Clara. A pesar de la calidad de estas publicaciones, se ha observado una escasez de estudios sobre el tratamiento de la racialidad en el sector joven de la población. Aunque existen varios estudios centrados en las dinámicas subjetivas de la reproducción de la racialidad en estudiantes universitarios, resulta crucial llamar la atención y concienciar sobre la necesidad de confrontar y superar los estereotipos arraigados en la sociedad, así como mitigar los prejuicios que limitan el desarrollo personal y profesional de cada individuo. Entonces, resultó importante realizar el estudio de este tema en los jóvenes universitarios de la citada universidad y se planteó el siguiente problema de investigación: ¿Cuáles subjetividades reproducen estereotipos raciales en los estudiantes de la UCLV?, con un objetivo general: develar estereotipos raciales entre sus estudiantes.

METODOLOGÍA

Diseño de la investigación

En esta investigación se empleó un enfoque cualitativo constructivo-interpretativo, epistemología creada por Fernández Gonzales Rey. A partir de esta, el investigador va generando construcciones que según avanza el proceso teórico del trabajo de campo, se perfeccionan dentro de un modelo teórico que permite comprender, explicar o intervenir el fenómeno estudiado (Rey, 2007; González *et al.*, 2016; Santana *et al.*).

Descripción de la muestra y contexto de estudio

La Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, ubicada en el kilómetro 5,5 de la carretera de Camajuaní, en Villa Clara, fue fundada el 30 de noviembre de 1952. En la actualidad matricula a estudiantes provenientes de diversas provincias del país. Según datos de la secretaría general de la UCLV, en el curso regular diurno actual, el pregrado está constituido por 3 854 estudiantes, de ellos 3 182 son blancos, 523 mestizos y 149 negros, lo que denota la sobrerepresentación del grupo racial blanco.

Buscando la diversidad en cuanto a carreras universitarias, como a grupos raciales en estas, la muestra quedó constituida por 30 jóvenes universitarios, con una edad media de 20,2 años, diez representantes

de cada grupo racial (blanco, mestizo y negro); 63,3 % del género femenino y 36,6 % del masculino, todos provenientes de las provincias de Camagüey, Cienfuegos, Sancti Spíritus y Villa Clara. Para ello se empleó un muestreo no probabilístico, con criterios de exclusión, inclusión y salida:

- Criterios de exclusión:
 - Aquellos estudiantes que no se encuentren en la Universidad en el momento en que se desarrolle la investigación.
- Criterios de inclusión:
 - Estar de acuerdo voluntariamente con participar en la investigación.
 - Brindar el consentimiento informado oral.
 - Ser estudiantes de pregrado del curso regular diurno, de la sede central de la UCLV.
 - Ser cubanos y pertenecientes a alguno de los grupos raciales que se declaran en la investigación.
 - Ser accesibles en el momento en que se está desarrollando la investigación.
- Criterios de salida:
 - Aquellos que no acepten participar en el estudio o que decidan no continuar.

Estrategias para la recogida de información

En la realización de esta investigación se seleccionó la sede central de la UCLV, donde se establecieron distintos contactos con estudiantes universitarios, tanto de forma presencial como virtual, que desearan participar voluntariamente en la investigación. Estos apoyaron el estudio y sugirieron la participación de otros estudiantes, a partir de criterios de conveniencia y accesibilidad (Sampieri *et al.*, 2014).

Se empleó un cuestionario cualitativo de seis preguntas, en las que se utilizaron cuatro técnicas fundamentales:

1. Asociación libre de palabras para provocar la expresión de los estereotipos que constituyen la representación de los grupos raciales en estudiantes de la UCLV.
2. Observación.
3. Escalas tipo Likert.
4. Preguntas directas que indujeron las percepciones raciales (Riverón, 2022).

Para la recogida de la información el cuestionario se colocó en la plataforma Google Forms. En el análisis de resultados se utilizó la herramienta ATLAS.ti 9 y se realizó la codificación abierta. En la interpretación de la información se estudiaron las características asignadas a los diferentes grupos raciales. Se realizó una categorización generalizadora, en la que se agruparon las palabras evocadas por los participantes según su contenido en diferentes categorías, como: apariencia física, sociabilidad-afectividad, moralidad, capacidad instrumental, presente histórico y origen, símbolos y prácticas culturales.

RESULTADOS

Configuración subjetiva de estereotipos raciales, en estudiantes universitarios de la UCLV

La interpretación de los resultados fue un proceso de generar significados e ideas, a partir de las expresiones de los participantes. Se crearon categorías e indicadores basados en una lógica configuracional, es decir, emergieron configuraciones como propuesta de conocimiento, a partir de los indicadores y las categorías resultantes del significado generado por las expresiones de los sujetos. La configuración subjetiva de la racialidad se basa en estereotipos que son compartidos por las personas que pertenecen a esos grupos, así como por quienes los observan desde fuera. Estos estereotipos influyen en cómo se percibe a cada grupo racial y se relacionan entre sí (figura 1).

La sociabilidad-afectividad se refiere a cómo los grupos raciales interactúan en diferentes situaciones sociales y establecen los lazos afectivos entre ellos. Se analiza desde la perspectiva de los grupos raciales que mantienen relaciones en espacios sociales. Se trata de comprender cómo las distintas razas se relacionan entre sí y se desarrollan las conexiones emocionales en esos contextos.

La moralidad implica el comportamiento basado en lo que la sociedad donde vive considera correcto o incorrecto, tanto a nivel individual como colectivo. Se refiere a las virtudes o los defectos que una persona puede tener, debido a su pertenencia a un grupo racial. La capacidad instrumental se refiere a las habilidades y actitudes que se atribuyen a los grupos raciales para llevar a cabo ciertas tareas. Se trata de las destrezas que se considera que un grupo racial posee en comparación con otro, y la utilidad práctica que pueden tener como grupo.

La apariencia física está relacionada con las características exteriores que se atribuyen a un grupo racial en particular, así como a la descripción física de las personas que pertenecen a ese grupo. Esto incluye las cualidades físicas que se asocian con el grupo racial y cómo se perciben las personas en términos de su apariencia física dentro de su grupo racial. El precedente histórico, origen y las prácticas culturales representan a los grupos raciales en términos de historia, origen, tradiciones, creencias religiosas, actitudes culturales adoptadas y las características relacionadas con la cultura que identifica a los diferentes grupos raciales.

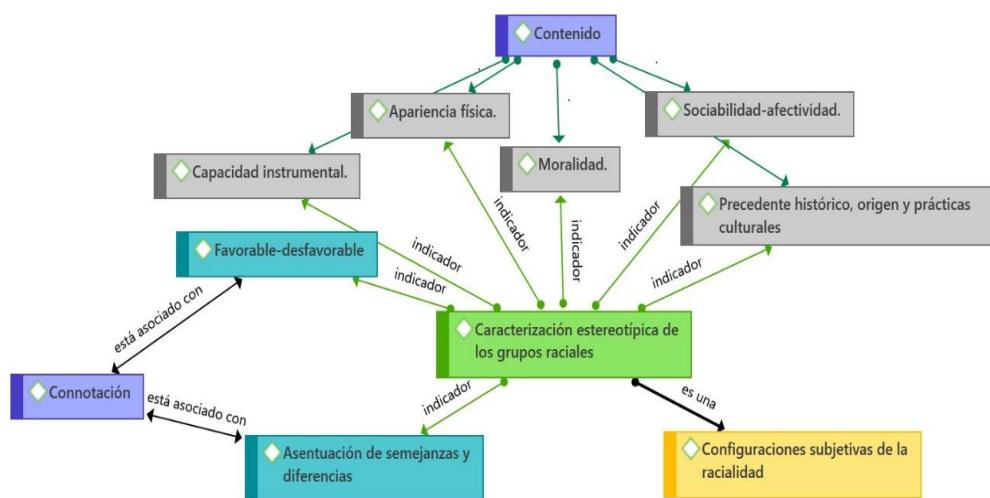


Fig. 1 Configuración subjetiva de los estereotipos raciales en estudiantes universitarios (Fuente: elaboración propia, 2023).

En el estudio se aprecian diversos contenidos estereotípicos que están presentes en la vida universitaria de los jóvenes objeto de estudio (figura 2). Se encontraron 147 palabras enraizadas, con un total de 357 asociaciones a los grupos raciales. La «apariencia física» y la «sociabilidad-afectividad» fueron las categorías con más enraizamiento en la investigación con 88 y 37 citas, respectivamente. A la apariencia física está vinculado un 59,86 % del total de las citas.

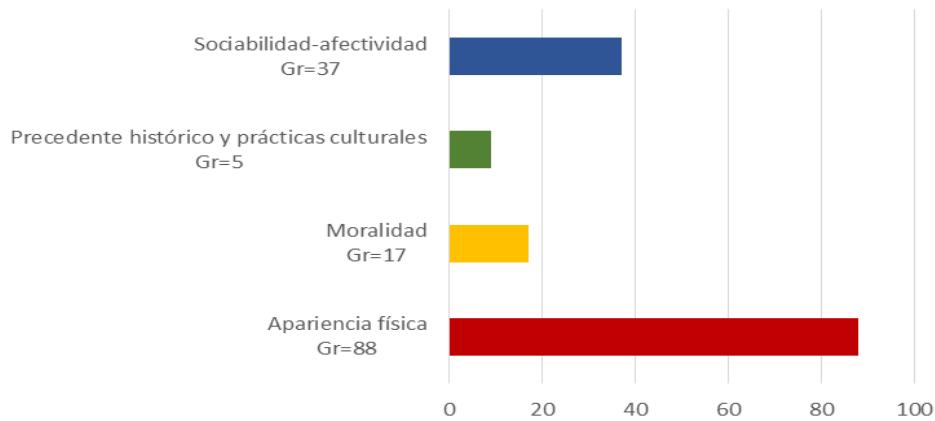


Fig. 2 Enraizamiento (Fuente: elaboración propia, 2023).

En la figura 3 se muestra que de las palabras asociadas a blancos, mulatos y negros, tienen mayor prevalencia las que están relacionadas con la apariencia física, por lo que esta categoría es la que mayor evocación muestra, con un enraizamiento de código de 88, siendo el más elevado en comparación con los demás; tiene mayor prevalencia hacia los blancos y una menor hacia los mulatos. En segundo lugar está la sociabilidad-afectividad, con mayor dirigencia a los mulatos y menor a los blancos. En la categoría «moralidad» tienen una mayor representación los de raza negra y una menor, los de raza blanca. Por último, la categoría de precedente histórico es la que se encuentra en menor medida, con una muestra similar de blancos y negros, y una pequeña por parte de los mulatos.

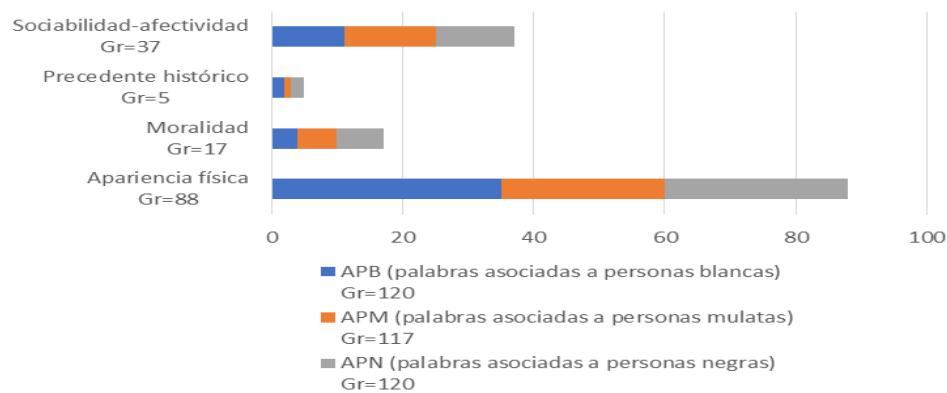


Fig. 3 Elecciones por grupo racial (Fuente: elaboración propia, 2023).

Tanto las personas blancas como las mulatas y negras son estereotipadas desde la apariencia física y la sociabilidad-afectividad. La apariencia física genera términos que destacan las diferencias y benefician a los grupos raciales. A las personas ubicadas en el grupo racial negro les fueron adjudicados, con mayor frecuencia, vocablos, como: «fuerte», «trabajo» y «color», mientras que a las personas blancas se les asocian las palabras «limpio», «persona» y «color», asociando también a las personas mulatas con expresiones, como: «mezcla», «fuerte» y «mestizo», que es el otro término para referirse a este grupo racial. Por lo que se refiere al contenido social y afectivo de los estereotipos, se les confiere a las personas negras fundamentalmente, comportamientos reprochables socialmente, lo mismo sucede con las personas mulatas, pero en menor medida y por el contrario, los blancos son favorecidos por esta categoría.

Los precedentes históricos y prácticas culturales se inclinan notablemente y de forma desfavorable hacia los grupos raciales de mulatos y negros. En ello se agrupan las costumbres, tradiciones y raíces culturales en todas sus manifestaciones. Lo anterior se evidencia específicamente ante la asociación de «criollo», «mezcla», «esclavo», «bailarín», «afrodescendientes», lo cual alude a una retrospectiva del pasado colonial, dominado por blancos, como la cúspide de la sociedad, configurando de esta manera su subordinación en tanto grupo racial. De acuerdo a la moralidad, sus connotaciones van dirigidas a acentuar semejanzas, que en general se asignan a los tres grupos raciales. Sin embargo, es el grupo racial negro el más desfavorecido en la conformación del estereotipo racial y, por el contrario, el grupo racial blanco es el más favorecido con cualidades morales.

De los estereotipos asociadas a los diferentes grupos raciales, predominan las palabras relacionadas con la apariencia física, contribuyendo a la diferenciación de los diferentes grupos raciales (tabla 2). Entre las asociadas a las personas blancas, la que tiene mayor frecuencia es «limpieza» con ocho evocaciones, en relación con los mestizos la palabra predominante fue «mezcla» con siete repeticiones y en el caso de las personas negras la más sobresaliente es «fuerza», repetida nueve veces, aunque se debe destacar que la palabra «amistad» se mantiene como el centro más estable cuando los participantes se refieren a las personas negras y mulatas. En el caso de la palabra limpio, asignada a los blancos, esto podría derivarse de las creencias erróneas de que en este grupo racial es donde se encuentran las personas más preocupadas por su higiene. Luego, las palabras «mezcla» y «fuerza», asociadas a las personas mulatas y negras, pueden tener un origen histórico, ya que en la colonización la raza mulata surge de la unión entre blancos y negros, y en esa misma época histórica era a las personas de raza negra a las que se le asignaban los trabajos que más fortaleza física requerían, los que debieron remplazar a los indios en las duras tareas de la minería, la carga en los puertos, la boga de los ríos, los cultivos y el cuidado de ganados en las zonas

más cálidas. El trabajo negro fue de gran importancia para la economía agraria en América e hizo posible el surgimiento de las grandes plantaciones de caña y tabaco, que desde la época colonial abastecían al mercado mundial (Morales, 1997).

Entre las palabras asociadas a las personas blancas, se destacan «limpieza», «persona» y «raza», con una frecuencia de seis evocaciones para la primera palabra y cuatro evocaciones para la segunda y la tercera. Tienen un menor orden de evocación los vocablos «persona» y «limpieza», con valores de 1 y 1,6, respectivamente. Estos estereotipos se centraron, principalmente, en la apariencia física. Las palabras «amabilidad» y «normales», asociadas a las categorías «sociabilidad-afectividad» y «apariencia física» presentan la menor frecuencia y también son las segundas respecto al orden de evocación. En un último lugar, de orden de evocación está la palabra «superioridad», como estereotipo perteneciente a la «sociabilidad-afectividad», con una frecuencia de tres.

Refiriéndose a las palabras asociadas a las personas negras se tienen como estereotipo el vocablo «fuerza», con una mayor frecuencia y mayor orden de evocación. Despues está el término «raza», con una frecuencia de tres evocaciones; además de «grandeza», «oscuridad» y «persona», referidas a la categoría «apariencia física». Son, además, las características más asociadas al grupo racial negro.

Tabla 1. Palabras asociadas a los diferentes grupos raciales

APB (palabras asociadas a personas blancas)	APN (palabras asociadas a personas negras)	APM (palabras asociadas a personas mulatas)			
limpieza Gr=8	8	fuerza Gr=17	9	mezcla Gr=7	7
personas Gr=12	6	color Gr=14	6	fuerza Gr=17	5
color Gr=14	5	trabajador Gr=8	5	pelo Gr=10	4
raza Gr=9	4	amistad Gr=9	5	amistad Gr=9	4
rubios Gr=4	4	pelo Gr=10	5	baile Gr=5	3
fuerza Gr=17	3	grandeza Gr=6	3	color Gr=14	3
piel Gr=6	3	raza Gr=9	3	mestizo Gr=3	3

(Fuente: elaboración propia, 2023).

Luego, en el caso del grupo racial mulato, la percepción de los jóvenes muestra un estereotipo estructurado, centrado en la palabra «mezcla» con la mayor frecuencia de siete, relacionada con la categoría de precedente histórico, aunque no fue esta la que tuvo el menor orden de evocación, sino la palabra «normales», que tuvo una frecuencia de dos evocaciones. Las palabras «fuerza», «pelo» y «amistad», relacionadas con las categorías «apariencia física» y «sociabilidad-afectividad», muestran una frecuencia de tres, teniendo 1,3 y 1,6, como valores respecto al orden de evocación.

Tabla 2. Frecuencia y orden de evocación

Palabras asociadas a personas blancas	Frecuencia	Orden de evocación
personas	4	1
amabilidad	2	1,5
normales	2	1,5
limpieza	6	1,6
raza	4	2
superioridad	3	2,6
Palabras asociadas a personas negras		
grandeza	2	1
oscuridad	2	1
personas	2	1
raza	3	1,3
fuerza	6	1,6
Palabras asociadas a personas mestizas		
normales	2	1
fuerza	3	1,3
pelo	3	1,3
amistad	3	1,6
mezcla	7	1,8

(Fuente: elaboración propia, 2023).

Con respecto a los sentimientos de los diferentes grupos raciales, entre los participantes de la raza blanca se obtuvo que se sienten inseguros al relacionarse con personas de raza negra, lo que puede suceder al no sentirse identificados y por temor a decir algún comentario que les pueda resultar ofensivos. La mayoría de los participantes experimentan un sentimiento de bienestar, en mayor medida cuando están con personas de su mismo grupo racial, y en menor medida con las personas mulatas y negras. Se sienten más normales entre personas mulatas, sin que esté presente un sentimiento de superioridad cuando se relacionan con las personas de los tres grupos raciales (figura 4).

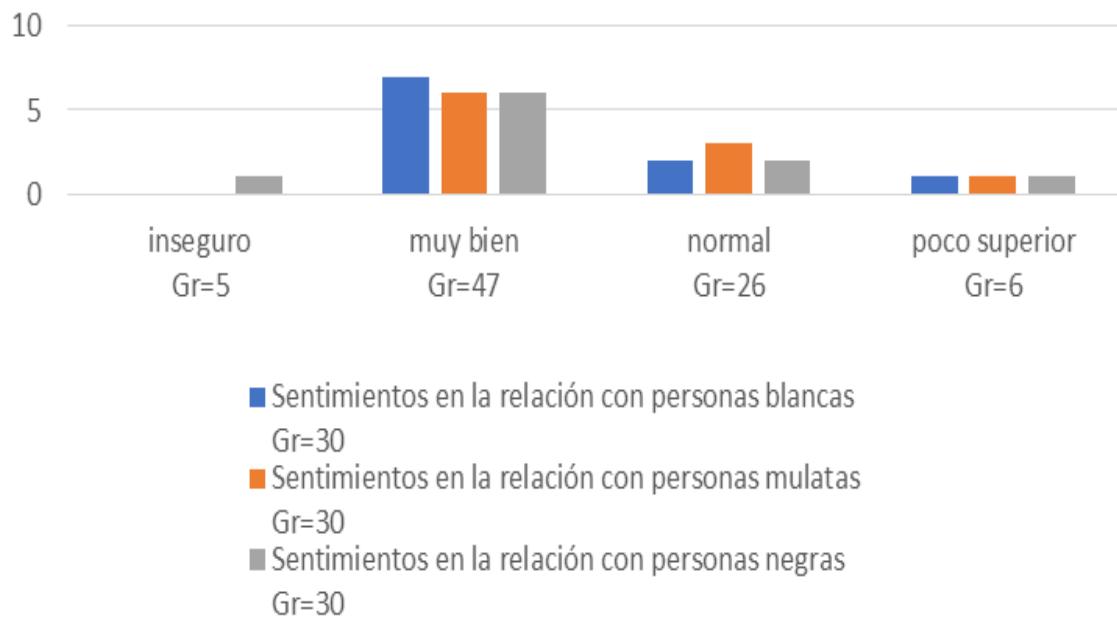


Fig. 4 Sentimientos en relación con los diferentes grupos raciales desde la óptica de los blancos (Fuente: elaboración propia, 2023).

Sobre los sentimientos de las personas mulatas, cuando interactúan con los otros grupos raciales se pudo constatar que con las personas negras están en familia, lo que puede relacionarse con que muchas personas mulatas tienen en su familia personas negras. Sienten inseguridad cuando se relacionan con personas blancas y en menor medida con las personas de su misma raza. Están muy bien entre personas mulatas y negras, y en menor medida con blancas. Se sienten normales mayormente con los blancos y en igual medida con los negros y los mulatos. La minoría de estos participantes se consideran superiores a los negros y en igualdad con los de su propia raza (figura 5).

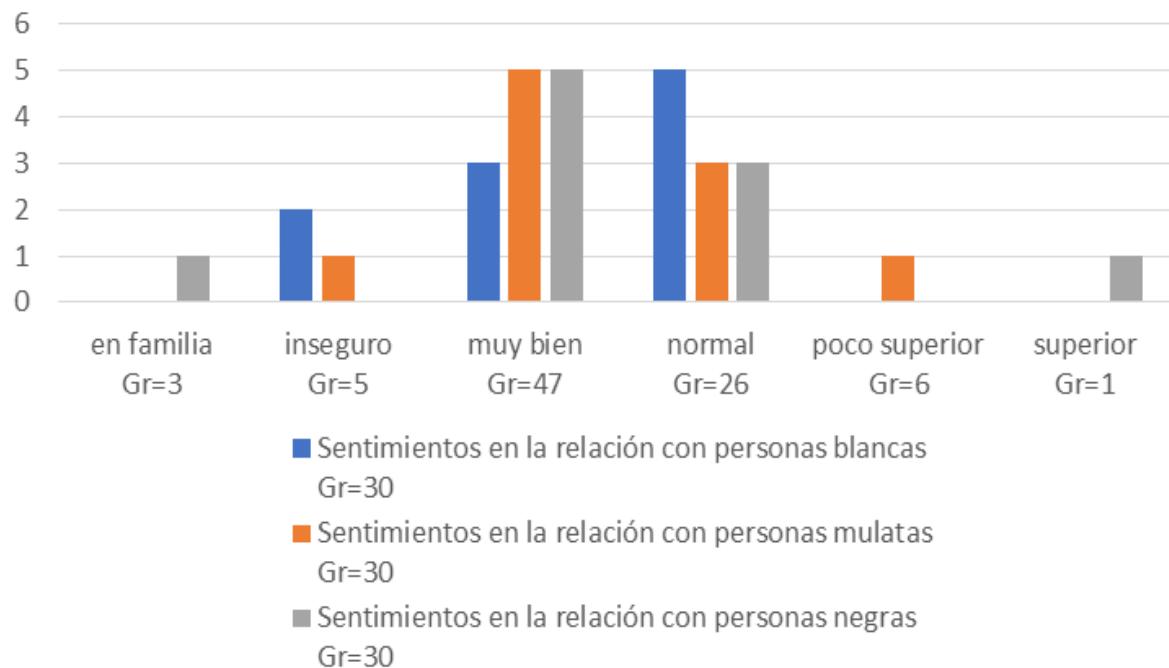


Fig. 5 Sentimientos en relación con los diferentes grupos raciales desde la óptica de los mulatos (Fuente: elaboración propia, 2023).

En cuanto a las personas de la raza negra, se sienten muy bien con todos los grupos raciales en general, mayormente con los de su propia raza, luego con los mulatos y, por último, con los blancos, grupo racial con el cual un menor grupo de participantes de raza negra se sienten excluidos, inseguros y poco superiores. Sin embargo, el «sentirse en familia» es el término más empleado cuando se refieren a las relaciones que establecen con personas mulatas o de su misma raza (figura 6).

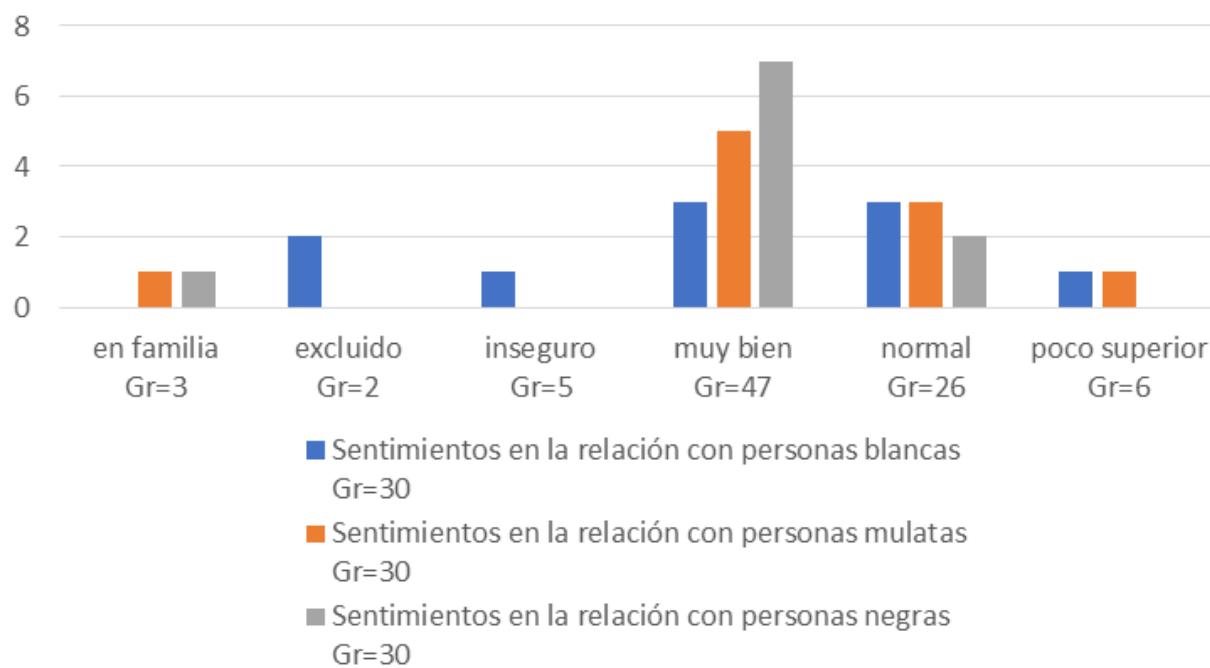


Fig. 6 Sentimientos en relación con los diferentes grupos raciales desde la óptica de los negros (Fuente: elaboración propia, 2023).

Refiriéndonos al tipo de relación entre los distintos grupos raciales (figura 7), se pudo comprobar que los blancos tienen en una menor medida alguna relación con los demás y en una mayor medida una relación muy estrecha, aunque es notable su variedad y distintos criterios al respecto. Los mulatos alegan que tienen casi en igual medida una relación estrecha y muy estrecha con las demás personas independientemente de su grupo racial, pero muy pocos conciben una relación no estrecha, siendo inexistente la posibilidad de algunas relaciones. La raza negra alberga todo tipo de relación a diferencia de la anterior, donde predominan las relaciones estrechas y en un segundo lugar las relaciones muy estrechas, siendo por consecuencia un menor número en algunas relaciones y relación no estrecha.

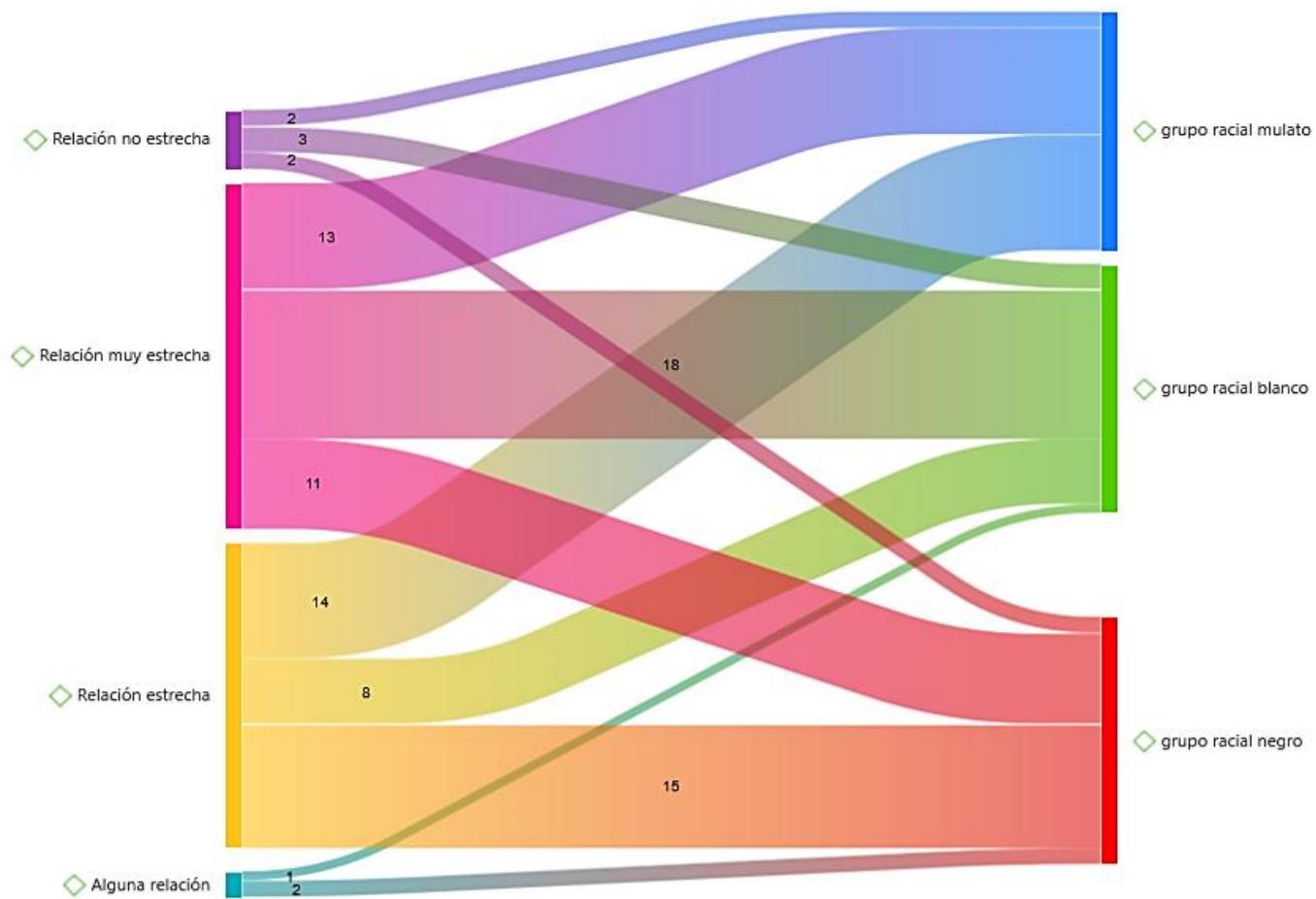


Fig. 7 Tipos de relación entre los grupos raciales (Fuente: elaboración propia, 2023).

En comparación con lo obtenido por Riverón-Pérez (2022), se obtuvieron resultados similares. Entre las palabras que le asignan los participantes a los diferentes grupos raciales predominan las que están relacionadas con la categoría «apariencia física». En esta investigación, para el grupo racial blanco prevalecen las relaciones muy estrechas; en el grupo racial mulato y negro, las relaciones estrechas, a diferencia de la investigación que se tomó como referencia, en la cual los participantes de los grupos raciales blanco, mulato y negro, presentan mayores relaciones estrechas respecto a los otros tipos de relaciones.

CONCLUSIONES

La investigación sobre estereotipos raciales en estudiantes universitarios de la UCLV revela una profunda influencia de estos estereotipos en las percepciones y relaciones entre los grupos raciales. Los resultados

indican que la categoría «apariencia física» es la más predominante en la formación de estereotipos y destacan diferencias y prejuicios arraigados.

Se evidencia que, a pesar de los esfuerzos por promover la igualdad y eliminar la discriminación racial, persisten percepciones desiguales y estereotipos que afectan las interacciones sociales. La representación desigual de los grupos raciales en la universidad, así como las asociaciones con la moralidad, sociabilidad-afectividad y aspectos históricos y culturales, subrayan la complejidad de esta problemática. Estos hallazgos subrayan la importancia de abordar la problemática racial en el ámbito universitario, para fomentar una comprensión más profunda, combatir estereotipos arraigados y promover una convivencia más equitativa entre los diferentes grupos raciales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Espina Prieto R (2009). Hacia la eliminación de las brechas raciales: Juventud y programas de la revolución. *Última década*, 17(31), 89-106.
- Espino H F (2015). *¿Racismo en Cuba?* La Habana, Editorial Nuevo Milenio.
- Espinosa A, & Cueto R M (2018). Estereotipos raciales, racismo y discriminación en América Latina. Elena Zubieta, José Valencia y Gisela Delfino (coordinadores), *Psicología Social y Política: Procesos teóricos y estudios aplicados*, 431-442, Colombia: ECOE Ediciones.
- García M I D (1997). La juventud en el contexto de la estructura social cubana. *Datos y reflexiones. Papers: revista de sociología*, (52), 67-81, España: Universidad Autónoma de Barcelona.
- González Rey F, Mitjáns Martínez A, & Bezerra Santos M (2016). Psicología en la educación: implicaciones de la subjetividad en una perspectiva cultural-histórica. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 27(2), 260-274, Puerto Rico.
- León L M B, Roa L C C, & Aponte K T C (2016). Racismo en Estados Unidos: desafíos en el mundo contemporáneo/Racism in America: Challenges in the Modern World/Racismo nos Estados Unidos: desafios no mundo contemporáneo, Ciudad Paz-Ando, 9(2), 107, Bogotá, Colombia: Universidad Distrital Francisco José de Caldas.
- Morales Fundora S (2001). El negro y su representación social. La Habana: Editorial de Ciencias Sociales.
- Morales V A (1997). Mestizo y mestizaje en la colonia. *Fronteras de la historia: revista de historia colonial latinoamericana* (1), 57-91, Colombia: Instituto Colombiano de Antropología e Historia.

Ossa D D J (2020). Mecanismos de protección del derecho constitucional a la igualdad: prevención, resarcimiento y justicia con respecto a la población afrodescendiente en el sistema universitario, a partir de dos sentencias de la corte constitucional colombiana, Colombia.

Pérez J G (1997). La cuestión “racial” en Cuba actual: algunas consideraciones. *Papers: Revista de sociología*, 57-65, España: Universidad Autónoma de Barcelona.

Ramos J A A (1996). Relaciones raciales en Cuba. *Notas de investigación. Temas*, 7, 37-43, Cuba.

Rey F L G (2007). Posmodernidad y subjetividad: distorciones y mitos. *Ciencias Humanas*, 12(37), Colombia.

Riverón Pérez C (2022). Subjetividades juveniles y contexto universitario en la reproducción de igualdad-desigualdad racial, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba.

Romay Guerra Z (2012). Elogio de la altea o las paradojas de la racialidad, Argentina: Biblioteca Virtual CLACSO.

Romay Z M (2015). Cepos de la memoria: Impronta de la esclavitud en el imaginario social cubano, Matanzas, Cuba: Ediciones Matanzas.

Sampieri R, Fernández C, & Baptista L (2014). Definiciones de los enfoques cuantitativo y cualitativo, sus similitudes y diferencias. *RH Sampieri, Metodología de la Investigación*, 22, México.

Santana T C, Laureiro R Á, & Ruiz I I C (2018). Subjetividad y racialidad: una mirada desde propietarios de negocios cuentapropistas exitosos de Santa Clara, Villa Clara, Cuba: Editorial Samuel Feijóo.

Septien R C, & Bidaseca K (2017). Más allá del decenio de los pueblos afrodescendientes. La Habana: CIPS, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas.

ÍNDICE DE AUTORES

ANA CRISTINA BAUTE ABREU. Licenciada en Psicología, Máster en Psicopedagogía, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, de las Villas, Cuba. Correo electrónico: ababreu@uclv.cu. ORCID: 0000-0002-2897-892X.

ANA KARLA ROQUE GUZMÁN. Licenciada en Psicología, Facultad de Psicología en la Universidad de La Habana. Psicóloga Asistencial en el Hospital Universitario Pediátrico de Centro Habana, La Habana, Cuba. Correo electrónico: aroque9310@gmail.com , ORCID: 0009 0001 5102 0074.

ALEXIS LORENZO RUIZ. Licenciado en Psicología, Facultad de Psicología de la Universidad Estatal de Rostov, del Don, Rusia, URSS. Máster Profesional. Especialista en Psicología de la Salud, Universidad Médica de La Habana. Doctor en Ciencias Psicológicas, Universidad Nacional del Ministerio del Interior de Ucrania, Kharkov. Profesor Titular y Jefe Disciplina Psicología Clínica y de la Salud, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba. Correo electrónico: alexislorenzo64@gmail.com , ORCID: 0000-0003-4450-887X.

AMANDA MASSIEL IGLESIAS PÉREZ. Licenciada en Psicología. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, de las Villas, Cuba. Correo electrónico: robert17199@gmail.com. ORCID: 0000-0001-8622-2904.

ARIANNE MEDINA MACÍAS. Doctora en Ciencias Psicológicas. Máster en Psicología Laboral y de las Organizaciones. Profesora Titular de la Facultad de Psicología, de la Universidad de La Habana. Miembro del Comité de Doctorado en Ciencias Psicológicas y del Consejo Científico de la Facultad y de la Universidad de La Habana. Presidenta de la Comisión Nacional de Carrera y del Colectivo de Carrera, de la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Jefa de las disciplinas: Prácticas Preprofesionales y Psicología Laboral y de las Organizaciones. Consultora del proyecto PSIGEDO y miembro de la junta directiva, de la Sociedad Cubana de Psicología. Correo electrónico: arianne@psico.uh.cu. ORCID: 0000-0002-6473-1190.

BÁRBARA ZAS ROS. Licenciada en Psicología. Máster en Psicología Clínica. Especialista en Psicología de la Salud. Doctora en Ciencias Psicológicas. Investigadora Titular, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: bzrpsico@gmail.com. ORCID: 0000-0002-0714-0386.

CARMEN LUZ LÓPEZ MIARI. Licenciada en Educación. Máster en Psicología Educativa. Especialista en Infancias y Juventudes. Doctora en Ciencias Pedagógicas. Investigadora Titular, del Centro de

Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: cluzlm@gmail.com. ORCID: 0000-0002-0379-8359.

DALIA A. HERNÁNDEZ CASTILLO. Licenciada en Psicología. Investigadora Agregada, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: daliahc@ceniai.inf.cu. ORCID: 0000-0002-4785-2783.

DALIA RODRÍGUEZ CAIRO. Licenciada en Ciencias de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. ORCID: 0000-0002-3139-3869.

DAIMY ABELLÓ CORDOVÉS. Lic. en Psicología. Investigadora Agregada, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: daimyabell014@gmail.com ORCID: 0009-0001-3610-3103.

DIEGO DANIEL DÍAZ GUERRA. Licenciado en Psicología. Estudiante de Doctorado en Ciencias Psicológicas. Auxiliar Técnico en la Docencia. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: ddguerra@uclv.cu. ORCID: 0000-0001-5169-838X.

DILIARA SOSA SÁNCHEZ. Estudiante de cuarto año de Licenciatura en Psicología, Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, Las Villas, Cuba. Correo electrónico: sosasanchezdiliara@gmail.com. ORCID: 0009-0000-1142-4923.

DIONISIO F. ZALDÍVAR PÉREZ. Licenciado en Psicología. Doctor en Ciencias Psicológicas. Profesor Emérito. Profesor Titular, Departamento de Psicología Educativa, Clínica y de la Salud, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Correo electrónico: dionizaldivar74@gmail.com. ORCID: 0000-0002-0033-4815.

EDISLIER VERDECIA GÓMEZ. Licenciado en Estudios Socioculturales. Máster en Estudios Teológicos. Aspirante a Investigador, en el Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: vedislier@gmail.com. ORCID: 0009-0007-3677-0188.

ELIÉCER PÉREZ PÉREZ. Lic. en Psicología. Atleta de alto rendimiento, Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación (INDER), de Cuba. Correo electrónico: eperez22082000@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-2156-2922>.

ENIUSKA HERNÁNDEZ CEDEÑO. Lic. en Psicología. Máster en Psicología Clínica y Máster en Género, Educación de la Sexualidad y Salud Reproductiva. Doctora en Ciencias Psicológicas. Profesora

Titular. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba. Correo electrónico: eniuska@psico.uh.cu. ORCID: 0000-0001-9407-6185.

GEIDY DE LA CARIDAD HERNÁNDEZ IGLESIAS. Lic. en Estudios Socioculturales. Máster en Desarrollo Social. Investigadora Agregada, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: geidychdez@gmail.com. ORCID: 0000-0003-1955-724X.

GISSELLE ALOMÁ ACOSTA. Licenciada en Psicología. Profesora Instructora de la Facultad de Psicología, de la Universidad de La Habana. Coordinadora del proyecto PSIGEDO y miembro, de la Sociedad Cubana de Psicología. Correo electrónico: gisselle.aloma@psico.uh.cu. ORCID: 0009-0007-8037-0202.

GUSTAVO ARAUJO GUTIÉRREZ. Licenciado en Derecho. Máster en Gestión de Recursos Humanos y doctorando por la Universidad Tecnológica de La Habana José Antonio Echeverría. Director de Recursos Humanos de la Empresa de Telecomunicaciones de Cuba, S.A. (ETECSA). Consultor en Gestión de Recursos Humanos, de la Dirección de Consultoría de ETECSA. Colaborador del claustro de profesores de la asignatura de Recursos Humanos, de la Facultad de Ingeniería Industrial, de la Universidad Tecnológica de La Habana José Antonio Echeverría.

IGNASI NAVARRO SORIA. Lic. en Psicología. Máster en Educación y Tecnologías de la Información y la Comunicación. Especialista en Acogimiento Residencial de Menores. Doctor en Investigación Educativa. Profesor Ayudante Doctor, Facultad de Educación, Universidad de Alicante, España. Correo electrónico: ignasi.navarro@ua.es. ORCID: 0000-0001-5966-9604.

JACQUELINE RODRÍGUEZ GONZÁLEZ. Licenciada en Psicología. Psicóloga, Empresa Labiofam Habana. Correo electrónico: jacqueliv91@gmail.com. ORCID: 0009-0005-7078-3391.

JANY BÁRCENAS ALFONSO. Doctora en Ciencias Psicológicas. Psicóloga, Centro Educativo Español de La Habana. Correo electrónico: janybarcenas91@gmail.com. ORCID: 0000-0002-1475-3105

JENNIFER ALBÍN BETANCOURT. Licenciada en Psicología. Máster en Psicología Educativa, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Especialista de la Dirección de Comunicación Institucional de la Universidad de La Habana. Profesora Instructora, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Correo electrónico: jenniferalbin94@gmail.com. ORCID: 0000-0002-1332-7008.

JORGE ENRIQUE TORRALBAS OSLÉ. Doctor en Ciencias Psicológicas. Profesor Titular, Facultad de Psicología, Universidad de La Habana. Correo electrónico: jetorralbas@gmail.com. ORCID: 0000-0002-8299-7363.

JUSMARY GÓMEZ ARENCIBIA. Lic. en Sociología. Máster en Desarrollo Social e Investigadora Auxiliar, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: jusmarycips@ceniai.inf.cu. ORCID: 0000-0001-8573-7244.

KAROLYN ECHEMENDÍA BATISTA. Estudiante de Licenciatura en Psicología, tercer año. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: karolyn0425@gmail.com. ORCID: 0009-0009-0897-7477.

LESNAY MARTÍNEZ RODRÍGUEZ. Licenciada en Psicología. Máster en Psicología Médica. Profesora Auxiliar, Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, de las Villas, Cuba. Correo electrónico: lesnaymartinez@gmail.com. ORCID: 0000-0001-5209-8175.

LAURA LEONOR VALDÉS VILLASUSO. Licenciada en Psicología. Reserva científica, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: valdeslaura273@gmail.com. ORCID: 0009-0009-3115-7936.

LEIRA SEGURAS SUÁREZ. Licenciada en Psicología. Correo electrónico: leira.segurasaw@gmail.com. ORCID: 0009-0007-4526-3655.

LESNAY MARTÍNEZ RODRÍGUEZ. Profesora Auxiliar. Máster en Psicología Médica. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central “Marta Abreu” de las Villas. Correo electrónico: lesnaymartinez@gmail.com.

ORCID: 0000-0001-5209-8175

MANUEL CALVIÑO VALDÉS-FAULY. Licenciado en Psicología. Máster en Marketing y Management. Máster en Comunicación. Doctor en Ciencias Psicológicas. Profesor Titular Consultante. Profesor Emérito de la Universidad de La Habana. Doctor Honoris Causa por la Universidad de Cajamarca y la Universidad de Huánuco, Perú. Comunicador Social. Correo electrónico: manuelc@psico.uh.cu. ORCID: 0000-0002-9379-7156

MARÍA CARLA OLAYA ALEMÁN. Estudiante de Licenciatura en Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: molaya@uclv.cu. ORCID: orcid.org/0009-0009-9176-253X.

MARÍA FERNANDA RIVERO MUÑOZ. Estudiante de Licenciatura en Psicología, tercer año. Departamento de Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: mariafernandariveromunoz@gmail.com. ORCID: 0009-0005-7981-4449.

MARÍA ISABEL DOMÍNGUEZ GARCÍA. Lic. en Sociología. Dra. C. en Ciencias Sociológicas y Postdoctora en Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Investigadora Titular, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: midominguez@ceniai.inf.cu. ORCID: 0000-0003-4847-7767.

MAVÍ PÉREZ GARCÍA. Lic. en Psicología. Aspirante a Investigadora, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: mavita.pg@gmail.com. ORCID: 0000-0002-2192-6932.

MEILY MONTEAGUDO CASO. Estudiante de Psicología, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: memcaso@uclv.cu. ORCID: 0009-0004-5256-2555

MELANY PINO DOMÍNGUEZ. Estudiante de cuarto año de Licenciatura en Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu, de las Villas, Cuba. Correo electrónico: melany.pino.dominguez@gmail.com. ORCID: 0009-0008-4202-6870.

MIRLENA ROJAS PIEDRAHITA. Lic. en Sociología. M. Sc. en Sociología e Investigadora Auxiliar, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: mirlena1980@gmail.com. ORCID: 0000-0002-7299-1822.

OLIVIA RODRÍGUEZ REYES. Lic. en Psicología. Profesora Instructora. Facultad de Psicología, Universidad de La Habana, Cuba. Correo electrónico: oliviardguez@gmail.com. ORCID: 0000-0001-5785-4531.

NATHALÍ PÉREZ LIMA. Estudiante de Licenciatura en Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: naplima@uclv.cu. ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-2160-2381>.

RAQUEL SICILIA LORENZO. Lic. en Psicología. Máster en Estudios Sociales y Filosóficos sobre Religión e Investigadora Agregada, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: raquel.sicilia1993@gmail.com. ORCID: 0009-0007-6210-914X.

ROXANNE CASTELLANOS CABRERA. Licenciada en Psicología. Máster en Psicología Clínica. Doctora en Ciencias Psicológicas. Profesora Titular, Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana. Correo electrónico: roxanne.castellanos.cabrera@gmail.com. ORCID: 0000-0002-5934-7231

SAILÉN TORRES MORALES. Estudiante de Licenciatura en Psicología, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: stmorales@uclv.cu. ORCID: 0009-0003-5105-5896.

VANESSA OLIVERA BACALLAO. Estudiante de Psicología, Universidad Central Marta Abreu de Las Villas, Villa Clara, Cuba. Correo electrónico: vaolivera@uclv.cu. ORCID: 0009-0004-2813-3478.

VERÓNICA REDONDO FALCÓN. Licenciada en Psicología. Reserva científica, del Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas, del Ministerio de Ciencia, Tecnología y Medio Ambiente (CITMA), La Habana. Correo electrónico: vredondo2002@gmail.com. ORCID: 0009-0009-5037-5699.

YANEL MANREZA PARET. Lic. en Psicología y Máster en Género, Educación Sexual y Salud Reproductiva. Investigadora Agregada, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: ymanreza@gmail.com. ORCID: 0000-0002-4843-9368.

YASELY ABELLA SOTO. Lic. en Sociología. Aspirante a Investigadora, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: yaseabella@gmail.com. ORCID: 0000-0001-5030-6153.

YUNIEL DE LA RÚA MARÍN. Lic. en Sociología. Máster en Estudios Sociales y Filosóficos sobre Religión e Investigador Auxiliar, Centro de Investigaciones Psicológicas y Sociológicas (CIPS). Correo electrónico: taf2883@gmail.com. ORCID: 0000-0001-6567-2738.

