

**Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente**

**Departamento de psicología, educación y salud**

**PROYECTO DE APLICACIÓN PROFESIONAL (PAP).**

**PROGRAMA DE SALUD PÚBLICA E INNOVACIÓN EN NUTRICIÓN.**

**2G01- SERVICIOS DE ATENCIÓN CLÍNICA INTERDISCIPLINARIA**

**PRESENTAN**

Lic. en Psicología Dulce Fátima Cortés Chávez

Lic. en Psicología Mariana Esparza Aceves

Lic. en Psicología Tania Guadalupe González Jiménez

Lic. en Psicología Fernanda González Luna Gutiérrez

Lic. en Psicología Daniela González Pimentel

Lic. en Psicología Laura Zitlalli González Vázquez

Lic. en Psicología Anna Emelin Henriksson Albarran

Lic. en Psicología Itzel Ameyalit Hernández Acuña

Lic. en Psicología Carmín Ramos Quiroz

Lic. en Psicología Ana Paola Warren Orozco

Lic. en Psicología Regina Sánchez Ruíz

Lic. en Psicología Liliana Alejandra Solís Arredondo

Lic. en Nutrición Verónica Sarahí Herrera Topete

**Profesores PAP:**

Dr. Bernardo Enrique Roque Tovar

Dra. Xóchitl Jovita Vázquez Isaac

Mtra. Estefanía Flores Chávez

Tlaquepaque, Jalisco.

# ÍNDICE

Contenido

## REPORTE PAP 1

### Contenido

<b>Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional .....</b>	<b>1</b>
<b>Resumen.....</b>	<b>1</b>
<b>1. Introducción.....</b>	<b>2</b>
<b>1.1. Objetivos. ....</b>	<b>3</b>
<b>1.2. Justificación.....</b>	<b>4</b>
<b>1.3 Antecedentes. ....</b>	<b>4</b>
<b>1.4. Contexto. ....</b>	<b>5</b>
<b>2. Desarrollo.....</b>	<b>8</b>
<b>2.1. Sustento teórico y metodológico.....</b>	<b>8</b>
<b>Enfoque Sistémico.....</b>	<b>10</b>
<b>Enfoque Psicoanalítico.....</b>	<b>12</b>
<b>Enfoque Nutricional.....</b>	<b>17</b>
<b>Coaching nutricional. ....</b>	<b>17</b>
<b>2.2. Planeación y seguimiento del proyecto. ....</b>	<b>19</b>
<b>Descripción del proyecto. ....</b>	<b>19</b>
<b>3. Resultados del trabajo profesional. ....</b>	<b>26</b>
<b>4. Reflexiones del alumno sobre sus aprendizajes, las implicaciones éticas y los aportes sociales del proyecto. ....</b>	<b>29</b>
<b>Aprendizajes profesionales.....</b>	<b>29</b>
<b>Aprendizajes sociales.....</b>	<b>32</b>
<b>Aprendizajes éticos. ....</b>	<b>34</b>
<b>Aprendizajes personales.....</b>	<b>37</b>
<b>5. Conclusiones.....</b>	<b>41</b>
<b>6. Bibliografía.....</b>	<b>43</b>

## **Presentación Institucional de los Proyectos de Aplicación Profesional**

Los Proyectos de Aplicación Profesional (PAP) son una modalidad educativa del ITESO en la que el estudiante aplica sus saberes y competencias socio-profesionales para el desarrollo de un proyecto que plantea soluciones a problemas de entornos reales. Su espíritu está dirigido para que el estudiante ejerza su profesión mediante una perspectiva ética y socialmente responsable.

A través de las actividades realizadas en el PAP, se acreditan el servicio social y la opción terminal. Así, en este reporte se documentan las actividades que tuvieron lugar durante el desarrollo del proyecto, sus incidencias en el entorno, y las reflexiones y aprendizajes profesionales que el estudiante desarrolló en el transcurso de su labor.

### **Resumen.**

Este proyecto tiene como objetivo principal favorecer el bienestar psicológico y nutricional de manera interdisciplinaria, brindando acompañamiento a personas que buscan alguno de estos servicios, así como, a personas que están pasando por algún proceso jurídico y requieren contención o acompañamiento psicológico. La metodología que se utilizó fue basada en el enfoque sistémico, enfoque psicoanalítico y enfoque nutricional, inicialmente se trabajaba con los usuarios de manera presencial, sin embargo, a causa de la pandemia por el Covid-19, se comenzó a trabajar con los usuarios de manera virtual o telefónica. El proyecto trajo consigo un gran aprendizaje en las alumnas, las ayudó a tener más claridad en cuanto a su ejercicio profesional, además de que fortaleció importantes herramientas tanto personales como profesionales. El proyecto tuvo como resultado un mayor autoconocimiento de los usuarios que fueron atendidos, así como una mejor habilidad para tener un control emocional. En conclusión, se pudo observar como el desarrollo del proyecto trajo consigo aprendizajes tanto para los practicantes como para las personas que recibieron el acompañamiento psicológico o nutricional. Así como el desarrollo de nuevas habilidades para atender las medidas sanitarias por la

contingencia del Covid-19, sin descuidar o cancelar el servicio brindado a los pacientes.

## **1. Introducción.**

En el siguiente documento se muestra la experiencia de las alumnas que durante el semestre de primavera 2020, formaron parte del proyecto de aplicación profesional (PAP), para la Atención Clínica Interdisciplinaria, en el que se expone tanto el objetivo de dicho proyecto, como la metodología utilizada en la cual basaron sus intervenciones de atención psicológica y/o nutricional. Así mismo, se expone el impacto social, económico, político y personal, seguido de los resultados que fueron obteniendo durante y al final del proyecto.

Algunos de los resultados más significativos fueron, la mejora en los pacientes de distintos aspectos de su vida cotidiana, debido a que tuvieron la posibilidad de reconstruir su propia historia, así mismo, se observó una capacidad creciente de introspección y auto exploración de su realidad, lo que llevó a los pacientes a obtener avances significativos en su manejo emocional y en la manera de comunicarse con sus pares y familiares, siendo esta principalmente de manera asertiva. También, se muestra la experiencia y los resultados obtenidos interdisciplinariamente desde la atención nutricional, así como también las intervenciones de atención psicológica que se tuvieron en el ámbito jurídico.

Este aporte interdisciplinar de la psicología principalmente pudo brindar a las otras esferas la habilidad de hacer preguntas estratégicas, obteniendo como resultado mejor y mayor adherencia al tratamiento. Seguido de esto, se muestran las reflexiones del proyecto más significativas de manera integral, desde las tres esferas. Entre ellas, el enriquecimiento que se obtiene de colaborar con otros profesionales con un mismo objetivo: el desarrollo óptimo psicosocial del cliente, lo cual les permitió a las psicólogas, nutriólogas y abogados trabajar en conjunto, para así brindar asesorías de calidad en cada una de éstas. Igualmente, se resalta como reflexión final la oportunidad de obtención de nuevos conocimientos tanto a nivel, práctico, teórico y personal.

Por último, se muestra el gran reto que fue para las alumnas del PAP primavera 2020, adaptarse a los cambios y a la incertidumbre que trajo consigo el COVID-19 en los servicios psicológicos y nutricionales que estaban brindando en su momento.

### **1.1. Objetivos.**

Favorecer el bienestar psicológico y nutricional de manera interdisciplinaria ofreciendo servicios de atención y orientación profesional en las áreas anteriormente mencionadas, así como también apoyo jurídico, en los Centros de Desarrollo Comunitario y de la Procuraduría de Protección a Niñas, Niños y Adolescentes del DIF Zapopan, y de la Clínica Ignacio Ellacuría y del Centro Polanco del ITESO.

### **Objetivos específicos.**

1. Lograr una integración interdisciplinaria entre la orientación psicológica y nutricional, y con esto lograr una mejor organización y supervisión en cada uno de los escenarios.
2. Realizar una evaluación de las situaciones psicológicas y nutricionales de cada usuario con el fin de proporcionar el servicio que se considere adecuado para cada caso.
3. Dar una orientación basada en una conducción ética y profesional adecuada para cada servicio que será brindado.
4. Con fines de supervisión, los casos serán expuestos de manera grupal para optimizar la atención brindada.
5. Promover el diálogo entre diferentes enfoques tanto a nivel inter-profesional como inter-disciplinario, sobre una misma problemática.
6. Integrar documentalmente la práctica profesional llevada a cabo en el proyecto siguiendo los lineamientos establecidos en el Reporte PAP.
7. Difundir los resultados obtenidos en el proyecto mediante presentaciones formales a la comunidad académica del programa.

## **1.2. Justificación.**

El Proyecto de Aplicación Profesional (PAP) para la Atención Clínica Interdisciplinaria surge por la necesidad de ofrecer orientación psicológica y nutricional a un sector de la población que cuenta con recursos limitados para acceder a dichos servicios y que no tienen acceso a otros servicios de Seguridad Social. Además, se añadió a este proyecto la contención psicológica en el ámbito jurídico con la intención de atender las necesidades psicológicas que se presentan durante el proceso legal y brindar a los consultantes un servicio integral

El desarrollo de este proyecto tiene un impacto social significativo debido a que el consultante se beneficia de los servicios psicológicos y nutricionales que se ofrecen en cada escenario, de manera gratuita o con un costo accesible a sus posibilidades económicas. La articulación de estas esferas propicia un enfoque interdisciplinario con la finalidad de brindar una atención integral que mejore su calidad de vida, desde los ámbitos psicológico, jurídico y nutricional.

## **1.3 Antecedentes.**

Este proyecto de aplicación profesional surge en el 2009 para responder a una doble demanda, la del DIF Zapopan de contar con prestadores de servicio social capacitados y debidamente supervisados, y de los estudiantes del ITESO que estaban interesados en la psicología clínica, durante el transcurso de los años se han ido agregando escenarios para que tenga presencia el proyecto como el Centro Polanco y el Bufete Jurídico gratuito del ITESO.

En este proyecto se han atendido las necesidades de los consultantes desde la psicología y la nutrición, en el ámbito psicológico se ha dado acompañamiento a necesidades de diversos tipos, desde adaptación escolar, casos de violencia de género, duelos por divorcio, separación, muerte de un ser querido, violencia, abuso y problemas intrafamiliares, entre otros. En el aspecto nutricional, se ha respondido a la demanda de pacientes que buscan mejorar su salud, calidad de vida y estado físico a través de la consulta y evaluación nutricional.

Esta fase del proyecto inicio el 20 de enero del 2020, cuando inició el semestre de primavera del ITESO, se inició con capacitaciones a través de lecturas y

presentaciones por parte de los docentes y asesorías presenciales en el ITESO los martes y jueves de 11 a 2 pm.

Debido a la pandemia global por COVID-19 y la orden del gobierno de una cuarentena obligatoria, se tuvieron que cancelar las clases presenciales y trasladarlas a una modalidad virtual para evitar propagar la enfermedad, el proyecto se volvió virtual de manera inesperada y se cambiaron las actividades del proyecto a una modalidad en línea, con los mismos horarios y obligaciones.

Contextualizando esta situación, el coronavirus SARS-COV2, brotó en China en diciembre de 2019 provocando una enfermedad llamada COVID-19, que se ha extendido por el mundo y fue declarada pandemia global por la Organización Mundial de la Salud en febrero de 2020. Esta pandemia ha afectado a todos los países del mundo y para mayo de 2020 ya se estiman en 4 millones las personas contagiadas y alrededor de 300 mil muertos. El afrontamiento de este fenómeno que ha afectado la salud y la vida social de la población mundial ha sido diferente en los diversos países. En México, y por lo tanto en Jalisco, se decretó una emergencia sanitaria que, entre otras cosas incluyó la cuarentena obligatoria y distanciamiento social que incluye la suspensión de todas las actividades laborales y de servicios que nos sean esenciales y la suspensión de clases presenciales a todos los niveles; estos acontecimientos trastocaron la vida de todos los ciudadanos y nuestro PAP no fue la excepción. La manera de enfrentar los cambios y las soluciones puestas en práctica se irán comentando a lo largo de todo este Reporte PAP.

A partir del 17 de marzo del 2020 se comenzaron a tener las asesorías a través de la plataforma Zoom para reuniones virtuales y el acompañamiento psicológico con los consultantes se llevó a cabo a través de distintas plataformas dependiendo la accesibilidad de estos.

#### **1.4. Contexto.**

Este PAP se lleva a cabo en colaboración entre el Departamento de Psicología, Educación y Salud (DPES) del ITESO, el DIF Zapopan, el Centro Polanco del ITESO



y el Bufete Jurídico gratuito del ITESO (Clínica Ignacio Eliacuría). Los alumnos se repartieron en estos tres escenarios para llevar a cabo su proyecto PAP

a) DIF Zapopan

El sistema para el Desarrollo Integral de la Familia de Zapopan, mejor conocido como DIF Zapopan es un organismo público que ofrece servicios auxiliares y apoyo a familias que presentan desintegración y violencia con un nivel socioeconómico medio- bajo y bajo. Tiene como visión generar autonomía económica, fortalecer los derechos humanos, ofrecer servicios de salud integral, fomentar la participación ciudadana y aplicar acciones preventivas. El PAP se integra a esta institución para ofrecer apoyo psicológico y/o nutricional, de los cuales el DIF les cobra de acuerdo a sus ingresos y capacidad económica.

Este proyecto opera en los siguientes escenarios del DIF:

**CDC ARENALES:**

Este escenario es un Centro de Desarrollo Comunitario del DIF, los cuales tienen como función impulsar el desarrollo comunitario, fomentando la convivencia. Además, se proveen servicios sociales y se fortalece la identidad colectiva, son una estrategia para ofrecer servicios integrales a la población e instrumentar modelos de atención acordes con la situación social de las localidades urbanas, con la participación corresponsable de los gobiernos federal, estatal y municipal, en coordinación y colaboración con organizaciones de la sociedad civil y la población beneficiaria. (Secretaría de Desarrollo Social, 2005). En este escenario se ofrece apoyo psicológico y nutricional por parte de las alumnas del ITESO.

**CDC EL COLLI URBANO:**

Este escenario es un Centro de Desarrollo Comunitario del DIF, al igual que la CDC arenales, tiene como finalidad impulsar el desarrollo comunitario, fomentando la convivencia, ofreciendo servicios sociales. En este escenario se ofrece apoyo psicológico por parte de las alumnas del ITESO.

### **CAF (Centro de Atención Familiar):**

El CAF Zapopan es un departamento de salud del DIF Zapopan que ofrece servicios integrales de asistencia social enfocados a la salud mental, terapia y orientación psicológica en modalidad individual, grupal, familiar y de pareja. Ofrecen valoraciones psicológicas, terapia del lenguaje, servicios a personas que no requieren tratamiento médico psiquiátrico o neurológico y promueven la salud y el desarrollo físico, mental y social. (DIF Zapopan, 2020). En este escenario se oferta acompañamiento psicológico por parte de las alumnas del PAP.

#### **b) El Centro Polanco:**

Es un centro donde los alumnos de las carreras de Psicología y Educación del ITESO pueden realizar sus Proyectos de Aplicación Profesional (PAP). Las estudiantes del PAP de Atención Clínica Interdisciplinaria forman un equipo que atiende a las personas de la comunidad de la colonia Polanco que requieren un servicio de acompañamiento psicológico. El costo de este servicio es flexible de acuerdo a lo que la persona pueda pagar, teniendo como un costo máximo 50 pesos por consulta.

En estos tres escenarios se asignan cuatro pacientes por estudiante del proyecto, intentado que cada uno pertenezca a una distinta etapa del desarrollo, siendo éstas niñez, adolescencia, adultez.

#### **c) Bufete Jurídico gratuito del ITESO**

Este Bufete se inicia en 1998 como iniciativa del ITESO con la intención de atender las necesidades sociales ante las cuestiones jurídicas que se viven en el país, como lo son la pobreza, violencia y la poca accesibilidad a la justicia. Este bufete está enfocado a ofrecer servicios de atención jurídica y a la par apoyo psicológico al público que lo desee a un bajo y accesible costo. La asesoría jurídica que se brinda es en materia familiar, civil, mercantil, laboral y administrativa entre otras y desde la disciplina de la psicología se ofrece acompañamiento psicológico y mediación. Se busca que se trabaje de manera integral entre alumnos de psicología y de derecho en sus problemas legales. Los estudiantes del PAP clínica interdisciplinaria hacen intervenciones clínicas breves (intervención en crisis, contención emocional) para

ayudarlos con las situaciones emocionales que pueden surgir en el proceso legal ante la situación que están viviendo mientras los abogados buscarán una solución desde su disciplina.

## **2. Desarrollo**

### **2.1. Sustento teórico y metodológico**

De acuerdo con los diferentes enfoques que se abordaron dentro de clase, asesorías individuales y en la práctica, retomaremos brevemente algunos conceptos teóricos, empezando por la interdisciplina entre psicología y nutrición.

Según Van del Linde (2007) menciona que la interdisciplina puede verse como una estrategia pedagógica que implica la interacción de varias disciplinas, entendida como el diálogo y la colaboración de éstas para lograr la meta de un nuevo conocimiento.

Para construir la aproximación interdisciplinar es necesaria una suficiente apertura teórica cuyo punto de partida y punto de llegada sea la praxis misma de la atención psicológica, nutricional y jurídica al abordar la problemática individual a la que nos enfrentamos. Debemos tomar en cuenta que cada enfoque interdisciplinar es sólo un recorte de la realidad y las particulares formas de subjetividad que hoy se nos presentan, de las cuales resultan ser una trama compleja, de exigencias sociales, políticas y familiares.

El Proyecto se abordará de manera interdisciplinaria en donde las estudiantes de nutrición y de psicología que participan en el PAP se integrarán de manera formal como psicólogas y como nutriólogas, otorgarán asesorías psicológicas, nutricionales y ambas disciplinas tendrán a su vez que construir espacios clínicos para dar atención, orientación psicoterapéutica y nutricional a los usuarios con un enfoque interdisciplinar.

Es así como en este PAP logramos establecer una interacción conjunta entre psicólogas y nutriólogas e incluso abogados en el Bufete, canalizando pacientes de acuerdo a las necesidades que observábamos en cada usuario, teniendo como objetivo el bienestar y calidad de vida en cada uno de ellos, logrando que visualizarán

sus propias herramientas con las que cuentan y así obtener un trabajo en conjunto.

Dentro del PAP abordamos específicamente 3 enfoques:

- Enfoque sistémico
- Enfoque psicoanalítico
- Enfoque nutricional

Estos enfoques tienen tanto diferencias como similitudes entre ellos; uno de los factores en los que coinciden es en la importancia de la relación y alianza terapéutica. Se entiende como relación terapéutica a los sentimientos y actitudes que cada uno de los participantes tiene hacia el otro y la manera en la que se expresan. La alianza terapéutica es la relación compuesta por la relación real entre el terapeuta y el cliente, y la alianza de trabajo; es la capacidad para que ambos trabajen en conjunto hacia objetivos previstos (Corbella y Botella, 2004).

“El predictor de mejoría del cliente más consistente es la percepción subjetiva del paciente sobre la relación ofrecida por el terapeuta” (Corbella y Botella, 2004).

Según Corbella y Botella (2004), los componentes para la colaboración entre cliente y terapeuta, son el acuerdo en las tareas, un vínculo positivo y acuerdo en los objetivos. Para el desarrollo y establecimiento de la alianza terapéutica es importante tomar en cuenta las características del paciente, las del terapeuta, los procedimientos y técnicas empleados y la compatibilidad entre las necesidades del cliente y los recursos con los que cuenta el profesional.

Otro factor en común que tienen tanto el psicoanálisis como la psicología sistémica, es el del encuadre, que se hace durante la primera entrevista; Etchegoyen (1993), considera que el encuadre de la entrevista va marcado dependiendo del objetivo. Se recoge información sobre el tema para identificar si el paciente necesita o no tratamiento. En este se fijan variables de tiempo y lugar, es de suma importancia que el entrevistado tenga claro el objetivo de la consulta.

También, se encuentra la escucha activa, la cual tiene como finalidad el entender realmente lo que la otra persona piensa y siente, para así comprender por

qué actúa de dicha manera. Se trata de escuchar de manera atenta y concentrada en las palabras e ideas del comunicador, y así comprender el mensaje en su totalidad. Esto brinda o crea un ambiente de confianza para la relación, lo cual también ayuda a que se dé la alianza terapéutica que se mencionó anteriormente. Según Bleichmar (2005), permite la detección de las ansiedades y conflictos inconscientes y plantear la estrategia de cambio. Por otro lado, para Freud (1912) el analista debe hacer un ejercicio esmerado de escuchar con atención pareja todo lo que el paciente esté diciendo, lo cual “consiste en guardar en la memoria los innumerables nombres, fechas, detalles del recuerdo, ocurrencias y producciones patológicas que se presentan durante la cura, y en no confundirlos con un material parecido oriundo de otros pacientes analizados antes o al mismo tiempo” (p.111). Con base en esa escucha esmerada y activa, el analista deberá separar claramente las representaciones que son del paciente y las que son de él mismo, así como los valores, las intenciones, metas, para así poder apegarse a aquellas que surgen del paciente mismo.

Por último, otro factor común que va de la mano con la escucha activa es la empatía, lograr comprender de la manera más transparente posible lo que la otra persona está viviendo, dejar de lado nuestros juicios, ideas y creencias; para lograr estar abierto al discurso de la otra persona y evitar al máximo que la relación terapéutica se convierta en un lazo disciplinario.

## **Enfoque Sistémico.**

El enfoque sistémico se presenta como una forma sistemática y científica de aproximación y representación de la realidad vista desde una perspectiva holística e integradora, donde lo importante son las relaciones y los componentes que a partir de ellas emergen, por lo tanto, su estudio y práctica ponen especial importancia en la relación y comunicación en cualquier grupo que interaccione. Este enfoque se extiende también a las personas individuales, teniendo en cuenta los distintos sistemas que componen su contexto.

Según Selvini (2006), desde lo sistémico, las evaluaciones parten de dos elementos fundamentales, los cuales son los siguientes:

- La información de hechos fundamentales de la historia del paciente y de su familia. Los sucesos más relevantes son escritos en el genograma, tal como muertes, separaciones, orden de nacimiento, diferencias de edades, etc.

- La observación en el aquí y ahora de la relación de los miembros de la familia entre sí y con el profesional. Por tanto, el diagnóstico sistémico se basa en lo que logra observar de las interacciones del sistema dentro de la sala. También son útiles los testimonios de otros profesionales que contactan con todos los miembros de la familia

La externalización del problema, de acuerdo con White & Eptson (1980) tiene como objetivo de que las personas externalicen sus problemas separados de sus identidades. De este modo reconocen, las historias, saberes y habilidades para la vida.

El propósito de la identificación de la externalización del problema, es que los consultantes encuentren al externalizar sus vivencias, quedar libres para explorar otras ideas de lo que ellas mismas podrían ser. Todo esto contando con la capacidad de utilizar sus relatos o narraciones para convertir los problemas que afectan a las personas y a sus relaciones en entidades separadas de estas, si y solo así logrará co-construir significados por medio de experiencias.

Según White & Epton (1993), se ha observado que la externalización de los problemas ayuda a las personas en su lucha contra los mismos, entre otras, como:

1. Disminuye los conflictos personales más fuertes, incluyendo las disputas en torno a quién es responsable del problema.
2. Combate la sensación de fracaso ante la persistencia del problema pese a sus intentos de resolverlo.
3. Encuentran el camino para que las personas cooperen entre sí, se unen en la resolución del mismo.
4. Abre nuevas posibilidades de que las personas actúen para apartar sus vidas a relaciones del problema.
5. Permite afrontar de un modo más eficaz.
6. Ofrece opciones de diálogo sobre el problema.

De igual manera, mencionan que la externalización del problema permite a las

personas separarse de los relatos dominantes que han estado dando forma a sus vivencias y relaciones. Por lo que, la persona recupera la capacidad de identificar aspectos ignorados que no podrían haberse predicho a partir de la lectura del relato dominante, que es lo que denominan como "acontecimientos extraordinarios".

A su vez el diálogo estratégico según Nardone (2011) es una técnica evolucionada para dirigir un coloquio terapéutico capaz de inducir cambios radicales en el interlocutor. Se trata de una refinada estrategia para obtener el máximo con el mínimo, donde se estructura la primera entrevista como una verdadera intervención más que como una fase preliminar, cuyos sorprendentes efectos han abierto nuevas y prometedoras perspectivas de investigación y de intervención.

Y son estas mismas las que apoyan o promueven parte del cambio. Según Watzlawick (1974), lo que promueve el cambio es la desviación con respecto a la norma. El cambio, resulta necesario para restablecer la norma, tanto para la comodidad como para la supervivencia.

El cambio deseado se verifica mediante la aplicación de lo contrario de lo que produjo la desviación. Pero si esta acción no da resultado, se hace uso del principio "Más de lo mismo", la cual es una prohibición, que puede o no producir el cambio, ya que también puede aumentar el problema, en dónde radica la solución de este mismo.

De esta manera se demuestra la importancia de la Teoría Sistémica dentro del PAP a lo largo de las intervenciones con los consultantes.

## **Enfoque Psicoanalítico.**

Laplanche y Pontalis (1967) definen el psicoanálisis como la disciplina fundada por Freud y en la que, con él, es posible distinguir tres niveles:

1. Un método de investigación que consiste esencialmente en evidenciar la significación inconsciente de las palabras, actos, producciones imaginarias (sueños, fantasías, delirios) de un individuo. Este método se basa principalmente en las asociaciones libres del sujeto, que garantizan la validez de la interpretación.

2. Un método psicoterapéutico basado en esta investigación y caracterizado por la interpretación controlada de la resistencia, de la transferencia y del deseo.
3. Un conjunto de teorías psicológicas y psicopatológicas en las que se sistematizan los datos aportados por el método psicoanalítico de investigación y de tratamiento.

Etchegoyen (1993) menciona que se entiende por entrevista psicoanalítica a la que tiene por objetivo principal decidir sobre la procedencia de un tratamiento psicoanalítico reservándose a un rango de elección más amplio.

Esta entrevista genera un campo donde el entrevistador participa y condiciona el fenómeno que observa, esto con el propósito de descubrir si al paciente le conviene o no analizarse o, con más amplitud, si requiere ayuda psiquiátrica o psicológica.

Un elemento importante en la entrevista psicoanalítica es el encuadre, el cual tiene la función de recoger información del entrevistado para decidir si necesita tratamiento y cuál es el de elección. Dentro de este encuadre hay pautas que regulan la relación entre entrevistado y entrevistador. El entrevistador, en este caso el psicoanalista, cuenta como instrumento principal su propia mente, de modo que en la entrevista el psicoanalista debe investigar de qué forma se conduce el entrevistado frente a sus semejantes, tomando en cuenta que nosotros somos el semejante con el cual la persona se tiene que relacionar.

Freud (1913) señala la dificultad dentro de las sesiones terapéuticas, la importancia de no discriminar el discurso del paciente, escuchar todo utilizando la técnica de atención flotante, la cual se define como dejar que el inconsciente del analista se encargue de registrar toda la información abandonándose entero a sus memorias inconscientes.

Laplanche y Pontalis (1967) definen la asociación libre como el método que consiste en expresar sin discriminación todos los pensamientos que vienen a la mente, ya sea a partir de un elemento dado (palabra, número, imagen de un sueño, representación cualquiera), ya sea de forma espontánea.

Freud (1913) menciona que la nueva modalidad creada por él, posterior al método hipnótico y catártico, es en donde el médico pone en descubierto las



resistencias desconocidas para el enfermo, y al ser dominadas el paciente narra con facilidad las situaciones y los nexos olvidados. Se menciona que el analizado no recuerda, en general, nada de lo olvidado y reprimido, sino que lo actúa. No lo reproduce como recuerdo, sino como acción, lo repite sin saber, desde luego, que lo hace. La compulsión de repetir, esta es una manera de recordar. La transferencia misma es sólo una pieza de repetición, y la repetición es la transferencia del pasado olvidado.

Freud (1913) precisa que todo ser humano debido a sus disposiciones innatas y de los influjos que recibió en la infancia, adquiere una determinada manera de ejercer la vida amorosa en la cual tendrá particularmente ciertas condiciones de amor y de pulsiones a satisfacer, así como metas a proponerse. Si la necesidad de amor no está satisfecha por la realidad, el paciente se verá precisado a volcarse con unas representaciones-expectativas libidinosas hacia cada nueva persona que aparezca. Es normal entonces que la investidura libidinal afrontada en la expectativa de alguien que está parcialmente insatisfecho se vuelva hacia el terapeuta. La expectativa que se puede depositar en el terapeuta puede ser una representación de imagen paterna, materna o de hermano varón, o de cualquier persona amada.

A su vez Freud (1937) nos dice que el trabajo del psicoanálisis permite al yo, que ha alcanzado mayor madurez y fuerza, emprender una revisión de esas antiguas represiones; unas pocas son destruidas, mientras otras son reconocidas, pero reconstruidas con un material más sólido. Estos nuevos diques son de un grado de firmeza muy distinto al de las primeras; podemos confiar en que no cederán tan fácilmente ante un aumento de la fuerza de los instintos. Así, el verdadero resultado de la terapéutica psicoanalítica sería la corrección subsiguiente del primitivo proceso de represión.

Al mismo tiempo esas pulsiones de las que hablamos nos llevan a identificar según Freud (1915), que todo individuo tiene una libido, que es una expresión psíquica de la pulsión caracterizada porque tiene un destino o meta, empujándonos siempre por la satisfacción que nace en el cuerpo pero que será dirigida a un objeto externo u objeto de amor exterior, siendo capaces de que a nuestro tiempo aceptemos la pérdida del objeto que en su momento nos otorgó dicha satisfacción para poder desplazarlo o dirigirlo a otro nuevo objeto.

Dentro del trabajo psicoanalítico nos encontraremos con que en las exposiciones de la técnica analítica se oye tan poco sobre “construcciones”; la razón de ello es que, a cambio, se habla de “interpretaciones” que se refieren a lo que uno emprende con un elemento singular del material; una ocurrencia, una operación fallida, etc. Es “construcción”, en cambio, que al analizado se le presente una pieza de su prehistoria olvidada.

Es así que ante todo lo anterior, el trabajo con el adolescente de acuerdo con (Gómez, 2012) nos indica que se impone no sólo escucha por parte del analista de adolescentes, sino también un tiempo de espera que permita el despliegue de las fantasías en el campo analítico, la aceptación por parte del analista del “dolor psíquico” subyacente que, si bien puede ser negado, este intenso dolor psíquico ligado a la desinversión, al reconocimiento de la alteridad y a las exigencias de dejar atrás la niñez para poder crecer y aceptar también la finitud, el analista debe percibirlo y esperar el tiempo de su verbalización.

De tal forma Aberastury & Knobel (1971) nos menciona que la adolescencia es la etapa de la vida durante la cual el individuo busca establecer su identidad, apoyándose en las primeras relaciones objetales-parentales internalizadas y verificando la realidad que el medio social le ofrece, mediante el uso de los elementos biofísicos en desarrollo a su disposición y que a su vez tienden a la estabilidad de la personalidad en un plano genital, lo que sólo es posible si se hace el duelo por la identidad infantil.

Por lo tanto, encontramos que la normalidad en la etapa de la adolescencia se establece sobre las pautas de adaptación a su entorno, es así como la estabilización de la personalidad no se logra sin pasar por un cierto grado de conducta “patológica” que debemos considerar inherente a la evolución normal de esta etapa de la vida.

Al mismo tiempo Aberastury & Knobel (1971) nos habla que en la etapa de adolescencia los procesos de duelo obligan a actuaciones que tienen características defensivas, de tipo psicopático, fóbico o contrafóbico, maníaco o esquizoparanoide, según el individuo y sus circunstancias. Es por ello por lo que se puede hablar de una verdadera patología normal del adolescente, en el sentido de que precisamente este exterioriza sus conflictos de acuerdo con su estructura y sus experiencias.

La mayor o menor anormalidad de este síndrome normal se deberá en gran parte a los procesos de identificación y de duelo que haya podido realizar el adolescente. En la medida que vaya elaborando los duelos, que son en última instancia los que llevan a la identificación, el adolescente verá su mundo interno mejor fortificado y entonces esta normal anormalidad será menos conflictiva y por lo tanto menos perturbadora.

Es así como Freud (1917) define al duelo como la pérdida real del objeto amado, o su abstracción de este.

El duelo resulta ser la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de cualquier otra circunstancia de pérdida como el trabajo, la libertad, un ideal, etc.

En el duelo, el objeto amado ya no existe más y emana la indicación de quitar toda libido de sus enlaces con ese objeto. A lo cual se opone cierta resistencia. El hombre no abandona una posición libidinal, ni aun cuando su sustituto ya asoma.

En el duelo el examen de la realidad muestra que el objeto amado no existe y demanda que la libido abandone todas sus ligaduras con el mismo, por lo tanto, lo normal en el duelo es que prevalezca el sometimiento a la realidad.

Por otra parte, Bleichmar (2005) al abordar los aspectos teóricos y técnicos del psicoanálisis con niños, nos habla de la relación entre padres e hijos que se ve presente en los casos cuando llevan a los niños a recibir acompañamiento psicológico; resalta que lo que se busca, es enfocarse en los sistemas motivacionales entre las familias, especialmente entre padres e hijos para trabajar las articulaciones psíquicas e interpersonales. El bebé que nace, se llega a convertir imaginariamente en figuras del pasado de los padres o a representar un aspecto repudiado por el self; al igual que se busca la conexión entre los problemas en la infancia de la madre, sus problemas de la actualidad y la manera en la que interactúa con su hijo. Esto es claramente visto durante las sesiones en el discurso de los padres, ya que esperan que sus hijos cumplan con sus propias expectativas personales que muchas veces son aspectos que ellos quisieron llenar cuando eran niños y por alguna razón no pudieron, por lo tanto, esperan que sus hijos repliquen ese pensamiento. Por lo mismo, es importante como dice Bleichmar la acción de establecer cuáles son las expectativas de la madre y tomar en cuenta cómo describe el problema.

## **Enfoque Nutricional.**

La Nutrición como disciplina, también tiene como función prevenir problemas de salud y patologías asociadas como diabetes, hipertensión, enfermedades cardiovasculares, dislipidemias, obesidad, entre otras. Así mismo, la nutrición es de suma importancia cuando se presenta alguna enfermedad y es necesario trabajar junto con el médico para lograr mejorar la salud de los consultantes de manera integral. Así mismo, es esencial tener la confianza del paciente, ya que de esta manera se pueden solucionar las dudas y se arman metas juntos. Por lo tanto, a continuación, se darán a conocer algunos temas y estrategias que los nutriólogos deben tomar en cuenta a la hora de dar la consulta para que puedan lograr apego al tratamiento.

## **Coaching nutricional.**

Fleta (2017) declara la importancia de hacer al paciente líder de su cambio. Es por eso que el coaching implementa técnicas o estrategias para apoyar al interesado mediante formas de hablar, actuar y hacer para llegar a la meta deseada. Por ejemplo, se sugiere explicar a detalle de qué se trata tener una buena alimentación y la importancia de ella para lograr conciencia en el paciente. Así mismo, se le sugiere al nutriólogo no exigir metas irreales. Otra estrategia es tener actividades para realizar en consulta con el objetivo de determinar lo que el paciente realmente quiere lograr y cómo es que llegará a ello. Por lo tanto, es de suma importancia que el nutriólogo esté capacitado en el coaching.

El coaching recalca la importancia de la confianza y posibilidades de cada uno debe tener para ser capaz de lo que se propone, la responsabilidad ya que el coaching comenta que “el éxito depende de ti únicamente” y la solución a los problemas que debe tener el paciente para ser un cambio desde la raíz.

## **Estrategias en consulta:**

Según Nardone (2011), para que el paciente tenga éxito con su tratamiento

nutricional, es necesario realizar estrategias para dar una consulta concreta y eficaz. De esta manera, el consultante entiende su plan e indicaciones. Una de las estrategias más eficaces, es escuchar al paciente, ya que así podremos otorgarle una atención personalizada y entender todo lo que está viviendo. Es por esto que resulta tan importante lograr obtener la confianza para que la consulta fluya con una comunicación adecuada y tener éxito.

También, se sugiere el empleo de metas a corto plazo para lograr de manera gradual los objetivos. Estas deben ser realistas dentro de un marco de salud y son escritas en conjunto por el nutriólogo y el paciente. Por otro lado, Nardone hace la observación de que a la gente no le importa el título, diplomados o doctorados que pueda tener un nutriólogo, ya que solamente necesita alguien que lo entienda y logre apoyarlo en su proceso. Por lo tanto, es necesario que se retire la capa de experto, y se comience a educar, apoyar y contestar todas las dudas durante una consulta nutricional, para obtener el mejor resultado posible.

### **Entrevista motivacional:**

La entrevista motivacional es una herramienta para apoyar a las personas a creer en ellos mismos, lograr sus metas y objetivos, con el fin de que reconozcan que son capaces de lograrlo por sí mismos.

Según Nardone (2011), es necesario que el paciente mencione los aspectos positivos y negativos de su conducta actual para que sea consciente de sus actos. Una vez teniendo en claro qué aspectos desea cambiar y mejorar, es necesario que se elabore por el mismo, esto ayuda que sea líder de su cambio. Otra estrategia, es mirar hacia atrás, haciendo preguntas al consultante sobre todo lo que ha mejorado durante su camino para que él sea consciente de todo lo que ha logrado en el tiempo que lleva trabajando en su meta. Por otra parte, es importante preguntar sobre qué es lo más importante en su vida, sus valores, sus objetivos, entre otras actitudes importantes para él, ya que esto le ayudará a evaluar y analizar si su meta en realidad tiene gran importancia para su vida.

## **2.2. Planeación y seguimiento del proyecto.**

### **Descripción del proyecto.**

A lo largo del proyecto tanto alumnas como profesores, nos hemos enfrentado a diversos retos que nos han motivado a buscar alternativas y soluciones prontas para no detener las intervenciones con los consultantes y nuestro propio aprendizaje.

La emergencia sanitaria por el COVID-19 es un claro ejemplo de una problemática importante que por un momento conmocionó a todos y nos obligó a buscar alternativas rápidas, como lo fueron las clases online, el acompañamiento psicológico y nutricional a los consultantes vía videollamada o llamada telefónica, supervisiones de los profesores fuera del horario de clases, etc.

La flexibilidad y capacidad de adaptación fue crucial en este proyecto, ya que llegar a un escenario nuevo, implica adaptarse a las circunstancias, horarios y lograr hacer adecuaciones para cumplir con nuestro deber. Tuvimos que cumplir con los lineamientos de cada establecimiento, como el llenado de bitácoras, firmar entradas y salidas, realizar entrevistas a los consultantes, entre otras muchas acciones que se tuvieron que llevar a cabo para lograr el objetivo. Sin olvidar el darse de alta en el DIF.

Una vez que comenzó el aislamiento, se tuvo que mantener contacto online con las encargadas de cada Centro donde se atendía a los consultantes, para avisar de los seguimientos y/o bajas.

Cabe resaltar que en ningún momento se suspendieron las asesorías, ya que la mayoría de las alumnas continuaron dando acompañamiento a distancia a sus consultantes.

### **Plan de trabajo.**

Para cumplir con los objetivos del proyecto, al principio los profesores brindaron el material teórico y asesoría necesarios para las primeras entrevistas con los usuarios, así como técnicas desde los diversos enfoques.

Se acordaron los escenarios donde cada alumna brindaría la atención psicológica o nutricional, posteriormente un encargado del centro correspondiente asignó a cada una un promedio de cuatro pacientes; idealmente los usuarios pertenecientes a etapas del ciclo de vida distintas: niñez, adolescencia y adultez.

Cada alumna tomó bajo su responsabilidad gestionar una cita con la psicóloga que la recibe en su escenario. En esa cita la psicóloga mostró el centro y sus espacios de atención, explicó la forma de recibir a los usuarios y el manejo de los documentos que se otorgan, por ejemplo, los expedientes. Cabe añadir que en los Centros del DIF que nos reciben, las psicólogas hacen una entrevista de filtro para canalizar a usuarios cuyos padecimientos sean manejables para nosotras como estudiantes.

Las sesiones de asesoría con los profesores del proyecto se llevaron a cabo en las instalaciones del ITESO, con horarios fijos establecidos los martes y jueves de 11 de la mañana a dos de la tarde. Los días martes se asesoraron casos de usuarios niños y adolescentes con la profesora psicoanalista, y los días jueves se expusieron los casos de adultos y de nutrición con los tres profesores encargados del proyecto. Al cambiar a la modalidad en línea consecuyente de la contingencia del COVID-19, se trasladaron las asesorías a la plataforma ZOOM, en el mismo horario y días establecidos.

Se llevaron a cabo sesiones de atención psicológica de 45 minutos una vez por semana con los diferentes usuarios, la fecha y hora de dichas sesiones se coordinó directamente con el centro correspondiente y los pacientes.

### **Planeación de Consulta nutricional.**

Las consultas de nutrición se llevan a cabo en el DIF los días martes de 9:00 am a 2:00 pm. Las personas interesadas llegaban a preguntar por el servicio de nutrición, ya que se colocó un cartel con el día y horarios de atención. Posterior a esto, se les brinda el apoyo para orientarlos y se ven por turnos de llegada. Se atendían de 3 a 5 pacientes como límite diario. En cuanto a la población, se atendieron principalmente adultos y predominantemente mujeres (solo se atendió a un hombre).

La consulta, tanto de primera vez como de seguimiento, tenía una duración de 1 hora. En ella, se le entregaba el plan nutricional al paciente y se le explicaba el procedimiento a seguir para sus futuras citas de seguimiento, anotando en su plan nutricional la fecha y hora de su próxima cita.

## **Recursos necesarios: humanos, materiales, económicos, tecnológicos, tiempos.**

Para llevar a cabo este proyecto se necesitaron diversos recursos, tanto humanos, materiales, económicos, tecnológicos, entre otros.

Se requirió material para niños como hojas, colores, juguetes, juegos de mesa, pintura, dibujos, plastilina, libros, etc. También destinar tiempo necesario antes de la consulta para llegar al establecimiento correspondiente, lo que implican recursos como gasolina y un automóvil para transportarse. Para hacer las viñetas clínicas fue necesario acceso a una computadora o celular y acceso a red WI-Fi para hacer el escrito de la descripción de las sesiones y para realizar las videollamadas durante el aislamiento por la contingencia. Y recursos humanos fueron necesarios al momento de incorporarse a cada centro y presentarse ante las psicólogas encargadas, quienes eran las personas que generalmente estaban al pendiente de nosotras.

Para la consulta nutricional, el ITESO brindó algunas herramientas necesarias para la atención, como la báscula y estadímetro. Sin embargo, fue necesario que la nutrióloga apoyara con algunos materiales, como la cinta métrica metálica. Así mismo, fue necesario el acceso a una computadora para el vaciamiento de la historia clínica y la realización del plan.

En cuanto al plano económico, fue necesario el gasto en materiales complementarios para la consulta, como; impresión de las distintas opciones de planes nutricionales, guías de equivalentes, organizadores de menús y carpetas.

## **Desarrollo de propuesta de mejora.**

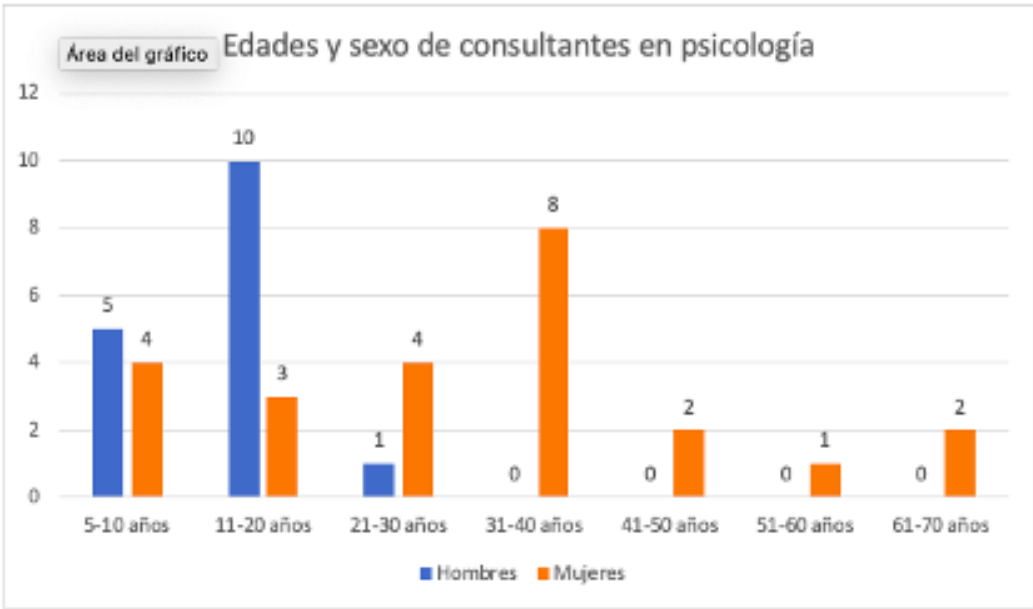
A lo largo del semestre se atendieron en el área de atención psicológica a un total de 40 personas, siendo 24 mujeres y/o niñas y 16 hombres y/o niños, correspondiendo a un 60% atención a consultantes femeninas y 40% a varones (se observa en la gráfica 1)





Gráfica 1. Porcentaje de hombres y mujeres en atención psicológica

Las edades que se atendieron fueron niños y niñas desde los 5 años, hasta adultos mayores de 78 años. A continuación la gráfica 2 con los rangos de edades y cantidad de personas dentro de cada uno.



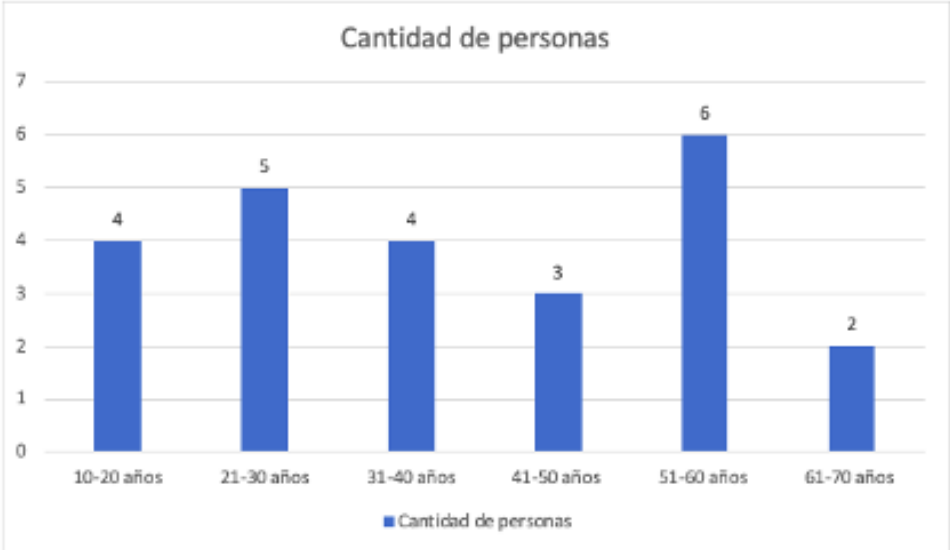
Gráfica 2. Edades y sexo de consultantes en el área de acompañamiento psicológico

Ahora bien, en el área de acompañamiento nutricional, se tuvo un total de 26 casos, 25 mujeres y un hombre representando 96% mujeres y 4% hombres del total de asesorías. (gráfica 3)



Gráfica 3. Porcentaje de hombres y mujeres en atención nutricional

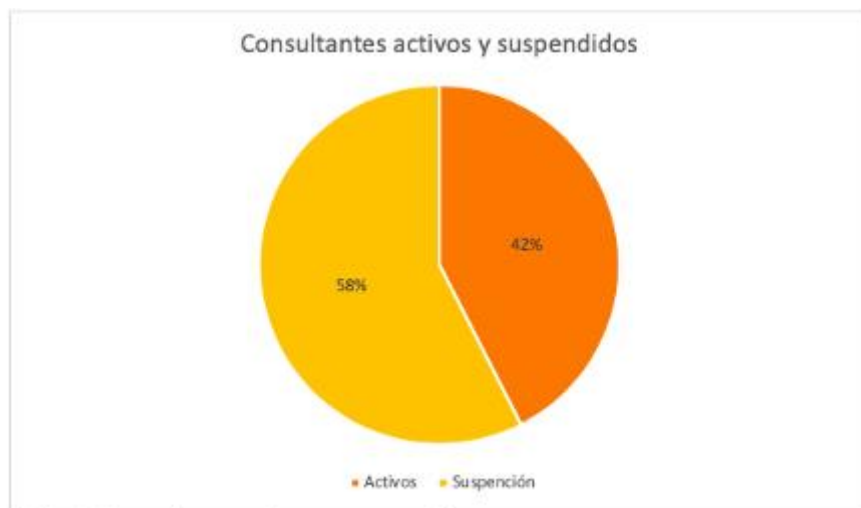
Las edades de los que se acercaron a recibir asesoría con la nutrióloga del PAP van desde los 13 años hasta los 68 años como se muestra en la siguiente gráfica 4.



Gráfica 4. Rango de edades de los consultantes en el área de acompañamiento nutricional

Uno de los objetivos del proyecto era abatir o disminuir la lista de espera de los diferentes Centros de personas que están solicitando acompañamientos psicológico y nutricional y se logró, atendiendo a un total de 66 adultos, adolescentes y niños. Incluso durante la contingencia no se dejaron de atender. Además es importante

señalar que se buscó dar acompañamiento de calidad y cercano a las personas ya que en algunas ocasiones, el trato en instituciones públicas llega a ser distante.

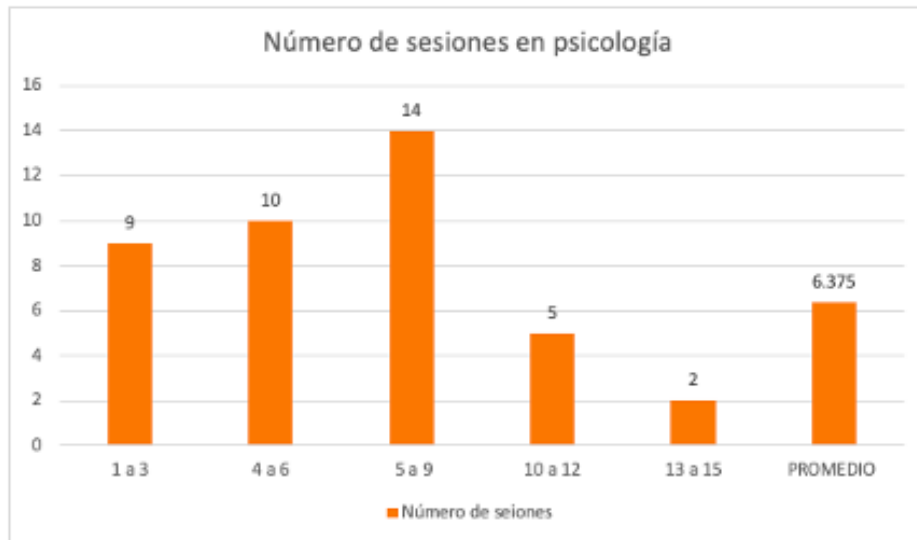


Gráfica 5. Consultantes activos y en suspensión

En la gráfica 5 se muestra que un 58% de los consultantes (23 personas) se encuentran en suspensión, ya que por el COVID-19 no ha sido posible verlos de manera presencial; se infiere por el discurso de los consultantes que algunos motivos por los que no continuaron con las sesiones es por falta de recursos, como la falta de acceso a Internet, no cuentan con espacios en sus casas para estar a solas durante la sesión y/o tienen ocupaciones la mayor parte del tiempo, entre otros motivos.

Por otro lado, se muestra que el 42% de los consultantes (17 personas) se encuentran activos, es decir, que siguen con su proceso. De igual manera, por la contingencia, se tuvieron que hacer ciertas adecuaciones, como el ver a los consultantes de manera virtual, una hora por semana.

Ahora bien, como se muestra en la gráfica 6, el promedio de sesiones en psicología a lo largo del semestre fue de 6.3, incluyendo a los consultantes que se encuentran actualmente en suspensión por la contingencia. Se observa que el número mayor de casos, siendo 14 tuvieron entre 7 a 9 sesiones.



Gráfica 6. Número de sesiones y promedio final

De los 17 casos **activos** a la fecha a partir de la cuarentena, el número de sesiones se desglosa de la siguiente manera en la gráfica 7.



Gráfica 7. Número de sesiones y promedio en casos de psicología en casos activos

Se observa que el promedio es de 8.5 sesiones por paciente y que 7 consultantes se encuentran en el rango de 7 a 9 sesiones en psicología.



Gráfica 8. Consultantes activos y en suspensión en Nutrición

En la gráfica 8, se muestra que un 88% (23 consultantes) de los casos en Nutrición están suspendidos, debido a la situación que se está viviendo actualmente por el COVID-19, los consultantes refieren que no cuentan con las herramientas para tomar la consulta de manera virtual (como lo es la computadora y el internet). Sin embargo, también muestra que un 12% (3 personas) de los consultantes están activos, lo que quiere decir, que actualmente siguen teniendo o han tenido sus consultas online.

### 3. Resultados del trabajo profesional.

Las psicólogas en formación que integran este proyecto de aplicación profesional (PAP) observaron que, en cuanto a los resultados alcanzados, los pacientes reportaron una mejora significativa en distintos aspectos que forman parte de la vida cotidiana. De esta manera, el acompañamiento psicológico ha permitido un progreso en diferentes niveles -según sea el caso- en cuanto a que se ha observado que los pacientes han ido desarrollando con el paso de las sesiones una capacidad creciente de introspección al brindarse la oportunidad de escuchar su propia realidad y, partiendo de este autoconocimiento, se llegaron a identificar las emociones, percepciones y sentimientos que se encontraban detrás de las experiencias vividas para poder trabajar con dichos aspectos dentro del proceso psicoterapéutico. Es decir, hubieron avances significativos en cuanto al manejo emocional ya que, con ayuda de cada psicóloga, los consultantes iban logrando identificar sus emociones, comprenderlas y manejarlas. Así, se encontró que, durante el proceso, los pacientes fueron capaces de ir logrando de manera progresiva un cambio de perspectiva acerca

de una misma situación, cambiando creencias, significados y la manera en la que estos interpretan su propia realidad. Alcanzando a recontar la misma historia, pero de una forma constructiva para sí mismos y para los demás.

Asimismo, se encontró que el respetar el tiempo de cada paciente dio resultados positivos dentro de cada proceso, ya que, al momento de que cada psicóloga iba siguiendo y respetando el ritmo de cada paciente para hablar de ciertos temas o decir aquello que en un inicio le resultaba muy complicado, se observó que cada consultante a su tiempo, iba dándose cuenta de nuevos aspectos, y mostrando una mejor disposición para hablar de diversos temas los cuales en un inicio resultaban inconcebibles de tocar o ver, así como una mayor disposición para recibir las intervenciones que la psicóloga encargada le iba haciendo, lo cual señalaba un avance significativo tanto en el proceso con cada paciente, así como en la alianza terapéutica que se iba estableciendo con ellos.

Otro aspecto importante y significativo para diversas alumnas derivado del anterior, fue el de permitir los silencios, entender la importancia del silencio como un indicador del timing requerido ya que, se llegó a la conclusión gracias a las asesorías de casos, de que cuando se produce el silencio en la persona es posible que se esté dando un momento para integrar información recibida y/o reformular información del contenido emocional que se expresa durante la sesión terapéutica.

Finalmente, algunos pacientes mencionan haber experimentado cambios en la comunicación que establecen tanto con familiares como con seres queridos u otras personas. También adquirieron herramientas para un manejo asertivo de las situaciones que se les presentaban cotidianamente. Esto, ya que el acompañamiento psicológico les brindó una serie de herramientas que fueron fomentando la comunicación asertiva mediante la emisión de un mensaje mucho más claro y certero. Así como el desarrollo de estrategias de afrontamiento que les permitieron enfrentar las situaciones adversas de una manera constructiva y no deconstructiva para sí mismos y para los demás. Se reportó la presencia de una sensación de bienestar y estabilidad emocional consigo mismos y con su entorno, aspectos los cuales, fueron resultado de los factores mencionados previamente.

Pudimos rescatar que, en lo que compete al surgimiento de la pandemia por COVID-19, todas nos encontramos con un gran reto debido al distanciamiento social,

siendo que una parte del grupo presentó dificultades para dar un seguimiento por vía virtual o telefónica. A partir de esto, surgieron dudas respecto al éxito de su trabajo profesional. Sin embargo, la mayoría de las alumnas logró continuar atendiendo a algunos de sus usuarios, tanto adultos como adolescentes y niños. Esto requirió de una gran capacidad de adaptación, flexibilidad y creatividad de parte de las alumnas, diseñando sus sesiones de manera innovadora y creando material ex profeso para cada uno de sus pacientes. En el área de nutrición el cambio a la modalidad trabajo en línea provocó que se perdiera contacto con algunos pacientes al no tener su correo/celular y esto ocasionó una baja de consultas, sin embargo, se realizaron materiales de apoyo a la situación que se estaba viviendo como: recetario para los antojos, infografías de alimentos perecederos y cómo reforzar el sistema inmunológico, los cuales fueron enviados a pacientes que se seguía en contacto.

En cuanto al abordaje nutricional, un gran reto fue atender a pacientes de bajos recursos, ya que se les dificulta el acceso a algunos alimentos, así como la comprensión de cómo se maneja un plan nutricional en equivalencias y las distintas medidas en tazas y cucharadas. Cabe recalcar, que la mayoría de los pacientes no tenían estos materiales y eso provocó una gran dificultad para el seguimiento del plan nutricional.

A pesar de los retos que se vivieron, también se tuvieron muchos logros, aprendizajes y resultados como la experiencia de atender y consultar en un sector desconocido previamente; el sector público. Así mismo, se aprendió mucho de las psicólogas en las reuniones del PAP, por ejemplo; a hacer preguntas estratégicas a los pacientes y a cobrar la consulta para que el paciente se tome en serio el tratamiento.

También, con la ayuda de la Mtra. en Nutrición Estefanía Flores, se aprendieron nuevas técnicas para la consulta nutricional, como la señalización sobre alimentos a evitar, moderar y preferir en las guías de equivalentes, sobre todo si existe alguna patología asociada. También, se aprendió sobre la utilidad de las infografías y trípticos para dar una explicación más didáctica al paciente durante la consulta, además de que puede llevarse a casa el material informativo. Asimismo, durante el PAP se

realizaron diversas lecturas e investigaciones sobre temas de alta importancia para nuestro desarrollo y formación.

Finalmente, a pesar de la cuarentena y la dificultad para llevar a cabo consultas nutricionales, se aprendió a realizar materiales de consulta adaptables a la situación. Igualmente, se elaboró un recetario de antojos y dos infografías; una para alimentos perecederos que fueron útiles para la situación (cuarentena) actual y la otra sobre alimentos para reforzar el sistema inmune.

#### **4. Reflexiones del alumno sobre sus aprendizajes, las implicaciones éticas y los aportes sociales del proyecto.**

##### **Aprendizajes profesionales.**

En cuanto a los aprendizajes más significativos que han sido desarrollados a lo largo del proyecto, se han adquirido nuevos conocimientos a nivel teórico y práctico sobre la atención psicológica con niños, adolescentes y adultos. Las psicólogas en formación han concluido que dentro de dichos aprendizajes, se encuentran el aprender a aceptar incondicionalmente al paciente y a respetar su propio ritmo de cambio, ya que es necesario dejar de lado el deseo de intervenir o querer modificar a destiempo aquellas creencias y formas de vida que la persona no está lista o preparada para dejar o cambiar en ese momento. Esto va directamente relacionado con la utilización del timing, lo cual radica en elegir el momento adecuado y preciso para cada intervención. Esto sucedía de la misma manera en el juego con niños, ya que, dentro de sesión, se iba trabajando con ellos de modo que se respetaba dicho juego y mediante este, se iba conociendo mejor al niño para posteriormente lograr intervenir en la problemática presentada de la mejor manera según fuera el caso.

Siguiendo bajo esta misma línea, las alumnas reflejaron haber alcanzado competencias básicas para el buen funcionamiento del proyecto, como lo son: a) La atención flotante, la cual, se caracteriza por prestar a todo cuanto uno escucha la misma atención sin querer fijarse en nada en particular, manteniendo una atención parejamente flotante (Freud, 1912). Así como b) a observar desde el enfoque sistémico, todos los aspectos que englobaban el cambio, lo cual ayudó a indagar sobre aquellos intentos de solución que los usuarios habían implementado para



resolver sus problemáticas, contribuyendo a la complejidad y perpetuación del problema.

Asimismo, se reportó que diversas alumnas utilizaron la técnica psicoanalítica de la asociación libre, valorando la importancia de dejar que la persona expresara sus ideas, sin necesariamente tener que estar interviniendo e interrumpiendo sus pensamientos. Así, se encontró también que, a lo largo del proyecto, ellas iban logrando desarrollar su propio estilo terapéutico al haber tenido que construir aquel conjunto de habilidades que conformaban el estilo propio de hacer terapia, el cual caracteriza a cada terapeuta. Todas pusimos en práctica la cimentación de la alianza y el vínculo terapéutico que se forma a través de ese lazo de confianza entre terapeuta y paciente.

De la misma manera, la escucha activa fue un elemento clave para dejar de lado absolutamente todo lo que pudiera fungir como distractor para escuchar enteramente al consultante. De este aspecto, se derivan también resultados significativos en cuanto a la responsabilidad y el compromiso con el usuario, así como la empatía que permitía darle la importancia y el valor debido a cada persona, a su sentir y a su historia de vida. El respeto a la confidencialidad psicólogo-paciente también fue un elemento logrado, ya que se buscó en todo momento el cumplimiento del acuerdo de que todo cuanto se dijera en terapia sería guardado a manera de secreto profesional. De esta forma, resultó imprescindible la creación de un ambiente en donde el usuario se sintiera seguro y en confianza para expresarse para que posteriormente, éste lograra comprender poco a poco y de mejor manera la propia vida anímica.

Otro de los resultados obtenidos fue el de la ampliación de los conocimientos gracias a las herramientas teóricas que fueron proporcionadas durante el semestre por los dos profesores de psicología del proyecto dependiendo de cada caso. Dichos materiales, estaban compuestos por lecturas obtenidas de libros especializados, artículos y presentaciones de PowerPoint elaboradas previamente por ambos, los cuales nos permitieron estar más familiarizadas y preparadas con elementos de teoría en psicoanálisis o en el enfoque sistémico para lograr explicar y comprender el comportamiento de los pacientes o sistemas que fueron analizados en su momento. Esto, adquirió una importancia fundamental, ya que el contar con fundamentos

teóricos nos permitió tener una comprensión mucho más integral de la vida y experiencias del paciente para poder intervenir de una manera más acertada y focalizada según fuera el caso.

Asimismo, es importante resaltar que al habernos visto frente a la contingencia sanitaria provocada por la pandemia de COVID-19 se tuvieron que tomar medidas específicas para continuar con nuestra labor dentro de los escenarios. De esta forma, al posicionarnos frente a una contingencia sanitaria que ocasionó una cuarentena indefinida, fue necesario desarrollar y poner en práctica una serie de habilidades para gestionar las nuevas estrategias que se tendrían que llevar a cabo, las cuales permitirían seguir brindándoles a los pacientes un seguimiento terapéutico de calidad. Este rubro representó un gran reto para nosotras, ya que se tenía que encontrar en conjunto (tanto con el grupo como con los pacientes) la manera de poder seguir con las terapias individuales de cada usuario, por lo que se decidió que la atención continuaría mediante videollamadas o en su defecto, llamadas telefónicas. Esto, ya que los escenarios en donde se lleva a cabo el Proyecto se vieron obligados a suspender temporalmente la atención presencial a los usuarios, debido a que se decretó la cuarentena obligatoria para prevenir el contagio de la enfermedad. Así, se tuvieron que implementar y utilizar más aquellas herramientas de flexibilidad y capacidad de adaptación para cumplir con la atención idónea para cada persona. Esto para que el vínculo terapéutico que hacía sentir comprendido al paciente no se perdiera ni se viera dañado en algún momento. Por lo que, como ya fue señalado anteriormente, en cada escenario se optó por seguir atendiendo a cada usuario, reportando lo sucedido en cada sesión, las cuales seguían siendo supervisadas y retroalimentadas por los docentes para brindarles a los consultantes la mejor atención de acuerdo a las necesidades individuales de cada uno.

Por último, en lo que compete al Bufete Jurídico, el trabajar a la par con abogados estando presentes en las asesorías legales, nos ha permitido informarnos y, sobre todo, aprender acerca de diversos procedimientos jurídicos que resulta fundamental conocer y estar informadas de ellos, ya que en situaciones en donde se lleva a cabo un divorcio, se ven involucrados todos los miembros de la familia nuclear y en muchas ocasiones de la familia extendida, por lo que se requiere por parte del psicólogo un entendimiento de los elementos del proceso legal que influyen en las

personas para poder tener una perspectiva más amplia de la situación por la que está pasando el consultante, la cual detona inevitablemente una serie de emociones, creencias e interpretaciones alrededor de esta.

Así, las alumnas que formamos parte del proyecto en dicho bufete, consideramos que aprendimos a trabajar de una manera interdisciplinar, colaborando con otros profesionistas para llegar a un mismo objetivo: el desarrollo psicosocial óptimo del cliente. Esto, ya que como ya fue mencionado anteriormente, se ha requerido que a lo largo del proyecto, abogados, nutriólogas y psicólogas trabajemos en conjunto para brindarle a los consultantes asesorías de calidad en los distintos rubros (psicológico, jurídico y nutricional). Lo cual, nos ha permitido conocer y sobre todo adquirir nuevos conocimientos en otras áreas del saber; así como la implementación de habilidades básicas como lo son la comunicación asertiva, la creación entre distintas disciplinas de estrategias dirigidas hacia un mismo fin y la colaboración entre colegas.

Por otro lado, en la parte de nutrición se encontró con que un reto que fue adaptar los planes de alimentación al sector público ya que normalmente la experiencia se realiza en consultas privadas. Lo que nos llevó a diseñar menús de varias calorías y con diferentes técnicas de entregar el plan nutricional para adaptarnos a cada paciente. Asimismo, se logró atender casos de pacientes con distintas patologías como, diabetes, hipertensión, quistes en el ovario, entre otras y resolver dudas para dar recomendaciones personalizadas en la misma consulta.

### **Aprendizajes sociales.**

Enfocado desde el ámbito social, consideramos que a lo largo del proyecto nos fue posible mostrarnos con apertura de poder participar y trabajar con las personas con las que buscaban atención psicológica. Para nosotros ha sido un reto el volcarnos ante una realidad completamente distinta a la nuestra, siendo que el trabajo que fuimos realizando respondía a las necesidades de cada persona y por ende la forma en que abordamos cada caso era diferente.

Nuestra capacidad de poder realizar un proyecto dirigido a la mejora social ha aumentado, ya que hemos desarrollado habilidades como el lograr enfocarnos desde una visión de comunidad, buscando mantener contacto con las personas pertenecientes a nuestra misma ciudad. Para ello, es importante que en dichos espacios se logre entablar una buena comunicación con todos los integrantes del grupo de estudiantes, nutriéndose con diversas perspectivas que invitan a un diálogo activo que haga posible el funcionamiento del mismo.

Debido a la contingencia por el COVID-19 nos pudimos percatar de las preocupaciones de los pacientes y las nuestras, a partir de ello dialogamos junto a los profesores nuevas formas de adaptarnos a la situación. Por lo que se innovó en el proyecto la vía de atención psicológica, en la que se les ofreció continuar con el proceso haciendo uso de la tecnología. En consecuencia, se logró mejorar ante las dificultades en cuanto aspectos relacionados a la escucha, la atención y efectividad del tratamiento.

En cuanto a los impactos evidentes en la aplicación profesional está el acompañamiento integral que incluye la atención nutricional, psicológica y jurídica, las cuales se realizaron de manera provechosa al brindar la oportunidad de llevarse a cabo a un costo bajo e incluso gratuito a las personas que se encuentran excluidas de dichos servicios por su coste económico, ya que a las personas que se busca apuntar generalmente son las que tienen una posición económica baja o media-baja que viven en colonias desfavorecidas.

Se pudieron desplegar iniciativas de transformación de la realidad orientada a la calidad de la vida social, en el que logramos generar un cambio positivo en las personas atendidas en los centros respectivos, principalmente se generó una modificación en su forma de generar ideas y perspectivas ante los problemas a los que estos se enfrentaban, lo cual impacta de manera directa en sus familias.

Además de ello fue posible observar los beneficios en la salud mental de dichos sujetos, la cual se vio favorecida al lograr identificar e incluso disminuir padecimientos mentales, así como también trastornos que en un futuro o en corto plazo podrían llegar a impedir la productividad de la persona.

Relacionado con lo anterior, también pudo observarse en las personas que asistían al bufete jurídico que se vieron beneficiados en cuanto a que recibían atención en temas legales delicados, los cuales asistían de igual manera por escasez de recursos económicos. A este grupo se le atendía para la resolución de una situación legal y en algunos casos se les daba un seguimiento psicológico si así lo requerían.

Los bienes producidos por los servicios profesionales en el carácter público demostrados son la resolución de problemas legales llevados a cabo con un menor grado de angustia, sentido de acompañamiento y dirección en las personas que acudían al lugar. En cuanto a la atención psicológica están los cambios positivos en la toma de decisiones, que lleva a la estabilidad en las familias por la disminución de estrés en los pacientes.

En cuanto a nuestros saberes aplicados nos es posible reflexionar desde lo personal, siendo que logramos reafirmar nuestro compromiso con la comunidad, además de que nos tocó observar que la mayoría de las personas que se encuentran interesadas en su salud mental, logró cambios positivos en su vida. Por último y relacionado con la situación de contingencia sanitaria, planteamos que es posible seguir avanzando desde nuestras propias casas, aportando en momentos de crisis para la población.

Por otro lado, el DIF Arenales donde se brindó el servicio de nutrición, está ubicado en una zona de bajos recursos y así como se mencionó anteriormente fue un reto el adaptarnos a la situación que se vive tomando en cuenta el acceso de alimentos que tienen y esto se vio reflejado en el paciente ya que se les dificulta el seguimiento del plan nutricional. Es por eso que este PAP se vuelve muy enriquecedor para aprender a llevar a cabo planes nutricionales enfocados en poblaciones específicas buscando conseguir una alimentación completa y balanceada.

### **Aprendizajes éticos.**

En cuanto a los aprendizajes éticos que las alumnas han ido adquiriendo durante el proyecto los más significativos son los que se expondrán a continuación.

Como primer punto se menciona de forma recurrente que un aprendizaje importante fue el comprender la importancia de la ética tanto personal como profesional en la psicología, debido a la responsabilidad que implica el trabajar directamente con la historia de vida de las personas, tomando en cuenta que ésta la mayoría de las veces puede llegar a ser dolorosa. Dentro de este rubro se hace énfasis en dos puntos fundamentales. Primero, la relevancia y la responsabilidad de llevar un proceso psicoterapéutico personal por parte de cada una de las alumnas, y de forma paralela a la atención que se le da a los pacientes, debido a que es fundamental trabajar y elaborar las propias vivencias, para evitar que situaciones personales interfieran en las intervenciones que hacemos con los pacientes y que se pudiera llegar a sesgar el proceso.

Por otro lado, dentro de la importancia de la ética en la psicología, se menciona como aprendizaje fundamental el respetar siempre el encuadre del tratamiento, principalmente la confidencialidad, la cual se le comunica al paciente, de forma que está enterado que todo lo que mencione en las sesiones no será compartido con nadie. Algunas alumnas hacen hincapié en que este es un punto sobre el cual se puede trabajar más dentro del proyecto, con acciones específicas como comunicarles a los pacientes que la información de las sesiones se van a compartir con un grupo de profesionales con el único fin de proporcionarle una mejor atención, así como cuidar de forma más rigurosa la información que se sube a plataformas en línea como Google Drive.

Otro aprendizaje importante que reconocen las alumnas ha sido respetar y no juzgar las vivencias de las personas, así como sus decisiones y puntos de vista. Al estar trabajando con personas esto es algo que se presenta continuamente, ya que las opiniones y decisiones de la persona que tenemos frente a nosotros puede o no coincidir con las nuestras propias. Sin embargo, en el PAP hemos practicado el ver más allá de esto, que pudiera representar una barrera para la relación. Esto implica un gran ejercicio de empatía y al mismo tiempo de trabajo personal, para poder respetar los principios éticos de la otra persona y también los propios. Asimismo, esta diferencia de opiniones se hace presente en las asesorías grupales, ya que, la mayoría de las veces se comparten puntos de vista distintos. Sin embargo, hemos aprendido a respetar la opinión de cada persona, tanto de maestros como de

compañeras y lograr trabajar de forma colaborativa con la gran riqueza que esta diversidad de opiniones aporta al proyecto.

Un aprendizaje ético clave del proyecto que reconocen las alumnas es la postura ética que desarrollan desde el quehacer de la psicología. A lo largo de las sesiones de atención y también mediante el diálogo en las asesorías identificamos que nuestra intervención psicológica tiene un impacto positivo muy grande en la vida de las personas, así como un potencial de beneficio para la comunidad. Es por esto que el darnos cuenta de este aspecto nos invita por un lado a prepararnos académicamente y por el otro nos da un cierto sentido de responsabilidad y compromiso con la comunidad, para poner al servicio de los demás nuestras habilidades, conocimientos, escucha y tiempo, para intentar tener un impacto positivo en la vida de las personas.

Debido a la contingencia por COVID-19 y el cambio de una atención presencial a una modalidad en línea remarcó este compromiso con los pacientes debido a que, a pesar de la incertidumbre o temor que este cambio provocó en la mayoría de nosotras, se reconoció que el continuar con la atención psicológica era lo primordial para mantener el compromiso y apoyo a los pacientes, así como una decisión congruente con la ética profesional del psicólogo. Respetando siempre si el paciente quería continuar en esa modalidad o prefería poner pausa al proceso y esperar a que la cuarentena pasara.

Por último, en relación con los aprendizajes éticos, se compartió con frecuencia el hecho de haber aprendido a reconocer los propios errores, aceptarlos y corregirlos. Es decir, permitirse admitir que tenemos limitaciones, pero también verlas como área de oportunidad para crecer de forma tanto personal como profesional, así como identificar nuestras fortalezas y ejercitarlas. Todo esto en diálogo constante con nuestros maestros y también de forma personal en la terapia de cada una.

Dentro de esta misma línea en la que vamos aprendiendo de todas las experiencias a las que nos enfrentamos en nuestras intervenciones, un punto importante es también el asumir la responsabilidad de nuestras decisiones, teniendo en cuenta siempre el beneficio del paciente, pero considerando también nuestros principios éticos. Como en la situación que se les presentó a algunas compañeras sobre no asistir a la sesión de acompañamiento el día 9 de marzo en el que se llevó

a cabo el Paro Nacional de Mujeres en nuestro país, tomando todas las medidas necesarias como dialogarlo con los pacientes con tiempo y reagendar la sesión en otra fecha.

Vale la pena mencionar que muchas de las mujeres que acudían a la atención psicológica viven y han padecido los daños del machismo y del discurso dominante sobre la mujer que permea todos los ámbitos de la vida cotidiana en nuestro país. Esto se veía reflejado en las relaciones de pareja de las consultantes, en las que reportaban situaciones de violencia de género, así como en muchas de las creencias que ellas tienen sobre qué significa ser mujer para ellas, las cuales se encontraban en algunos casos en conflicto. Un posicionamiento de parte de las alumnas, responde tanto a la propia experiencia y vivencia del machismo, así como a las historias de vida que han compartido las mismas consultantes.

Por otra parte, en el área de nutrición se cuidaban ciertos aspectos como el no difundir información personal del paciente fuera del ámbito profesional, así mismo, como el ayudar de manera personalizada a las personas buscando brindar un apoyo ante sus necesidades primordiales.

En la consulta se les plantearon distintas técnicas para tomar mejores decisiones respecto a su objetivo nutricional, brindando una guía de alimentos equivalentes con la posibilidad de que cada quien eligiera la opción que pudiera consumir, así como también se les dio ideas de recetas o tips de cocina y se les apoyó en sus dudas.

### **Aprendizajes personales.**

Dentro de los aprendizajes personales que adquirieron las alumnas durante el PAP, se identificaron principalmente seis, que se mencionaron de forma recurrente como significativos y relevantes, relacionados con las intervenciones en las sesiones de atención psicológica, así como en las asesorías grupales.

Uno de estos aprendizajes y en el que coincidimos todas las alumnas es que el proyecto nos ha ayudado a conocernos en mayor medida a nosotras mismas. Identificamos que la herramienta principal para este autoconocimiento ha sido nuestro propio proceso terapéutico, ya que al estar frente a otra persona y escuchar su historia



de vida se despiertan procesos propios y se evidencian aspectos de uno mismo que al trabajarlos en terapia ayudan a estar en un constante proceso de conocimiento de sí mismo y por lo tanto de crecimiento personal, que de forma paralela impacta de forma positiva en nuestro desempeño y rendimiento profesional. A la par de este autoconocimiento, dentro de las habilidades desarrolladas que mencionan las alumnas se encuentran el manejo del estrés, la conciencia emocional, la introspección, el manejo de tiempos y horarios, conocimiento del propio estilo terapéutico y la adquisición de herramientas para enfrentar situaciones y relaciones interpersonales de forma personal en la vida cotidiana.

El siguiente aprendizaje está relacionado con el anterior. Este es el haber aprendido a percibir y valorar el propio proceso terapéutico como una herramienta de autocuidado. El trabajar con otras personas y sobretodo en un marco de atención clínica psicológica puede llegar a ser muy desgastante, ya que implica escuchar historias y situaciones que pueden llegar a ser dolorosas, tristes y frustrantes. Este contacto tan íntimo con la otra persona, puede llegar a convertirse en un gran desgaste emocional si es que no se trabaja con un psicoterapeuta y además de que afecta de forma personal, tiene un impacto negativo en las intervenciones con los pacientes. De la mano, también, el estar asistiendo a terapia ayuda a aprender a separar las situaciones personales y las de los pacientes, así como nuestra vida personal con la vida profesional/académica. Debido a que si esto no se hace, se corre el peligro de empezar a trabajar problemas personales en lugar de los de los consultantes, faltando completamente a la ética del psicólogo. Asistir a terapia como psicólogas, se convierte en una forma de cuidarnos a nosotras mismas, pero también de cuidar a las personas con las que trabajamos. En cuanto a la contingencia por COVID-19, consideramos que es importante para nosotras buscar ayuda en caso de necesitarla, debido a la situación de aislamiento, por lo que consideramos importante no suspender nuestro propio seguimiento en terapia, reiterando su función de herramienta de autocuidado.

El tercer aprendizaje está relacionado con la capacidad de empatizar con la situación de las demás personas. Percibimos que a lo largo del PAP la empatía fue un elemento clave a nivel personal para poder trabajar con los pacientes, ya que trabajamos en nuestra capacidad de escuchar historias diferentes a las nuestras y el

tener una postura de disposición y entendimiento hacia esas situaciones y experiencias de vida, así como a puntos de vista y opiniones diversas. Ejemplos concretos son situaciones de violencia o maltrato familiar y escolar y posturas o acciones que se encuentran inmersas dentro de la lógica del machismo en los tipos de relaciones interpersonales. Es así como vemos esta habilidad para empatizar con los pacientes como una herramienta personal que nos permite afrontar realidades sociales ajenas a las que hemos vivido, entenderlas y trabajar directamente con la vivencia y percepción de cada quién.

Un aprendizaje relevante también es que a través del trabajo realizado en el PAP es que a muchas alumnas las ayudó a tener una mayor claridad sobre su proyecto de vida profesional. El PAP nos da la oportunidad de conocer de primera mano el trabajo de un psicólogo clínico y tener la experiencia de dar un acompañamiento psicológico muy parecido a la realidad profesional del psicoterapeuta, además de las asesorías de caso y la terapia propia. Las alumnas que mencionan este punto hacen referencia a posiblemente seguir por una línea clínica después de la carrera y buscar una especialidad en dicho campo, así como gustos o facilidades para trabajar con una determinada población. Debido a la contingencia y al traslado de las actividades del PAP y de la atención a los pacientes a una modalidad en línea, muchas alumnas consideran esta experiencia como una nueva área de oportunidad laboral que antes de la contingencia no habían considerado para su futuro ejercicio profesional, debido a que los resultados obtenidos con los pacientes han sido positivos.

El siguiente aprendizaje que reportaron las alumnas fue el perder el miedo a equivocarse y permitirse intentar. En muchos casos teníamos la preocupación de que nuestras intervenciones no fueran las correctas y que pudieran perjudicar el proceso, sin embargo, durante las asesorías con los maestros vimos que existen intervenciones que probablemente ayuden al paciente a reflexionar, cuestionarse y elaborar sus experiencias de forma más efectiva, pero que lo importante para no perjudicar el tratamiento es tener siempre en mente el bienestar de la persona, incluyendo el momento y lo preparado que esté para hacer cualquier intervención. Además, dentro de este punto, también cabe mencionar que las alumnas que no tuvimos seguimiento con pacientes durante la contingencia, debido a que las

personas decidieron por diversas razones personales poner en pausa el tratamiento, nos enfrentamos a sentimientos de frustración o pensamientos de que los pacientes tal vez no quisieron continuar porque algo estábamos haciendo mal. Sin embargo, aprendimos que en el trabajo profesional se presentan situaciones que no están bajo nuestro control, sino que dependen de diferentes factores y de otras personas, las cuales tienen diferentes formas de afrontar las situaciones (en este caso la contingencia). Sin embargo, que a pesar de todos los obstáculos es importante separar lo que podemos hacer y lo que corresponde a la otra persona.

Por último, a partir de la contingencia por COVID-19 en todo el mundo y las medidas de aislamiento que se tomaron en nuestro país y en nuestro Estado, se trasladó la atención psicológica a los pacientes a modalidad en línea. Ante esta situación se dio un gran aprendizaje de flexibilidad y capacidad de adaptación. Ya que, hemos experimentado cómo nuestra realidad, que incluía nuestro trabajo del PAP en los diferentes centros de atención, cambió drásticamente de un día al otro y se nos presentó el reto de ajustarnos a ella teniendo en mente el bienestar de los pacientes y el apoyo que representa el acompañamiento para ellos, sobre todo en momentos de gran incertidumbre como estos. Hemos tenido la oportunidad de aprender de la situación, desde buscar informarnos sobre el trabajo en línea, buscar nuevos métodos de aprendizaje y atención y en el caso de no tener pacientes enriquecer y ampliar nuestros conocimientos con las presentaciones teóricas individuales que se implementaron a partir de la contingencia. A pesar de que esta situación ha sido un gran reto personal para todas nosotras, debido a los sentimientos de incertidumbre, temor y de falta de capacitación para dar sesiones por videollamada o llamada telefónica hemos podido flexibilizarnos y adaptarnos, lo que consideramos un aprendizaje que podemos implementar tanto a nivel profesional como personal.

Por otro lado, en el caso de nutrición también se tuvieron distintos aprendizajes, como; dar atención nutricional en sectores públicos, de bajos recursos, en donde se debe adaptar el plan nutricional a una población que no tiene acceso a ciertos alimentos y materiales necesarios para llevar el plan nutricional correctamente.

Como se mencionó anteriormente, la situación que se vivió a nivel mundial del COVID-19 provocó un cambio también en las consultas nutricionales, trasladándose a modalidad en línea y esto generó un sentimiento de frustración, al darnos cuenta

que hubo poca respuesta por parte de los pacientes e incluso los que continuaron en contacto no se apegaban al tratamiento nutricional. Por lo tanto, una de las posibles estrategias para mejorar el apego en la población atendida, sería realizar talleres junto con la ayuda de los compañeros de psicología para que los pacientes reciban un aprendizaje integral gracias al abordaje multidisciplinario de nutrición y psicología.

## **5. Conclusiones.**

Como resultado, el proyecto interdisciplinario ha presentado como propuesta desde un enfoque psicológico y nutricional, atención y orientación a usuarios que lo requieran, con el propósito de ofrecer intervenciones de calidad para tener una mejoría en su bienestar social y convivencia consigo mismos.

Tal como se ha mencionado en el desarrollo de este trabajo, el aprendizaje interdisciplinario que se ha promovido dentro de este proyecto es facilitar la escucha interna de los usuarios en sus respectivas etapas de desarrollo. Las intervenciones que se llevan dentro del proyecto, no solo generan un impacto en los usuarios, sino que también es una formación profesional en la clínica, en psicólogos y nutrióloga que están en formación. Llevándolas a distintas perspectivas sociales en las que se viven, a la par, escuchando distintos discursos de usuarios respecto a sus problemáticas personales y aprender de ello.

Por lo que el PAP de Clínica Interdisciplinaria, se ha mantenido en constante intervención, atendiendo a sus usuarios. Además, incluyendo herramientas que promueven interacciones conjuntas para atender las emergencias continuas de los usuarios en distintos centros.

Cabe señalar, que se han implementado nuevas formas de intervención respecto a las que normalmente se habían establecido desde un inicio, es decir, optando por una nueva modalidad virtual, en la que no se tenía ninguna experiencia previa en proyectos antepasados. La flexibilidad que el proyecto y las alumnas han adquirido, habla de la capacidad para atender las necesidades a pesar de las

situaciones presentadas, por lo que se logró una capacidad de adaptación entre usuarios y alumnas.

Habría que decir también, que las herramientas y aprendizajes que se adquirieron a lo largo de este proyecto, fué gracias a la constante asesoría individual y grupal, con ayuda de teorización. Lo anterior ayudó a tener un buen manejo de la intervención en las dos modalidades en este proyecto. Más aún, se muestra que las condiciones de este plan avanzan de manera progresiva y en conjunto para comprender, analizar, reubicar, señalar y fomentar el aprendizaje continuo. Por tanto, algunos de los logros generales que se pudieron destacar en este proyecto son los que se expondrán a continuación.

La importancia de la salud mental y nutricional en los individuos puede marcar una diferencia, en cuanto a su proceso de emociones y significados internos. Tomando en cuenta esto, el proceso de asimilación y comprensión de que cada sujeto tiene un ritmo personal, fue el reto de aprendizaje profesional de cada alumna era para acompañar en el proceso de cada usuario y no en el personal.

Saber escuchar a usuarios desde una atención jurídica, ha permitido conocer desde ese ámbito aspectos legales en materia familiar, pero lo importante fue escuchar desde donde venían los sufrimientos de los usuarios y que los llevaba a tomar decisiones de determinadas maneras.

Por otra parte, la manera en que se modificó la estructura de intervención, promovió el uso creativo de formas de trabajo con niños a larga distancia, así como poner más énfasis en tonos de voz y los propios silencios que se vivían durante las sesiones, aprendiendo nuevas formas relacionarse con los usuarios y del aprendizaje en conjunto. En el trabajo virtual y telefónico con niños y adolescentes la creatividad de las alumnas incluyó que alguna de ellas escribió sus propios cuentos, el uso de adivinanzas, materiales creados por las alumnas y tener que participar dibujando también y creando juegos diversos que concentraran la atención y el entusiasmo del usuario.

En relación con nutrición, el trabajo interdisciplinario no se logró con éxito entre psicología y nutrición, ya que el servicio de atención nutricional sigue siendo parte de una nueva propuesta en el Centro y sigue en difusión. Por lo tanto, los pacientes que acudieron a nutrición fueron pocos además de que no se apegaban a los tratamientos y con la situación presentada fue aún más difícil tener el contacto, por lo que sigue siendo un reto mayor para los próximos semestres. Para esto, algunas de las propuestas para lograr mayor difusión, serían; campañas de atención integral con el abordaje conjunto de psicología y nutrición, talleres con temas básicos sobre nutrición y la difusión del servicio ofrecido mediante flyers llamativos.

Por último, agregamos la nota de que en el momento de la finalización de este informe la situación de emergencia sanitaria, cuarentena y aislamiento social todavía están vigentes, por lo que no podemos sacar conclusiones de qué nos traerá al final este suceso que aqueja a toda la población mundial.

## 6. Bibliografía.

- Aberastury, A., & Knobel, M. (1971). *El síndrome de la adolescencia normal. Un enfoque psicoanalítico*. Editorial Paidós.
- Bleichmar, E. (2005). *Manual de psicoterapia de la relación padres e hijos*. Barcelona: Paidós.
- Corbella, S. y Botella, L. (2004). *Investigación en Psicoterapia: proceso, resultado y factores comunes*. Madrid: Visión Net.
- DIF Zapopan (2020). *DIF Zapopan/ Atención psicológica* <http://difzapopan.gob.mx/servicio/atencion-psicologica-en-centro-de-atencion-familiar/>
- Etchegoyen, H. (1993) *Los fundamentos de la técnica psicoanalítica*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Fleta, Y. (2017). *Coaching nutricional*. Barcelona, España: Debolsillo.
- Freud, S. (1912). Consejos al médico sobre el tratamiento psicoanalítico. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XII* (pp. 107- 119). Buenos Aires, Amorrortu.

- Freud, S. (1913). Sobre la iniciación del tratamiento. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XII* (pp. 122-144). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1913). Sobre la dinámica de la transferencia.. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XII* (pp. 93- 105). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1913). Recordar, repetir, reelaborar. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XII* (pp. 147- 157). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1915). Pulsiones y destinos de pulsión. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XIV* (pp. 107- 135). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1917). Duelo y melancolía. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XIV* (pp. 235- 241). Buenos Aires: Amorrortu.
- Freud, S. (1937). Análisis terminable e interminable. (Ed.), *En Obras Completas: Tomo XXIII* (pp. 211- 259). Buenos Aires: Amorrortu.
- Gómez P. (2012). *Consideraciones teórico-clínicas sobre la invención en la técnica con pacientes adolescentes*. Trabajo presentado en el XXIX Congreso Latinoamericano de Psicoanálisis “Invención – Tradición”. (Pp. 1 – 7). San Pablo, Brasil.
- Laplanche, J. y Pontalis, J. (1967). *Diccionario de psicoanálisis*. Buenos Aires: Paidós.
- Miller, W. R., & Rollnick, S. (1999). *La entrevista motivacional*. Barcelona, España: Paidós.
- Nardone, G. y Salvini, A. (2011). *El diálogo estratégico: comunicar persuadiendo: técnicas para conseguir el cambio*. Barcelona, España: Herder Editorial.
- Secretaria de Desarrollo Social. (2005). *Modelo de operación para los centros de desarrollo comunitario*. México. [http://gobiernoabierto.pueblacapital.gob.mx/transparencia\\_file/sedeso/2016/7/7.fracc15a/mod.op.cdc.pdf](http://gobiernoabierto.pueblacapital.gob.mx/transparencia_file/sedeso/2016/7/7.fracc15a/mod.op.cdc.pdf)
- Selvini, M. (2006). *Doce dimensiones para guiar un diagnóstico sistémico*. S.L.: S.E.
- Van del Linde, G. (2007, Jul-Dic). ¿Por qué es importante la interdisciplinariedad en la educación superior? *Cuadernos de Pedagogía Universitaria*, Año 4. No. 8. 11-13. Pontificia Universidad Católica Madre y Maestra, Rep. Dominicana.
- Watzlawick, P., Weakland, J.H. & Fisch, R. (1974). *Cambio*. Barcelona:

Herder.

- White, M. & Epsom, D. (1980). *Medios narrativos para fines terapéuticos*.  
Barcelona: Paidós.