

FOMENTO DEL AUTOCUIDADO EN LOS INTERNOS DEL ESTABLECIMIENTO  
PENITENCIARIO DE MEDIANA SEGURIDAD Y CARCELARIO DE MEDELLÍN (EPMSC-  
MED) EN EL AÑO 2014

Agencia:

Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín

Programa de Psicología

Facultad de Ciencias Humanas y Sociales

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Seccional Bello

08 de Mayo de 2015

## Tabla de contenido

<b>Introducción .....</b>	<b>4</b>
<b>1. Ver.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1 Descripción del Establecimiento Penitenciario.....</b>	<b>6</b>
<b>1.1.2 Misión. ....</b>	<b>7</b>
<b>1.1.3. Visión. ....</b>	<b>7</b>
<b>1.2 Descripción del rol del psicólogo en el Establecimiento Penitenciario .....</b>	<b>9</b>
<b>1.3 Descripción de la Problemática.....</b>	<b>11</b>
<b>2. Juzgar .....</b>	<b>15</b>
<b>2.1. Diagnóstico.....</b>	<b>15</b>
<b>2.2 Marco Referencial .....</b>	<b>19</b>
<b>2.2.1 Marco histórico y legal. ....</b>	<b>19</b>
<b>2.2.2 Marco teórico. ....</b>	<b>23</b>
<b>3. Hacer.....</b>	<b>29</b>
<b>3.1Justificación de la estrategia.....</b>	<b>30</b>
<b>3.2 Objetivos de la estrategia.....</b>	<b>32</b>
<b>3.2.1 Objetivo general.....</b>	<b>32</b>
<b>3.2.2. Objetivos específicos.....</b>	<b>32</b>
<b>3.3 Actividades a desarrollar .....</b>	<b>32</b>
<b>3.4 Actividades, Recursos, propósitos y Cronograma .....</b>	<b>37</b>
<b>4. Devolución creativa.....</b>	<b>38</b>
<b>4.1 Evaluación del cumplimiento de los objetivos .....</b>	<b>38</b>
<b>4.1.1 Aciertos.....</b>	<b>38</b>
<b>4.1.2 Dificultades.....</b>	<b>39</b>
<b>4.2 Análisis del cumplimiento del Objetivo General.....</b>	<b>40</b>
<b>5. Recomendaciones a la agencia .....</b>	<b>47</b>
<b>6. Conclusiones de la práctica .....</b>	<b>48</b>
<b>7. Reflexión teórica de la práctica profesional .....</b>	<b>¡Error! Marcador no definido.</b>
<b>Referencias Bibliográficas.....</b>	<b>50</b>

<b>Anexos .....</b>	<b>53</b>
<b>Anexo 1. Tabla 1 .....</b>	<b>53</b>
<b>Anexo 2. Tabla 2.....</b>	<b>61</b>

## Introducción

La sistematización de la práctica, es una interpretación con base en las experiencias vividas durante el periodo práctico que permite descubrir los procesos desarrollados, los factores que han intervenido en dicho proceso, la relación entre estos factores y la razón por la cual se realiza de un modo específico. Esta reconstrucción y ordenamiento se realiza con base en experiencias obtenidas durante el trabajo realizado con internos de la cárcel de Bellavista, específicamente con la población de la tercera edad y la de discapacitados, donde se trabaja el fomento del autocuidado, proporcionando al interno las condiciones necesarias que le permitan actualizar su noción del yo y de sus propias cualidades y características como su capacidad para relacionarse, ser autosuficientes, afrontar las responsabilidades y de mantener sus valores y creencias; procesos reflexivos que se van perdiendo al pertenecer a sitios cuyas condiciones, no favorables, alteran el deseo de “cuidar de sí mismo”.

De manera concreta, para comprender todas estas necesidades y la forma de realizar las actividades, este informe se estructura en cuatro momentos: Ver, juzgar, hacer y devolución creativa, para lograr de una manera más descriptiva y analítica una reconstrucción de las experiencias de la práctica.

A través de metodologías de la logoterapia como enfoque de la psicología humanista, se desarrollan actividades orientadas en la determinación del concepto de sí, como parte importante de cuidarse a sí mismo. Finalmente, se logra fomentar el autocuidado en los internos del Centro Penitenciario puesto que se presentan cambios en su actitud, resultan más abiertos a las conversaciones y hay mayor preocupación por su apariencia física y su estado de salud.

La posibilidad de haber realizado esta práctica resulta muy enriquecedora a los practicantes en formación; además los espacios que se abren para desarrollar este tipo de

actividades resultan benéficos para el proceso de formación de los internos; se espera que cada vez hayan más recursos y espacios disponibles para llevar a cabo las actividades que fomenten el autocuidado en los internos del grupo de la tercera edad y de discapacitados, fundamentada en las experiencias que finalmente resultan en la satisfacción de necesidades y en mejoras de la capacidad de adaptarse a la situación a la que actualmente se encuentran.

## 1. Ver

### 1.1 Descripción del Establecimiento Penitenciario

Este Establecimiento según el INPEC (s.f.) fue creado en el año 1976 en el Municipio de Bello, sector Machado, entre los barrios las Vegas y la Camila; fue construido para albergar 1700 internos, entre los cuales se encontraba un promedio de cuatrocientos (400) internos, que pertenecían a la cárcel llamada la Ladera ubicada en el barrio Enciso de Medellín, la cual dejó de funcionar en enero de 1976 porque la construcción era obsoleta y no presentaba seguridad suficiente para tal fin. Posteriormente fue ampliada para 2.200 reclusos, los cuales serían personas que no tuvieran que cumplir penas mayores a cinco años, pero el índice de delincuencia y descomposición social<sup>1</sup> albergaron tanto a sindicados<sup>2</sup> como a condenados<sup>3</sup>, llegando a superar los 6.000 internos. La inauguración de la cárcel solo se pudo realizar el 14 de junio de 1977, encontrándose a cargo del penal el Director Luis Octavio Valencia y como Presidente de la República de Colombia el señor Alfonso López Michelsen.

El Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín (EPMSCMED) anteriormente conocido como Bellavista, según la revista SEMANA (1998) fue considerado por muchos años el penal del terror, puesto que sicarios a sueldo, terroristas y miembros de las tenebrosas bandas del crimen eran quienes tenían el control imponiendo la ley del silencio, llegando la situación a tal punto que los guardianes y directivos del centro

---

<sup>1</sup> La descomposición social hace referencia a los cambios en las estructuras sociales, manifestados como violencia, adicciones, corrupción y la falta generalizada de respeto a la ley y a la autoridad.

<sup>2</sup> Sindicado es una persona que se encuentra recluso en un establecimiento penitenciario, pero para el momento actual no tiene una condena en años establecida.

<sup>3</sup> Condenado es una persona que se encuentra recluso en un establecimiento penitenciario y que cumple con una condena en años.

penitenciario sólo podían ingresar a los patios con la autorización de los “caciques<sup>4</sup>”, los verdaderos “dueños” del penal. Además de esto, según Nullvalue (1990) todas las semanas los guardias sacaban, en promedio dos cadáveres rumbo a la morgue de Medellín, cuerpos irreconocibles, desfigurados por las más de doscientas puñaladas que los internos recibían, en riñas, por simples motivos por ejemplo, una mirada. Inclusive en las celdas encontraron desde ametralladoras hasta granadas de fragmentación.

### **1.1.2 Misión.**

Contribuimos al desarrollo y re significación de las potencialidades de las personas privadas de la libertad, a través de los servicios de tratamiento penitenciario, atención básica y seguridad, fundamentados en el respeto de los derechos humanos (INPEC, s.f.).

### **1.1.3. Visión.**

El INPEC será reconocido por su contribución a la justicia, mediante la prestación de los servicios de seguridad penitenciaria y carcelaria, atención básica, resocialización y rehabilitación de la población reclusa, soportado en una gestión efectiva, innovadora y transparente e integrada por un talento humano competente y comprometido con el país y la sociedad(INPEC, s.f.).

---

<sup>4</sup>En el entorno carcelario se denomina cacique al dirigente de un patio específico, generalmente es nombrado por su trayectoria o por que cuenta con el apoyo de un dirigente de una organización delincencial.

#### 1.1.4. Descripción del campo ocupacional

De acuerdo a la misión planteada por el Centro Penitenciario Bellavista, donde se establece que la institución busca generar cambios de actitud en los internos, realiza desde las diferentes áreas sociales, médicas, psicológicas, laborales, entre otros, actividades enfocadas a la resocialización del individuo. Por su parte, el psicólogo desarrolla su función presentando diagnósticos e informes para juicios, participando en actividades de investigación, y estableciendo perfiles psicológicos para cambios de fase, labores que generalmente son de carácter jurídico/penitenciario; Sin embargo, durante este periodo práctico, además de buscar un cambio psicológico en el individuo, se pretende brindar herramientas para mejorar las relaciones de éste con los demás internos, generando cambios en el entorno en el que se encuentran para mejorar su adaptación. Por esta razón, el campo ocupacional en el que me desempeño como psicóloga en formación se basa en la Psicología Social Comunitaria.

Para Montero (1984) la Psicología Social Comunitaria es:

“La rama de la psicología cuyo objeto es el estudio de los factores psicosociales que permiten desarrollar, fomentar y mantener el control y poder que los individuos pueden ejercer sobre su ambiente individual y social, para solucionar problemas que los aquejan y lograr cambios en esos ambientes y en la estructura social” (p. 390).

De ahí la importancia de trabajar desde el campo social comunitario, para identificar los aspectos psicosociales del internamiento que están causando problemas a nivel individual, y que finalmente termina por reflejarse en dificultades para la convivencia en sociedad.

## 1.2 Descripción del rol del psicólogo en el Establecimiento Penitenciario

Actualmente son diversos los campos de acción en el ejercicio de la psicología, entre los principales se destacan: el área clínica, organizacional, educativa, social-comunitaria y jurídica o penitenciaria. Esta última enfoca su labor en los centros penitenciarios, desempeñando según Yela & Chiclana(2008) las siguientes funciones:

- Evaluación y diagnóstico psicológico de los internos.
- Intervención psicoterapéutica. Tratamiento individual de los internos y realización de grupos terapéuticos.
- Diseño de programas. Establecer criterios de selección de internos, objetivos, recursos necesarios, contenidos, metodología, sistemas de evaluación, entre otros.
- Dirección de los programas de tratamiento. En los casos en las que las actividades sean llevadas a cabo por un equipo multidisciplinario, el psicólogo puede coordinar las distintas actuaciones.
- Elaboración de informes psicológicos a petición de los órganos directivos de la Administración Penitenciaria y de los juzgados.
- Coordinación de equipos técnicos. Se realiza un estudio de los individuos por parte de los trabajadores sociales, educadores, psicólogos, juristas, médicos, monitores, entre otros.
- Formación del personal de Instituciones Penitenciarias. Los psicólogos penitenciarios imparten cursos, por ejemplo, sobre habilidades sociales, resolución pacífica de conflictos, programas de tratamiento.
- Investigación. Ésta se basa en una metodología científica.

- Dirección y Gestión. En algunos casos se desempeñan otros puestos de trabajo como Subdirectores y Direcciones de Establecimientos Penitenciarios, Consejeros técnicos, puestos directivos de los Servicios Centrales de la Secretaria General de Instituciones Penitenciarias(p. 6).

En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín, lugar de práctica, se contaba con el área de Atención y Tratamiento la cual maneja diferentes dependencias enfocadas en el trabajo terapéutico con la población carcelaria, entre ellas la Oficina de Grupos Excepcionales en la que se trabajaba con población específica, entre ellos: LGTBI, afrodescendientes, indígenas, extranjeros, adulto mayor y discapacitados, estos dos últimos la población elegida para el desarrollo de la práctica, con los recursos que les son proporcionados se contribuye en el diseño y ejecución de programas y talleres de bienestar, promoción y prevención en las problemáticas más relevantes para la población carcelaria, además de valoraciones psicológicas que incluyen la conceptualización del estado del interno para realizar el cambio de fase<sup>5</sup>, asesorías y talleres grupales; labores a cargo del psicólogo en formación.

Yela (1998) expone que el rol del psicólogo en un centro penitenciario, parte de una “propuesta de intervención en las áreas que se precise, ya sean laborales, educativas o propiamente psicológicas: tratamiento de toxicomanías, intervención VIH-Sida, desarrollo cognitivo (resolución de problemas, razonamiento crítico, empatía con víctimas), habilidades sociales (competencia, preparación de la vida en libertad), programa de prevención de suicidios, intervención en alteraciones psicológicas, internos con problemas de violencia y/o de agresión sexual, entre otros” (p.1).

---

<sup>5</sup> El cambio de fase en las instituciones carcelarias, refiere a la transición de una fase a otra en la que se otorgan beneficios y permisos a los que el interno puede acceder a partir de una evaluación que se realiza por parte de profesionales en la salud mental a cerca del estado jurídico y psicológico del interno.

Son evidentes las diversas problemáticas que se dan a raíz del internamiento carcelario, sin embargo en la actualidad son muy pocos los recursos con los que cuentan las instituciones carcelarias para tener el apoyo de profesionales en salud mental.

### **1.3 descripción de las funciones del psicólogo en formación en la Institución**

El psicólogo como profesional dispone de conocimientos suficientes para intervenir en las problemáticas a nivel social e individual, en este sentido busca analizarlas, comprenderlas, explicarlas y sobre todo modificarlas a través de herramientas que utiliza el psicólogo en su labor.

El psicólogo en formación parte desde los conocimientos teóricos de la psicología humanista ya que en este sentido le permite a través de sus diversas técnicas profesionales abordar las distintas problemáticas que se presentan con los internos del Centro Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín

### **1.4 Descripción de la Problemática**

En el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín se ha podido constatar, a partir de la práctica y la observación, que los internos del patio 10<sup>6</sup> y el patio 12<sup>7</sup> por sus condiciones de adulto mayor y limitaciones físicas, tienen un mayor grado de vulnerabilidad en comparación con los internos de otros patios, entre otras por las dificultades en el desplazamiento y la edad avanzada que generalmente acarrea un mayor deterioro en la salud física y mental evidenciándose alteraciones psicológicas y emocionales, esto fue posible identificarlo a través del desarrollo de asesorías individuales, talleres grupales y actividades a las

---

<sup>6</sup>El patio 10 alberga a la población del adulto mayor.

<sup>7</sup>El patio 12 alberga a la población de discapacitados.

que asistían, en las que los internos manifestaban síntomas que coinciden con lo planteado por Valverde(s.f.) en los efectos del internamiento, entre ellos: tristeza profunda, irritabilidad, falta de interés de las actividades que solían hacer antes, cotidianización, alteraciones y deterioro en la imagen personal, ausencia de control sobre sus decisiones y responsabilidades, pérdida de vinculaciones y alteraciones de la afectividad, culpa y pérdida del sentido de vida.

Tal como se manifiesta en el caso expuesto en un artículo titulado “Reclusos en cárcel de Antioquia reciben terapia y ayuda psicológica” del periódico El tiempo publicado en el 2014 en el que se relata la forma en que las condiciones de las cárceles afectan a los reclusos, específicamente mediante el testimonio de un joven llamado Duvian Gómez quien cuenta que sus años en prisión han sido dolorosos, incluso trató de suicidarse en dos ocasiones y durante casi dos meses estuvo internado en el hospital mental de Bello, donde le diagnosticaron paranoia y depresión; además afirma que “La bulla, la falta de intimidad y el poco espacio que hay para vivir, son lo más difícil”.

La derivación de muchos de los síntomas en los internos, tiene que ver en gran medida con el rol que cumplen los centros penitenciarios, ya que este contexto influye de manera significativa en el sujeto interno, pues tal como expresa Valverde, J.(s.f.), las prisiones tienen arquitectura en función de la seguridad y la cantidad de espacio es limitada, presentando grandes diferencias entre el espacio “existente” y el “espacio disponible” restringiendo la movilidad y provocando un hacinamiento físico y psicológico tanto por el número de personas que conviven como por la imposibilidad de estar solo.

Como consecuencia de ello, “la cárcel Bellavista excede la capacidad de albergue para el cual está diseñado, alojando a más de 6.000 internos cuando la capacidad instalada es para 2.000 varones” (INPEC, s.f.), desplegando un hacinamiento que por años ha causado conflictos entre

los reclusos, y es aquí donde, según algunos internos, se evidencia la incapacidad para establecer una vinculación afectiva con los compañeros que se construya en torno a la ayuda y a la superación de problemáticas, por el contrario, se dan entorno al beneficio personal, generando en los individuos conflictos personales y riñas que en ciertas ocasiones tienen desenlaces fatales.

Especialmente dentro de los diversos efectos a raíz del internamiento, se optó por profundizar las alteraciones de la imagen personal, en la que se encuentra un déficit en la percepción del propio cuerpo, ocasionada por una carencia total de intimidad que tiene graves consecuencias para la propia identidad; además se genera una falta de cuidado personal por una pérdida de motivación para asearse; incluso pudiendo llegar a generarse una mala imagen de sí mismo.

Según Tobón, (2015) “para que haya autocuidado se requiere cierto grado de desarrollo personal, mediado por un permanente fortalecimiento del autoconcepto, el autocontrol, la autoestima, la autoaceptación y la resiliencia” (p.5). Esto indica que las situaciones de orden psicológico y emocional en los internos del centro penitenciario y carcelario de Medellín (Bellavista) presentan un problema visible que da pie a otras situaciones como la falta de autocuidado, que genera un impacto negativo en la manera en cómo se ven hoy en día los centros penitenciarios.

Cabe destacar que lo mencionado anteriormente se ve manifiesto sobre todo en los internos de los patios 10 y 12 quienes por la escasez de recursos del centro penitenciario, las condiciones de hacinamiento, los espacios insalubres, la falta de lugares adecuados para asearse, y el no contar con apoyo familiar, posibilita mayor dificultad en la obtención de provisiones como ropa o útiles de aseo para llevar a cabo una adecuada higiene.

Entre esos grupos de clasificación de los internos, se encuentran dos grupos concretos, con los que se realizó el proyecto de práctica profesional en psicología, base de la presente sistematización. El primer grupo, conformado por adultos de la tercera edad el cual está conformado por 112 internos de edades entre los 65 y 80 años. El segundo grupo de discapacitados, está conformado por 34 individuos de diferentes edades que poseen alguna limitación física como amputaciones, movilidad reducida y problemas de control de esfínteres. La formación de este grupo depende de un proceso en el cual el interno envía una solicitud a la Oficina de Comando Operativo y de Vigilancia, manifestando la necesidad de realizar un cambio de patio para mejorar su estado de salud y su movilidad; posterior a la solicitud, se efectúa una valoración médica para aprobar el traslado y es el capitán de dicha oficina es quien autoriza el cambio.

Se podrá evidenciar que haciendo una caracterización y separación de los grupos por parte del establecimiento, se contribuye a una adecuada interacción y protección de los intereses de los internos, pero debido al hacinamiento, las situaciones psicológicas y emocionales ya antes descritas, y la falta de garantías por parte del establecimiento, no se cumplen en ciertos asuntos que contribuyen al autocuidado como la adecuada higiene, incluyendo un lugar digno donde dormir y un sistema de salud adecuado.

## 2. Juzgar

### 2.1. Diagnóstico

“La situación de encarcelamiento y las condiciones que son propias de la privación de la libertad provocan una serie de reacciones psicológicas en cadena generadas por la tensión emocional permanente” (Echeverri, 2010, p.1).

Entre las principales problemáticas a causa del internamiento observadas en la realización de la práctica profesional y en el acercamiento a la dinámica carcelaria en el Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín con la población de adultos mayores y en condición de discapacidad se destaca principalmente la falta o pérdida del autocuidado de los internos y problemas de disociación como un leve distanciamiento del ambiente, quienes a raíz de situaciones que los rodean diariamente en la dinámica carcelaria, manifiestan tener una pérdida del interés por su propia higiene, situaciones como no ser visitados por su familia, el no tener un lugar adecuado para dormir los lleva a no tener actividades que realicen que impulsen a dar un sentido a su existencia, ya que muchas veces los adultos de la tercera edad manifiestan que debido a esto no tienen un motivo por el cual cumplir su condena y salir de ahí; en cuanto a los internos del patio de discapacitados se evidencia un poco más las prácticas del autocuidado en alusión a la higiene pero debido a la discapacidad física se presenta más dificultad para que ellos realicen su propio aseo personal.

Sancha & García(1987)comentan que “las prisiones no son el ámbito adecuado para modificar la conducta delictiva, en el sentido en que no es allí donde se ha producido. La prisión es un ambiente artificial, lejos del mundo convencional, lo cual hace muy difícil que lo aprendido en ella pueda ser utilizado por el delincuente cuando recobre la libertad; por lo tanto la

paradoja reside en enseñar conductas para vivir en libertad en un ambiente de privación de libertad.” (p.1).

De esta manera, la modificación de la conducta se basa en desarrollar en cada interno la capacidad de reconocer el valor que tiene por sí mismo y la importancia de cuidarse, enfrentando los efectos que produce el internamiento, ya que aunque estos individuos conviven cercanamente con muchas personas es poca la comunicación que se genera, creando implícitamente en ellos insensibilidad, agresividad e indiferencia; Yela (2008), en el artículo “El psicólogo en Instituciones penitenciarias: teoría y práctica” da cuenta de la opinión de Valverde, quien indica que los internos suelen vivir cualquier indicación o norma como agresión inicial, y como provocación y humillación las demoras y las complicaciones que se producen en el engranaje penitenciario, es decir, todos los retrasos generados en el proceso o tratamiento que aplican los Centros Penitenciarios entre la reclusión y el internamiento de los individuos.

También, como efectos se producen preocupación por asearse lo que genera que en parte se presenten enfermedades como resfriados, alergias e infecciones respiratorias; incluso, hay un descuido por mantener en buen estado el sitio que ahora habitan, por ello se observa basura, y hábitos insalubres y poco higiénicos por parte de los internos, como arrojar flemas o saliva al piso en diferentes áreas del establecimiento penitenciario.

Yela(2008) alude de forma concreta a las principales dificultades a las que se enfrentan los reclusos, generalmente observables durante su tiempo de internamiento y que se vienen constituyendo en uno de los mayores factores de riesgo para el adecuado desarrollo de la personalidad y la sana convivencia social, entre las principales dificultades, se encuentran:

- Incertidumbre y desasosiego ante la situación penitenciaria.
- Desmotivación, pasividad y abandono físico y psíquico.

- Soledad pese al hacinamiento, e incapacidad para valorar el lado positivo de estar solo.
- Atribución externa lista y aparente falta de conciencia de sus problemas y de empatía.
- Tendencia a la simulación y a la justificación.
- Ausencia de control de su propia vida y ausencia de expectativas del futuro.
- Dificultades para demorar gratificaciones, para analizar y resolver problemas sin acudir a psicotrópicos.
- Impermeabilidad aparente, ya que bajo un individuo aparentemente frío, duro, con “caparazón” hay un individuo vulnerable y frágil.
- Rabia contenida por el miedo latente que se vive en este “microambiente de riesgo” que conlleva a la convivencia carcelaria y a la impotencia que sienten ante la ausencia de control de su propia vida.
- Conformidad grupal y autoafirmación agresiva, como mecanismo de supervivencia en la prisión que se supone en muchos casos en desadaptación futura en libertad –“no encajo aquí adentro ni afuera.”
- Alteraciones afectivas: depresión, ansiedad, sumisión, desconfianza; ausencia de vivencias de ser valorados o aceptados, más allá de su grupo de iguales y fuera de sus actividades ilícitas (p.5).

Estas dificultades se globalizan en una pérdida en la capacidad de adaptarse a la vida dentro del contexto carcelario, por lo que presentan disminución en la capacidad de autopercepción y por ende una pérdida de la noción del yo, lo que sugiere una distorsión y/o pérdida en el cuidado e interés por sí mismo a nivel psicológico, físico y ambiental.

En cuanto al aspecto psicológico y afectivo se refleja la falta de cuidado, en el desinterés por establecer relaciones interpersonales o redes de apoyo con los demás reclusos, de igual forma en casos donde se pierde la comunicación y relación cercana con la familia, el individuo no cuenta con visitas esto posiblemente incrementa en los sujetos internos la desmotivación por generar una imagen agradable de sí mismo.

Referente a los aspectos ambientales que de cierta forma no son directamente controlados por los internos está la alimentación que les proporcionan desde el penal, ya que por las condiciones en las que los alimentos son preparados y la escasa variedad de sabores, muchos de los sujetos internos dejan de alimentarse lo que genera desbalances en la nutrición y rápidamente deterioro en la salud.

A nivel físico se identifica la pérdida en las prácticas de autocuidado, manifestada por ejemplo en la falta de higiene personal, presentación personal y aseo en los espacios del internamiento, en algunas circunstancias se identificó que estas falencias se dan a causa de la escasez de recursos económicos e implementos de aseo pero además también se da debido a la poca educación en hábitos saludables e higiénicos y en algunos casos por falta de voluntad, motivación o interés para desarrollar prácticas positivas de autocuidado.

Finalmente se considera que el deterioro o falta de cuidado personal afecta otros aspectos, entre ellos la percepción de sí mismo, lo que a su vez genera baja autoestima, déficit en el auto concepto y autoimagen.

## **2.2 Marco Referencial**

### **2.2.1 Marco histórico y legal.**

Históricamente las prisiones han tenido diferentes momentos significativos desde su creación, desde tan solo custodiar a los sujetos para el cumplimiento de su pena, hasta propiciarles castigos que amenazaban con su integridad física y psicológica y posteriormente verse la necesidad de brindar acompañamiento al interno para ayudar con su vida en sociedad. Según Yela (1998); y como se menciona anteriormente la primera función de la privación de libertad era únicamente dar custodia al individuo que era acusado de haber cometido un delito para asegurar su asistencia al juicio y luego de esto el custodiado se llevaba a la aplicación de la pena dictada (generalmente, muerte, mutilación, azotes, etc.)

Poco a poco se fue cambiando la concepción que se tenía de la prisión, Yela (1998) menciona ciertos objetivos como la retribución y la disuasión que se le hace al culpado intimidando a la población dejándolos ver el sufrimiento de los castigados para que respetaran la ley, bajando los índices de criminalidad. Morris (2001) menciona que la cárcel entonces se empieza a ver como un lugar de castigo.

A partir de este momento se empieza a evidenciar en la historia de los penales un cambio trascendental en aras de la humanización con respecto al trato y las formas de castigo en las personas internas en dichos establecimientos.

Tras la Segunda Guerra Mundial, disminuyendo la severidad de las condiciones regimentales, se va introduciendo en las prisiones algún programa de tratamiento. Se trata de un nuevo modelo de prisión: el modelo rehabilitador. La constatación de los graves efectos negativos que la prisión conlleva, ha provocado actualmente una grave crisis del internamiento clásico y una búsqueda de sustitutivos penales como la suspensión del fallo, la

remisión condicional de la pena, los arrestos de fin de semana, el trabajo de utilidad social o las multas (Yela1, 1998, p. 4).

Según Acosta (1996) el contexto histórico de la prisión se desarrolla como una institución disciplinaria por excelencia para la transformación de los individuos en cuerpos útiles, obedientes, sometidos, aptos para la sociedad. Sin embargo, el análisis histórico presenta ciertas limitaciones puesto que permite ubicar las penitenciarías en una perspectiva histórica que las explica, válida para el periodo entre los siglos XVII- XIX, en las sociedades europeas y norteamericanas(Acosta 1996).

En Colombia, según Acosta (1996) los establecimientos penales o cárceles nacen bajo el concepto de lo que consideraron delitos y sanciones. Las comunidades desarrolladas como los Chibchas mostraron una legislación civil y penal de gran influencia moral para su época; se condenaron a pena de muerte al homicida, a la vergüenza pública al cobarde, a la tortura al ladrón, a laborar en obras de interés común a los culpables de delitos menores; no fue frecuente la privación de la libertad y su aplicación

“En la época de la “inquisición”, se aplicaron la confiscación, multa y prisión, conforme a las medidas eclesiásticas, como los tormentos, la abjuración, la represión, la suspensión de órdenes y las penitencias(Acosta, 1996, p.18). Aquí, para el cumplimiento de las penas de presidio y prisión, se utilizaron tristemente célebres mazmorras, presidios de Cartagena y Tunja; las cárceles de la Real Cárcel, la Cárcel del Divorcio, la de Zipaquirá y la de Santafé, entre otras” (Acosta, 1996, p.18)

“En la época de la Independencia, hay una mayor organización en la historia de la Nueva Granada y su constitución, puesto que rigen los parámetros de la normatividad española, en ausencia de un código penal propio y se estipulan artículos para definir los actos delictivos y

realizar procesos jurídicos para establecer una pena solo en los casos con razones justificadas” (Acosta, 1996, p.18).

Para 1890 según Acosta (1996) se ve la necesidad de construir nuevos centros penitenciarios ya que estas adquieren real importancia como dispositivos de control social con el desarrollo del capitalismo en los años 30, se da también la expedición de los primeros decretos sobre administración carcelaria (Código Carcelario de 1934 o decreto 1405) y la creación de la División de Prisiones.

A principios del XX nace la institución que se encargaría del destino de las cárceles. Con la ley 35 de 1914 y el decreto 1557 también de 1914, se creó y señaló el camino de la institución carcelaria, denominada División General de Prisiones y los deberes de su director. Aunque la adscribió al Ministerio de Gobierno, un ordenamiento posterior, el decreto 1422 de 1918, delegó en los Gobernadores de Departamentos, funciones que eran propias de dicho Director. La ley 30 de 1933 sustituyó la Sección de Prisiones de Ministerio de Gobierno, por el departamento del ramo. Hasta el año 1940 la entidad mencionada, contó con tres secciones: Directiva, de Personal y Administrativa; a partir de esa época se convirtió la institución en Departamento del Ministerio de Justicia con el nombre de “Dirección General de Establecimientos de Detención, penas y medidas de Seguridad” que posteriormente paso a llamarse “Dirección General de Prisiones”. Las obligaciones de las personas que las integraban se reglamentaron el 12 de mayo de 1956 en la resolución número 1072 originada del Ministerio de Justicia (Acosta, 1996, p.22).

La Dirección general de Prisiones al ser un organismo dependiente del Ministerio de Justicia no tenía una capacidad de gestión, una autonomía administrativa ni financiera, ni un patrimonio y capital propio que le permitiera desarrollar una gestión moderna, eficaz e

integrada. Por ello una comisión asesora de estudio de la Unidad de Evaluación de Proyectos, analizó la problemática, presentó un proyecto de Decreto que dio como resultado la transformación de la Dirección General de prisiones en el Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario INPEC, según los Decretos 2160 del 30 de diciembre de 1992 y 1242 del 20 de julio de 1993, cuyo objetivo fundamental gira en torno a la función re adaptadora que minimice la crisis carcelaria y el impulso de una política penitenciaria resocializadora que determine cambios actitudinales a partir de aspectos jurídicos, médicos, sociales, psicológicos, espirituales, laborales, educativos, deportivos y laborales (Acosta, 1996, p.25).

Aún con las significativas modificaciones que se le han realizado al sistema penitenciario los internos sufren efectos a causa del internamiento, de este modo Caballero citado por (Yela M. C., 2008) en sus libros *“La vida en prisión. El código del preso”* (1982) y *“Dos modelos de prisión, la prisión punitivo-custodial y la prisión de tratamiento”* (1979), expone de una manera generalizada ítems sobre los cuales se puede visualizar los mayores cambios en el interno cuando hace parte de un centro penitenciario:

-Las características: actividades programadas, sistema de normas, código interno de valores.

-Los efectos:

- Biológicos: aumento del instinto de ataque al no ser posible la huida, dificultad para conciliar el sueño, problemas de privación sexual.
- Psicológicos: pérdida de autoestima, deterioro progresivo de la imagen del mundo exterior debido a la vida monótona y minuciosamente reglada, acentuación de la ansiedad, la depresión, el conformismo, la indefensión aprendida, la dependencia.
- Sociales: contaminación criminal, alejamiento familiar y laboral. (p.4)

La importancia de conocer la evolución de los centros penitenciarios a través de la historia radica en el reconocimiento del equilibrio existente entre el hombre y la sociedad a la que actualmente pertenece y el papel de la justicia como calificador de esta interacción. El hecho de que a comienzos de la historia, se tomara el “encierro” como una manera de reprimir acciones que atentaban contra una sociedad, cuyo castigo se realizaban en sitios pequeños, y que actualmente se presente hacinamiento en estos lugares, significa la grave relación hombre-sociedad que existe, plasmada en diversos actos punibles, y aunque sus motivos son diversos, no se trata de buscar causas sino de hallar soluciones, de ahí que haya en las instituciones un incremento por la resocialización de los internos, lo que ha modificado la situación legal de los Centros Penitenciarios.

Como profesional en formación, es importante reconocer que no solo es el hombre quien cambia sus valores, perfil moral y emocional cuando hace parte de una sociedad, sino también que la sociedad se va transformando para mejorar su adaptabilidad, incluyendo los Centros Penitenciarios, los cuales sin cambiar mucho el objetivo planteado desde comienzos de la historia, cada vez se preocupan más por el hombre como individuo y por su función rehabilitadora.

### **2.2.2 Marco teórico.**

La Psicología humanista “es fundamentalmente un movimiento pragmático, surgido en Norteamérica en la década de los sesenta, orientado a promover una psicología más interesada

por los problemas humanos, que sea “una ciencia del hombre y para el hombre” (Villegas, 1986, p.5)

Desde el foco de la psicología humanista se infiere que es el hombre quien en relación con su experiencia va a ser analizado a la luz de una dimensión científicista, por ende se señala a la luz de esta la importancia de analizar las conductas humanas, las mismas que los hombres condicionan constantemente en su existencia. De este modo, la connotación del humanismo tiene en cuenta factores diversos que atañen a la experiencia, tales como sus formas de relacionarse, la forma de cuidarse y de concebirse a sí mismo. El cuidado de sí es un factor determinante dentro del estudio de la psicología humanista, en tanto se desprende de dicha relación propia una idea de la subjetividad, de la persona, y de los actos. La historia de las cárceles, por ejemplo, ha permitido analizar la forma en la cual el encierro, la privación de libertad, las escasas y reducidas oportunidades, conllevan a mostrar un tipo de ser humano abandonado a sí mismo, donde sólo se acompaña de su falta de interés por cuidarse.

Hablar de la psicología humanista supone referirse a diferentes temas que habitan en torno a ella. Aun así, en este trabajo de sistematización se tendrán en cuenta algunos de los temas referidos en los libros de: Miguel Martínez Miguelez “*La psicología humanista. Un nuevo paradigma.*”;” Carl Rogers “*Psicoterapia centrada en el cliente*” y Viktor E. Frankl “*El hombre en busca del sentido.*”

Las experiencias, siempre cambiantes, en relación con el cuidado del sí mismo se relacionan con la forma en la cual se significan y representa el mundo, la forma de ser en el mundo. Esto indica que el autocuidado es algo formativo, que se adopta como estrategia a partir de la experiencia; el cuidado de sí se entiende de una manera subjetiva como un conjunto de prácticas mediante las cuales un individuo establece cierta relación consigo mismo y en esta relación el

individuo se constituye en sujeto de sus propias acciones. Por ello, Sossa (2010), menciona la etapa ética de Foucault, lo cual hace referencia al cuidado de sí fundamentalmente; de construir una identidad ética donde el cuidado propio no esté subordinado por los poderes externos a él, es decir, se trata de un proceso ético creativo del sí mismo; en esta etapa se pensaba que la vida se debería tomar como una obra de arte, como un proceso creativo de transformación individual:

Se trata de hacer de la propia vida una obra de arte, de liberarse del pegajoso contagio que secretan unas estructuras sociales en las que rige la ley del sálvese quien pueda. El sujeto ético es aquel que pretende hacerse a sí mismo. Aquel que busca forjarse un sentido cautivador a su existencia (Sossa, 2010, p. 36).

Es evidente que este tipo de proposiciones están focalizadas desde la psicología humanista, en la cual la centralidad del pensamiento la ocupa la existencia del hombre. Desde “una concepción humanista del hombre”, Miguel Martínez (1980), hace referencia al estudio del hombre desde la psicología del siglo XX. A partir de ella orienta la propuesta de la concepción humanista del hombre desde las siguientes 10 características fundamentales:

- El hombre vive subjetivamente: donde se hace referencia a que es la experiencia el punto de referencia para la formación de la subjetividad, donde se hace el hombre consciente de su vida.
- La persona está constituida por un núcleo central estructurado: esto es, un núcleo que le brinda a dicha subjetividad una estructura psicológica de ese ser experiencial, es decir, que le da un lugar en el mundo por medio del concepto de persona o sí mismo.

- El hombre está impulsado por una tendencia hacia la autorrealización: donde la persona, desde su subjetividad y experiencia, crea fines, metas, traza en su vida una forma de realizarse en la vida.
- El hombre es más sabio que su intelecto: donde se enfatiza que el hombre crea juicios de valor, racionales e irracionales y que no solamente se trata del intelecto ya que “en la orientación humanista se afirma que este camino puede ser más sabio que la vía racional.”
- El hombre posee capacidad de conciencia y simbolización: el hombre se distingue a sí mismo del mundo exterior y adquiere conciencia de su rol, de sus juicios y actos. En este sentido, utiliza símbolos y abstracciones de la naturaleza y las transforma acorde a sí mismo.
- Capacidad de libertad y elección: donde es la necesidad de ser libres la que permite al hombre poder elegir. De alguna manera se trata de un proceso, de una tendencia humana a ser libres.
- El hombre es capaz de una relación profunda: donde el hombre asume que en la posibilidad y tendencia a ser libre, y a cuidarse para lograrlo, se relaciona, crea nexos sociales con el fin de realizarse, desde su libertad, felicidad.
- El hombre es capaz de crear: Las ideas de la experiencia, del mundo, de la razón, del yo constituido exceden la naturaleza humana, ante lo cual, el hombre transforma, crea, interviene, modifica.
- El hombre busca un sistema de valores y creencias: donde se fijan modos de ser en el mundo, se atiende a un comportamiento social que no ponga en contra las diferentes ideas de libertad. Busca en que creer en dar sentido a la vida.

- Cada persona es un sistema de unicidad configurada: “El hecho de la individualidad, singularidad y unicidad de cada persona es algo sobradamente firme” Ello señala la personalidad creada a partir de las demás características, la dimensión del sí mismo. (p.70)

Introducir desde las características una idea ascética del individuo en su formación como persona crítica determina, incluso, formas de conocer los pasos que fundan dichas características desde el hombre, desde la experiencia; idea que se permite reconocer desde el ejercicio de la práctica con los internos desde las diferentes formas de concebirse.

Para Rogers(1981) es importante reconocer a la experiencia como parte de la centralidad de las personas, más aún frente al desarrollo de la personalidad. El autor, desde su teoría de la personalidad argumenta el asunto de la conducta desde un fundamento que involucra al organismo de las personas, es decir, que como organismo vivo, el hombre crea reacciones conductuales desde lo que percibe y experimenta. Ello, sin duda, es un aspecto que permite al hombre concebir la realidad porque es en ella donde va a poner sus necesidades. Desde este punto de vista Rogers, afirma que: “Todo individuo vive en un mundo continuamente cambiante de experiencias de las cuales es el centro” (Rogers, 1981, p. 410).

Desde el punto de vista de Frankl (2002), el sentido de la vida se busca desde lo que él denomina como logoterapia. Esta forma de entrar en el sentido de la vida, la propone Frankl(2002) desde una dimensión de lo humano que la psicología no había utilizado hasta el siglo XX. Si bien la psicología concibe en primera instancia el estudio de la psique, lo hace en función de comprender la conciencia de vida que el hombre comparte con los animales, es decir,

aquella que le permite reconocerse como ser vivo, que percibe el mundo, que siente deseos de ser libre, de ser feliz. De igual manera, ello es posible reconocerlo desde la forma en la cual se tiene experiencia del cuerpo, desde los procesos vitales que le permiten al hombre ser parte de la vida. Estos dos niveles, biológico y psíquico, comprenden la teoría emocional que aborda la psicología, pero ante cuya propuesta, Frankl (2002), va a hacer referencia de un tercero: el nivel espiritual. Este nivel abarca una dimensión de lo humano que va a fundamentar la búsqueda del sentido de la vida desde la interioridad, desde la forma en la cual el hombre se concibe a sí mismo, en sus creencias y deseos. La logoterapia estudia los problemas existenciales que Frankl (2002) conjunta en dichos tres niveles, entre ellos el cuidado de sí.

Si el hombre fuera solo desde los niveles biológico y psíquico, sería un extraño para sí, un disfraz que ama de sí mismo, todo cuanto se ha hecho un valor no deja por demás de ser también extraño. La logoterapia hace referencia al estudio de un hombre que conoce a través de lo que definen sus instintos, donde la razón y la verdad aparecen tanto el sujeto está inmerso dentro de las prácticas sociales, es decir, en tanto gusta de ocultarse en los demás y no tener el coraje de preguntarse por el sentido de su vida, de poner en cuestionamiento el orden de su existencia. Desde esta reflexión el papel de la psicología humanista incita al sentido, y no sólo desde la crisis que genera la existencia, sino desde el papel que cumple el impulso en los hombres como aquello que lo moviliza hacia algo y cubre de sentido su existencia.

Riveros (2000) cuenta que Frankl había descubierto la libertad en una cárcel inventada en el siglo XX: el campo de concentración, una fábula de la exterminación y de las sociedades controladas, gran oferta que hacía la sociedad científica de la época de la guerra fría.

Con base en lo anterior y a la observación directa del entorno carcelario, es posible, entonces, concebir el papel de los presos ante el sentido de la vida que conciben, cuya forma de representar su existencia está provista de abandono y olvido. Así por medio de las propuestas de, Martínez, Rogers y Frankl, se interpreta una posibilidad de existencia en los internos ajena al autocuidado, porque desde las características del hombre, desde la concepción orgánica de la experiencia y formación de la conciencia, el sentido de la vida, como tal lo dice Frankl (2002) debe ser siempre un acto creativo, sostenible, y el encierro priva al hombre del exterior y lo priva de “la forma” de sentirse como parte de la totalidad.

### **3. Hacer**

#### **3.1 descripción de las estrategias de intervención**

La intervención del fomento del autocuidado se basa tanto en el trabajo del interno como de su entorno; por ello la estrategia se fundamenta en el desarrollo de actividades como talleres reflexivos, en donde los internos descubran sus fortalezas por medio de la socialización, piensen y actúen en equipo, inicialmente se realizó un encuadre al inicio de cada taller, dando las pautas para el desarrollo de éste, seguido de esto, se dividían los grupos en subgrupos para fomentar el trabajo en equipo, se repartían los materiales de cada actividad y aquí se observaba el debate y la solución de problema, seguido de esto se hacía una breve socialización y posterior a esto el cierre

del encuentro; con estos talleres se orientó a la búsqueda de la facilitación de la estadía en la institución y una mejor adaptación en la sociedad en libertad; para ello se realizan asesorías individuales y actividades grupales que aumenten el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa que les permitan descubrir las posibilidades de acción y de expresión que mejoren la convivencia y faciliten la capacidad de adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración. Igualmente se busca la realización de actividades que aumenten el sentimiento de autonomía y genere un equilibrio y bienestar emocional, de la misma manera se trabaja la Logoterapia de Víctor Frankl, ya que a través de esta se busca darle sentido a la vida, brindando herramientas para que cada uno encuentre sus potencialidades y que sea a través del amor propio la manera de llegar a un reconocimiento del valor que se tiene como persona y que cada uno viva como el propio protagonista de su vida.

### **3.2 Justificación de la estrategia**

La presente sistematización se abre paso a partir de la realización de la Práctica Profesional de Psicología en un Establecimiento Penitenciario, lo cual posibilitó la observación y trabajo terapéutico con los sujetos internos, específicamente con población en condición de discapacidad y adulto mayor. Este acercamiento permitió entrever entre las muchas situaciones que giran en torno al internamiento, entre ellas las condiciones inadecuadas en la estadía a causa del deterioro de infraestructura, el poco espacio, las condiciones insalubres y la falta de atención médica y psicológica, entre muchas otras que propician en los internos la despreocupación por cuidar de sí mismos, por mantener y conservar buena apariencia física y estado de salud acarreando consecuencias en el ámbito psicológicos y sociales, lo que generó en los practicantes

un interés especial por la problemática específica del autocuidado en esta población, lo que motivo a el desarrollo de actividades sustentadas tres razones principales:

En primer lugar se considera que el desarrollo de las prácticas profesionales de psicología en este Establecimiento, es un aporte valioso para la profesión, en el sentido que proporciona los medios empleados para trabajar desde el ámbito terapéutico con este tipo de población, específicamente en la promoción de estrategias que alivianen los efectos del internamiento.

En segundo lugar se considera que el trabajo realizado en la práctica aportó para los internos información acerca de las causas de su estado en relación a la pérdida del cuidado de sí mismo, lo que se realizaba por medio de actividades tales como desarrollo de talleres y charlas con orientación reflexiva, posibilitando pequeños cambios y modificación en conductas orientadas a la importancia del autocuidado, de esta manera, se pretende trabajar con los internos con base en sus hábitos; se buscó cambiar su rutina, que a través de la experiencia descubran la motivación de estar en el establecimiento penitenciario, que su vida no sean un vídeo que se repite a diario, sino más bien un libro construido con nuevas historias.

Por lo anterior se pretende que haya más preocupación por mantener en buen estado el sitio al que ahora pertenece, por asearlo, que se preocupe por verse y sentirse bien, que tenga una motivación por moverse, activarse y aprender. Que descubran por sí mismos el objetivo de su vida desde el punto en el que se encuentra y que construya un nuevo proyecto para cuando se encuentre en libertad; en conclusión se pretende que cada interno descubra la importancia de su yo interior, y que cuidarlo sea de ahora en adelante su labor diaria.

En tercer y último lugar, en cuanto a la contribución de del desarrollo de la práctica para la sociedad se considera que denota la significativa importancia del rol del psicólogo

específicamente en este tipo de ámbitos, que aportan a la orientación de las instituciones carcelarias en aras a la verdadera resocialización de los sujetos internos.

### **3.3Objetivos de la estrategia**

#### **3.2.1 Objetivo general.**

Fomentar el autocuidado en los Internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín(EPMSC-MED).

#### **3.2.2. Objetivos específicos.**

- Reconocer las características, necesidades y capacidades de los internos del Establecimiento Penitenciario
- Promover la interacción entre los internos del Establecimiento Penitenciario.
- Generaren los internos del Establecimiento Penitenciario hábitos y actitudes relacionadas con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud.

### **3.4Actividades a desarrollar**

Según Molla (2002),las actividades basadas en el uso de la logoterapia son útiles como medio para prevenir y tratar el problema de la disociación, justamente porque busca unir los fragmentos de insignificancia o falta de sentido, es decir ayudar a superar la fractura interior, por fractura interior se entiende la percepción de la contradicción existente entre la propia actual condición e importantes aspiraciones, valores y metas ideales; este concepto puede ser entendido como la conciencia del conflicto que se da cuando la situación presente (comportamiento, actitud, etc.) promueve una definición incompatible con la propia imagen de Sí Mismo.

De forma más detallada, las actividades grupales realizadas son actividad del acróstico, la manzana podrida, juego de roles y aguantar el muro; con ellas se pretende que a través de la

experiencia descubran la importancia que tiene para sí mismos, el conocer la percepción que tienen los demás, esencialmente porque entre los problemas que les causa estar en prisión se encuentra una pérdida de auto-percepción, por lo tal consideran sus actitudes, cualidades y defectos de una manera diferente a como lo perciben los demás, y desarrollar estas actividades afianza su autoestima y fomenta la buena convivencia.

Igualmente, las actividades consisten en el conocimiento del rol que representa en la sociedad a la que pertenece actualmente; esencialmente, estar en prisión es estar en una sociedad, dentro de otra sociedad mayor, una colectividad con un ambiente diferente, con un aspecto diferente, pero finalmente sociedad, porque son el conjunto de espacios y personas con las cuales se interactúa diariamente. Por lo tanto, cada uno tiene una función determinante en una buena convivencia, en llevar a cabo actividades que dependen de agrupaciones para ser llevadas a cabo y en mantener limpios todos los espacios; cada interno debe reconocer que está allí para resocializarse, es decir, rehabilitar su comportamiento social, por lo tanto, no puede llegar a los Centros Penitenciarios a aislarse, ni a tomar comportamientos agresivos, sino más bien a interactuar con personas con experiencias semejantes, para aprender y responsabilizarse de sus actos; en esto se basa la realización de las dinámicas.

Las demás actividades, como visualización de las películas se basa en el descubrimiento a través de otros ojos, es decir, que a través de experiencias de los actores de las películas, ellos asemejaran su comportamiento, su situación y determinaran la forma en que deben actuar para que esto no afecte su equilibrio emocional, de ahí la importancia de socializar la película, porque hablar es la forma más clara de explorar los pensamientos, de escudriñar los sentimientos, para que no pierdan la capacidad de percibir sus necesidades emocionales; por tal razón, se fomenta a través de las películas de auto-superación, autocontrol, auto-aceptación, y convivencia.

Las actividades de audio-reflexiones se realizan buscando disminuir la tensión, conectar a los internos con su yo interior, y generar un ambiente diferente; por su parte el torneo de billar, se fundamenta en que cada individuo descubra sus potencialidades, en este caso para el juego y la competencia, pero básicamente, la importancia del torneo radica en la entrega de kit de aseo a los ganadores, para fomentar el aseo personal, como parte importante del autocuidado.

Todas estas actividades se desarrollan buscando crear la motivación de despertar cada día sabiendo que se realizaría una actividad diferente.

“El concepto de sí mismo contiene un aspecto muy importante; la autoestima, el sentimiento del propio valor. El concepto de sí mismo engloba: La conciencia del propio cuerpo, el yo corporal; la conciencia de la propia historia: la identidad personal; la autoestima; el campo personal de influencia, la parte del mundo externo considerada esencial y revestida afectivamente: la extensión del yo; las metas ideales: la imagen del sí mismo; la capacidad personal de solución de los problemas: el agente racional; la proyectualidad. Un elemento importante es, finalmente, la estabilidad del sí mismo” (Molla, 2002, p. 6).

Paralelamente, ocuparse de sí mismo, autocuidarse, pasa necesariamente por conocerse a sí mismo, de ahí la importancia de la logoterapia para lograr asistirse y regirse, especialmente cuando el individuo se encuentra en prisión.

Copello(2010) afirma:

La aplicación de la logoterapia en el ámbito carcelario es de gran utilidad a nivel individual y comunitario ya que invita a la re-humanización en el ser humano, lo hace más humano al hombre, le ofrece un camino para buscar y encontrar el significado y la misión de su vida, transformando su pasado, dándole sentido a su situación actual e iluminando de una nueva forma su porvenir. (p.1)

Las actividades realizadas, que se plantearon en el concepto de sí mismo, se basan en los objetivos, de acuerdo a lo planteado por Sossa (2010):

- Formase una imagen ajustada y positiva de sí mismo a través de la interacción con los otros y de la identificación gradual de las propias características, posibilidades y limitaciones, desarrollando sentimientos de autoestima y autonomía personal.
- Conocer y representar su cuerpo, sus elementos y algunas de sus funciones, descubriendo la posibilidad de acción y de expresión, y coordinando y controlando cada vez con mayor precisión gestos y movimientos.
- Realizar, de manera cada vez más autónoma, actividades habituales y tareas sencillas para resolver problemas de la vida cotidiana, aumentando el sentimiento de autoconfianza y la capacidad de iniciativa, y desarrollando estrategias para satisfacer sus necesidades básicas.
- Adecuar su comportamiento a las necesidades y requerimientos de los otros, desarrollando actitudes y hábitos de respeto, ayuda y colaboración, evitando comportamientos de sumisión o dominio.
- Progresar en la adquisición de hábitos y actitudes relacionadas con la seguridad, la higiene y el fortalecimiento de la salud, apreciando y disfrutando de las situaciones cotidianas de equilibrio y bienestar emocional.
- Identificar los propios sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, y ser capaces de dominarlos, expresarlos y comunicarlos a los demás, identificando y respetando, también, lo de los otros. (p.1)

Por otro lado, estas actividades se desarrollan a nivel grupal e individual. A nivel grupal, se implementan encuentros con los internos que deseen participar del mismo por su propia

voluntad. El encuentro puede estar organizado como taller reflexivo, con la finalidad de trabajar de manera práctica y vivencial, se trataron temas logoterapeúticos enfocados desde el concepto del sí mismo.

A nivel individual, se podrían ofrecer entrevistas personalizadas para recolectar información básica del individuo (personal, familiar y jurídica), acompañarlo en su situación de “ser prisionero” trabajando los aspectos que él proponga, escuchándolo y dándole contención; trabajar todo lo que surja en relación a los encuentros grupales en función a su propia historia personal, profundizar sobre el significado de que esté en prisión para otras personas significativas para él (pareja, padres, hermanos, hijos); sentimientos de soledad, frustración, vergüenza, esperanza, abandono, entre otros.

Además, a través de trabajo como historia personal, así soy yo y mi proyecto de vida, se fomenta, a través de la escritura, el descubrimiento de los objetivos, metas y proyectos que se han planteado en su vida, que a través de recordar el pasado, descubran lo que quieren en el presente, para que finalmente se logre desarrollar el proyecto de vida futuro.

Para el fomento del autocuidado, se realiza actividades en los patios y en la cancha con la población de adultos de la tercera edad y discapacitados, quienes con el transcurso del tiempo y de la situación en la que se encuentran, van perdiendo la capacidad de adaptarse a la vida y presentan mayores desequilibrios emocionales de percepción; de esta manera se logra que ellos puedan conocerse a sí mismos, posteriormente cuidarse y tener una buena relación con los demás internos. También, para el desarrollo de estas actividades es necesario el apoyo de profesionales de instituciones como el INDER<sup>8</sup> para la promoción de la actividad física como elemento importante del autocuidado.

---

<sup>8</sup>INDER. Instituto de Deportes y Recreación de Medellín.

### **3.5 Actividades, Recursos, propósitos y Cronograma**

Para realizar las actividades con los internos en el patio, cancha u otra oficina, se hizo necesario un permiso delegado por el guarda de turno, donde se establecía el código y nombre de cada interno a participar para llevar un control de salida y de asistencia a las actividades.

En la tabla 1<sup>9</sup>, se especifica de forma detallada los demás recursos y propósitos requeridos para llevar a cabo cada actividad.

Las actividades se desarrollan en tres periodos académicos. En la tabla 2<sup>10</sup>, se especifican los momentos de desarrollo de las mismas; generalmente cada actividad se realiza en varias fechas, debido a la división de los grupos de trabajo de tercera edad, se constituyeron 4 subgrupos aproximadamente de 23 internos elegidos por orden alfabético, para facilitar el desarrollo de las actividades y el desplazamiento a los diferentes espacios de trabajo; con los internos del patio de discapacitados se trabajó en un solo grupo.

---

<sup>9</sup>Ver anexo 1

<sup>10</sup>Ver anexo 2

## **4. Devolución creativa**

### **4.1 Evaluación del cumplimiento de los objetivos**

El cumplimiento de los objetivos se evalúa de acuerdo a la posibilidad de desarrollo de las actividades planteadas en el cronograma, ya que es a través de las experiencias vivenciales generadas en las dichas actividades como se fomenta el autocuidado. Dicha evaluación se observa en la tabla 3<sup>11</sup>.

#### **4.1.1 Aciertos.**

De acuerdo a los objetivos planteados, los aciertos que se pudieron identificar en el transcurso de la práctica fueron:

Se posibilitó que los internos, tanto los discapacitados como los de la tercera edad encontraran una motivación respecto al cuidado de sí mismos. Con ello fue posible fortalecer, fomentar el reconocimiento y la importancia del autocuidado y de poder convivir con los demás y en las circunstancias que están.

Se evidenció empatía entre los internos y los practicantes a nivel general e individual razón por la cual se generó mayor participación en las actividades, por parte de los internos, esto los motivó a asistir a los diferentes encuentros.

---

<sup>11</sup> Ver anexo 3

De la misma manera estas actividades propuestas por los practicantes de psicología y lo planteado en los objetivos posibilitaron que la población ya antes mencionada encontrara una motivación con respecto al cuidado de sí, que se obtuviera una mejor interacción entre los internos, esto se fue evidenciando poco a poco en la convivencia en los patios, el respeto mutuo entre ellos, sentido de pertenencia, actitudes de ayuda y colaboración.

Se logró que estas personas a parte de asistir a las actividades con los psicólogos en formación retomaran sus estudios, identificaran sus capacidades de iniciativa y participaran en los cursos que la cárcel les brinda como Marroquinería, Panadería y Artesanías.

La disposición generada por los internos para participar de la metodología de las actividades logró que las personas identificaran las barreras que impedían darse cuenta del sentido de su vida y a su vez generar conciencia frente a las diferentes actividades y emociones que afectaban la búsqueda del sentido de vida, de esta manera de acuerdo a los talleres planteados por los practicantes los internos tuvieron la posibilidad de elegir el amor propio como principal motor para buscar el sentido de vida y así se generó la capacidad de recurrir al cuidado de sí, ya que sin amor propio no habría un cuidado adecuado.

Los espacios creados por medio de las diferentes actividades permitieron crear esa confianza, esa posibilidad de ver el sentido de la vida desde otras dimensiones de lo humano que partieran desde la recuperación de la credibilidad, de la autonomía sobre sus criterios y condiciones.

#### **4.1.2 Dificultades.**

Teniendo en cuenta que en la sistematización de la práctica se planteó como objetivo principal fomentar el auto cuidado se pudo evidenciar las siguientes dificultades:

Grupos muy grandes con los cuales se dificultaba realizarles actividades de manera conjunta. Para ello se hizo necesario dividirlos en subgrupos, esto impedía el desarrollo de las actividades, ya que se debía terminar la temática propuesta con los 4 subgrupos para plantear un nuevo tema y esto retrasaba el cronograma de actividades.

En ocasiones la guardia no permitía el ingreso de los internos a la placa deportiva; a esto se suma los problemas a nivel administrativo con respecto a los permisos de salida de los internos, a los cambios de turnos entre los guardias ya que en algunos casos faltaba el funcionario del INPEC responsable de permitir las actividades con los internos, ocasionando retrasos que impedían el cumplimiento del tiempo estipulado para la actividad.

Todo ello redujo el cumplimiento a cabalidad de los objetivos planteados en torno al fomento del auto cuidado.

#### **4.2 Análisis del cumplimiento del Objetivo General**

Fue posible identificar y reconocer las necesidades de los internos (adulto mayor y discapacitados) del Establecimiento penitenciario, lo que posibilitó que a partir de las actividades desarrolladas con los sujetos se fortaleciera y fomentara el auto cuidado en sí mismo, ya que se incentivó a la búsqueda del sentido de vida por medio de la logoterapia, de esta manera se evidenció que el amor propio era el motor para tener un adecuado autocuidado, asearse y limpiar el lugar en que se vive y duerme no quedo en segundo plano,

esto se evidenció tras cada actividad realizada, pues en los internos se observó una mejoría a nivel físico (fomento del aseo personal) y emocional (entusiasmo y compromiso) debido esto a que los sujetos sentían que eran tomados en cuenta y que se interesaban en ellos.

Promover la interacción entre ellos y el amor propio, fomentando en los internos el autocuidado de manera que ellos mejoraran su calidad de vida y mejoraran la convivencia entre ellos, esto se hizo mediante el establecimiento de actividades que permitieron el reconocimiento de las individualidades generando mejoras en las relaciones grupales.

Todo lo anterior se materializó en tanto se trabajó la logoterapia, impulsando a que los internos se responsabilizaran de sus propias acciones y para que identificaran a través de talleres, las consecuencias que tienen los actos cometidos; también se implementaron en los internos hábitos y actitudes relacionadas con la salubridad, la seguridad y el fortalecimiento de la salud a través de mecanismos que incrementaron el autocuidado y la forma misma de cuidar a los demás por medio de las emociones y sensibilidades propias es decir, hay una tendencia a dejarse llevar por los sentimientos de compasión que generan de alguna manera una responsabilizarían por los demás.

## **5. Reflexión teórica de la práctica profesional**

La adaptación de cada ser humano a cualquier cambio es difícil; muchas veces genera cambios físicos, psicológicos y hasta fisiológicos cuyo grado de crisis depende del equilibrio que se tenga. Generalmente, el llegar a los centros penitenciarios genera cambios en los individuos que difícilmente pueden percibirse a simple vista; todo su aislamiento, descuido de la apariencia, adicciones y dificultad para la convivencia hacen parte de un proceso mental sobre el cual hay que trabajar.

Poder trascender la experiencia de la academia al ámbito de la práctica significó mucho para esta sistematización. Entre autores que han pensado tanto tiempo el comportamiento humano, el sentido de la vida en condiciones extremas, entre el reconocimiento de nuestra libertad y la resignificación de ser libres frente al encierro de los internos, entre impases para ingresar a la cárcel, entre el encuentro de diferentes personalidades, algunos rostros frívolos, entre personalidades que no quieren saber nada de la vida y entre el reconocimiento de un sí mismo diferente de ciertas condiciones de analizar la realidad, entre todas estas cosas, se pudo gestar esta sistematización de la mano de la teoría.

El ego es algo que realmente pone en tela de juicio nuestra sensibilidad ante los daños de los demás, encerrados en el amor propio muchas veces no es posible percatarse del entorno, de lo que está por fuera de la experiencia de lo propio. Conocer y aprender de la psicología humanista, de la logoterapia, de la importancia del cuidado de sí, representó ese primer paso para salir de la prisión del ego, junto con la experiencia de visitar a los internos en condiciones lamentables, espaciales, temporales, corporales, espirituales y psíquicas. De este modo, comprender las dimensiones de lo humano, desde diferentes teorías como la Logoterapia de Frankl (2002) y Psicoterapia Centrada En El Cliente de Carl Rogers (1981), donde siempre el hombre era pensado como centralidad, como totalidad, como producto de la experiencia, fue sin duda significativo para fomentar en los presos el concepto del cuidado de sí mismo, pero para ello era indispensable saber a qué se hace referencia con ello. ¿Cómo se le pide a alguien que cuide de sí mismo?

La psicología humanista aporta mucho al cuidado de sí porque tiene en cuenta los problemas humanos, esos mismos que provee la experiencia, que cambian, mutan. Por esta

razón cobró importancia pensar en la teoría de Frankl (2002), ahondar en la logoterapia y con ello tener la posibilidad de trabajar con los internos desde los tres niveles mencionados: biológico, psíquico y espiritual.

Hacer referencia a la visión holística es poner énfasis en la totalidad de la existencia. Ello sin duda representa un gran problema en tanto no se puede marginar, sesgar, segregar a nadie de ello. La idea de totalidad trae consigo una idea democrática de aceptación del todo en uno mismo, es decir, de pensarnos como especie humana y no siempre como individuos. Por ello la propuesta de Viktor Frankl (2002) permitió dilucidar esta práctica junto con la teoría de la personalidad en Rogers, justamente porque en su propuesta del hombre en busca del sentido también estaban pensados y tenidos en cuenta aquellos a quienes la sociedad excluye, margina, separa y olvida. Estaban entonces los internos como aptos, más que otros, para todo un análisis existencial que permitiera en medio de todo lo académico analizar el sentido de la vida desde el encierro, desde el aprisionamiento, desde el maltrato, desde el abandono, brindando herramientas para que los internos se cuestionaran, pensarán en sí mismos, y que mejor manera de pensar en sí mismos que reflejándolo en su cuerpo. Este proyecto fue también buscar ese sentido de la vida de la mano con los internos, ya que a través del discurso de ellos salía a flote la angustia constante de no tener un sentido por el cual luchar y seguir adelante, abandonar toda idea presuntuosa de egoísmo y tratar de ayudar desde lo que se aprendió en la universidad.

Trabajar con internos discapacitados y de la tercera edad fue todo un reto, no solo por los impedimentos formales e institucionales que siempre suelen ocurrir, más por confrontar las diferentes experiencias, las diversas expresiones humanas allí encerradas. Comenzar a conocer todas esas experiencias de vida puso sobre la mesa la teoría de Miguel

Martínez (1980) respecto a las 10 características fundamentales del hombre, donde tras cada una de ellas se comienza a comprender el sentido de la experiencia en relación con la construcción de la personalidad. Como psicólogo, es importante reconocer las patologías de manera particular, sin importar que los individuos se encuentren agrupados en conjuntos con “las mismas características”, es decir, personas que tienen en común los delitos o sus limitaciones, ya que su comportamiento muchas veces se deriva de sus experiencias de vida, durante su infancia y/o adolescencia; con sus familiares y amigos, entre otros aspectos que cambian de manera significativa su manera de percibir la vida y el mundo, y aún más cuando se encuentran en situaciones como estar privados de la libertad y sometidos al hacinamiento. En este sentido, los internos desestructuraron su núcleo constituido en tanto el concepto de persona cambia en el encierro. Esto indica, que las características planteadas por Martínez (1980) sucumben ante niveles de experiencia, como el encierro, que transforman la subjetividad y crean una idea de sí mismo al margen del sentido de la vida.

Desde lo referido se creyó necesario que para el fomento del autocuidado era fundamental ahondar en la búsqueda del sentido desde un enfoque humanista. Recuperar la dignidad humana de los internos desde el reconocimiento de sí mismos fue sin duda una tarea ardua, de investigación y lecturas por medio de las cuales se pudieran dilucidar las diversas condiciones de existencia, y así mismo comprender el entorno ofrecido junto con los problemas narrados por parte de los internos. Todo ello hacia reevaluar constantemente la distancia que a veces se piensa que existe entre la teoría y la práctica, que para los internos no importaba quien era Rogers, lo que importaba para ellos era aprender a sobrevivir en un espacio y tiempos adversos a ellos, que jugaban en su contra. Para este proyecto Rogers (1981) permitía un aporte muy valioso en tanto se podía apelar a una

terapia que analizara en los internos el sentido racional de su encierro y la forma en la cual se veían a sí mismos y a la forma de concebir la realidad estando privados de la libertad, y cuyo soporte y referente teórico fue Frankl (2002), con su gran aporte de la logoterapia, de permitir reivindicar el sentido de la vida desde el sí mismo y con ello recuperar la confianza en lo que es ser humanos.

La libertad se tornó desde la experiencia de esta práctica un asunto fenomenológico, “Del complejo método fenomenológico sólo apuntaremos aquí su propuesta de descubrir lo que es dado en la experiencia, de reconsiderar los contenidos de la conciencia tratando de ver más allá de los prejuicios, preconcepciones y teorías del observador”(Matorell, 2008, p.3) por ende es un asunto de análisis de conciencias de internos poco preocupados por vivir. Desde esta perspectiva la conciencia de los internos estaba arrojada sobre el abandono de sí mismos, sobre la falta de resiliencia ante las adversidades. No obstante descubrir el desarraigo, el abandono y las condiciones de posibilidad de los internos fue lo que propició la creación de actividades que permitieran recobrar el cuidado de sí en gran parte de ellos, de investigar en autores que dieran luces respecto a esas fuentes de autocuidado, de existencia, de humanismo, de totalidad y de muchos otros conceptos que aportan los pensadores de la psicología y de la filosofía. Sin la teoría no sería posible permitir a esta práctica solventar y permitir a algunos internos recuperar la confianza y arrojar la conciencia del cuidado de sí desde algo convencional, desde algo necesario y posible en ellos, que actuará no desde la simple propuesta de diversas actividades sino que actuara en ellos también desde una convicción, desde una nueva forma de concebirse.

Por ello y por más fue posible promover y fomentar el autocuidado en algunos de los internos, hechos observables en su comportamiento, específicamente en el grupo de la

tercera edad, ya que en ellos se notaba su mayor despreocupación por su apariencia física, su estado de salud y su convivencia; a través del desarrollo del proyecto, se notaba su preocupación por verse bien para asistir a cada actividad, los espacios en los que conviven se encontraban en mejor estado, y muestran más motivación por participar en actividades.

Con ambos grupos, de la tercera edad y discapacitados, se logra algo muy importante, motivarlos a relacionarse entre sí, a aprovechar los recursos que encuentran en la cárcel, como la posibilidad de participar en talleres, de estudiar, y demás actividades promovidas por la institución. El autocuidado es un trabajo muy íntimo, depende (Yela, 2008) de ellos el querer sentirse bien consigo mismos y con los demás; el fomento del autocuidado es una actividad que en sí implica mucha insistencia, de estar recordando a diario la importancia de conocerse a sí mismo, para cuidarse, pues muchas veces la rutina se apodera de ellos, y los introduce en un profundo aislamiento que termina por causarles un desequilibrio emocional que finalmente termina en una desviación del objetivo del internamiento en el Establecimiento Penitenciario, la resocialización.

Para terminar, se reconoce la importancia de la teoría en relación con la práctica, no sería posible de otra forma hacerlo, con las herramientas metodológicas, con actividades que permitieron llevar a cabo el ejercicio. Buen viento a los internos en su estar allí, y gracias por enseñar a los acá presentes el sentido de la vida desde las pequeñas cosas.

## **5. Recomendaciones a la agencia**

Se recomienda al establecimiento Penitenciario aportar más recursos para el desarrollo de actividades como aulas, equipos electrónicos y material didáctico y, contribuir a la calidad de vida de los internos brindándoles con frecuencia utensilios de aseo, los cuales escasean porque solo se les permite a las familias ingresar estos implementos una vez al mes, incluso hay algunos internos a los que no visitan y por lo tanto no tienen acceso a dichos utensilios. También se recomienda mejorar sus procedimientos logísticos, de modo que los internos puedan acceder y asistir fácilmente a los talleres; es importante que esta Institución reconozca la importancia de brindar a los internos la posibilidad de realizar actividades que les generen una distracción y de esta manera potencializar las habilidades de los mismos.

Igualmente, se recomienda al Centro Penitenciario seguir brindando como hasta ahora por parte de los practicantes los medios para fomentar el autocuidado, porque quien cuida de sí mismo, es capaz de cuidar de los demás, y de vivir en sociedad.

## **6. Conclusiones de la práctica**

El trabajo con los internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín (EPMSCMED) supuso un gran reto teniendo en cuenta el lugar y las condiciones del mismo, sin embargo, se logró interiorizar en estos individuos el autocuidado de manera que en ellos se mejorara su calidad de vida.

Durante la ejecución de las actividades programadas, se hizo posible percibir cambios en los internos especialmente la actitud frente a las actividades; cada vez fueron “abriéndose” al diálogo y mostraron gran aprobación y conformidad con las mismas, por lo que fomentar el auto cuidado fue cada vez más fácil.

Las asesorías individuales y los trabajos grupales realizados permitieron reconocer en el interno características propias que generaron un aumento en la confianza en sí mismos, de manera que en los sujetos se observó una mejora sobre su aspecto físico, la seguridad en sí mismos y su estado anímico.

Las actividades realizadas para promover la interacción entre los internos fueron satisfactorias, pues al final del proceso se pudo evidenciar que algunos hábitos y actitudes en los sujetos se modificaron como el cuidado personal, ya que en las actividades con los practicantes los internos ya no se presentaban sucios, estos se bañaban y afeitaban y el cuidado por el sitio en el que viven y duermen, ya que se hicieron campañas con respecto a la prevención del consumo de cigarrillo y el respeto de determinadas zonas en las cuales se puede fumar, también se fortalecieron los vínculos sociales y afectivos, sin embargo, esto

no quiere decir que todos los sujetos con los que se trabajó hayan logrado desarrollar las habilidades, conductas y prácticas necesarias para el logro de este objetivo.

Finalmente se aclara que aunque se logró fomentar el auto cuidado en algunos internos, en otros sujetos no se avanzó debido a la interrupción de las actividades y en ocasiones a la falta de asistencia.

## 7. Referencias Bibliográficas

Acosta, D. (2015). *Hacia un modelo de sistema progresivo penitenciario: el devenir penitenciario*. Obtenido de Psicología jurídica y forense: <http://psicologiajuridica.org/psj171.html>

Copello, I. (2010). *logoterapia en Cárceles*. Obtenido de Logoforo: <http://logoforo.com/logoterapia-en-carceles/>

Cucchi, R. (2007). *El sistema penitenciario como instrumento de control social*. Obtenido de Universidad Nacional de cuyo: <http://www.fcp.uncu.edu.ar/upload/Romina%20Cucchi%20-El%20sistema%20penitenciario%20como%20instrumento%20d..pdf>

Echeverri, J. (2010). *la prisionalización, sus efectos psicológicos y su evaluación*. Obtenido de revista de la universidad Cooperativa de colombia: <http://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/viewFile/375/378>

Foucault, M. (2009). *Vigilar y castigar. Nacimiento de la prisión*. México.: Siglo XXI.

Frankl, V. (2002). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.

Garcés Giraldo, L. F. (2013). El cuidado de sí y de los otros en Foucault, principio orientador para la construcción de una bioética del cuidado. *Discusiones filosóficas* , 187-201.

INPEC. (s.f.). *INPEC. Instituto Nacional Penitenciario y Carcelario* . Obtenido de [www.inpec.gov.co/Institucion](http://www.inpec.gov.co/Institucion)

La psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos1984*Revista Latinoamericana de Psicología* 163387-400

López, M. (2009). La psicoterapia humanista. *Psicología.com* , 1-7.

Martínez, M. (1980). *Una concepción humanista del hombre*. Atlántida: Simón Bolívar.

Matozell, J. L. (2008). *Fundamentos de Psicología*. Madrid: C.A Ramón Areces.

McKAY, M., & Fanning, P. (1992). *El amor a sí mismo. Prácticas para construir un carácter positivo*. México: Copyright.

Molla, M. (2002). *La logoterapia, descubriendo el sentido de la vida: una visión existencial*. Obtenido de Albedo: [http://egocreanetperu.com/paper\\_logo.pdf](http://egocreanetperu.com/paper_logo.pdf)

Morris, N. (2001). *El futuro de las prisiones: estudios sobre crimen y justicia*. México: Siglo XXI editores, s.a.

- NullValue. (21 de Octubre de 1990). Bellavista sin muertos. *El Tiempo* , págs.  
<http://www.eltiempo.com/archivo/documento/MAM-11089>.
- NULLVALUE. (1990). Bellavista sin muertos. *El Tiempo* , pág. 1.
- Observatorio. (2015). *Las competencias*. Obtenido de Observatorio:  
[http://observatorio.ilce.edu.mx/proyectos/mexico\\_lineas\\_manos\\_oto11/propositos3a.html](http://observatorio.ilce.edu.mx/proyectos/mexico_lineas_manos_oto11/propositos3a.html)
- Osorio Henao, M. C. (2013). Del surgimiento de la psicología humanística a la psicología humanista-existencial de hoy. *Revista colombiana de ciencias sociales* , 83-100.
- Psicología. (2009). Obtenido de Psicología:  
<http://entansolouninstante.blogspot.com/2009/10/carl-rogers.html>
- Riveros Aedo, E. (2000). La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Órgano de difusión científica* ,  
<http://www.ucb.edu.bo/publicaciones/ajayu/v12n2/v12n2a01.html>.
- Rogers, C. R. (1981). *Psicoterapia centrada en el cliente*. España: Paidós.
- Sancha, V., & García, J. (1987). *Tratamiento psicológico penitenciario*. Obtenido de Papeles del psicólogo: <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=325>
- Sanchez, L. (2009). *La relación entre el conocimiento del sí y el cuidado del sí en el Alcibíades de Platón*. Obtenido de <http://www.bdigital.unal.edu.co/16614/1/11539-28496-1-PB.pdf>
- Sandra. (2011). *Enfoque humanista: maslow y Rogers*. Obtenido de  
<https://atencionatupsique.wordpress.com/2011/07/19/enfoque-humanista-maslow-y-rogers/>
- SEMANAPaz en Bellavista
- Sossa, A. (2010). Michel Foucault y el cuidado del sí. *Revista universitaria Arbitrada de investigación y diálogo académico* , 34-45.
- Tobón, O. (2015). El autocuidado. Una habilidad para vivir. *Revistas científicas. Hacia la promoción de la salud* , 1-12.
- Tobón, O. (2004). *Fundamentos teóricos y metodológicos para el trabajo comunitario en salud*. Manizales: Universidad de caldas.
- Valverde, J. (s.f.). *Los efectos de la cárcel sobre el preso: consecuencias de internamiento penitenciario*. Obtenido de Universidad complutense de madrid:  
[http://www.me.gov.ar/curriform/publica/valverde\\_efec\\_carcel.pdf](http://www.me.gov.ar/curriform/publica/valverde_efec_carcel.pdf)
- Villegas, M. (1986). *La psicología humanista: historia, concepto y método*. Barcelona.

virtual. (2015). *Conocimiento personal autorrealizacion y valores*. Obtenido de Uo virtual:  
<http://www.uovirtual.com.mx/moodle/lecturas/etiedu/22/engage.swf>

Yela, M. C. (2008). *El psicologo en instituciones penitenciarias: Teoría y práctica*. Obtenido de  
<http://www.morellpsicologia.com/guias/008-FOCAD-01.pdf>

Yela1, M. (1998). *Psicología penitenciaria: mas allá de vigilar y castigar*. Obtenido de Papeles del  
psicólogo: <http://www.papelesdelpsicologo.es/vernumero.asp?id=783>

**Anexos**

**Anexo 1. Tabla 1**

*Recursos y propósitos de las actividades*

Actividad	Propósito	Asistentes	Tiempo requerido	Recursos
	Conocer el Establecimiento			
Inducción y Recorrido	Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de Medellín (EPMSCMED).	Practicantes y Psicóloga Isabel Cristina Cataño.	90 minutos	Libreta para toma de notas
Inducción y Recorrido	Conocer el sitio de trabajo y el personal de acompañamiento.	Practicantes, Psicóloga Isabel Cristina Cataño y Dragoneantes	120 minutos	Libreta para toma de notas
Organización	Planeación de las actividades a realizar y conocimiento de los grupos de trabajo.	Grupo de discapacitados y de tercera edad, practicante y dragoneante.	180 minutos	Agenda
Reunión	Coordinar con el dragoneante del EPMSCMED y entrega de planillas.	Dragoneantes y practicante	60 minutos	Libreta para toma de notas
Presentación	Presentar el proyecto de Fomento del autocuidado	Grupo de los discapacitados del patio 12 y al grupo de los adultos de la tercera edad del Patio 10.	60 minutos	Video beam, computador y salón para proyección de diapositivas

Entrevista del Canal	Comunicar a los internos del centro penitenciario(EPMSCMED) el proyecto que realizan las practicantes.	Practicante, Dragoneante e internos encargados del canal.	90 minutos	Salón de grabación del Centro penitenciario
Entrevistas	Conocer de forma personal los grupos de trabajo: tercera edad y discapacitados.	Grupo de la tercera edad del patio 10	60 minutos	Libreta para toma de notas y salón para reunión
Torneo de billar	Incentivar el autocuidado a través de torneos de billar cuyos premios consistían en kit de aseo. Además concientizar sobre espacios libres de humo.	Grupo de la tercera edad del patio 10	420 minutos (7 sesiones)	Salón de billar y accesorios, Libreta para toma de notas y kit de aseo para premiación
Video “El circo de las mariposas”	Promover la superación personal	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad.	120 minutos	Video beam, computador, película en CD y salón para proyección.

La Historia de la Vida	Trabajar la memoria autobiográfica.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad.	60 minutos	Papel y lápiz para cada interno
Historia personal	Trabajar la memoria autobiográfica	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	180 minutos (3 sesiones)	Papel y lápiz para cada interno
Diario de campo	Realizar de informes de actividades desarrolladas.	Practicante e interno	210 minutos	Formato en papel elaborado por el centro penitenciario
Película “Cicatrices I”	Trabajar el tema del autocontrol	Grupo de discapacitados	360 minutos (3 sesiones)	Video beam y salón para proyección, computador y película en formato CD.
Película “Cicatrices II”	Visualización de la segunda parte de la película para trabajar el autocontrol.	Grupo de discapacitados	360 minutos (3 sesiones)	Video beam, computador y salón para proyección y película en formato CD.
Conferencia	Socializar la película “Cicatrices”: enseñanzas, aportes, conceptos teóricos.	Grupo de discapacitados	120 minutos (2 sesiones)	Salón para reunión

Salida a la cancha	Cambiar de rutina y espacio para esparcimiento.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	720 minutos (6 sesiones)	Cancha
Charla	Informar acerca del cigarrillo y su relación con el autocuidado.	Grupo de la tercera edad	60 minutos (2 sesiones)	Computador, video beam y salón para proyección de diapositivas.
Actividad “Así soy yo”	Trabajar la autopercepción con el grupo de discapacitados patio.	Grupo de la tercera edad	120 minutos (2 sesiones)	Lápiz y papel para cada interno
Actividad de relajación	Promover instantes de descanso	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	360 minutos (4 sesiones)	Cancha
Película “Los coristas”	Visualizar una película de convivencia y posterior socialización.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	960 minutos (4 sesiones)	Video beam, computador, salón para proyección y película en formato CD
Actividad	Realizar un acróstico con el nombre,	Grupo de discapacitados	240 minutos	Lápiz, marcadores y papeles de

Acróstico	para identificar la percepción de los compañeros: Cualidades y Defectos.	y grupo de la tercera edad	(4 sesiones)	colores
“Hágase rico espiritualmente”	Lectura del libro y socialización de reflexiones.	Grupo de discapacitados	180 minutos (3 sesiones)	Libro y salón para reunión
Charla	Conferencia acerca del autocuidado con los discapacitados	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos (4 sesiones)	Computador, video beamy salón para proyección de diapositivas.
Despedida	Recolección de aportes y conclusiones	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	60 minutos	Lápiz y papel para cada interno
Película “No se aceptan devoluciones”	Trabajar la autoaceptación y socialización de la película a través de un conversatorio	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	240 minutos (4 sesiones)	Video beam, computador y salón para proyección y película en formato CD
Asesorías Individuales	Trabajar la Terapia Gestalt con internos seleccionados previamente.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera	240 minutos	Salón para asesoría y computador para recopilar información

		edad		
Película “Siempre a mi lado”	Visualizar una película	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	240 minutos (4 sesiones)	Video beam, computador y salón para proyección y película en formato CD
Charla “La familia”	Dar a conocer la importancia de la familia y fomentar la capacidad de participación y de iniciativa.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos (4 sesiones)	Salón para conferencia
Actividad “como eres”	Actividad lúdica para el autoconocimiento.	Grupo de discapacitados	60 minutos	Lápiz y papel para cada interno
Actividad “La manzana podrida”	Actividad de auto-actualización	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos	Lápiz, papel y cinta pegante
Actividad “Mi proyecto de vida”	Trabajar la autorrealización	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos	Lápiz y papel para cada interno

Actividad “Juego de roles”	Actividad lúdica de percepción por parte de los compañeros.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos (2 sesiones)	Patio
Actividad “Aguantar el muro”	Actividad lúdica de autoconocimiento.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos (2 sesiones)	Patio
Audio-reflexiones y despedida	Cierre de actividades con reflexiones.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	120 minutos (2 sesiones)	Reproductor de audio, reflexión en formato audio y salón para actividad.
Cierre asesorías	Ultimas asesorías con internos para diagnóstico.	Grupo de discapacitados y grupo de la tercera edad	240 minutos (2 sesiones)	Salón para asesoría y computador para recopilar información
Realización de Ivic	Realizar el cambio de fase de los internos	Internos del Centro penitenciario en General y Dragoneante	Semestre 2014-II	Salón para asesoría y computador para recopilar información

**Anexo 2. Tabla 2.**



Fecha	Actividad
<b>JULIO</b>	
Julio 31 de 2013	Inducción y Recorrido
<b>AGOSTO</b>	
Agosto 1 de 2013	Inducción y Recorrido
Agosto 2 de 2013	Organización
Agosto 5 de 2013	Reunión
Agosto 6 de 2013	Presentación
Agosto 8 de 2013	Entrevista
Agosto 9 de 2013	Presentación
Agosto 12 de 2013	Torneo de billar
Agosto 13 de 2013	Video “El circo de las mariposas”
Agosto 14 de 2013	La Historia de la Vida
Agosto 15 y 16 de 2013	Entrevistas
Agosto 20 de 2013	Historia personal
Agosto 21 de 2013	Diario de campo
Agosto 22, 23 y 26 de 2013	Torneo de Billar
Agosto 27 de 2013 mañana	Presentación e Historia personal
Agosto 27 de 2013 tarde	Película “Cicatrices I”
Agosto 28 de 2013	Torneo de Billar
Agosto 29 de 2013	Diario de Campo
Agosto 30 de 2013	Torneo de Billar
<b>SEPTIEMBRE</b>	
Septiembre 2 de 2013	Torneo de Billar
Septiembre 3 y 4 de 2013 tarde	Película “Cicatrices I”
Septiembre 6 de 2013 tarde	Torneo de Billar

Septiembre 9 de 2013	Historia personal
Septiembre 10 de 2013	Película “Cicatrices II”
Septiembre 11 de 2013	Película “Cicatrices I”
Septiembre 13 de 2013 tarde	Historia personal
Septiembre 16 de 2013 tarde	Salida a la cancha
Septiembre 17 de 2013	Película “Cicatrices II”
Septiembre 18 de 2013	Conferencia
Septiembre 20 de 2013	Salida a la cancha
Septiembre 23 de 2013	Charla
Septiembre 24 de 2013	Conferencia
Septiembre 25 de 2013	Actividad “Así soy yo”
Septiembre 27 de 2013	Charla
Septiembre 30 de 2013	Actividad “Así soy yo”
<b>OCTUBRE</b>	
Octubre 1 y 2 de 2013	Salida a la cancha
Octubre 4 de 2013	Actividad “Así soy yo”
Octubre 7-9, 11 de 2013	Actividad de relajación
Octubre 15, 16, 18, 21 de 2013	Película “Los coristas”
Octubre 22, 23, 25 y 28 de 2013	Actividad Acróstico
Octubre 29 y 30 de 2013	“Hágase rico espiritualmente”
<b>NOVIEMBRE</b>	
Noviembre 1 de 2013	“Hágase rico espiritualmente”
Noviembre 5,6 y 8 de 2013	Salida a la cancha

Noviembre 12, 13, 15, 18 de 2013	Charla
Noviembre 19, 20, 22 de 2013	Despedida
<b>MARZO</b>	
Marzo 4, 7, 11, 14 de 2014	Película “No se aceptan devoluciones”
Marzo 18, 21, 25 y 27 de 2014	Película “cicatrices II”
<b>ABRIL</b>	
Abril 1 de 2014	Asesorías Individuales
Abril 8, 10, 22, 24 de 2014	Película “Siempre a mi lado”
Abril 29 de 2014	Charla “La familia”
<b>MAYO</b>	
Mayo 6 y 13 de 2014	Charla “La familia”
Mayo 15 de 2014	Actividad “como eres”
Mayo 20 y 22 de 2014	Actividad “La manzana podrida”
Mayo 26 de 2014	Película “Circo de las mariposas”
Mayo 27 y 29 de 2014	Actividad “Mi proyecto de vida”
<b>JUNIO</b>	
Junio 3 y 5 de 2014	Actividad “Juego de roles”
Junio 10 y 12 de 2014	Actividad “Aguantar el muro”
Junio 17 y 19 de 2014	Audio-reflexiones y despedida
Junio 24 y 26 de 2014	Cierre asesorías
<b>AGOSTO</b>	
Agosto 4 a Noviembre 28 de 2015	Realización de Ivic para cambio de fase

Anexo 3. Tabla 3

*Evaluación del cumplimiento de los objetivos*

Objetivo general	Objetivos específicos	Actividades	Aciertos de cada actividad	Oportunidades de mejora por actividad	Logro de los objetivos específicos	Logro del objetivo general
Fomentar el autocuidado en los Internos del Establecimiento Penitenciario de Mediana Seguridad y Carcelario de	Reconocer las características, necesidades y capacidades de los internos del Establecimiento Penitenciario	Video “El circo de las mariposas”	Se logró que los internos de los grupos de trabajo identificaran que poseer algún tipo de limitación no es impedimento para realizar los proyectos que se planteen.	Los aciertos logrados con las actividades de videos y películas, se determinan a través de los conversatorios realizados con los internos, por	Este objetivo específico, se logró totalmente en el transcurso del periodo práctico. A través del aumento de la capacidad de	El cumplimiento de este objetivo es parcial porque las actividades fueron muchas veces reprogramadas por

<p>Medellín (EPMSC- MED)</p>	<p>La Historia de la Vida</p> <p>Se obtuvo, con la realización de esta actividad, la posibilidad de que los internos “exploraran”</p>	<p>eso es importante programar más espacios para conocer todas las enseñanzas obtenidas posteriores a la visualización de los videos.</p> <p>Para esta actividad se presenta la oportunidad de realizarla con</p>	<p>mantener una conversación y de hablar abiertamente de sí mismos, mediante el desarrollo de las actividades, se le permitió al psicólogo en formación e incluso al mismo interno, el reconocimiento de</p>	<p>inconvenientes presentados en el centro Penitenciario como no poder contar con la compañía de los dragoneantes, ya que salían a remisión, lo que dificultaba la posibilidad de acceder a los patios; los ensayos de las</p>
--------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>en su memoria todo el transcurso de su vida, e identificaran aquellos aspectos que los afectaron de manera positiva o negativa, para así relacionarlos con las actividades enfocadas en trabajar en dichos efectos.</p>	<p>materiales más interactivos que resulten más llamativos a los internos.</p>	<p>características, necesidades y demás, tal como lo plantea el objetivo.</p>	<p>orquestas musicales conformadas por internos; la dificultad para ingresar a la cárcel por la salida y/o el ingreso de internos cuyo proceso lleva mucho tiempo y otros diversos problemas sociales que</p>
<p>Historia personal</p>	<p>Esta actividad también se basa en “explorar” su</p>	<p>Es importante realizar esta actividad al</p>		

memoria, sin embargo en esta ocasión se logró que lo internos identificaran sus sentimientos, emociones, necesidades o preferencias, incrementando su capacidad de comunicarlos, para afrontar con mayor facilidad la situación en la que	comienzo y final del proceso práctico con los internos; así, se puede identificar los cambios en la manera en que se perciben.	impiden la salida de los internos al patio, problemas que se presentaron durante todo el proceso y que causaron modificaciones al cronograma.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

se encuentran  
actualmente.

Película "Cicatrices I"	Con estas dos películas, se consiguió que los internos	Es necesario que para esta actividad se pueda disponer
Película "Cicatrices II"	reconozcan la importancia de sus actos y sus efectos en la convivencia; de saber que deben controlar sus acciones porque nunca se saben	de más cantidad de tiempo, de manera que no se requieran tantas sesiones para terminar de visualizar los videos.

	cómo volverán a	
	afectarnos a ellos	
	mismos.	
	Con esta actividad	
	se obtuvo el	Para esta
	acierto de que	actividad se
	cada interno se	presenta la
	formó una imagen	oportunidad de
Actividad	de sí mismo más	realizarla con
“Así soy yo”	ajustada en	materiales más
	relación con lo que	interactivos que
	los demás piensan	resulten más
	de ellos,	llamativos a los
	incrementando su	internos.
	nivel de	

	autoestima.	
“Hágase rico espiritualmente”	Con estas lecturas se	Con esta
	logró determinar la	actividad se
	capacidad de	presenta la
	reflexión de los	oportunidad de
	internos y de	que fomentar la
	relacionar las	escritura, a través
	experiencias contadas	de la escritura de
	con las propias; En	cuentos y/o
	estas se identifica que	reflexiones
	para los internos es	acerca de sus
	más fácil asimilar sus	experiencias;
	problemas cuando los	incluso brindar
	relaciona con	apoyo a aquellos
	experiencias ajenas.	que no pueden

		escribir para posibilitarles realizar esta actividad.
Película “No se aceptan devoluciones”	Después que cada interno se reconociera a sí mismo, por su propia percepción y por la de los demás, fue importante que se aceptara, hecho logrado a través de esta película,	Es necesario que para esta actividad se pueda disponer de más cantidad de tiempo, de manera que no se requieran tantas sesiones para terminar de visualizar los

quien a través de videos.  
 la experiencia de  
 un personaje,  
 revela la  
 importancia de  
 auto-aceptarse  
 para desarrollar de  
 manera efectiva su  
 proyecto de vida.

Asesorías  
 Individuales

El mayor acierto  
 con esta actividad  
 es el  
 reconocimiento de  
 la situación  
 emocional y

Para mejorar esta  
 actividad es  
 necesario que el  
 establecimiento  
 brinde más  
 espacios en los

psicológica de los que los internos  
internos, de poder puedan  
brindar un espacio, expresarse para  
con una persona evitar el aumento  
en quien ellos del aislamiento y  
podían confiar la depresión.  
para  
“desahogarse”.

Charla “La  
familia”

Con el desarrollo Para los internos  
de esta charla se la familia tiene  
logró que los mucha  
internos descubran importancia,  
la importancia de incluso muchos  
su familia en todo de ellos tienen

el proceso de	temor de
resocialización en	perderla, por eso
el que se	es importante
encuentran, y el	involucrar más a
rol que	las familias en
desempeñan	este proceso,
dentro de esta	desarrollando
estructura, la	actividades que
familia; Además,	generen efectos
se obtiene	positivos sobre
información	los internos.
importante en este	
proceso.	

Actividad “como eres”	Con esta actividad se logró dar a conocer al interno aquella capacidad que tiene el hombre de distinguirse a sí mismo del mundo exterior, para que adquiriera conciencia de su rol y se responsabilizara de sus actos, por lo que se observa mejorías en la convivencia.
--------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Actividad “Mi proyecto de vida”	Se logró a través de esta actividad el fomento de la autorrealización, donde el interno desde su experiencia, crea fines, metas, traza en su vida una forma de realizarse en la vida.	Para esta actividad también se presenta la oportunidad de realizar una comparación del proyecto de vida antes y después del proceso de formación del autocuidado; de esta manera se puede determinar de manera más
---------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

objetiva los  
cambios  
generados  
durante el  
proceso.

Audio- reflexiones	Estas son de las actividades con las que se buscó generar un ambiente en el cual hay mayor	De acuerdo a la preferencia que manifestaron los internos por realizar las audio-
Actividades de relajación	conexión con el yo interno y disminuir la tensión; lo cual hace referencia al	reflexiones, es importante brindar más espacios físicos y

gran acierto en el	mayor tiempo
proceso del	para aumentar la
fomento del	frecuencia de
autocuidado.	realización de
	dicha actividad.

<p>Promover la interacción entre los internos del Establecimiento Penitenciario</p>	<p>Película “Los coristas”</p>	<p>Se logró que los internos, reconozcan la importancia de llevar una buena convivencia a través de la visualizar una experiencia similar a la que actualmente viven.</p>	<p>Es necesario que para esta actividad se pueda disponer de más cantidad de tiempo, de manera que no se requieran tantas sesiones para terminar de visualizar los videos.</p>	<p>Este objetivo planteado se realizó durante todo el periodo práctico ya que no sólo se buscaba incidir sobre el interno, sino también sobre el entorno en el que se encuentran. Por tal razón, el objetivo se cumplió totalmen</p>
	<p>Actividad Acróstico</p>	<p>Con esta actividad se logró que los individuos se</p>		

formaran una  
imagen ajustada a  
través de la  
opinión de sus  
compañeros;  
muchos de ellos  
manifestaron el  
desconocimiento  
de sus propias  
características, lo  
que resulto útil  
para incrementar  
su autoestima.

te, porque se  
pudieron llevar a  
cabo las  
actividades que  
buscaban generar  
interacción entre  
los internos y  
estos cada vez  
revelaban más  
interés en  
participar.

Película "Siempre a mi lado"	Con esta actividad se brindaron los espacios de esparcimiento y de convivencia solicitados por los internos. Estas actividades se convierten en un cambio de rutina que genera grandes efectos en el estado anímico de los internos.	Es importante desarrollar con más frecuencia estas actividades, ya que trae efectos positivos en el interno, evitando el aislamiento.
------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Actividad “La manzana podrida”	Estas tres actividades se basaron en dos objetivos, en el reconocimiento de	La gran oportunidad para
Actividad “Juego de roles”	las características y necesidades de los internos y en la promoción de la interacción de los	el desarrollo de la actividad radica en tener
Actividad “Aguantar el muro”	mismos. De esta manera, se logró acertar en el desarrollo de las actividades porque	espacios más abiertos y más materiales que incentiven más a la participación.

a través de la  
realización de  
actividades que  
requieren la  
participación del  
otro y del trabajo  
en equipo, se logró  
identificar los  
propios  
sentimientos,  
emociones,  
preferencias, para  
capaces de  
dominarlos,  
expresarlos y

comunicarlos a los  
demás, para  
finalmente lograr  
el objetivo.

Generar en los internos del Establecimien to Penitenciario hábitos y actitudes relacionadas con la seguridad, la	Torneo de billar  Salida a la cancha  Charla acerca del consumo cigarrillo	Con estas actividades se obtuvo un notable progreso en la adquisición de hábitos y actitudes higiénicas y saludables; incrementóla participación en	Es importante profundizar y hacer más insistencia en disminuir el consumo del cigarrillo, para evitar las graves consecuencias sobre la salud.	El cumplimiento de este objetivo específico es parcial; se lograron cambios muy notables y satisfactorios; sin embargo es necesario que el Centro
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

higiene y el  
fortalecimiento  
de la salud.

Charla acerca  
del  
autocuidado

las actividades  
deportivas  
realizadas por la  
institución, incluso  
aprovecharon más  
las salidas a la  
cancha, hay mayor  
preocupación por  
la apariencia física  
y por mantener  
limpios los  
espacios donde  
habitan.

Penitenciario  
aporte más  
recursos para  
implementos de  
aseo, de manera  
que la  
motivación por  
mantener la  
higiene y salud  
sea cada vez  
mayor.