

Proyecto de Intervención: Mecanismos de Afrontamiento de la Ideación Suicida en los Uniformados en el Grado de Patrullero, ante la Resolución de Conflictos Cotidianos.

Ángela Liliana Rojas Mayorga

Laura Cristina Ruiz Grisales

Sandra Yulieth Serna Ríos

Universidad Católica Luis Amigó
Especialización En Intervenciones Psicosociales

Proyecto de Grado

2021

Antecedentes

A nivel mundial, el suicidio se ha convertido en un fenómeno del comportamiento humano; de acuerdo a las cifras obtenidas y analizadas por la Organización Mundial de la Salud (en adelante OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (en adelante OPS), actualmente el suicidio está catalogado como un problema de salud pública en todo el mundo, el cual tiene consecuencias a nivel social, emocional y económico, siendo además la segunda causa de mortalidad en adolescentes entre los 12 y los 19 años. Según la OPS, se registran unos 800.000 suicidios por año en todo el mundo y se estima que cada suicidio afecta directamente al menos a seis personas (Organización Panamericana de la Salud, 2018).

Teniendo en cuenta lo mencionado en el párrafo anterior y según lo planteado por Corona, Hernández y García frente al suicidio se manifiesta que:

A nivel mundial esta lesión auto infligida representa el 50% de todas las muertes violentas registradas entre hombres y 71% entre mujeres. En las Américas el suicidio aportó el 12% de la mortalidad por causas externas variando según la región en 19,7% en Norteamérica y 7.8% en Centroamérica, con un total anual de 63.000 fallecidos (Corona, Hernández, & García, 2016).

Desde disciplinas como la psiquiatría, la psicología, la sociología y la medicina se ha buscado no solo comprender las diferentes problemáticas y factores que influyen en que un individuo contemple ideas suicidas, sino que también se busca comprender de manera pormenorizada, cuáles son las primeras manifestaciones o síntomas de una persona con tendencia suicida; sin embargo, identificar de forma contundente cuales son los comportamientos que puede exteriorizar una persona con ideación suicida es complejo, por lo cual es necesario recurrir a diferentes técnicas que permitan vislumbrar dichos acercamientos.

A nivel general, dentro de los factores de riesgo más comunes frente a la ideación suicida y el suicidio, es posible tener en cuenta elementos como la falta de oportunidades académicas y laborales, la violencia intrafamiliar, la pobreza, el aislamiento social, el bullying, la percepción del cuerpo y la falta de sensación de pertenecer socialmente. Asimismo, ha sido posible identificar factores de riesgo asociados con la orientación sexual, las prácticas religiosas, antecedentes de comportamiento suicida en la familia y grupo de pares más cercano, el consumo de alcohol o sustancias psicoactivas y sintomatología depresiva (Barros, Reschetti, Martínez, & Cabral, 2017).

Es importante señalar que los intentos de suicidio son mucho mayores que los suicidios consumados y esta conducta se constituye como uno de los principales factores de riesgo para las personas. De acuerdo con la OMS (2019) durante el año 2016, más del 79% de los suicidios a nivel mundial tuvieron lugar en países de ingresos medianos y bajos. Muchos de estos suicidios, se producen de forma impulsiva en momentos de crisis que afectan directamente la capacidad de los seres humanos para afrontar situaciones tensionantes, en las cuales salen a flote y se congregan los factores de riesgo ya mencionados, de igual manera se pueden adicionar situaciones relacionadas con problemas financieros, ruptura de relaciones afectivas o los efectos físicos de enfermedades crónicas; también, las experiencias relacionadas con conflictos, desastres, violencias, abusos, pérdidas y sensación de aislamiento, son claramente factores de riesgo relacionados con las conductas suicidas.

Ahora bien, en cuanto a la revisión de antecedentes de proyectos de intervención psicosocial frente a la prevención del suicidio, se encuentran como referencias, acciones adelantadas a nivel internacional en países de la Unión Europea y en Latinoamérica en Chile. En estos proyectos se identifica como un eje fundamental para la prevención del suicidio, la

intervención del estado, a través de la construcción y consolidación de políticas sociales que apunten a fomentar el autocuidado y la promoción de la salud mental principalmente. Dentro de la propuesta encontrada correspondiente a Chile, se plantea como objetivo central “fomentar las competencias en la población para el autocuidado y la promoción de estilos de vida saludables” (Rojas, 2013), y desde la propuesta de la Unión Europea, se expone como objetivo “incrementar la conciencia sobre la importancia de aplicar estrategias de prevención del suicidio” (Dumon & Portzky, 2014).

En ambas propuestas, se da trascendencia a la capacitación de los profesionales que participan en los procesos de intervención frente al manejo de la problemática del suicidio y su prevención, con el fin de generar impacto en las poblaciones objeto de los proyectos. De la misma manera, se concede especial atención a la importancia de construir programas de prevención del suicidio en el ámbito escolar, teniendo en cuenta que dentro del grupo etario de niños y adolescentes, el suicidio es la segunda causa de muerte; indicando entonces que es necesario enfocar esta intervención en el fortalecimiento de los factores protectores, desarrollando actividades relacionadas con temáticas como el fortalecimiento del autoestima, expresión de emociones, desarrollo de habilidades para la vida, entre otras (Rojas, 2013).

En Estados Unidos donde el suicidio es la décima causa de muerte y donde se estima que los intentos de suicidio se producen hasta 25 veces más frecuentemente que los propios suicidios, Chesin y Stanley (2015) buscaron determinar los factores de riesgo y las señales de alerta del suicidio y de esta manera, establecer las pautas de evaluación del suicidio clínico y proporcionar las medidas para las intervenciones psicosociales en casos de crisis suicidas e intervenciones a largo plazo para reducir el riesgo de suicidio.

Para poder determinar dichos riesgos, realizaron una revisión de narraciones de los factores del suicidio inminente y las intervenciones psicosociales para la prevención. Los factores de riesgo inminente son difíciles de precisar, sin embargo, se pueden considerar los siguientes: desesperanza, rabia, ira, imprudencia, sentirse atrapado, aumento de consumo de drogas, aislamiento social, ansiedad, agitación, hipo o hipersomnia, cambio de humor y falta de propósitos o razones para vivir (Chesin & Stanley, 2015, pág. 24).

En este sentido se enfocaron en la terapia conductual dialéctica, donde por medio de la aceptación y terapia constante, los individuos mostraron avances, también en la terapia a corto plazo con la psicoeducación, es decir en la educación del círculo social del paciente, para que éstos restringieran los medios por los cuales el individuo puede ocasionarse daño y el control constante de los pacientes logró persuadir las conductas suicidas (Chesin & Stanley, 2015).

Otro trabajo interesante es el realizado por la Universidad de Costa Rica (Castillo Echeverría & Maroto Vargas, 2016), con el cual se buscó desarrollar una comprensión de los riesgos de suicidio y la manera de prevenirlo en la comunidad de Santa María de Dota. Para lograr dicho objetivo se emplearon técnicas como entrevistas, grupos de discusión y talleres, con la finalidad de poder conocer las perspectivas de los habitantes sobre el tema. Es importante señalar, cómo el suicidio sigue siendo un tabú, puesto que no hay un dialogo abierto sobre éste. Pese a lo anterior, la población reconoce cómo las redes familiares son de gran ayuda para solventar las diferentes problemáticas y también hacen hincapié en la manera cómo el limitado acceso a servicios de psicología e incluso las creencias existentes en torno a la consulta con un psicólogo, conlleva a que los casos de suicidios sean mayores.

No obstante, al reconocer las falencias, la comunidad pudo establecer posibles rutas de prevención del suicidio; entre estas crear ambientes donde los jóvenes y la comunidad en general

puedan dispersarse y realizar diferentes actividades. Por otro lado, la realización de talleres fue una estrategia adecuada para hablar sobre la prevención del suicidio y como la capacitación de personal profesional para tratar a las personas con tendencias suicidas puede ser de gran ayuda. Una parte fundamental de este estudio es que vislumbra como a partir de la participación de la comunidad el suicidio es más percibido como una problemática social que como una patología.

Dentro del contexto nacional, es posible señalar varias propuestas, entre las cuales se encuentran las de la Secretaría de Educación de Bogotá y del Ministerio de Protección Social. La primera, tiene como estrategia la implementación de planes de prevención y promoción de estilos de vida saludables en el ámbito escolar, brindando herramientas a todos los actores allí involucrados -docentes, adultos cuidadores y estudiantes-, fomentando las prácticas de autocuidado y fortaleciendo la calidad de vida; la segunda, propone un modelo de atención y gestión por niveles, incluyendo a todos los actores sociales, presentando un servicio que se compone de visitas domiciliarias por parte de un equipo interdisciplinario -profesionales en psicología, trabajo social- propendiendo por brindar atención a nivel individual, familiar y comunitario (Palencia, 2014).

Aunado a lo anterior, es importante no aislar totalmente la parte médica y psicológica de las tendencias suicidas, pero también es importante advertir cómo el medio social donde se desenvuelven los individuos influye considerablemente en la manera como conciben la realidad y el modo de enfrentar las diferentes situaciones que se les presentan. En este sentido el trabajo realizado con 30 estudiantes con edades entre los 9 y 14 años de la ciudad de Cali, Colombia en los años 2009 y 2010 buscaba fomentar conductas de prevención del suicidio y dotarlos de herramientas para contrarrestarlo. La intervención contó con 4 fases: la primera buscaba identificar en los estudiantes los factores de riesgo. En la segunda fase, se elaboró el programa

educativo. En la tercera fase, se implementó el programa bajo los principios de educación en salud. Y una cuarta fase, donde se evaluó el impacto de las actividades realizadas (Piedrahita, Paz & Romero, 2012). Con dicho trabajo se consiguió instruir a los adultos de conceptos básicos y de métodos para poder realizar procesos de intervención con estudiantes en posible riesgo. Dicha información permitió identificar y generar un tratamiento oportuno y, por ende, la disminución de estos actos.

Como se mencionó anteriormente los factores medioambientales contribuyen en mayor medida a que se presenten tendencias suicidas, la presencia de adversidades en la familia, problemas emocionales, financieros entre otros. De esta manera se evidencio que las tendencias suicidas en adolescentes cada vez van en incremento y las formas de atentar contra su vida son cada vez más violentas.

En este sentido, se retoma la “Propuesta de Intervención Educativa para la Prevención de la Conducta Suicida en Adolescentes en la Ciudad de Manizales Colombia” realizada en el año 2017 por parte de Sandra Constanza Cañón y José J. Castaño Castrillón, profesor titular del Grupo de Psicología Clínica y Procesos de Salud de la Universidad de Manizales, cuyo objetivo fundamental fue presentar la propuesta de intervención en los grados sexto a octavo de un colegio de la ciudad de Manizales, con la finalidad de identificar el riesgo suicida, por intermedio de cuatro instrumentos de medición y evaluación, aplicados a 103 estudiantes; es así, como se logró la identificación de factores de riesgo relacionados con baja autoestima, no obstante, posterior a la aplicación de los instrumentos y la identificación de los factores de riesgo, se realizó una intervención durante un mes, consistente en aplicación de talleres de arte, expresión corporal, auto reconocimiento, entre otros; logrando obtener resultados significativos luego de una segunda aplicación de los instrumentos de medición, con relación a la primera

aplicación; por consiguiente, se puede concluir que los factores de riesgo frente a la conducta suicida, puede ser prevenibles siempre y cuando se realice una intervención centrada en términos de efectividad y pertinencia.

Teniendo en cuenta todo lo antes mencionado, se hace necesario implementar evaluaciones de salud mental desde muy temprana edad, que apunten al cuidado de la salud integral de todo individuo. Dicha vigilancia de niños y adolescentes necesariamente tendría que incluir el primer nivel de atención en salud, evaluando especialmente a aquellos individuos que forman parte de grupos de alto riesgo para problemas en salud mental, como podrían ser los hijos de padres con psicopatología (Palacios, 2015).

Plataforma de Gestión

La Policía Nacional es una institución de carácter público y naturaleza civil que fue creada en el año 1891, mediante el decreto 1000 del 5 de noviembre del mismo año, con el fin de prestar servicios de seguridad y vigilancia a la comunidad. A lo largo de los años, la institución ha experimentado algunos cambios. Desde 1995 se viene ejecutando el Plan de Transformación Cultural y Mejoramiento Institucional (Evolución Histórica - Policía Nacional, 2009) el cual tiene como tarea modificar normas, estructuras y procedimientos y a su vez, intervenir en el pensar y actuar de quienes integran la institución.

Teniendo en cuenta el carácter público de la institución, es a partir de la Resolución 00003 del 01 de enero de 2019, que se establecen y adoptan las definiciones estratégicas y el marco estratégico institucional 2019-2022, con el cual la institución se compromete con los requisitos legales y normativos, mejorando de esta manera la eficacia y eficiencia de sus procesos. En este sentido la institución moviliza su accionar principalmente por el manteniendo

de la convivencia como condición necesaria para el ejercicio de los derechos, libertades públicas y de esta forma asegurar que los habitantes de Colombia convivan en paz.

Asimismo, la Policía Nacional busca la proyección y la preparación de sus integrantes para dar respuesta a los cambios a nivel social, local y global como resultado de las transformaciones estructurales de la cultura y generar una conciencia de futuro responsable en la ciudadanía y de esta manera responder a las diferentes dinámicas (Policía Nacional, 2019).

Partiendo de lo anterior, para poder cumplir con la misión y la visión institucionales, los funcionarios de la entidad deben reflejar en su actuar cotidiano los principios de la vida, la dignidad, la excelencia, la equidad y la coherencia; además, valores como la honestidad, la vocación policial, el compromiso, el honor policial, la disciplina y la solidaridad.

Los principios mencionados, permitirán cumplir con el objetivo central La Policía Nacional, que es el servicio de policía a través de la unidad institucional para responder a los diversos comportamientos generacionales y regionales que impactan en la convivencia, mediante la innovación, el uso de herramientas tecnológicas y la optimización de los recursos. Es importante mencionar que, dentro de este objetivo se toma como referente el Plan Nacional de Desarrollo 2018-2022 y las directrices que de allí emanan.

Por otro lado, es importante indicar la organización jerárquica donde el Ministerio de Defensa lidera todas las acciones relacionadas con el mantenimiento del orden constitucional y garantiza la convivencia democrática en Colombia. Dentro de la Dirección General de la Policía, se encuentran los niveles de asesor, supervisión y control, entre tanto la subdirección general se encuentran los niveles operativo, administrativo y educativo.

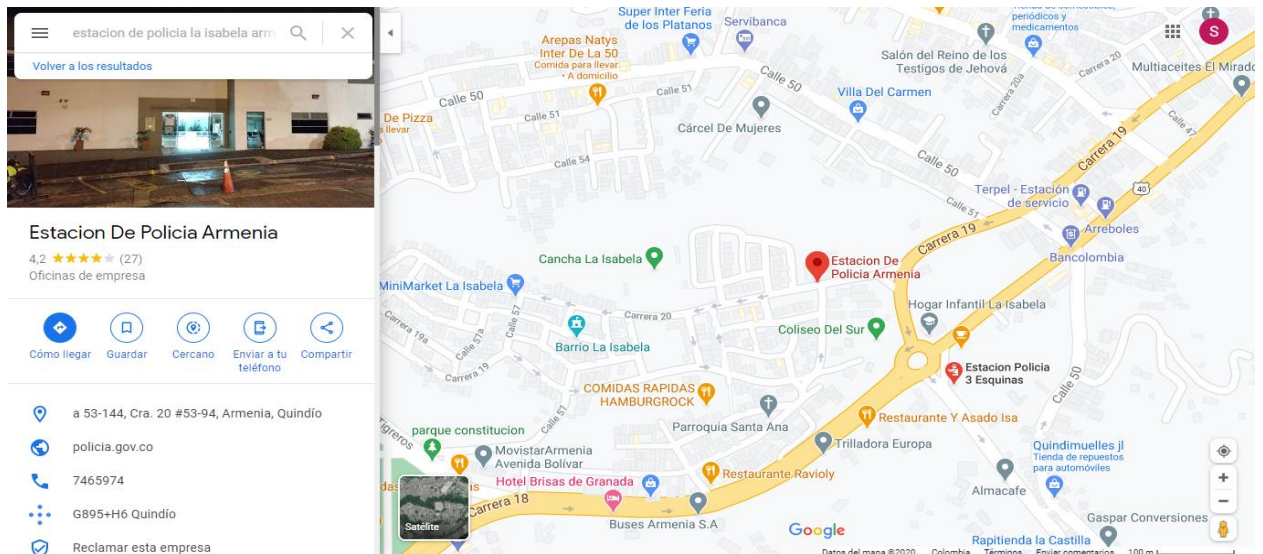
Ya expuesto lo anterior y teniendo como fundamento el principio de la vida entendido como *“la protección y defensa de la vida humana, la diversidad biológica y el ambiente, en*

procura de mantener entornos saludables y de convivencia” (Policía Nacional, 2019), se delimita específicamente, el Departamento de Policía del Quindío, en el municipio de Armenia en la estación La Isabela, para desarrollar el proyecto de intervención psicosocial centrado en la prevención del suicidio en patrulleros de 19 a 25 años.

Diagnostico Psicosocial

Referente contextual y Legal

Para llevar a cabo la intervención psicosocial para el gesto suicida, tenemos como población objeto los patrulleros de 18 a 25 años de la Estación de Policía la Isabela, la cual pertenece al Departamento de Policía del Quindío en la ciudad de Armenia.



La estación de Policía La Isabela está ubicada en el barrio la Isabela el cual fue fundado hace 54 años, la población que habita el sector es de estrato socioeconómico 3, es un barrio tranquilo, donde no se evidencian problemáticas de convivencia, consumo de sustancias psicoactivas u homicidios. Sin embargo, los barrios adyacentes si presentan dichas problemáticas, lo cual puede influir en la presentación eventual de conflictos en el sector.

Los patrulleros de la zona son los encargados de brindar el servicio de seguridad a la población de la comuna 1 denominada “Centenario” la cual compone alrededor de siete barrios aledaños al barrio la Isabela y que corresponde al cuadrante No. 24, esto enmarcado dentro de la política de seguridad institucional denominada Modelo Nacional de Vigilancia Comunitaria por Cuadrantes, la cual busca la prevención del delito y las contravenciones (Policia Nacional, 2020); durante la prestación del servicio, los uniformados se ven enfrentados a resolver diferentes tipos de problemáticas como son: riñas, casos de violencia, contravenciones, consumo, hurtos entre muchos otros.

La conducta suicida se ha convertido en un problema de salud pública que debe ser contrarrestado e intervenido por los diferentes entes del gobierno, en donde las intervenciones como la promoción de salud mental, la prevención y atención a los problemas y trastornos mentales, deben involucrar a diferentes sectores e instituciones y a la sociedad civil, evitando así desenlaces fatales.

Por ello el Ministerio de Salud, aborda el tema de manera integral y proporciona a los actores del Sistema General de Seguridad Social en Salud, información que permita orientar las decisiones en salud mental, a nivel territorial y en los diferentes entornos donde se prestan servicios. También se quiere llegar a la comunidad en general, para que identifique cuáles son los grupos poblacionales vulnerables, los signos de alarma y cuáles son los mecanismos para la prevención de la conducta suicida.

Asimismo, el Ministerio de Salud y Protección Social atendiendo lo dispuesto en la Ley 1751 de 2015 o Ley Estatutaria de Salud y en el Plan Nacional de Desarrollo, formalizó la Política de Atención Integral en Salud (PAIS) a través de la Resolución 429 de 2016, cuya finalidad primordial es centrar la acción de salud en las personas, a nivel individual, familiar y

colectivo, garantizando de esta manera el acceso de los ciudadanos a servicios seguros, accesibles y humanizados. En este sentido, la Ruta Integral de Atención para Problemas y Trastornos Mentales y Epilepsia, tiene por objetivo brindar atención integral a los pacientes, bajo un modelo operativo enmarcado en la gestión del riesgo, buscando la prevención de complicaciones, el tratamiento oportuno y la rehabilitación y garantizando resultados clínicos, satisfacción del usuario y reducción de costos; evidenciando porcentaje de pacientes con riesgo de suicidio, tasa de intento de suicidio y tasa de suicidio, con el fin de evaluar los resultados en salud esperados.

Para poder cumplir con dichos propósitos El Ministerio ha desarrollado una página web dirigida a la población general con contenidos alusivos a la prevención del suicidio, donde las personas podrán encontrar entre otras cosas: el directorio con las líneas de apoyo en salud mental disponibles en el país, datos de los puntos de contacto en cada territorio para la gestión de acceso a los servicios de salud, información sobre signos de alarma, factores asociados a la conducta suicida y pautas para ayudar a las personas en crisis, directorio de referentes de salud mental de las secretarías departamentales y distritales de salud, documentos técnicos y enlaces de interés, entre otros” (Ministerio de Salud y Protección Social, 2017)

Caracterización de la Población

Para el desarrollo del proyecto de intervención psicosocial se elige el Departamento de Policía del Quindío, en la ciudad de Armenia, Estación La Isabela, el sector donde está ubicada la estación, lleva el mismo nombre y es un barrio tradicional de la ciudad que tiene 54 años de antigüedad; la mayoría de sus habitantes pertenecen a un estrato socioeconómico 3, lo que facilita que varios de los patrulleros de la estación vivan en la zona o en áreas aledañas, por

cuestiones económicas, puesto que éstos tienen unos ingresos netos mensuales que van desde el \$1.600.000 a 2.500.000. dicho salario es el sustento no solo del patrullero, sino de su familia que en muchas ocasiones se encuentra en una ciudad diferente.

Es importante mencionar en este punto que debido al carácter nacional de la institución muchos de los patrulleros son de otras zonas del país, lo cual permite encontrar en el personal una gran diversidad cultural y étnica; sin embargo, permite ver características comunes como lo es la religión católica y cristiana. También cabe señalar, que el hecho de que muchos de los patrulleros sean de otras zonas, conlleva a que dejen a sus familias en sus lugares de origen, lo cual conlleva a la separación de los vínculos de filiación y afinidad y que la mayoría de ellos conformen relaciones temporales, debido a la rotación continua de ciudad; de igual manera, ante la situación de que su núcleo familiar primario se encuentra ubicado en otras zonas geográficas diversas y se tienen pocas jornadas de descanso, su estabilidad emocional se ve vulnerada y afectada. No obstante, el desarrollo de actividades como el futbol y la natación, contribuye a que su estancia sea más agradable.

En cuanto a las figuras de autoridad, el hecho de portar uniforme, hace que ellos se vean como su propia figura de autoridad y reconozcan para ellos, a los mandos superiores como figuras de autoridad (ámbito laboral). Frente a conflictos y tensiones, cabe mencionar que los funcionarios se ven sometidos a este tipo de situaciones estresantes de manera permanente, a lo que se puede sumar el cumplimiento a funciones administrativas que aumentan la tensión, adicional a los conflictos emocionales por presión de sus familias o parejas, situaciones que se convierten en factores de riesgo frente a la ideación suicida.

En el caso particular del proyecto se trabajará con un estimado de 67 patrulleros adscritos a esta dependencia que tienen edades de los 19 a 25 años de edad. Dicha edad se establece puesto

que es donde mayor susceptibilidad se presenta; también los antecedentes de la institución evidencian como el suicidio se ha presentado en varias oportunidades al interior de la institución. Los casos documentados por la Dirección de Sanidad, donde a través de los procesos de vigilancia epidemiológica se encontrado que para el año 2009 se registraron 38 suicidios de uniformados activos, no obstante, ha sido posible evidenciar que las muertes por suicidio se han reducido; de acuerdo con Parodi (2012) “en el año 2011, la tasa general de suicidios fue de 18 por cada 100.000 uniformados, mientras que en el 2010 fue de 20 por cada 100.000 uniformados”.

Las cifras anteriores pueden llevar a pensar que al interior de la institución se están generando herramientas que han ayudado a prevenir el suicidio, no obstante, se debe profundizar en dichas estrategias para no solo disminuir las cifras de suicidio, sino también las tentativas y las ideaciones de suicidio.

En la dimensión educativa, el total de los funcionarios en los grados de patrulleros, los cuales representan la mayoría del personal, son incorporados con estudios de bachillerato, sin embargo, se les brinda un periodo de formación académica de un año, obteniendo un título de Técnico Profesional en Servicio de Policía. No obstante, debido a las altas demandas de trabajo y los horarios extensos, se ven imposibilitados para continuar con sus estudios en el nivel de pregrado, sobre todo para aquellos cuyas funciones se encuentran enmarcadas en la vigilancia (patrullaje en la calle). Algunos pocos logran alcanzar una carrera profesional, ya que sus funciones se ejecutan en las dependencias o áreas administrativas, con horarios flexibles que les permiten continuar con sus estudios de manera virtual o a distancia.

Planteamiento del problema

El suicidio es una problemática mundial, que cada día se hace más relevante y se constituye como un problema de salud pública que afecta tanto a hombres como a mujeres y no discrimina etnia o estrato socioeconómico. Es importante aclarar que dicha problemática es en gran medida prevenible y aunque muchos de los comportamientos suicidas estén determinados por causas como trastornos depresivos, el consumo de sustancias psicoactivas, antecedentes familiares, abuso sexual, así como factores socioculturales, ambientales y económicos relacionados con la baja escolaridad, el desempleo, la soltería, situaciones estresantes, aislamiento social, enfermedades orgánicas y hasta un dolor discapacitante, pueden ser factores de riesgo; se hace indispensable proponer estrategias que permitan intervenir y mitigar esta situación (Medina, Cardona Duque, & Cardona Arango, 2016).

Cabe aclarar que muchos de los suicidios inician como una tentativa, evidenciando problemas de ansiedad o angustia que pueden ser transitorios en algunos casos, pero que en otros pueden materializarse (Paspali, Takayanagi, Sawa, Banerjea, & Kynakopoulos, 2015), por lo cual las relaciones familiares juegan un papel determinante, ya que en muchos de los casos de suicidio las relaciones familiares presentan conflictos, o no se percibe falta de apoyo por parte del núcleo familiar. De igual forma, el ambiente escolar o laboral, que es donde se transcurre la mayor parte del tiempo, es fundamental para el sano desarrollo psicosocial de los individuos, afectando considerablemente la toma de esta decisión (Sanchez Sosa, Musitu, Villareal Gonzalez, & Martinez Ferrer, 2010).

Colombia no es ajena a dicha situación, el suicidio continúa como una de las causas de muerte violenta más común en el país, lo cual insta a reconocer la importancia de promover estrategias que conlleven al fortalecimiento y cuidado de la salud mental, fomentar a través de

los clubes o grupos juveniles y las escuelas familiares en las instituciones educativas, con el fin de brindar herramientas tanto a los adolescentes y jóvenes, como a sus padres o cuidadores, que contribuya a detectar la conducta suicida y saber de qué manera intervenir positivamente.

Además de las actividades ya mencionadas, es fundamental que todos los actores de la sociedad se involucren de manera activa en la prevención del suicidio, brindando información responsable a través de los medios de comunicación, en las intervenciones escolares, inclusive en el ámbito laboral, como elemento de responsabilidad social, proponiendo la introducción de políticas para la reducción del consumo de alcohol y otras sustancias psicoactivas, identificación temprana, tratamiento y atención de personas con problemas de salud mental y prestación de apoyo comunitario.

Según la OMS, en la actualidad muy pocos países han incluido la prevención del suicidio entre sus prioridades sanitarias y solo 38 países han notificado que cuentan con una estrategia nacional de prevención del suicidio, lo que demuestra la importancia de aumentar la sensibilidad de las comunidades frente a esta problemática. Asimismo, exigir la colaboración y apoyo de los diferentes actores de la sociedad frente a la prevención del suicidio, promoviendo el principio de la corresponsabilidad entre Estado – Sociedad – Familia, en cuanto al abordaje de esta problemática, lo que conlleve a promover acciones que generen impacto en la vida de las personas tanto a nivel individual y familiar, como a nivel comunitario.

De acuerdo con las afirmaciones anteriores, ha sido posible reconocer que el suicidio es uno de los flagelos que más afecta al personal uniformado de la Policía Nacional, toda vez que a nivel nacional se han suscitado diversas situaciones en las cuales se ve comprometida la vida de los funcionarios, teniendo graves consecuencias o afectando no solo a nivel individual, sino también a nivel familiar e institucional. Con el paso del tiempo, este fenómeno parece arrebatar

varias de las vidas de los uniformados, quienes posiblemente debido a múltiples problemáticas como el de laborar alejados de sus familias de origen (en la mayoría de los casos), el tiempo limitado para participar en actividades recreativas y de ocio, las dificultades para acceder a programas de educación superior, el surgimiento de escenarios de violencia intrafamiliar, problemas económicos y las dinámicas laborales que se constituyen como factores estresantes debido al cumplimiento de funciones operativas y administrativas, conllevan a que los individuos contemplen el suicidio como mecanismo para la resolución de sus problemas.

Teniendo en cuenta que la labor que ejerce el personal uniformado, requiere de altos niveles de concentración, lucidez, orientación psico-espacial entre otras tantas habilidades y aptitudes, dichas funciones exigen la incorporación de personal con excelente salud mental, capacidad resolutive e inteligencia emocional para la atención efectiva de la ciudadanía; sin embargo, en el año 2019 tan solo en el grado de patrullero, se recibieron en la Unidad Prestadora de Servicios de Salud del Departamento de Policía Quindío, alrededor de 52 casos para atención inmediata por salud mental, cifra que para el año 2020 se encuentra en aumento, con 71 casos que requirieron asistencia por salud mental; además de lo anterior, las impresiones diagnósticas no son las más alentadoras, ya que la mayoría de ellos acude por episodios depresivos, trastorno de ansiedad generalizada y trastornos mixtos de ansiedad y depresión (información suministrada del Sistema de Información SANIDAD – PONAL).

Es así, que la población mayoritariamente afectada en cuanto a la problemática identificada como “deficientes mecanismos de afrontamiento, frente al aumento de la ideación suicida en los uniformados en el grado de patrullero, como mecanismo resolutive de conflictos cotidianos” son los funcionarios adscritos a la Estación de Policía Armenia, en el grado de patrulleros, con edades entre los 19 y 25 años. Es necesario mencionar que se reconoce la

importancia de intervenir esta problemática debido al impacto y nivel de riesgo que genera para la vida de cada sujeto, así como para su familia y grupo de pares a nivel institucional.

En este sentido como se explicó desde el primer aparatado se hace necesario que teniendo identificados los factores socioculturales, económicos, ambientales que tienen injerencia al momento de que los individuos tomen la decisión de atentar contra su vida, poder contribuir en la construcción de políticas de intervención psicosocial que contrarresten el aumento de estos casos en el Departamento de Policía del Quindío de la ciudad de Armenia con personal uniformado en el grado de patrulleros.

Justificación

Teniendo en cuenta que el suicidio se ha convertido en una problemática social, que ha trascendido y se ha convertido en un problema de salud pública que día a día cobra miles de vidas alrededor del mundo, es indispensable contribuir a la generación de políticas públicas que posibiliten la disminución de estos casos y prevengan no solo el suicidio sino también los intentos y las ideaciones suicidas.

Por tal motivo, conocer los factores ambientales, sociales, políticos y religiosos que influyen en el momento de que los individuos tomen la decisión de terminar con sus vidas, permitirá la implementación de intervenciones psicosociales que generen impacto, siendo eficaces y efectivas al momento de su ejecución y a largo plazo con la población objeto de estudio.

Para este caso en particular se crearán estrategias de intervención psicosocial para los patrulleros entre 19 y 25 años de edad de la Estación de Policía Armenia - La Isabela, de la ciudad de Armenia, la cual pertenece al Departamento de Policía del Quindío, con las cuales se

buscará contrarrestar el gesto suicida en esta población. Como se mencionó anteriormente, en la institución se han presentado varios casos relacionados con conductas suicidas, muchas de las cuales llegan a ser consumadas, por lo cual es importante que a nivel institucional se propicien espacios para contrarrestar estas situaciones, teniendo en cuenta que uno de los objetivos centrales de la institución es velar por el bienestar personal, social y psicológico de cada uno de sus integrantes.

De la misma manera, realizar la intervención en esta estación nos facilitará comprender las dinámicas que se están gestando al interior de la institución y que están influyendo en la decisión de terminar con sus vidas. Del mismo modo, al ser la Policía Nacional una institución de carácter nacional, al implementar medidas de intervención que permitan disminuir las cifras de suicidio, facilitará que dichas metodologías se puedan extrapolar a los diferentes lugares y adaptarlo a las características particulares que presente en cada caso.

Objetivo general

Coadyuvar en la prevención de ideación suicida en patrulleros de la estación de policía de ARMENIA con edad entre los 18-25 años, mediante la generación de mecanismos de afrontamiento.

Objetivos específicos

Indagar sobre la frecuencia y los escenarios en los que se presenta la ideación suicida en los patrulleros del comando de Armenia, en su entorno laboral y familiar.

Visibilizar la importancia de la Salud mental en el comando de policía de Armenia, como principio del bienestar individual, laboral y familiar.

Referente Conceptual

El referente teórico es un tejido conceptual en el cual se busca interpretar una dimensión social permitiendo desarrollar ideas que den respuesta a cuestiones fundamentales sobre los fenómenos sociales, como el suicidio. Por esta razón, este proyecto retoma la teoría de sistemas como la perspectiva en la cual se definen las características del fenómeno de forma integradora y holística. Esta teoría interpreta la sociedad desde una perspectiva de las ciencias naturales, es decir, las relaciones sociales se entienden como un proceso biológico, natural en que intervienen diferentes factores ambientales. Los sistemas se definen como:

Conjuntos de elementos que guardan estrechas relaciones entre sí, que mantienen al sistema directo o indirectamente unido de modo más o menos estable y cuyo comportamiento global persigue, normalmente, algún tipo de objetivo. (Marcelo, 1998, p. 3)

Estos sistemas pueden ser de dos tipos, abiertos o cerrados, la diferencia radica en la capacidad que tenga cada uno para dejarse transformar por su ambiente (Marcelo, 1998, p. 3). Este punto es clave, pues se busca precisar la influencia que tiene el ambiente sobre las dinámicas de un sistema y sus elementos, esto solo ocurre en los sistemas abiertos que permiten el intercambio de información y, que, gracias a ello pueden lograr un estado de equilibrio. Los elementos de un sistema, en su dinámica, tienen atributos que le dan identidad al sistema y lo diferencian de otros. (Marcelo, 1998, p. 7).

Para interpretar detalladamente el fenómeno de la ideación suicida en la estación de policía de Armenia es preciso utilizar un modelo complementario de la TGS¹ que nos permita entender desde la persona cómo se presenta este fenómeno, teniendo en cuenta su entorno como ente que fomenta o inhibe ese tipo de pensamientos o ideas.

¹ A lo largo del documento se entenderá la sigla TGS como Teoría General de Sistemas.

El modelo ecosistémico o modelo ecológico del desarrollo propuesto por Bronfenbrenner brinda una perspectiva diferente al reinterpretar el ambiente ecológico como una estructura compuesta por otros sistemas anidados uno dentro del otro. Este modelo reconoce a la persona como la unidad mínima de interacción entre los sistemas y a partir de allí se definen los subsistemas. Estos están organizados de acuerdo al nivel de influencia que ejercen en el desarrollo de la persona, definiendo estos en cinco grupos fundamentales: el microsistema, mesosistema, exosistema, macrosistema y cronosistema (Bravo, Ruvacalva & Orozco, 2018, p. 97)

Los subsistemas en los cuales se ubica este proyecto son el microsistema y el mesosistema. Sistemas abiertos que están compuestos por múltiples elementos que, en su dinámica, se espera la presencia de diferentes grados de entropía. Sin embargo, estos tienen la capacidad de equilibrarse al compartir información con su medio, aunque, en ocasiones, el resultado no sea el esperado (Marcelo, 1998, p. 7).

El microsistema corresponde al ambiente inmediato, aquel en el que se establecen vínculos de afecto, confianza y cordialidad; son aquellos quienes tienen un rol definido en el desarrollo que experimenta la persona (Bravo, Ruvacalva & Orozco, 2018, p. 97). Para los participantes de este proyecto, se referirá a las familias de los patrulleros donde tienen un rol definido como: padre, hijo, hermano, esposo, etc.

El mesosistema: “Comprende las relaciones de dos o más entornos en los que la persona participa activamente” (Bronfenbrenner, 1987, p. 44 citado en: Bravo, Ruvacalva & Orozco, 2018, p. 98), quiere decir, que se centra en la relación que establece su ambiente inmediato con otros entornos como: el lugar de culto, la familia extensa, los o las compañeras de trabajo, etc., o entre ellos.

Es así, como el modelo nos permite abordar la ideación suicida como un fenómeno que tiene sus causas no solo en el individuo sino en su entorno, identificando factores que contribuyan a su permanencia o a la materialización del suicidio. Esto, con el fin de desarrollar estrategias oportunas para la prevención tanto de la ideación como del acto suicida.

En relación con la ideación suicida existen diversas concepciones, Eguiluz (1995) menciona que:

La ideación suicida es una etapa de vital importancia como factor predictor para llegar al suicidio consumado y la define como aquellos pensamientos intrusivos y repetitivos sobre la muerte auto infringida, sobre las formas deseadas de morir y sobre los objetos, circunstancias y condiciones en que se propone morir. (citado en: Castañeda & Piñerez, 2016, p.8)

Por otra parte, autores como Juan Carlos Sánchez, María Elena Villarreal y Gonzalo Musitu consideran que:

La ideación suicida, podría definirse como las primeras manifestaciones conductuales del suicidio que van desde expresiones que denotan una dificultad para vivir como “no vale la pena vivir”, hasta manifestaciones que se acompañan de intención de morir o de un plan suicida (Moya, 2008, p. 6).

De acuerdo a estos conceptos este proyecto está dirigido a aquellos patrulleros de la estación de policía de Armenia que manifiesten o hayan manifestado alguna de las características relativas a la ideación suicida. Teniendo en cuenta que la ideación suicida es una variable en el fenómeno suicida, el cual es considerado como un proceso que debe su progreso a múltiples factores que se encuentran en el ambiente de la persona. Por esta razón el propósito del proyecto es fomentar actividades relativas a la prevención del suicidio, que aborden los ambientes definidos en el micro y meso sistema de los patrulleros.

Referente metodológico

Durante la proyección práctica del proyecto se tomaron decisiones metodológicas que dan cuenta del cómo se entiende la intervención profesional. Esta se llevará a cabo en 3 momentos metodológicos, los cuales resaltan las subcategorías sobre las que se quiere intervenir y se sustentan en la teoría de sistemas, estas son: la interacción, la relación y la comunicación.

Momentos Metodológicos

1. Interacción
2. Relación
3. Comunicación/Lenguaje

Diseño Metodológico

Plan Operativo

OBJETIVO GENERAL: Coadyuvar en la prevención de ideación suicida en patrulleros de la estación de policía de ARMENIA con edad entre los 18-25 años, con un enfoque sistémico.					
Objetivos	Actividades	Meta	Indicadores	Recursos	Fuentes de Verificación
Indagar sobre la frecuencia y los escenarios en los que se presenta la ideación suicida en los patrulleros del comando de Armenia, en su entorno laboral y familiar.	<p>Actividad “Mural de Expresiones”</p> <p>Duración: 1 hora Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: Se presenta una situación estresante o un comentario acerca de los pensamientos intrusivos que conlleven a ideas estructuradas sobre auto – agresión; los participantes deberán plasmar a través de un escrito o un dibujo las situaciones detonantes que generan emociones negativas y en que escenarios se presentan, las personas involucradas y momentos específicos.</p> <p>Feed-back: Se discute acerca de las situaciones comunes entre los participantes, de igual forma se discuten sobre algunas alternativas del manejo de situaciones comunes, como estrategia de afrontamiento que a otros participantes les haya podido contribuir; por otra parte, se brindan herramientas comunicativas que coadyuven para la expresión de emociones.</p>	Identificar los escenarios en los que se presenta pensamientos asociados a la ideación suicida.	Número de escenarios identificados/ sobre número de participantes	<p>Recursos Materiales: Salón de reunión, sillas de pala, papel craft, marcadores, pinturas, lapiceros, hojas de block</p> <p>Recursos Humanos: Profesional de D-F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos Video- beam Computador portátil Sonido.</p>	*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos
	<p>Cartografía “Explorando mi entorno”</p> <p>Duración: 1 hora 30 minutos Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: Se presentan tres carteleras, una con la imagen de una casa, otra con una figura del lugar de su trabajo y otra con la imagen de cuadrante donde se movilizan o patrullan.</p>	Identificar los escenarios de riesgo, considerados como amenazantes y aquellos escenarios	Número de escenarios de riesgo identificados / sobre número de escenarios	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, papel craft, marcadores de varios colores, pinturas, lapiceros, hojas de block</p> <p>Recursos Humanos</p>	*Informes de actividades. *Planillas de asistencia.

	<p>Se solicita que identifiquen con color rojo, los lugares donde se sientan en riesgo o donde pueden generarse los pensamientos intrusivos, y con color verde, aquellos lugares en donde se sientan escuchados y donde los pensamientos intrusivos puedan desaparecer.</p> <p>Feed-back: De acuerdo a los resultados obtenidos, hacer preguntas en busca de las características de aquellos lugares reiteradamente marcados en los colores rojo y verde.</p>	<p>que se consideren protectores.</p>	<p>protectores identificados.</p>	<p>Profesional de D-F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Sonido del aula</p>	<p>*Registro fotográficos</p>
	<p>Actividad “Trueque de Ideas”</p> <p>Duración: 1 hora minutos Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: Se subdivide el grupo de parejas, se reparte por cada pareja una ficha bibliográfica que contenga una situación considerada estresante o desbordante, cada pareja deberá proponer comportamientos positivos que busquen sobrellevar dicha situación.</p> <p>Feed-back: Se votaría unánimemente sobre las mejores decisiones y las más asertivas, de igual manera se indaga sobre cómo podrían aplicar a su vida diaria.</p>	<p>Identificar alternativas de resolución de conflictos en escenarios considerados de riesgo o situaciones emocionalmente desbordantes.</p>	<p>Número de comportamientos positivos / sobre Número de situaciones propuestas.</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, papel craft, marcadores de varios colores, pinturas, lapiceros, fichas bibliográficas.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de T-S Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Video- beam Computador portátil Sonido.</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>
	<p>Actividad “Proyección de Cortometraje Estoy bien y Oktapodi”</p> <p>Duración: 40 minutos Participantes: 18 participantes</p>	<p>Dar cuenta de la frecuencia en la que se presenta la ideación suicida.</p>	<p>Frecuencia de comportamiento de riesgo / número de conductas resilientes.</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, hojas en blanco, lapiceros, lápices.</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>

	<p>Procedimiento: Se proyecta al grupo el cortometraje “estoy bien” con una duración de 7’55” con el fin de que los participantes identifiquen aquellas conductas que inciden en comportamientos de riesgo o pensamientos intrusivos, al igual se indaga acerca de la frecuencia con que estos comportamientos suelen presentarse.</p> <p>Posteriormente se proyecta el cortometraje Oktapodi con una duración de 2’55” con el fin de visibilizar conductas resilientes ante situaciones estresantes, así como, situaciones de incertidumbre frente a conductas perseverantes.</p> <p>Feed-back: mediante mesa redonda, se realiza una actividad reflexiva sobre el contenido de los videos y que enseñanza puede aportar a cada integrante.</p>			<p>Recursos Humanos Profesional de D-F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Video- beam Computador portátil Sonido.</p>	
	<p>Actividad “Teléfono roto de emociones”</p> <p>Duración: 45 minutos Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: se subdivide el grupo en dos grupos de 9 personas cada uno, se solicita que se organicen en una fila y se procede a presentar a cada grupo unas tarjetas con dibujos que representen una emoción, ya sea positiva o negativa, se solicita que un representante de cada grupo inicie personificado la ilustración de la tarjeta, sin emitir ningún sonido, utilizando su lenguaje corporal, deberá dar a conocer al compañero que se encuentra detrás el contenido de la tarjeta, el ultimo deberá representar lo mismo que el compañero del principio.</p> <p>Tarjeta 1: Niño pequeño triste Tarjeta 2: Persona aislada o apartada Tarjeta 3: Niño feliz recibiendo un regalo Tarjeta 4: Persona muy enojada Tarjeta 5: Una persona en llanto Tarjeta 6: Dos personas enamoradas</p>	<p>Facilitar el reconocimiento de las emociones, a través de la expresión corporal.</p>	<p>Numero de emociones representadas / sobre número de emociones identificadas</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, hojas en blanco, tarjetas ilustrativas.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de D-F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Sonido.</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>

	<p>Feed-back: se realiza una mesa redonda, en dónde se indaga sobre qué tan fácil resultó representar la emoción y que tan fácil resulta identificarla y se genera una reflexión sobre la importancia de la gestión de las emociones en la salud mental.</p>				
<p>Visibilizar la importancia de la Salud mental en el comando de policía de Armenia, como principio del bienestar individual, laboral y familiar.</p>	<p>Actividad “La golosa de salud mental”</p> <p>Duración: 1 hora Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: mediante la presentación y explicación de nociones técnicas acerca de la importancia de la salud mental, se da a conocer al personal participante el concepto ansiedad, signos de alarma en salud mental, diferencia de ideación suicida y acto suicida, mitos sobre el suicidio, procesamiento de las emociones e inteligencia emocional.</p> <p>Feed-back: se divide el grupo en dos subgrupos y posterior se demarca en un espacio del aula con cinta de enmascarar una golosa en el piso, la cual obtiene por cada número una pregunta sobre los temas previamente vistos, el grupo participante contará con unos minutos para responder la pregunta, si el grupo no responde de manera acertada, el grupo contrincante tendrá el derecho de responder. Se lleva el punto quien haya respondido acertadamente a los interrogantes.</p>	<p>Indagar acerca de saberes previos e instaurar conocimientos específicos sobre la salud mental y factores de riesgo.</p>	<p>Número de preguntas propuestas número de respuestas acertadas obtenidas</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, hojas en blanco, lapiceros, lápices, cinta de enmascarar, cubo para señalar el número de la golosa.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de T-S Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Video- beam Computador portátil Sonido.</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>
	<p>Actividad “Visualizo mi Tranquilidad”</p> <p>Duración: 1 hora Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: se le indica al personal participante, que deber recostarse en las colchonetas ubicadas en el aula donde se desarrollará el ejercicio, previamente ambientado con aromas y música instrumental relajante (simulando un ambiente natural), se pide no</p>	<p>Generar espacios de descargue emocional, como base fundamental en el mantenimiento de la salud mental.</p>	<p>Número de participantes que desarrollaron en ejercicio / sobre número de experiencias compartidas.</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, colchonetas tipo gimnasio, esencias</p>	

	<p>portar elementos distractores como celulares, audífonos o cualquier elemento que sea motivo de distracción, se solicita que cierren los ojos e inmediatamente imaginen una casa grande, la cual en su contenido se encuentren todas aquellas cosas que cada uno considere que lo aparte de la tranquilidad, (con voz suave pero firme se dirigen ejemplos), se pide que visualicen muy bien todos esos elementos que consideren les produce tensiones, estrés, etc., posteriormente se solicita que empiecen a alejarse de esa casa y caminen alejándose de la casa, mientras caminan las puertas se cierran al igual que las cortinas, cada vez se sienten más alejados de la casa, hasta el punto que la pierden de vista, cada vez que se avanza, se siente menos peso en el cuerpo, la cabeza se distensiona, así como el cuello, los brazos, las manos, el tronco, las piernas, los pies, todo el cuerpo se empieza a sentir mucho más liviano, así mismo se alejan los dolores, los pensamientos negativos los dolores de cabeza... se han alejado tanto que llegan a un lugar muy tranquilo, una playa donde solo se escuchan las olas del mar, vas lentamente acercándote, se introducen tus pies, se siente el agua recorrer tus piernas, las rodillas, las olas chocan en tus muslos, el abdomen, sientes como el agua revitaliza todo tu cuerpo y te da bienestar físico y mental.</p> <p>Finalmente, me acuesto en la arena y percibo los sonidos del ambiente, de manera muy lenta muevan las manos, los pies, sientan su cuerpo, abran los ojos. Se ofrece una bebida hidratante.</p> <p>Feed-back: Una vez terminado el ejercicio de visualización, se solicita a quienes quieren participar, sobre ¿cómo experimentaron el ejercicio?, ¿sintieron el descargue de emociones?, ¿lograron conectar con el ejercicio?, se recalca la importancia de la salud mental como principio fundamental del bienestar y calidad de vida personal.</p>			<p>de lavanda, bebida hidratante.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de D.F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Sonido, ambientación</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>
--	--	--	--	---	---

	<p>Actividad “Karaoke de la alegría”</p> <p>Duración: 1:30 hora / 30 minutos Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: se divide el grupo en cuatro subgrupos, se le suministra a cada grupo dos hojas, una que contiene la letra de una canción, y la segunda una hoja en blanco, la tarea del grupo es modificar la letra de la canción, en donde tendrán que crear su propia letra, pero con la condición que el contenido de la canción deberá tener exclusivamente mensajes positivos, de igual forma, el grupo deberá personificar el autor de la canción o el grupo musical. Por ejemplo mariachi, música de cuerda, banda musical.</p> <p>Canciones propuestas: La celosa Mala gente - Juanes La foto de los dos – Carlos Vives Adicta al dolor - Marbelle Estos celos – Vicente Fernández Aquí Abajo – Cristian Nodal Fuera del planeta – Manuel Medrano.</p> <p>Feed-back: Una vez culmine la actividad, se indaga a los grupos participantes sobre ¿qué tan fácil resulta componer canciones con contenido positivo? ¿Qué fue lo que más les gustó del ejercicio? ¿Qué es lo que menos le gustó? Se realiza flexión acerca de la importancia de producir contenido y emociones positivas, asimismo la efectividad de la risoterapia como soporte emocional, el cual coadyuva para una óptima calidad de la salud mental.</p>	<p>Integrar la creatividad y aplicar la risoterapia, como ejercicio de salud mental y emocional.</p>	<p>Número de canciones entregadas/sobre número de canciones transformadas de manera creativa</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, hojas en blanco, lapiceros, instrumentos musicales (guitarra, maracas, tambor, guachara etc.) ponchos, sombreros, bigotes de utilería, patillas de utilería.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de D-F Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Video- beam Computador portátil Sonido. Canciones escogidas con letra.</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>
--	---	--	--	--	---

	<p>Actividad “Noti – alerta”</p> <p>Duración: 1:30 hora / 30 minutos Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: se subdivide el grupo en 4 grupos, a cada grupo se le reparte una noticia o una crónica sobre casos y personas que han consumado el suicidio, el contenido de la noticia, debe ser contado de manera detallada, con el fin que el grupo a través de la elaboración de una cartelera, explique cuáles fueron los posibles signos de alerta de la conducta, analice el cómo se hubiese podido evitar la conducta, identifique situaciones familiares importantes y exponga la importancia de la atención especializada.</p> <p>Feed-back: se realiza un ejercicio de auto - reflexión sobre las mejores exposiciones.</p>	<p>Identificar la importancia de la atención especializada en salud mental, así como identificar signos de alerta.</p>	<p>Numero de conductas de riesgo / sobre número de estrategias de atención.</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas, cartulina o papel craft, marcadores de diferentes colores.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de D-P Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Sonido</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos</p>
	<p>Actividad “El semáforo”</p> <p>Duración: 1 hora Participantes: 18 participantes</p> <p>Procedimiento: A cada participante se le suministra cuatro octavos de cartulina de color rojo, color amarillo, color verde y color negro, de manera creativa, deberá elaborar un semáforo en el cual contenga de manera creativa (puede ser de manera escrita o a través de imágenes) en la cartulina roja, todos aquellos pensamientos intrusivos, emociones negativas, conductas inapropiadas que acompañan la ideación suicida.</p> <p>Posteriormente, en la cartulina amarilla, plasmará, todas aquellas cosas que anteceden esos pensamientos intrusivos, identificando modo, lugar, tiempo, espacio y frecuencia que preceden esos pensamientos o conductas auto-lesivas.</p>	<p>Construir mecanismos de afrontamiento que permitan visibilizar la importancia de la salud mental.</p>	<p>Cantidad de situaciones o pensamientos que generan inestabilidad emocional / sobre cantidad de alternativas de resolución.</p>	<p>Recursos Materiales Salón de reunión, sillas de pala, cartulina roja, amarilla, verde y negra, marcadores de mina delgada, tijeras, pegante, palitos de balzo, tarjetas bibliográficas, revistas.</p> <p>Recursos Humanos Profesional de D-P Profesional de psicología Antropóloga</p> <p>Recursos Tecnológicos. Video- beam</p>	<p>*Informes de actividades. *Planillas de asistencia. *Registro fotográficos.</p>

Computador portátil	Recurso tecnológico	permanente	1	\$2.800.000	\$2.800.000
Video beam	Recurso tecnológico	permanente	1	\$1.500.000	\$1.500.000
Sonido	Recurso tecnológico	permanente	1	\$2.000.000	\$200.000
Colchonetas tipo gym	Recurso material		18	\$36.000	\$648.000
Sillas tipo pala	Recurso material	permanente	18	\$145.000	\$2.610.000
Alquiler del aula	Recurso material	2 veces x semana	32	\$300.000	\$3.000.000
Material de utilería	Recurso material			\$600.000	\$600.000
Refrigerios	Alimentación	C/da actividad	32	\$1.800.000	\$1.800.000
Costos variables	Riesgo			\$1.000.000	\$542.000
					\$50.500.000

Referencias Bibliográficas

Andrade Salazar, J. A. (2012). Aspectos psicosociales del comportamiento suicida en adolescentes. *revista electronica de Psicología Iztacala*, 688-721.

Arnold, M., & Osorio, F. (1998). Introducción a los Conceptos Básicos de la Teoría General de Sistemas. *Cinta de Moebio. Revista de Epistemología de Ciencias Sociales*, 0(3).

Bravo-Andrade, H. R., Ruvalcaba-Romero, N. A., Orozco-Solís, M. G., González-Gaxiola, Y. E., & Hernández-Paz, M. T. (2018). Introducción al modelo ecológico del desarrollo humano. *Salud Mental: Investigación y Reflexiones Sobre El Ejercicio Profesional*, 3(October), 91–106.

https://www.researchgate.net/publication/328584009_Introduccion_al_modelo_ecologico_del_desarrollo_humano

Corona, B., Hernandez, M., & Garcia, R. M. (2016). Mortalidad por suicidio, factores de riesgo y protectores. *Revista Habanera de Ciencias Médicas*, 90-100.

Medina, O. A., Cardona Duque, D. V., & Cardona Arango, D. (2016). Caracterización del suicidio en Colombia, 2000-2010. *ELSEVIER*, 170-177.

Ministerio de Salud y Protección Social. (julio de 2017). *minsalud.gov.co*. Obtenido de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ENT/boletin-conducta-suicida.pdf>

Moya Ollé, J. (2008). Ideación Suicida. *Intervención Psicoeducativa En La Desadaptación Social: IPSE-Ds*, 1, 29–36.
<http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3247531.pdf>
<http://dialnet.unirioja.es/servlet/extra?codigo=3247531>

Nacional, P. (23 de 10 de 2020). *Policía Nacional*. <https://www.policia.gov.co/cuadrantes>

Paspali, A., Takayanagi, Y., Sawa, A., Banerjea, P., & Kynakopoulos, M. (2015). Journal of Mental Health. 225-229.

Sanchez Sosa, J. C., Musitu, G., Villareal Gonzalez, M. E., & Martinez Ferrer, B. (2010). Ideación Suicida en Adolescentes: Un análisis Psicosocial. *Scielo*, 279-287.

Anexos

Anexo 1. Matriz de Caracterización Comunitaria

ESTACIÓN DE POLICÍA ARMENIA “LA ISABELA”							
Matriz de caracterización comunitaria (matriz 1)							
Ubicación y generalidades geográficas.	Historia	Infraestructura y servicios	Dimensión Económica (Prácticas económicas, ingresos, estratos)	Dimensión demográfica (Habitante s, características raciales, edades, grupos etarios)	Dimensión cultural (religión, costumbre s, hobbies, actores principales)	Dimensión educativa (Nivel educativo, formación)	Dimensión afectiva y relacional (Características relacionales, afectos predominantes, figuras de autoridad, actores conflictos o tensiones, relaciones de poder.
<p>La ubicación geográfica para la implementación del proyecto de intervención, se encuentra en las instalaciones de la Estación de Policía Armenia – barrio La Isabella Carrera 20 # 53 -94 Armenia Quindío.</p> <p>El barrio La Isabella se ubica en la zona sur de la ciudad, cuenta con varias vías de acceso, facilidad en la toma de transporte público; a pesar de ser una zona residencial, se encuentra diferentes tipos de comercio, sobre todo aquellos que tienen que ver con el abastecimiento de la canasta familiar.</p>	<p>El origen del barrio La Isabela, data aproximadamente del año 1966, su creación fue pensada para un barrio netamente residencial y de poca afluencia de público, sin embargo, empezó a llegar personas de barrios aledaños, debido a que el barrio contaba con un espacio deportivo, el cual a través de los años empezó albergar partidos Inter barriales importantes, asimismo se empezaron a crear escuelas de fútbol y otro tipo de actividades deportivas; las habitantes del sector se caracterizan por ser personas muy unidas y fueron ellos quienes ayudaron en el mejoramiento del espacio deportivo; en el año 1999 año en el cual se presentó el desastre natural (terremoto) que tuvo epicentro en el municipio de Córdoba Quindío, el barrio sufrió algunos daños estructurales, tomando el espacio deportivo, como albergue temporal de los habitantes de la sector.</p> <p>Poco a poco los habitantes esta comunidad, han unido esfuerzos importantes para que el barrio se</p>	<p>La Estación de Policía Armenia, cuenta con una infraestructura completamente terminada en donde alberga aproximadamente 750 efectivos uniformados y no uniformados, los cuales prestan servicios administrativos y operativos.</p> <p>El edificio cuenta con diferentes tipos de oficinas, encargadas de la atención al público y para la preparación y planeación del personal perteneciente a la vigilancia comunitaria (patrullajes), también se ubica el Armerillo, cancha para las formaciones, aulas, oficinas administrativas y parqueaderos.</p>	<p>La actividad económica de la Policía Nacional e ingreso principal de la institución radica, en la asignación de recursos por parte del Ministerio de Defensa Nacional, quien, a través de la evaluación del decreto de planta, solicita al Gobierno Nacional la asignación de recursos para el pago de nómina, viáticos, primas de instalación, comisión de estudios entre otros.</p> <p>Para el caso específico de la población objeto, cuyo grado jerárquico es Patrullero, sus ingresos mensuales están dentro del rango de \$1'500.000 a \$2'000.000, esto varía según su nivel de endeudamiento, solicitud de créditos de libranza u otro tipo de hovedad de nómina</p>	<p>La dimensión demográfica de la población objeto de la Estación de Policía Armenia, cuyo número de uniformados es de 67 funcionarios activos, en el grado de Patrullero, con un rango de edad entre los 19 y 25 años (adultez temprana), con una antigüedad entre 1 a 5 años de tiempo de servicio en el Departamento de Policía Quindío.</p> <p>Al ser una institución de carácter nacional, en esta</p>	<p>En cuanto a la dimensión cultural, la mayoría de la población objeto, profesan la religión católica, frente a una pequeña minoría los cuales indican que son cristianos.</p> <p>La mayoría de ellos tiene como hobbies, los deportes de contacto como es el fútbol, lo que permite generar espacios de distracción y relajación ante el estrés y las largas jornadas laborales.</p> <p>Por otra parte, a través de la oficina de bienestar social, se generan espacios de esparcimiento y se programan</p>	<p>En la dimensión educativa, el total de los funcionarios en los grados de patrulleros, son incorporados con estudios de bachillerato, sin embargo, ellos entran a un periodo de formación académica de un año, obteniendo un título de Técnico Profesional en Servicio de Policía.</p> <p>No obstante, debido a las altas demandas de trabajo y horarios extensos, se ven imposibilitados en continuar con sus estudios profesionales, ya que sus funciones se encuentran enmarcadas en la vigilancia (patrullaje en la calle), bajo</p>	<p>En esta dimensión, podemos mencionar que es una de las dimensiones más vulnerables del personal uniformado objeto de la intervención, puesto que un gran número de ellos una vez se gradúan de las Escuelas de Formación de Policía, casi de manera apresurada se comprometen emocionalmente en las unidades donde son destinados; debido a la dinámica institucional y la política de traslados, aproximadamente a los dos años rotan de las unidades, generando con ello rupturas familiares, demandas de alimentos, inestabilidad emocional, entre otros.</p> <p>Sumando a lo anterior, económicamente también se generan situaciones estresantes, puesto que</p>

<p>El sector cuenta con varias zonas verdes, colegios, jardines infantiles, parques, estación de policía y una cancha para el desarrollo de eventos deportivos.</p>	<p>consERVE como una zona tranquila para una adecuada y sana convivencia.</p> <p>Posteriormente en el año 2014, al ver que cada día la ciudad crecía en número de habitantes, se estudió la posibilidad de la creación de la Estación de Policía Armenia, ubicada en los antiguos predios del colegio Nuestra Señora de Fátima, colegio de propiedad de la Policía Nacional, con el fin de descentralizar la atención de la ciudadanía en un punto más neutro y cercano a la zona sur.</p> <p>Actualmente desde allí se atiende las necesidades de seguridad de la comunidad del municipio de Armenia, capital del Departamento de Quindío.</p> <p>La Estación de Policía cuenta con una oficina de atención al ciudadano, en donde recibe todo tipo de quejas, cuenta con un mediador policial, quien interviene en la resolución de conflictos de los habitantes del sector e incluso en la resolución de conflictos a nivel interno.</p> <p>Actualmente la comunidad del barrio la Isabela, atiende sus necesidades de salud, en el hospital del sur, el cual, a pesar de no estar ubicado dentro del</p>	<p>Al interior de las instalaciones, no se cuenta con espacios exclusivos para la toma de alimentos, ni cuenta con atención médica ni psicológica para los funcionarios que allí laboran, este servicio es prestado en las instalaciones de Área de Sanidad ubicados al norte de la ciudad o en su efecto por la profesional de apoyo psicosocial, quien en caso de presentarse alguna situación especial de carácter importante, realiza el desplazamiento hasta esa unidad para la atención inmediata en caso de crisis emocionales, las cuales suelen presentarse de manera habitual.</p>	<p>Normalmente esta población, depende del ingreso único derivado de su labor institucional y están ubicados dentro un estrato socio-económico de segundo orden.</p> <p>La mayoría de ellos, colaboran económicamente con su núcleo familiar primario (madre, padre y hermanos) o se encuentran pagando un crédito familiar.</p>	<p>población se cuenta con funcionarios de diferentes zonas geográficas tales como: región andina, región pacífica, región Orinoquía y Amazonía.</p>	<p>actividades familiares o de pareja, lo cual permite la integración y recreación de uniformado y núcleo familiar; no obstante, algunas veces al realizar estas actividades, unos uniformados no pueden asistir debido al perjuicio que se genera al servicio, por tanto su participación se ve limitada.</p>	<p>turnos rotativos laborales de 8 horas de trabajo por horas de descanso, los siete días de la semana.</p>	<p>ingresan a la institución con diversos compromisos económicos y van adquiriendo obligaciones financieras como créditos y tarjetas de crédito mal utilizadas.</p> <p>En cuanto a la parte familiar, debido a las dificultades económicas, infidelidades y el poco tiempo disponible para compartir en familia, se evidencia prácticas asociadas a situaciones de violencia intrafamiliar, violencia psicológica y patrimonial.</p> <p>En cuanto a las figuras de autoridad, el hecho de portar uniforme, hace que ellos se vean como su propia figura de autoridad y reconozcan para ellos, a los mandos superiores como figuras de autoridad (parte laboral).</p> <p>En la parte de conflictos y tensiones, se ven sometidos a este tipo de situaciones de manera permanente, a esto se</p>
---	--	--	--	--	--	---	--

	<p>barrio, se encuentra aproximadamente a 5 minutos de la ubicación actual; allí cuentan con servicios de medicina general, y algunas especialidades de segundo nivel.</p> <p>A pesar de no contar con la información en términos de salud mental, se puede inferir que, en términos generales debido al evento natural (terremoto), la salud mental que un gran número de habitantes, se ha visto comprometido, generando eventos de conducta e ideación suicida, tal y como lo muestra la revista científica de ciencias humanas Orbis, quienes realizan la caracterización del suicidio en Armenia durante los años 2004 al 2008, estudio realizado posterior al evento natural ocurrido en el año 1999, y el cual evidencia un crecimiento importante frente a la conducta suicida.</p>						<p>puede sumar, el cumplimiento a funciones administrativas que aumentan la tensión; adicional a los conflictos emocionales por presión de sus familias o parejas.</p> <p>Todas estas situaciones estresantes a nivel personal, familiar y laboral, han ocasionado en los uniformados ideas de autoagresión, como mecanismo de afrontamiento en la resolución de conflictos, además, la naturaleza de la dinámica laboral, hacen que deban portar armamento, lo que desfavorece la conducta autoagresiva y pone en un riesgo latente la vida de los uniformados.</p>
--	---	--	--	--	--	--	--

Anexo 2. Matriz de Identificación del Problema

DEPARTAMENTO DE POLICÍA QUINDÍO – COMANDO Y ESTACIÓN DE POLICÍA ARMENIA “LA ISABELA”				
Identificación del problema (matriz 3)				
Problema identificado	Historizar el problema (¿cuándo empezó, ¿hay momentos coyunturales?, ¿cómo se fue gestando, qué factores influenciaron)	Descripción de su expresión actual (Prácticas económicas, ingresos, estratos)	Afectados	Importancia (alta, baja, media) ¿qué expresa la comunidad al respecto?
Realizando un análisis a profundidad en la (matriz 1) en la cual se analizan diversas variables, se puede identificar que el problema que presenta la Estación de Policía Armenia – La Isabella, unidad adscrita al Departamento de Policía Quindío corresponde a “deficientes mecanismos de afrontamiento, frente al aumento de la ideación suicida en los uniformados en el grado de patrullero, como mecanismo resolutivo de conflictos cotidianos”	<p>La problemática del suicidio es uno de los flagelos que más afecta al personal uniformado de la institución; a nivel Nacional, se han suscitado diversos tipos de casos en donde se ve comprometida la vida de los funcionarios, afectando no solo de manera individual, sino también a nivel familiar e institucional.</p> <p>Con el paso del tiempo este fenómeno parece arrebatar varias de las vidas de los uniformados, quienes posiblemente debido a múltiples problemáticas a nivel familiar, laboral y personal, ven el suicidio como mecanismo para la resolución de sus problemas.</p> <p>Teniendo en cuenta, que la labor que ejerce el personal uniformado, requiere de altos niveles de concentración, lucidez, orientación psico espacial entre otras tantas habilidades y aptitudes, esta labor exige, personal con excelente salud mental, capacidad resolutiva e inteligencia emocional para la atención efectiva de la ciudadanía.</p> <p>No obstante, en el año 2019 tan solo en el grado de patrullero, se recibieron en la Unidad Prestadora de Servicios de Salud de la institución, alrededor de 52 casos para atención inmediata por salud mental, cifra que para el presente año 2020 se encuentra en aumento con 71 casos que requirieron asistencia por salud</p>	<p>La práctica económica principal del personal uniformado de la Estación de Policía la Isabela, corresponde al salario mensual que percibe por la prestación de sus servicios, de acuerdo al nivel jerárquico en el que se ubican en la organización.</p> <p>Su estrato socioeconómico se ubica dentro del nivel 2 y 3, esta situación se convierte en un factor predominante para que adquieran grandes compromisos económicos en diversas instituciones financieras, refinanciando una y otra vez, lo que genera en ellos estrés ante la presencia de una difícil situación financiera y el bajo flujo de efectivo, teniendo en cuenta que la remuneración salarial se realiza de manera mensual.</p> <p>De igual manera, la mayoría de ellos son oriundos de otras regiones del país, por tanto, debe enviar dinero para la manutención de sus familias, adicional a sus gastos personales.</p>	El personal afectado de la problemática mencionada en la identificación del problema es el personal uniformado adscrito a la Estación de Policía Armenia, en el grado de patrulleros, con edades entre los 19 y 25 años	Importancia alta, debido al impacto y nivel de riesgo.
	mental; las impresiones diagnósticas no son más alentadoras, la mayoría de ellos acude por episodios depresivos, trastorno de ansiedad generalizada y trastornos mixtos de ansiedad y depresión. (información suministrada del Sistema de Información SANIDAD – PONAL)			