
DISEÑO DE PROYECTO FACTIBLE EDUCATIVO PARA EL DESARROLLO DE LA RESILIENCIA EN ADOLESCENTES CON DIAGNÓSTICO DE TRASTORNO BIPOLAR

PROJECT DESIGN FEASIBLE FOR THE DEVELOPMENT OF THE EDUCATIONAL RESILIENCE IN ADOLESCENTS WITH A DIAGNOSIS OF BIPOLAR DISORDER

Melina Márquez

Universidad de Carabobo, Facultad de Ciencias de la Salud, Valencia, Venezuela
melinasaray@gmail.com

Jesús Carrillo

Universidad de Carabobo, Facultad de Ciencias de la Salud, Valencia, Venezuela
jich72@gmail.com

Recibido: 26/04/2018 – Aprobado: 14/07/2018

Resumen

La siguiente investigación es el diseño de proyecto educativo para el desarrollo de la resiliencia en adolescentes con diagnóstico de Trastorno Bipolar, en un centro ambulatorio ya que, acuden con frecuencia con descompensaciones por abandono del tratamiento farmacológico. El objetivo es diseñar un proyecto factible para el desarrollo de la resiliencia en esta población, como factor protector ante futuras recaídas. Metodología: Proyecto factible; por competencias, según el modelo de Durant y Naveda. Se concluye que la promoción de la resiliencia mediante la aplicación de este proyecto educativo incidirá en la disminución de las crisis de la patología que, alteran no sólo al individuo, sino también a su familia y al ambiente en el que se desenvuelve.

Palabras clave: Resiliencia, Adolescentes, Trastorno Bipolar.

Abstract

The following article is a design of educational project for the development of resilience in adolescents with a diagnosis of Bipolar Disorder, in an outpatient center, often come with decompensation by abandonment of pharmacological treatment. The objective is to design a feasible project for the development of resilience in this population, as a protective factor against future relapses. Methodology: feasible project; by skills, depending on the model of the Durant and Naveda. It is concluded that the promotion of resilience through the implementation of this educational project will have an impact on the decrease of the crisis of the pathology that alter not only the individual, but also to your family and the environment in which it operates.

Keywords: Resilience, Adolescents, Bipolar Disorder.

Introducción

El Trastorno Bipolar (TB) es una entidad clínica que se caracterizan por la pérdida del control de las emociones y por el sufrimiento subjetivo. A pesar de que los episodios de manía son los que le otorgan la entidad diagnóstica, las personas que lo padecen suelen experimentar también episodios depresivos, con periodos de profunda alteración del estado de ánimo intercalados con periodos de recuperación más o menos completa (García-Blanco, Sierra y Liviano, 2014). Estos cambios anímicos originan casi siempre un deterioro del funcionamiento interpersonal, social, escolar y laboral, por lo que el TB es considerado un trastorno psiquiátrico crónico, grave y altamente incapacitante (Wozniak et al., 2011), que afecta aproximadamente al 2% de los jóvenes menores de 18 años y con 55-60 % de inicio durante la adolescencia, en los pacientes adultos con esta entidad (Meter, Moreira y Youngstrom, 2011).

Debido a la larga duración de los episodios, la mayoría de los adolescentes cursarán con formas subclínicas del trastorno y abandono del tratamiento farmacológico, que es el de primera línea, y del tratamiento psicoterapéutico que contribuye a la aceptación de la enfermedad y a reforzar la importancia del cumplimiento del

tratamiento para evitar recaídas y mejorar su calidad de vida (Birmaher et al., 2009), por lo que se considera un importante problema de salud pública, que, al reducir los factores de riesgo asociados al mismo, se puede aumentar la probabilidad de un buen pronóstico a largo plazo en la vida de los afectados.

Por lo antes expuesto, los servicios de salud para el adolescente deben adaptarse a la creciente demanda demográfica y a sus necesidades especiales como es el caso de los diagnosticados con TB. Es prioritario a su vez considerar los factores de riesgo como el contexto político, económico, educativo y sociocultural que enmarca el ambiente donde crecen y se desarrollan estos adolescentes, pues un entorno familiar y/o educativo desfavorable, la ausencia de proyecto de vida, las dudas no canalizadas y el bombardeo de mensajes estereotipados difundidos en los medios de comunicación y redes sociales, hacen cuesta arriba la adherencia al tratamiento en esta población (Ministerio para el Poder Popular para la Salud [MPPS], 2014).

Por otro lado, la resiliencia es un factor protector por excelencia, para los adolescentes con o sin TB, ya que, por medio de una adaptación ante circunstancias de riesgo, pueden hacer frente a las mismas y

superar los factores negativos o de riesgo, manteniendo un comportamiento socialmente aceptable en ambientes de adversidad, y rechazar conductas inadaptadas (Rutter, 2007). Así mismo, es el resultado de la interacción entre los atributos del adolescente y su ambiente familiar, social, escolar y cultural que lo posibilitan para superar el riesgo y la adversidad de forma constructiva. Así pues, el tema de la resiliencia es central en el campo de la salud mental y de la educación, porque permite que se fomente en los adolescentes, y sobre todo en aquellos con diagnóstico de TB, sobreponerse a los riesgos de dicha etapa del desarrollo, no sólo para superarlos sino para desarrollar al máximo su potencial individual sin abandonar su tratamiento farmacológico fundamental para su funcionalidad (Noriega, 2015).

Además, Wagnild y Young, describen que la resiliencia tiene cinco dimensiones a nivel de la personalidad de los individuos, por considerarla como una característica de la personalidad que modera el efecto negativo del estrés, animando así el proceso de adaptación. Estas son: Ecuanimidad, Sentirse bien solo, Confianza en sí mismo, Perseverancia y Satisfacción personal; que, al estar presentes en los adolescentes, los hace susceptibles a ser resilientes (Aguar y Acle, 2012).

Se considera que los adolescentes y las personas en general resilientes, pueden reducir la intensidad del estrés, lo que permite que disminuya la presencia de la ansiedad y la depresión al tiempo que aumentaba la salud emocional, por lo que la resiliencia es efectiva no sólo para enfrentar adversidades, sino también para la promoción de la salud mental y emocional, por ende, es necesaria en los adolescentes con diagnóstico de TB como recurso fundamental durante su desarrollo psicológico y emocional (Grotberg, 2006).

En Venezuela no existen programas de salud mental dirigidos específicamente para los adolescentes con trastorno bipolar, por lo que es necesario abordar a esta población no solo a nivel terciario, sino desde el nivel primario de atención sanitaria, para disminuir los riesgos biológicos, sociales y psicológicos de esta patología que limita la calidad de vida de quien la padece.

En el Departamento de Salud Mental de la Universidad de Carabobo, en la localidad de Naguanagua - Estado Carabobo, funciona a nivel ambulatorio una Consulta de Extensión, que solo cuenta con una Psiquiatra, una Psicóloga y un Pediatra, especializados en la atención de los adolescentes. Por otra parte, durante el año 2016 y 2017 acudieron 5 adolescentes con TB que requerían de

control farmacológico y de psicoterapia individual semanal, con antecedente de recaídas múltiples por abandono del tratamiento farmacológico. Por lo que, surge así la necesidad de crear un programa educativo para el desarrollo de la resiliencia como factor protector en adolescentes con diagnóstico de TB, dirigido a los adolescentes con dicho diagnóstico que acuden a la Consulta de Extensión con los especialistas calificados.

La aplicación del programa en las instalaciones de la Consulta Externa permitirá que se pueda atender a nivel grupal la parte psicoeducativa, por contar con poco personal capacitado en adolescentes y que acude a consulta en el centro una vez a la semana para atender a diferentes pacientes, por lo que se habilitaría otro día para la realización de las actividades psicoeducativas para la promoción de la resiliencia con el fin de espaciar las sesiones semanales de psicoterapia individual y disminuir el abandono del tratamiento farmacológico por los adolescentes con TB.

El Objetivo general es diseñar un proyecto factible para el desarrollo de la resiliencia en adolescentes con diagnóstico de TB, que acuden a la Consulta de Extensión del Departamento de Salud Mental de la Universidad de Carabobo, como factor

protector para disminuir las recaídas y mejorar el pronóstico de la patología a largo plazo.

Metodología

La presente investigación es un proyecto de tipo factible, ya que consiste en la elaboración y desarrollo de una propuesta de un modelo operativo viable para solucionar un problema, requerimientos o necesidades de organizaciones o grupos sociales (Universidad Pedagógica Experimental Libertador [UPEL], 2006), apoyado en un nivel descriptivo y de base documental, ya que las actividades a realizar se fundamentan en la teoría de aprendizaje de Gagné (Aguilar, 1996), que se edifica sobre las condiciones internas y externas que favorecen el aprendizaje óptimo, y así, lo que se busca desarrollar, en este caso “la resiliencia”, suceda ante una situación estimulante y enriquecedora.

La propuesta del proyecto se planificó por competencias, según el modelo aportado por Durant y Naveda (2013), en donde las “competencias” son concebidas más que conocimientos y destrezas, enfocándolas como el centro del ser y quehacer de la formación integral de un ser humano, dirigido a los adolescentes con diagnóstico de TB

que acudan a las consultas especializadas del área de la Consulta de Extensión.

Especificaciones curriculares de la propuesta del proyecto educativo “Adolescentes Bipolares Resilientes” (ADOBIR).

Las actividades del proyecto en forma general tienen una duración estimada de un año, con evaluaciones y seguimientos anuales para la reestructuración de las actividades de ser necesario, para medir el impacto y éxito del proyecto. Las actividades tipo talleres educativos y motivacionales, los cines foros, exposición de proyectos personales por parte de los adolescentes, tendrán una duración de una a dos horas por sesión, 1 día a la semana y cada 15 días en horarios a precisar.

Competencia global:

Analiza la resiliencia como un factor protector, que le permite adaptarse ante circunstancias de riesgo, pudiendo hacer frente a las mismas y a sus necesidades en función de su patología, superando los factores negativos y manteniendo un comportamiento socialmente aceptable en ambientes de adversidad, y rechazar conductas inadaptadas.

Competencias específicas:

1. Comprende la importancia del encuadre en las sesiones educativas y del grupo terapéutico, así como las normas, los valores, la misión y visión del proyecto ADOBIR. (Saberes en Tabla 1). Ver anexo.
2. Analiza la importancia de la resiliencia en adolescentes con diagnóstico de TB (saberes en tabla 2). Ver anexo.
3. Comprende las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad según Wagnild y Young, en los adolescentes con diagnóstico de TB (saberes en Tabla 3). Ver anexo.

Competencias previas:

1. Emplea un pensamiento crítico reflexivo ante la salud mental propia y ajena.
2. Maneja los conocimientos básicos de su condición psiquiátrica.

Conclusiones

A modo de conclusión, se puede decir que la resiliencia es uno de los factores protectores más influyentes en el bienestar psicológico del adolescente con TB, que promueve, amortigua y protege su salud biopsicosocial, lo que contribuye a su empoderamiento para

enfrentarse al ambiente en el que se desenvuelve más allá de la patología como condición crónica, teniendo siempre en cuenta que, la promoción de la salud mental permite modificar y fortalecer los conocimientos sobre el TB, las actitudes y hábitos de los adolescentes, así como disminuir las recaídas para participar corresponsablemente en el cuidado de su salud.

Por lo tanto, la promoción de la resiliencia mediante la aplicación de este proyecto educativo incidirá en los comportamientos individuales y de grupo de los adolescentes con TB que acuden a la consulta de extensión, fomentando conductas protectoras y disminuyendo las que los ponen en riesgo y que favorecen a recaídas o crisis de la patología que, alteran no sólo al individuo, sino también a su familia y al ambiente en el que se desenvuelve, así como a la contribución de la disminución de costos para el centro y utilización del personal especializado por atención individual constante.

Para finalizar, este artículo será una antesala oportuna para nuevos proyectos e investigaciones enmarcados en la salud mental del adolescente con TB desde el campo preventivo, y sobre todo para hacer mención a que las acciones institucionales y

gubernamentales a nivel de esta entidad deben fortalecerse en la identificación de factores de riesgo y factores protectores en los adolescentes, diseñar y ejecutar programas de prevención y promoción respectivamente, e involucrar a las escuelas en la promoción de conductas saludables para contribuir al bienestar integral de los afectados, partiendo de la premisa de que trabajar en equipo se convierte en una necesidad indispensable.

Referencias

- Aguiar, E., Acle, G. (2012). Resiliencia, factores de riesgo y protección en adolescentes Mayas de Yucatán: elementos para favorecer la adaptación escolar. *Acta Colombiana de Psicología*, 15 (2), 53-64.
- Aguilar, J. (1996). *Del aprendizaje a la instrucción*. Caracas, Venezuela: Universidad Simón Bolívar.
- Birmaher, B., Axelson, D., Goldstein, B., Strober, M. et al. (2009). Four-year Longitudinal course of children and adolescents with bipolar spectrum disorders: the Course and Outcome of Bipolar Youth [COBY] study. *Am J Psychiatry*, (166), 795-804.
- Durant, M., Naveda, O. (2013). *Trasformación curricular por competencias en la Educación universitaria bajo el enfoque ecosistémico formativo*. Valencia, Venezuela: Signos, Ediciones y comunicaciones.
- García-Blanco, A.C., Sierra, P., Liviano, L. (2014). Nosología, epidemiología y etiopatogenia del trastorno bipolar: Últimas aproximaciones. *Psiquiatr. Biol.*, 21(3), 89-94.
- Grotberg, E.H. (2006). *La resiliencia en el mundo de hoy*. España: Gedisa.

Meter, A.R., Moreira, A.L., Youngstrom, E.A. (2011). Meta-analysis of epidemiologic studies of pediatric bipolar disorder. *J Clin Psychiatry.*, 72, 1250-6.

Ministerio para el Poder Popular para la Salud (2014). Protocolos clínicos de atención integral a las y los adolescentes. Servicios del Primer y Segundo nivel de atención. Gobierno Bolivariano de Venezuela.

Noriega, G., Angulo, B., Angulo, G. (2015). La resiliencia en la educación, la escuela y la vida. *Perspectivas docentes*, 58.

Rutter, M. (2007). Resilience, competence, and coping. *Child Abuse and Neglect*, 31(3), 205 - 209.

Universidad Pedagógica Experimental Libertador. (2006). Manual de Trabajos de Grado de Especialización, Maestría y Tesis Doctorales. Caracas: Vicerrectorado de Investigación y Postgrado.

Wozniak, J., Petty, C.R., Schreck, M., Moses, A., Faraone, S.V., Biederman, J. (2011). High level of persistence of pediatric bipolar disorder from childhood onto adolescent years: A four year prospective longitudinal follow-up study. *J Psychiatr Res.*, (45), 1273-

ANEXO

Tabla 1. Saberes de la competencia específica número 1

Saberes	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	Indicadores de Logros
Encuadre de las sesiones.	Comprende la importancia de llegar puntual a las sesiones para poder aprovechar al máximo las mismas, por ser un espacio fijo quincenal con un clima de enseñanza continua, de respeto, expresión emocional, empatía y tolerancia ante el dolor mental, así como un clima de creatividad y esperanza.	Observa la pertinencia de la puntualidad y de la responsabilidad en las sesiones mediante dinámicas grupales	Reconoce la necesidad de contar con un espacio para aprender experiencias emocionales y transformadoras.	Integra la participación y el intercambio de información en cada sesión.
Establecimiento de normas y valores a seguir durante todo el proyecto.	Demuestra cooperación, respeto por sí mismo y por el otro, responsabilidad, amistad, tolerancia, solidaridad, trabajo en equipo y convivencia.	Ilustra las normas y valores a seguir durante todo el proyecto por medio de la realización grupal de un mapa mental.	Valora la importancia de las normas y valores.	Produce de forma participativa y creativa experiencias de aprendizaje en un ambiente de respeto mutuo

Datos propios de la investigación.

Tabla 2. Saberes de la competencia específica número 2

Saberes	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	Indicadores de Logros
Factores de riesgo y protectores; su relación en el adolescente con TB.	Reconoce los factores de riesgo y factores protectores en la adolescencia y comprende la relación de los mismos con el TB.	Construye mediante un mapa mental grupal, los factores de riesgo y factores protectores en la adolescencia relacionándolos con el TB.	Valora la importancia de reconocer los factores de riesgo y los factores protectores, y su relación en el adolescente con TB.	
Resiliencia: concepto, su importancia en la adolescencia y en el TB.	Comprende la resiliencia y relaciona su importancia en la adolescencia y en el TB.	Maneja los conceptos de resiliencia y su importancia en el adolescente con TB, mediante una lluvia de ideas.	Manifiesta interés por la resiliencia como factor protector en el adolescente con TB.	
Conductas y características resilientes: herramientas para su desarrollo.	Adquiere herramientas para el desarrollo de conductas resilientes.	Desarrolla un esquema de conductas resilientes aplicables en su vida cotidiana y los expone individualmente utilizando un mapa mental.	Asume el compromiso de emplear conductas resilientes.	Identifica la importancia de la resiliencia como factor protector para la salud mental del adolescente con TB.

<p>Estrategias para prevenir las recidivas de las crisis del TB en los adolescentes.</p>	<p>Adquiere estrategias para prevenir las recidivas de las crisis del TB en los adolescentes.</p>	<p>Emplea una bitácora de sus síntomas durante las crisis, y al fijarse de los síntomas prodrómicos del TB puede solicitar apoyo médico. Para ello se realizará una actividad construcción de su diario o bitácora personal, según los gustos individuales de los adolescentes.</p>	<p>Acepta la necesidad de asumir estrategias para prevenir las recidivas de las crisis del TB.</p>	<p>Maneja conductas resilientes y factores protectores para su desarrollo personal y es capaz de compartirlo con otros.</p>
<p>Aportes para la aceptación, la no estigmatización, ni la victimización en el adolescente con TB.</p>	<p>Evalúa la aceptación, la no estigmatización, ni la victimización en el adolescente con TB.</p>	<p>Crea estrategias para la aceptación, la no estigmatización, ni la victimización en el adolescente con TB, mediante la realización de un poster grupal sobre el tema.</p>	<p>Se interesa por aceptar el diagnóstico de TB, evitar la estigmatización y la victimización.</p>	
<p>La adherencia al tratamiento farmacológico y psicoterapéutico, como factor resiliente en los adolescentes con TB.</p>	<p>Reconoce la adherencia al tratamiento farmacológico y psicoterapéutico, como factor resiliente en los adolescentes con TB.</p>	<p>Desarrolla un proyecto grupal aportando estrategias y experiencias personales para la adherencia al tratamiento farmacológico y psicoterapéutico en adolescentes con TB, para exponerlo en una de las sesiones de forma oral y con recursos audiovisuales.</p>	<p>Asume el compromiso de la adherencia al tratamiento farmacológico y psicoterapéutico.</p>	
<p>La importancia de las actividades artísticas, deportivas, recreativas y culturales como factor resiliente en el adolescente con TB.</p>	<p>Identifica la importancia de las actividades artísticas, deportivas, recreativas y culturales como factor resiliente en el adolescente con TB.</p>	<p>Observa la importancia de las actividades artísticas, deportivas, recreativas y culturales como factor resiliente para el TB mediante un cine foro de la película "El lado bueno de las cosas".</p>	<p>Elige realizar alguna actividad artística, deportiva, recreativa o cultural.</p>	

Datos propios de la investigación.

Tabla 3. Saberes de la competencia específica número 3

Saberes	Conceptuales	Procedimentales	Actitudinales	Indicadores de Logros
Aspectos generales e importancia de las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad según Wagnild y Young para el adolescente con TB.	Analiza los aspectos generales y la importancia de las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad según Wagnild y Young para el adolescente con TB.	Aplica habitualmente los aspectos generales de las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad, ejemplificando y analizando la vida de personalidades famosas con TB.	Reconoce la necesidad de desarrollar y la importancia de las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad en el adolescente con TB.	Maneja estrategias de las dimensiones de la resiliencia a nivel de la personalidad según Wagnild y Young y las aplica en su vida.
La Ecuanimidad: Concepto, características, perspectivas, formas de desarrollarla y emplearla ante la adversidad.	Reconoce las características de la ecuanimidad, sus perspectivas, formas de desarrollarla y emplearla ante la adversidad.	Denota una perspectiva balanceada de la propia vida y experiencias, toma las cosas tranquilamente y moderando sus actitudes ante la adversidad. Se analiza la personalidad de Viktor Frankl.	Aprueba una perspectiva balanceada de sus experiencias, tomando las cosas con optimismo.	
El sentirse bien solo: Características y maneras de disfrutarla.	Considera las características y los beneficios de sentirse bien solo, consigo mismo, y como disfrutarlo.	Crea ambientes y estrategias favorables para sentirse bien consigo mismo, exponiéndolas en una lluvia de ideas grupal.	Disfruta sus momentos de soledad para meditar y planificar cosas trascendentales.	
La confianza en sí mismo: Características y estrategias para su habilidad y empleo.	Comprende la importancia de la confianza en sí mismo para su proceso personal, adquiriendo estrategias para su habilidad y empleo.	Aplica habitualmente las estrategias para confiar en sí mismo y las compara con las características del personaje principal de la película "Billy Elliot"	Permite confiar en sí mismo y en sus capacidades.	
La perseverancia: Concepto, características y estrategias para desarrollarla y emplearla.	Relaciona la importancia de la perseverancia para su beneficio, adquiriendo estrategias para desarrollarla y emplearla.	Elabora y planifica metas para perseverar en sus objetivos personales, realizando un mapa mental, el cual expone de forma individual ante el grupo.	Asume retos personales y persevera en ellos.	
La satisfacción personal: Concepto, características, estrategias para comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.	Analiza la satisfacción personal para comprender el significado de la vida y cómo se contribuye a esta.	Adapta sus circunstancias de vida y salud para lograr sentir satisfacción personal y crear un sentido para su vida, mediante el análisis de "El diario de Ana Frank"	Reconoce el significado de la vida y la importancia de contribuir en ella.	

Datos propios de la investigación.