

# Efectividad de un programa en habilidades para la vida en un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto

## Cómo citar este artículo / To reference this article / Para citar este artículo:

Rengifo-Rengifo, L; Guerrero-Revelo, G.A; Burbano-Narváez, K.V; Ordoñez-Hoyos, D.C. y Mera-Jaramillo, D.A. (2020). Efectividad de un programa en habilidades para la vida en un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto. *Revista Criterios*, 27(1), 141-151.  
**DOI:** <https://doi.org/10.31948/rev.criterios/27.1-art6>

**Fecha de recepción:** 26/11/2018

**Fecha de revisión:** 13/02/2019

**Fecha de aprobación:** 29/02/2020



♦ Artículo de investigación. Producto de la investigación titulada: *Implementación de un programa de habilidades para la vida en un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto*, desarrollada desde el 31 de enero de 2018 hasta el 22 de noviembre de 2018, en San Juan de Pasto, departamento de Nariño, Colombia.

\*\*✉ Magíster en Terapia de Conducta (UNED). Docente programa de Psicología, Universidad Mariana, Pasto, Nariño. Correo: [laurinrengifo@umariana.edu.co](mailto:laurinrengifo@umariana.edu.co)

\*\*\* Psicóloga, Universidad Mariana. Correo: [guiguerrero@umariana.edu.co](mailto:guiguerrero@umariana.edu.co)

\*\*\*\* Psicóloga, Universidad Mariana. Correo: [kaburbano@umariana.edu.co](mailto:kaburbano@umariana.edu.co)

\*\*\*\*\* Psicóloga, Universidad Mariana. Correo: [dianordonez@umariana.edu.co](mailto:dianordonez@umariana.edu.co)

\*\*\*\*\* Psicólogo, Universidad Mariana. Correo: [diegmera@umariana.edu.co](mailto:diegmera@umariana.edu.co)

Laurin Rengifo-Rengifo\*\*✉

Guiseth Alejandra Guerrero-Revelo\*\*\*

Karen Vanessa Burbano-Narváez\*\*\*\*

Diana Camila Ordoñez-Hoyos\*\*\*\*\*

Diego Alejandro Mera-Jaramillo\*\*\*\*\*

## Resumen

La investigación tuvo como objetivo, el diseño de un programa de habilidades para la vida en un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto, estructurado a partir de la aplicación del Test HPV desarrollado por Díaz, Rosero, Melo y Aponte en un grupo de pacientes con tratamiento intramural, teniendo en cuenta los resultados obtenidos. Se evidenció puntajes bajos en relaciones interpersonales, manejo de sentimientos y emociones, pensamiento crítico y resolución de problemas y conflictos, los cuales se consideró en la formulación de once sesiones que resultaron a partir de la aplicación del pretest y postest, con un nivel de significancia de más del 90 %, según la T de Student y Wilcoxon.

**Palabras clave:** habilidades para la vida; pacientes psiquiátricos; programa de intervención.

## Effectiveness of a life skills program in psychiatric patients

### Abstract

The research's goal was designing a life skills program in a psychiatric hospital in San Juan de Pasto. It was structured from the application of the HPV Test developed by Díaz, Rosero, Melo and Aponte. This program was developed with two groups of patients with intramural treatment. The results involve low scores in interpersonal relationships, management of feelings and emotions, critical thinking, resolution of problems and conflicts, which were taken into account in the formulation of eleven sessions. The results were based on the application of pretest and posttest procedures; these phases got a significance level above 90 % according to Student's T, and Wilcoxon tests.

**Keywords:** life skills; psychiatric patients; intervention program.

## Eficácia de um programa de habilidades para a vida em pacientes psiquiátricos

### Resumo

O objetivo da pesquisa era desenhar um programa de habilidades para a vida em um hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto, que foi estruturado a partir da aplicação do Teste de HPV desenvolvido por Díaz, Rosero, Melo e Aponte. Este programa foi realizado com dois grupos de pacientes com tratamento intramural. Os resultados envolvem baixos escores em relacionamento interpessoal, manejo de sentimentos e emoções, pensamento crítico, resolução de problemas e conflitos, que foram levados em consideração na formulação de onze sessões. Os resultados foram baseados na aplicação de procedimentos de pré e pós-teste, cujas fases obtiveram nível de significância acima de 90% segundo os testes T de Student e Wilcoxon.

**Palavras-chave:** habilidades para a vida; pacientes psiquiátricos; programa de intervenção.

## 1. Introducción

Las habilidades para la vida (HPV) son conceptualizadas como un grupo de competencias psicosociales y destrezas interpersonales “que pueden [ser orientadas] hacia acciones personales, interpersonales y aquellas necesarias para transformar el entorno, de manera que sea propicio para la salud” (Martínez, 2014, p. 66); comprenden las dimensiones de habilidades sociales o interpersonales, habilidades cognitivas y habilidades para el control de emociones (Mangrulkar, Whitman y Posner, citados por Martínez, 2014). Al respecto, diversos estudios han encontrado su eficacia en la prevención de conductas de riesgo vinculadas al consumo de sustancias psicoactivas (SPA), específicamente en el fortalecimiento de habilidades sociales (Díaz-Alzate y Mejía-Zapata, 2018). Por su parte Moriana, Liberman, Kopelowicz, Luque, Cangas y Alós (2015), plantean el entrenamiento de habilidades sociales, como un aspecto fundamental para el tratamiento de trastornos mentales graves en contextos psiquiátricos, adaptándose a las necesidades de la población.

En este orden de ideas, se ha encontrado que estas habilidades están orientadas en la contribución al desarrollo humano, en la salud y el ajuste social positivo a la sociedad (Oróstegui et al., citados por Carrillo-Sierra et al., 2018), promoviendo el desarrollo integral, hábitos de cuidado de la salud y reduciendo riesgos psicosociales (Carrillo-Sierra et al., 2018).

El presente artículo comprende los efectos de un programa en HPV en un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto, desarrollado con un paradigma cuantitativo de tipo descriptivo, con un enfoque empírico analítico, ubicado en un diseño no experimental longitudinal, destinado a pacientes en tratamiento intramural, a quienes se aplicó el Test de HPV.

El test de HPV fue seleccionado según fundamentos, como el análisis de las propiedades psicométricas de Díaz, Rosero, Melo y Aponte (2013), que develan la calidad, pertinencia y utilidad de esta prueba, según el grupo poblacional, que consta de un grupo de pacientes con tratamiento intramural, teniendo en cuenta el protocolo de evaluación caracterizado por ser un proceso sistemático y detallado para la recolección de información (Comunidad de Madrid, s.f.).

De esta manera, en los resultados obtenidos a partir de la fase de pretest, se determina los puntajes más bajos y se procede con estos a realizar la formulación del programa de intervención en HPV a partir de la aplicación de principios y técnicas psicológicas (Bados, 2008), con base en estudios centrados en la instauración de programas para la vida en pacientes de tratamiento intramural

como los propuestos por Huertas (2016), Bastidas y Ramírez (2016), Díaz et al., (2013), programas que fueron formulados como habilidades sociales en empatía, comunicación asertiva, relaciones interpersonales y habilidades cognitivas como solución de problemas y conflictos.

Posteriormente se aplica posttest, con el fin de determinar la eficacia del programa de intervención que consta de once sesiones a un grupo de 37 pacientes con tratamiento intramural, en el que se determina mediante la T de Student y Wilcoxon, un resultado mayor de 90 % de significancia en el análisis estadístico.

## 2. Materiales y métodos

Este estudio se enmarca en el paradigma cuantitativo, con un enfoque empírico analítico, cuyo tipo de estudio fue descriptivo y diseño longitudinal no experimental (Hernández, Fernández y Baptista, 2014). La población estuvo constituida por 37 pacientes de un hospital de Pasto; la muestra fue de tipo no probabilística. Los participantes fueron seleccionados bajo los criterios de inclusión como: ser un paciente con tratamiento intramural, tener un tiempo de permanencia mayor a tres meses y tener las capacidades cognitivas necesarias para desarrollar el programa.

Para la recolección de información se tomó como técnica de evaluación, el test psicológico, utilizando el test de HPV elaborado por Díaz et al., (2013), el cual se conformó por 80 ítems por medio de los cuales se evaluó las diez dimensiones que corresponden a las diez habilidades propuestas por la Organización Mundial de la Salud (OMS), contando con cuatro indicadores de la habilidad por cada dimensión, englobando a su vez dos ítems por indicador. De igual manera, el test consistió en una escala tipo Likert con cinco opciones de respuesta correspondientes a: Siempre, Casi siempre, Algunas veces, Casi nunca y Nunca, asignando un valor de 5 a 1 en los ítems con direccionalidad positiva (5 correspondiente a siempre), y de 1 a 5 en aquellos con direccionalidad negativa (1 referente a siempre), presentando un puntaje máximo de 40 puntos por dimensión.

Para el análisis de los datos que determinan la eficacia del programa de intervención se emplea la prueba de normalidad Shapiro-Wilk con el objetivo de identificar si los resultados son normales o anormales, a una muestra menor a 50 (Romero, 2016). De este modo, para los resultados normales se aplicó la prueba paramétrica T de Student, la cual tiene como objetivo, probar que cada una de las muestras tiene una distribución normal, obtener el tamaño de las muestras ( $n_1$  y  $n_2$ ), sus respectivas medias ( $m_1$  y  $m_2$ ), sus varianzas ( $v_1$  y  $v_2$ ) y que

éstas sean homogéneas (Sánchez, 2015). Teniendo en cuenta las variables con resultados no normales, se aplicó la prueba Wilcoxon, la cual es no paramétrica, con el objetivo de encontrar el rango medio entre dos muestras.

### 3. Resultados

Posterior a la aplicación del test, se procedió a realizar el respectivo análisis de los resultados, con el fin de determinar el nivel de eficacia del programa interventivo, para proceder a desarrollar las pruebas de normalidad de los datos aplicando la prueba de Shapiro-Wilk, evidenciando los siguientes resultados:

Tabla 1. Prueba de normalidad

Shapiro-Wilk	
Habilidades para la vida	Significancia estadística
Conocimiento de sí mismo	0,248
Empatía	0,364
Comunicación asertiva	0,096
Relaciones Interpersonales	0,028
Toma de decisiones	0,227
Solución de problemas y conflictos	0,801
Pensamiento creativo	0,516
Pensamiento crítico	0,315
Manejo de sentimientos y emociones	0,105
Manejo de tensiones y estrés	0,219
Conocimiento de sí mismo 2	0,432
Empatía 2	0,595
Comunicación efectiva o asertiva 2	0,136
Relaciones Interpersonales 2	0,028
Toma de decisiones 2	0,318
Solución de problemas 2	0,513
Pensamiento creativo 2	0,562
Pensamiento crítico 2	0,443
Manejo de sentimientos y emociones 2	0,08
Manejo de tensiones y estrés 2	0,002

A partir de la prueba de normalidad se obtuvo que, para las habilidades de empatía, conocimiento de sí mismo, comunicación asertiva, toma de decisiones, manejo de problemas y conflictos, pensamiento creativo, pensamiento crítico,

manejo de emociones y sentimientos, se debe usar pruebas paramétricas (T de Student), a excepción de las dimensiones de manejo de tensiones estrés y relaciones interpersonales, cuyos datos son anormales; por tal razón se hizo uso de pruebas no paramétricas (Wilcoxon).

Posterior a estos resultados, se realizó el análisis del nivel de significancia estadística, considerando los resultados en la fase de pretest y postest aplicados a los pacientes de la institución. Al respecto se obtuvo:

Tabla 2. Nivel de significancia estadística, pruebas paramétricas

HPV	Fase de evaluación	Medias	T de Student
Solución de problemas y conflictos	Pretest	26.30	.000
	Postest	28.16	
Pensamiento crítico	Pretest	25.19	.009
	Postest	25.41	
Manejo, sentimientos y emociones	Pretest	24.92	.000
	Postest	27.84	

De acuerdo con la prueba T de Student, en la habilidad referente a manejo de sentimientos y emociones se presentó, en la fase de pretest, un resultado de 24.92; en contraste, en la fase de postest se evidenció una media de 27.84; es decir, que hubo cambios estadísticamente significativos entre la primera aplicación del test y el resultado del plan de intervención. Por otro lado, en cuanto a la habilidad de solución de problemas y conflictos, el impacto de la intervención se reflejó en el cambio de medias, donde en la fase de pretest se presentó una media aritmética de 26.30 y en la fase de postest, una media aritmética de 28.16.

En coherencia con lo planteado, se evidencia un nivel de significancia estadística superior al 90 %, en la prueba T de Student.

Tabla 3. Nivel de significancia estadística, pruebas no paramétricas

HPV	W Wilcoxon
Relaciones interpersonales	Pretest
	Postest
Manejo de tensiones y estrés	Pretest
	Postest

Por otro lado, en concordancia con la prueba W Wilcoxon, se evidencia una significancia estadística superior al 90 % en las dimensiones de relaciones interpersonales y manejo de tensiones y estrés.

## **Programa de intervención para el fortalecimiento de habilidades para la vida en los pacientes de un hospital psiquiátrico de San Juan de Pasto**

El programa de intervención surge teniendo en cuenta la línea base obtenida en la aplicación del Test de HPV (pretest), la cual arrojó como resultados, aquellas habilidades con déficit en cada uno de los dos grupos de pacientes de la institución, convirtiéndose en insumos para el diseño del programa interventivo. En este sentido, las habilidades con menor puntaje fueron: Relaciones interpersonales, Manejo de sentimientos y emociones y, Pensamiento crítico y solución de problemas y conflictos.

De acuerdo con la recolección de información, cada una de las HPV contó con cuatro indicadores, los cuales orientaron el objetivo y estructura de las actividades de intervención; por cada sesión fueron tomados dos indicadores, a excepción de la actividad de relaciones interpersonales donde se tomó tres. De esta manera fueron desarrolladas once actividades en la población objeto de estudio, con el fin de fortalecer los indicadores de relaciones de amistad, familiares, de pareja y con otros. En la dimensión de solución de problemas y conflictos, se manejó los indicadores de identificación de problemas y causas, solicitud de apoyo, actitudes, flexibilidad y creatividad.

En cuanto a la dimensión de manejo de sentimientos y emociones, se fortaleció los indicadores de reconocimiento de emociones, sentimientos propios y de otros, la regulación y expresión emocional. Por último, frente al pensamiento crítico, se potencializó los indicadores de análisis objetivo de las situaciones, autocuestionamientos, postura crítica ante hechos sociales y capacidad argumentativa.

### **4. Discusión**

Para el presente estudio se llevó a cabo un diagnóstico situacional a través de una revisión documental y la aplicación de una encuesta semiestructurada dirigida a los principales actores de la comunidad hospitalaria, con el fin de determinar cuáles son las necesidades primarias de los pacientes con manejo intramural respecto al componente psicológico, del cual se obtuvo que existe una necesidad de abordaje descrito por los participantes en un 100 % en cuanto a HPV. Según esto, se hacía necesario realizar una evaluación para determinar el nivel de dichas habilidades en los pacientes de la institución.

En este orden de ideas, se procedió a evaluar las HPV, teniendo en cuenta los lineamientos de puntaje del Test de Habilidades para la Vida elaborado por Díaz et. al., (2013). En este sentido, en la fase de pretest se presentó un puntaje alto en



pensamiento creativo, el cual se caracteriza por el “uso de la razón, emociones, sentimientos, intuición o instintos para mirar desde diferentes perspectivas los sucesos, generando de esta forma innovación y emprendimiento” (OMS, citada por Martínez, 2014, pp. 67-68), al igual que, en la habilidad de Manejo de tensiones y estrés, caracterizada por la oportuna identificación de desencadenantes de estrés en la vida cotidiana, sus manifestaciones y el establecimiento de estrategias para contrarrestarlos (Martínez, 2014).

Por el contrario, se evidenció un puntaje bajo en las habilidades referentes a relaciones interpersonales, pensamiento crítico y manejo de sentimientos y emociones y solución de problemas y conflictos. Evidenciando lo anterior, el proceso interventivo se encaminó hacia fortalecer estas habilidades, teniendo como fundamento la participación de personas que se encuentran en tratamiento psiquiátrico, brindando herramientas que contribuyan a integrarse en la comunidad y a mejorar su funcionamiento psicosocial, de modo que puedan mantenerse o regresar a su entorno social y familiar en condiciones más normalizadas e independientes.

Posterior al proceso de evaluación e identificación de resultados, se procedió al diseño del programa de intervención, el cual según Bados (2008), se define como:

La aplicación de principios y técnicas psicológicos por parte de un profesional acreditado con el fin de ayudar a otras personas a comprender sus problemas, a reducir o superar estos, a prevenir la ocurrencia de los mismos y/o a mejorar las capacidades personales o relaciones de las personas aun en ausencia de problema. (p. 2).

Teniendo en cuenta los puntajes referentes a cada dimensión que representa cada una de las HPV, se abordó las cuatro dimensiones con puntuaciones más bajas, a saber: relaciones interpersonales, manejo de sentimientos y emociones, pensamiento crítico y solución de problemas y conflictos. Dichos resultados resultan susceptibles de ser contrastados con procesos investigativos previos de temáticas afines.

De acuerdo con la fase de posttest del presente estudio, se evidenció un nivel de significancia superior al 90 % en las variables. Es decir, que el programa que se logró implementar evidencia un eficaz fortalecimiento de los indicadores acordes a cada HPV, brindando a los pacientes, herramientas que les permiten afrontar de una manera adecuada los retos de la vida cotidiana. Al respecto, Moriana et al., (2015) plantean que se ha encontrado que estas habilidades promueven la adquisición de competencias que facilitan el vivir de forma independiente, así



como un aspecto fundamental en el mejoramiento de la calidad de vida de las personas diagnosticadas con trastornos mentales graves y en su recuperación. De igual manera, Huertas (2016) expresa que:

El proyecto permite a los pacientes fortalecer y mantener los procesos cognitivos y retomar las habilidades sociales básicas, aumentando la probabilidad de resocialización en el contexto externo a la institución, planteando como recomendación, el realizar en el Hospital San Rafael de Pasto, proyectos encaminados a fortalecer las habilidades en los pacientes. (p. 91).

Atendiendo lo anterior, el planteamiento de las actividades se orientó en beneficio de la potencialización de HPV de los pacientes, dentro de las cuales existen algunas de tipo social.

Por otra parte, el artículo de Bastidas y Ramírez (2016), el cual tuvo como objetivo “conocer el estado actual de las habilidades para la vida de estudiantes entre los 12 y 14 años de edad, de tres instituciones educativas públicas de la ciudad de Medellín” (p. 206), contribuye en la formulación del programa de intervención, ya que se tiene en cuenta las características poblacionales en las cuales se encuentra, como es el ciclo vital por el cual atraviesa y las situaciones que pueden emerger en su entorno. La investigación también converge en que éste es un proceso continuado y transversal en las áreas del individuo, con el fin de ampliar su aplicabilidad y, mejorar la adherencia al tratamiento fuera del entorno hospitalario.

Desde esta perspectiva, es preciso mencionar que este estudio se establece como una de las bases en el fortalecimiento de HPV en la institución. En este orden de ideas, el programa de intervención del presente artículo se enfocó en el desarrollo de habilidades centradas en las relaciones interpersonales, solución de problemas y conflictos, manejo de sentimientos y emociones, y pensamiento crítico, con el propósito de continuar fortaleciendo labores que brinden a los pacientes, herramientas que contribuyan directamente al bienestar y desarrollo personal.

## 5. Conclusiones

En la fase de pretest se evidencia que los pacientes presentan puntajes altos en las habilidades referentes a: pensamiento creativo y manejo de tensiones y estrés. Por otro lado, hubo puntajes bajos en las habilidades de relaciones interpersonales, pensamiento crítico y manejo de sentimientos y emociones y solución de problemas y conflictos.

Teniendo en cuenta los bajos puntajes obtenidos en la primera aplicación del test, se diseñó un programa orientado a fortalecer las habilidades de relaciones interpersonales, pensamiento crítico y manejo de sentimientos y emociones y solución de problemas y conflictos, cuyo planteamiento de sesiones se basó en los indicadores propuestos por el test de HPV acordes a cada habilidad.

Posterior a la implementación del programa interventivo, en la fase de posttest se determinó un nivel de significancia estadística mayor al 90 %.

## 6. Agradecimientos

Dirigidos de manera especial al programa de Psicología de la Universidad Mariana, por brindarnos el espacio para poder desarrollar el proceso investigativo.

Al Hospital Psiquiátrico de la ciudad de Pasto por permitirnos realizar la investigación; en consecuencia, también al personal asistencial que nos brindó, a partir de su experiencia y profesionalismo, aprendizajes necesarios para llevar el proceso investigativo de manera satisfactoria.

A los pacientes, por su participación y disposición en la fase evaluativa y en las sesiones planteadas a lo largo del proceso investigativo.

## 7. Conflicto de intereses

La autora de este artículo declara no tener ningún tipo de conflicto de intereses sobre el trabajo presentado.

## Referencias

- Bados, A. (2008). La intervención psicológica: características y modelos. Recuperado de <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/4963/1/IPCS%20caracter%C3%ADsticas%20y%20modelos.pdf>
- Bastidas, J. y Ramírez, J. (2016). Habilidades para la vida de tipo social, un factor protector para las adicciones. *Boletín Informativo CEI*, 4(1), 20-24.
- Carillo-Sierra, S., Rivera-Porras, D., Forgiony-Santos, J., Nuván-Hurtado, I., Bonilla-Cruz, N. y Arenas-Villamizar, V. (2018). Habilidades para la vida como elementos en la promoción y educación para la salud en los adolescentes y jóvenes. *Archivos Venezolanos de Farmacología y Terapéutica*, 37(5), 567-572
- Comunidad de Madrid. (s.f.) Modelo de control de calidad de la evaluación. Guía para evaluadores. Recuperado de <http://www.madrid.org/bvirtual/BVCM019065.pdf>

- Díaz, L., Rosero, R., Melo, M. y Aponte, D. (2013). Habilidades para la vida: análisis de las propiedades psicométricas de un test creado para su medición. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 4(2), 181-200.
- Díaz-Alzate, M. y Mejía-Zapata, S. (2018). Desarrollo de habilidades para la vida en la prevención del consumo de sustancias psicoactivas: un enfoque crítico al modelo existente. *El Ágora USB*, 18(1), 203-210. DOI: [http:// dx.doi.org/10.21500/16578031.3450](http://dx.doi.org/10.21500/16578031.3450)
- Huertas, M.A. (2016). Reestructuración y restablecimiento de habilidades sociales del Hospital San Rafael de Pasto. *Boletín Informativo CEI*, 3(3), 90-93.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). Santa Fe, México: McGraw-Hill / Interamericana Editores, S.A. de C.V.
- Martínez, V. (2014). Habilidades para la vida: una propuesta de formación humana. *Itinerario Educativo*, (63), 61-89.
- Moriana, J., Liberman, R., Kopelowicz, A., Luque, B., Cangas, A. y Alós, F. (2015). El entrenamiento en habilidades sociales en la esquizofrenia. *Psicología Conductual*, 23(1), 5-24.
- Organización Mundial de la Salud (OMS). (2017). 10 habilidades para la vida según la OMS. Recuperado de <https://educacionparalasalidaridad.com/2017/05/03/10-habilidades-para-la-vida-segun-la-oms/>
- Romero, M. (2016). Pruebas de bondad de ajuste a una distribución normal. *Revista Enfermería del Trabajo*, 6(3), 105-114.
- Sánchez, R. (2015). T-Student. Usos y abusos. *Revista Mexicana de Cardiología*, 23(1), 59-60.