

Comenzando desde abajo: Construyendo una teoría del cambio (TdC) e intervención comunitaria para mejorar los servicios de salud mental en comunidades PDET en Colombia

Proyecto STARS-C

manual/caja de herramientas

Historial de versiones

Número de versión	Contenido	Fecha	Autor
1	Borrador inicial basado en notas/discusiones de reuniones	12 de enero de 2022	F. Sheibani/R. Burgess
2	Revisado: ampliación de detalles del guión, revisión de actividades	16 de enero de 2022	R. Burgess
3	Revisión: Se quitaron dos preguntas de la sección dos. Se definió se hará un árbol de problemas por subgrupo. Algunos serán para los problemas de salud mental y otros lo harán sobre los servicios de salud. - Para los servicios de salud, se usarán palabras de “Malestar emocional y salud mental” y en la de servicios de salud mental, palabras de “servicios de salud mental y tratamiento”. - Se redefinió la distribución de los subgrupos. Ya no serán hombres, mujeres y jóvenes por separado, sino que serán dos grupos de adultos y uno de jóvenes; sin distinción de sexo. - Incluir actividad rompehielo. - La actividad 2 dura 3 horas, no 1.5. - Se redactaron las preguntas de la actividad 2 a un lenguaje más sencillo -con ayuda de las investigadoras comunitarias-.	20 de enero de 2022	Equipo STARS-C

Manual para el Taller de Teoría del Cambio

Fondo:

*Para añadir después**

Metodología:

Llevar a cabo un foro comunitario público y un (taller de teoría del cambio) para desarrollar colectivamente las expectativas, prioridades y resultados deseados en términos de salud mental y servicios de salud mental para las comunidades. Esto también creará una oportunidad para establecer una meta más amplia de lo que a la gente le gustaría ver como parte de los resultados principales resultados de la participación en este proyecto.

Muestreo:

50 participantes

** Para todos los participantes, deberá asegurarse de haber diligenciado el formulario de consentimiento informado y registrar la siguiente información demográfica básica, si es que esta información no ha sido previamente recolectada para la participación en los grupos focales anteriores. Tome nota rápida de los nombres y edades de los participantes, para que podamos cotejarlos con nuestra base de datos.

Procedimiento:

La siguiente tabla proporciona un resumen de lo que se hará en cada sesión su objetivo

Sesión TdC	Escenario	Actividad a realizar	Asignación de tiempo para la actividad	# de facilitadores requeridos	Recursos requeridos
Sesión 1	Desafíos que obstaculizan la buena salud mental y los servicios de salud mental	Construyendo árboles de problemas	2 horas	2-4	1. Grabadora 2. Tablero 3. Papel 4. Marcadores de colores 5. Fichas bibliográficas con los temas de los GFs (5 juegos completos)

Sesión 2	El mundo ideal que permite una buena salud mental y servicios de salud mental	Narración de un mundo ideal	3 horas	2-4	1. Grabadora 2. Tablero 3. Papel 4. Marcadores de colores 5. Fotocopia con las instrucciones
Sesión 3	Identificar intervenciones que podrían utilizarse para mejorar la salud mental y los servicios de salud mental	Construcción del mapeo e intervención	2 horas	2-4	1. Grabadora 2. Tablero 3. Papel 4. Marcadores de colores

Cosas para recordar:

- 1. Cada sesión debe ser grabada en audio para ser transcrita/traducida después**
- 2. Debe asegurarse de tomar fotografías de todas las actividades que los participantes completen (p. ej., árbol de problemas, etc.).**

Sesión 1

Por donde empezamos: Mapeando y conectando los factores que dan forma a la mala salud mental

El objetivo de esta sesión es identificar los desafíos que dificultan la buena salud mental y los servicios de salud mental. Haremos esto mediante el uso de fichas bibliográficas, que resumen los hallazgos de las discusiones de los grupos focales anteriores, y las usaremos para construir árboles de problemas.

Paso 1. *Breve introducción al tema:* Recuerde a los participantes las actividades durante los GFD y discuta los temas que encontrados. Es posible que desee facilitar una breve discusión para ayudar a animar la sala. Por ejemplo, a cada facilitador se le entrega una pila de fichas bibliográficas para que las distribuya entre los participantes. Luego se le pide a los participantes que las agrupen en categorías y las peguen en las paredes.

Paso 2. Divida a los participantes en grupos más pequeños. Cada grupo no debe tener más de 10 personas. Asígneles a cada grupo, el árbol de problemas correspondiente:

- 1) Grupo de adultos A (Florencia) - Salud Mental
- 2) Grupo de adultos B (Florencia) - Servicios
- 3) Grupo de jóvenes (Florencia) – Salud mental.
- 4) Grupo de adultos A (La Montañita) – Servicios de salud mental

- 5) Grupo de adultos B (La Montañita) – Salud mental
- 6) Grupo de jóvenes (La Montañita) – Servicios de salud mental

Paso 3. Presente la actividad principal: el árbol de problemas (a continuación) y proporcione las siguientes instrucciones:

Guión: Hoy queremos pensar a fondo sobre los retos que dificultan la buena salud mental y los servicios de salud mental. La siguiente tarea nos ayudará a construir e identificar relaciones y conexiones entre los desafíos que encontramos en varios niveles de nuestras vidas. Podemos pensar en esto más claramente si pensamos en algo físico de nuestro entorno, como un árbol. Un árbol tiene diferentes partes que se conectan para formar un todo. Las raíces, que están escondidas, no siempre visibles, pero hacen posible que el árbol exista. Son las que crecen primero y tienen el mayor efecto. La mayor parte del árbol - el tronco - conecta las raíces con el mundo exterior: es la parte que vemos primero, la que es más visible. Finalmente, las ramas, la parte superior del árbol, crecen hacia arriba y hacia el futuro.

La actividad que haremos primero es construir un árbol de problemas, que nos ayude a dar sentido a los temas principales que surgieron de las discusiones de nuestros grupos focales. En sus grupos, deben pensar en ustedes mismos: como adultos y jóvenes, qué problemas específicos les importan más en sus vidas, y conectarlos desde las 'raíces' hasta sus consecuencias más amplias.

Cada árbol de problemas se divide en tres secciones: la raíz (fundamentos/causas), el problema central (lo que podemos ver) y los resultados/consecuencias.

Las raíces, es donde pueden ubicar las causas raíz/ocultas de los retos o desafíos, como el desempleo, las relaciones débiles; conflicto; violencia. El tronco significa cuál es el problema principal. Para algunas personas, esto podría ser una condición de salud mental (depresión), pero también podría ser muchas otras cosas (falta de educación, aislamiento, hambre, separación familiar). Finalmente, las ramas, que significan los resultados o las consecuencias de estas dificultades. Esto podría incluir cosas como; pérdida de trabajo; baja autoestima; problemas de salud mental; exclusión, etc

Nota para el facilitador: puede ayudar construir un árbol de ejemplo, mientras discute estos puntos anteriores.

Usando las tarjetas que tienen como punto de partida, comiencen a construir sus árboles de problemas. Hagan un árbol para la experiencia de la mala salud mental y otro para lo que dificulta los servicios de salud mental. También se les darán tarjetas en blanco, en caso de que no hayamos capturado algo que consideren importante, en los grupos focales de discusión anteriores.

Si de algo ayuda, pueden imaginar a una persona que conozcan, o de la que hayan oído hablar, que esté pasando por estos problemas en este momento. ¿Cómo construirían un árbol para describir su vida y experiencias? ¿Cómo construirían un árbol para describir su búsqueda de tratamiento/apoyo con las cosas que encuentran difíciles?

Instrucciones: Distribuya tarjetas a cada grupo, mostrando los temas que surgieron durante los FGD. Muestre a los participantes el árbol de problemas de ejemplo a continuación y desles 1 hora para discutir y crear árboles de problemas dentro de sus grupos.



Paso 4. Después de 1 hora, pida a un representante de cada grupo que comparta su árbol de problemas con el resto de los participantes (lo que debería tomar aproximadamente otra hora).

Paso 5. Mientras los participantes comparten sus árboles, un facilitador debe tomar notas para apoyar el análisis después. Otro debería tomar notas más generales para facilitar la discusión. Tenga en cuenta las similitudes y diferencias entre los árboles y los desafíos y resultados de los servicios de atención médica frente a los de salud. Estos deben compartirse con el grupo más amplio, y se debe pedir a los participantes su opinión sobre las similitudes y diferencias. ¿Están de acuerdo o en desacuerdo? ¿Por qué por qué no?

Sesión 2

Cuentacuentos de un mundo ideal: imaginar resultados y productos

El objetivo de esta sesión es identificar posibles soluciones para mejorar los servicios de salud mental y los resultados de salud mental. Este es un plan a largo plazo, pero debe dar a los participantes la oportunidad de pensar qué acciones se requieren para lograr esta visión a largo plazo.

Paso 1. *Breve introducción al tema:* La forma en que pensamos sobre el futuro a menudo se enfoca en el futuro inmediato. Sin embargo, cuando el pensamiento se inspira en una visión del futuro a largo plazo, hay más espacio para lograr cosas que se consideran 'impensables'. Una

visión de un futuro mejor nos da esperanza y aumenta la motivación para tomar las medidas y acciones necesarias para alcanzar esa visión.

Paso 2. El facilitador muestra el cuadro a continuación y explica cómo la planificación según la visión difiere de otros tipos de planificación.

Creando una visión del futuro

A menudo, nos enfocamos en cambiar el futuro inmediato. Sin embargo, cuando el pensamiento se inspira en una visión del futuro a largo plazo, hay más espacio para lograr cosas que se consideran 'impensables'. Una visión de un futuro mejor nos da esperanza y aumenta la motivación para tomar las medidas y acciones necesarias para alcanzar esa visión.

Paso 3. Los participantes deben trabajar en los mismos grupos de la actividad 1.

Guión: “Imagine su comunidad dentro de 20 años. Día a Día – o Séptimo Día- ha preparado un programa sobre los logros sobresalientes que ha logrado su comunidad para mejorar el acceso a los servicios de salud mental y mejorar la salud mental en la comunidad. El programa de televisión/radio se preparó con base a entrevistas con miembros de la comunidad, autoridades locales, líderes tradicionales e instituciones de salud que trabajan en el distrito. Imagine lo que informaría el programa con respecto a los logros de su comunidad en el área de la salud mental. Han realizado un reportaje especial, sobre dos personas que han experimentado este cambio. Una persona es alguien cuya salud mental ha mejorado y otra es un profesional que ha trabajado con el paciente y la comunidad para construir ese cambio.

Nota para los facilitadores: estas preguntas deben entregarse a cada grupo en una hoja de papel

Preguntas generales a considerar para todas las partes

- En los últimos 20 años, ¿qué cambios ha realizado su comunidad para garantizar una buena salud mental y bienestar?
- ¿Qué ha hecho su comunidad en los últimos 20 años para facilitar que las personas usen los servicios de salud mental?
- Usted como proveedor/a de servicios de salud mental, ¿qué ha hecho para mejorar la salud mental de la comunidad?
 - Por ejemplo: Si usted es un psicólogo, ¿cómo hizo para ayudar a su comunidad?
- ¿Cómo han apoyado los líderes comunitarios para mejorar los problemas de salud mental?

Preguntas para sus personajes principales:

- ¿Qué acción tomaron para comenzar a hacer cambios en sus vidas? ¿Quién participó?
- ¿Qué estrategia usaron el primer año para que sucedieran estos cambios?
- ¿Cómo convencieron a las otras personas de que esta era la decisión correcta?
- ¿Cómo siguieron adelante a largo plazo?

Preguntas a considerar al concluir la sesión

- ¿Cuál es la actitud actual de su comunidad hacia los problemas y servicios de salud mental? ¿En qué se diferencia esto de a visión a 20 años que imaginan?

Guión continuado: “en sus grupos, tienen que escribir una historia sobre este mundo futuro. Puede serles útil pensar en las preguntas de la hoja de papel adjunta. Presentará su historia al grupo en un juego de roles (no más de 10 minutos de duración) de una entrevista de televisión o radio. Debe haber cuatro roles de habla:

- 1) El periodista (que podría estar haciendo algunas de las preguntas que hemos proporcionado)
- 2) Un personaje principal que se ha beneficiado del nuevo mundo y servicios (podría ser la misma persona en la que pensó para ayudarlo a realizar la actividad 1)
- 3) Un proveedor de atención de salud
- 4) Una persona clave que crean que es importante para la historia (Podría ser un miembro de la familia, un líder comunitario, un político, un amigo, etc.)

Tendrán 1 hora para trabajar en esto”.

Paso 4. Después de 1 hora, pida a los grupos que presenten sus obras

Paso 5. A medida que cada grupo cuente su historia, deberá extraer los puntos principales. Comience a construir un gran árbol de problemas con los participantes, basado en todas las historias contadas durante esta sesión.

Paso 6. Finalmente, aclare y pule este árbol de problemas con todos, para llegar a un consenso.

Sesión 3

Mapeo e intervención del edificio

El objetivo de esta sesión final es identificar intervenciones que podrían utilizarse para mejorar la salud mental y los servicios de salud mental en las comunidades. Vale la pena señalar en esta etapa, que estas discusiones darán forma a cómo ejecutaremos la segunda etapa de nuestro proyecto, cuáles son las actividades que facilitaremos para mejorar la salud mental y mejorar las relaciones entre los servicios de salud mental y las comunidades en el transcurso de este año.

Paso 1. Breve introducción al tema:

Los Facilitadores principales deben ofrecer una breve presentación de los diferentes tipos de intervenciones que existen en el espacio de la salud mental para mejorar la salud mental y el bienestar (aprox. 15 minutos). Esto debería vincularse con el futuro descrito en la segunda actividad. Una oportunidad clave para mostrar que las intervenciones de salud mental pueden

tomar muchas formas, es ir más allá de lo que anticipan/creen que 'cuenta' como apoyos de salud mental.

- 1) Comparta ejemplos de intervenciones que se centren en el cambio social como ruta para mejorar la salud mental (piloto Tocancipa; COURRAGE plus; etc.)
- 2) Explicar la importancia de las intervenciones para individuos, colectivos, familias y comunidades.
- 3) Explique que esta también es una oportunidad para explorar y discutir diferentes intervenciones donde las comunidades y los proveedores pueden conectarse.

Paso 2. Divida a los participantes en los mismos grupos que para la actividad anterior

Paso 2. Explique que necesitarán pensar en los árboles de problemas de las actividades 1 y 2. Pídales que consideren un total de 6 retos/desafíos de esos árboles de problemas, pero que 2 deben elegirse de las 'raíces', 2 de los 'tronco' y 2 de 'la parte superior/resultados'

Paso 3. Diga a los participantes que tienen 1 hora para considerar estos desafíos e imaginar posibles soluciones. Tendrán que identificar:

1. *Cómo deben ser las acciones.*
2. *De dónde deben venir las acciones.*
3. *Quién es responsable de las acciones/intervención.*
4. *¿Qué recursos se necesitarán para que esta acción suceda?*

Paso 4. Pida a los participantes que construyan nuevos árboles de problemas, esta vez centrados en las soluciones.

Raíces: ¿Cuáles son los recursos que necesita la gente?

Trunk: ¿Cuáles son las intervenciones reales que deben implementarse?

Ramas: ¿Cuáles serán las consecuencias de ponerlas en marcha?

Paso 5. Después de 1 hora, pida a los grupos que presenten sus árboles

Paso 6. Mientras los grupos presentan, comience a crear un mapa (en el tablero) resaltando las diferentes intervenciones sugeridas.