

**Salud comunitaria en tiempos de ASPO:
Talleres en línea “entre” la comunidad malvinera.**

Figari Cecilia¹ – Coordinación de Talleres, estrategias y proyectos en salud integral comunitaria-TEPsic-Subgerencia de Veteranos de Guerra –INSSJP-cfigari@pami.org.ar

Lucia Briguet²- Área de Veteranos de Guerra y de Discapacidad-UGL IX Rosario-INSSJP-lbriguet@pami.org.ar

Maria Isabel Campbell³- Área de Veteranos de Guerra -UGL XXIII- Formosa-INSSJP-micampbell@pami.org.ar

Natalia Casagrande⁴ - Área de Veteranos de Guerra -UGL XX- La Pampa-INSSJP-ncasagrande@pami.org.ar

Verónica Rende⁵ - Coordinación de Políticas Sociales -UGL VI -CABA-INSSJP-mvrende@pami.org.ar

Mara Wolansky⁶- Área de Salud Mental y de Veteranos de Guerra -UGL III-Córdoba-INSSJP-mwolansky@pami.org.ar

RESUMEN

El contexto de aislamiento a causa de la pandemia constituyó un factor de riesgo para la salud mental de la población mundial, más aún para una comunidad que a casi cuarenta años después de la Guerra de Malvinas, sigue presentando padecimientos tales como el aislamiento, la ansiedad, el estrés, el miedo; junto a las barreras psicosocioculturales que obstaculizan la demanda para el acceso a servicios de salud mental. Así se conforma este equipo interdisciplinario, comprometido en la salud integral comunitaria, que se desafía a revisar las prácticas institucionales de atención primaria basadas en un abordaje comunitario presencial sostenido en el territorio nacional (2009-2019). De este modo, se exploran los modos de aproximarse bajo la interacción digital, buscando minimizar los efectos del aislamiento emocional. En tal sentido, las estrategias de extensión social y comunitaria siguen representando un abordaje posible, donde se proponen talleres psicoeducativos y socioculturales que promueven diversos movimientos creativos habilitadores que implican a los integrantes de la comunidad, a los equipos interdisciplinarios y a la propia institución,

¹ Prof. Dra. en psicología. Magister en integración de PcD. Coordina Talleres TEPsic desde la Subgerencia de Veteranos de Guerra. INSSJP.

² Psicóloga. Especialista en Psicología Clínica, Institucional y Comunitaria. Trabaja Área de Veteranos de Guerra y Discapacidad UGL IX Rosario. INSSJP.

³ Trabajadora social. Coordina Área Veteranos de Guerra UGL XXII Formosa. INSSJP.

⁴ Trabajadora social. Coordina Área Veteranos de Guerra UGL XX La Pampa. INSSJP.

⁵ Lic. en Psicología y Trabajo Social. Especializada en danza movimiento terapia. Trabaja en Prestaciones Sociales - UGL VI y Casa de la Cultura. CABA. INSSJP.

⁶ Magister en Salud Pública. Lic. Psicología y artista plástica Trabaja Área Salud Mental y VGM de la UGL III Córdoba.

desde donde se proyecta este trabajo colaborativo y en red. La metodología predominantemente cualitativa se basa en la investigación acción participativa. Comprende material escrito y audiovisual que registra los procesos de trabajo en línea, junto a los testimonios y vivencias de los participantes. Así, de cómo se fue desarrollando este proceso de implementación de 163 talleres en línea (2020- 2021 en curso), según demanda de interés. Por último, se discute acerca de los facilitadores y las barreras de la modalidad en línea. Se concluye acerca de la resignificación de esta herramienta que vinculó entre 1284 participantes pertenecientes a la comunidad malvinera y un equipo de facilitadores de diferentes regiones del país, construyendo redes de apoyo y cuidado mutuo; posibilitando habitar espacios de transformación individual y grupal.

INTRODUCCIÓN

Acerca del proceso de la construcción de los talleres en línea en tiempos de ASPO

El contexto de ASPO debido a la pandemia constituyó un desafío para los equipos interdisciplinarios de salud comunitaria, motivando a revisar las prácticas institucionales de atención primaria de la salud integral (Bang, 2020), así como explorar los modos de aproximarnos para sostener las prácticas comunitarias presenciales en el territorio nacional (2009-2019) con una población que requiere de nuestra presencia y acompañamiento. De tal modo, que si el aislamiento físico social y obligatorio (DECNU 260, 2020) ante la amenaza de la pandemia por Covid 19 representaba un evento disruptivo para la población en general (Benyakar, 2020; Thomas, Lawton, Brown & Kranton, 2021), el riesgo potencial de este impacto disruptivo constituía un factor a considerar en la comunidad malvinera (Veteranos de Guerra de Malvinas, grupo familiar y familiares de caídos en Malvinas) debido a las características sociohistóricas que esta población presenta a causa de la participación directa e indirecta en el Conflicto del Atlántico Sur, junto a las experiencias atravesadas en la Postguerra. A casi 40 años de la Guerra de Malvinas, padecimientos subjetivos tales como el aislamiento emocional (Muchnik y Seidmann, 1998), la soledad relacional (Galende, 1997; Bang, 2021), el silencio, los duelos, el miedo, la angustia, la ansiedad, el estrés y las barreras psicosocioculturalesⁱ (Acevedo y Figari, 2015a; De la Cuesta, 2017; Menéndez, 2003) se hallan aún presentes en esta comunidad con diversas intensidades.

Esta situación nos convoca como equipo de referentes institucionales pertenecientes a diversas disciplinas (fundamentalmente conformado por psicólogas y trabajadoras sociales) y a diversas provincias del país (Formosa, Santa Fe, Córdoba, La Pampa, Buenos Aires y CABA), a pensar y trabajar colaborativamente en una estrategia comunitaria desde el entorno virtual, buscando el modo de continuar sosteniendo esta presencia, que busca favorecer los

factores protectores en salud a través de la participación social que proponen los talleres como abordaje grupal, modalidad donde converge lo individual y lo social (Acevedo y Figari, 2011, 2015b ; Acevedo, Figari y Ocampo, 2009; Figari,2017,2019a,2019b; Figari, Briguet, Campbell, Casagrande, Rende y Wolansky; 2021; Segura del Pozo, 2020).De este modo, este trabajo resulta de un proceso de sistematización, articulación conceptual y análisis reflexivo de los talleres en línea, comprendidas como prácticas comunitarias en atención primaria de la salud integral, y que se inscriben en una metodología predominantemente cualitativa, basada en la investigación acción participativa (IAP).

La convocatoria y difusión se inicia desde la coordinación TEpsic -talleres, estrategias y proyectos de salud integral comunitaria- de la Subgerencia de Veteranos de Guerra-INSSJP, referencia institucional que con su nombre opera desde el imaginario social como un primer factor de convocatoria para la participación en un proyecto comunitario.

“Se considera Proyecto [Comunitario] a un conjunto de actividades dirigidas a una comunidad, realizadas en colaboración con integrantes de la propia comunidad (otras instituciones y organizaciones ciudadanas), para promover la salud, incrementar la calidad de vida y el bienestar social. Potenciando, por un lado, la capacidad de las personas y grupos para el abordaje de sus problemas, demandas o necesidades y, por otro, promoviendo intervenciones sobre el medio físico y social que faciliten los cambios de estas mismas personas o grupos sociales” (Segura del Pozo, 2020, p.34).

Así la modalidad en línea nos condujo a incorporar nuevas herramientas a estas prácticas comunitarias (Bang, 2020, 2021). Dentro de las herramientas disponibles, seleccionamos el formulario de google que nos sirvió para explorar no solo sus intereses según una oferta abierta de talleres a elección, sino también los recursos tecnológicos y plataformas digitales disponibles de los participantes (zoom, google meet, etc.), remitiéndoselo por diversos canales (listado de correo y diversas redes de contactos de Whatsapp disponibles). Cabe destacar que la difusión se implementa desde las redes formales institucionales (fundamentalmente referentes regionales TEpsic) y redes informales de la comunidad malvinera (Ròvere, 1999). Mientras se relevaba esta situación en la comunidad, también nos enfrentábamos al interior del equipo con nuevos aprendizajes que nos permitieran contar con la mayor cantidad de herramientas disponibles, así como estrategias para favorecer la accesibilidad a los talleres en línea.

El recurso tecnológico, celebrado o altamente resistido, tanto por los participantes como por coordinadores de los talleres (su mayoría de mediana edad), se transforma “con una fuerza arrolladora en una vía de acceso casi única para sostener lazos sociales con la comunidad” (De la Vega y Neme, 2021, p.157). Accesibilidad que comprendía también la disponibilidad

de conectividad, un espacio de privacidad (no siempre disponible por motivos de diversa índole personal y familiar) o, de los dispositivos (computadora, tableta o celular) con los que se contaba (no siempre de uso exclusivo, sino también familiar) y un tiempo de atención posible frente a la pantalla (nuestro equipo determino un promedio de dos horas). De este modo, la ausencia o la carencia de alguno de estos recursos también se constituían en amenazas posibles para participar en los talleres en línea, tanto para los participantes como para los facilitadores de talleres.

Así también la ampliación de la población destinataria de los talleres (en especial, hijos e hijas) iniciada ya en la modalidad presencial (Briguet, 2017) fue facilitada muy especialmente en el inicio de la pandemia por su presencia en tiempos del “quédate en casa”, constituyendo un apoyo bastante significativo para promover y sostener el desarrollo de las habilidades tecnológicas de sus padres. Por otro lado, cabe destacar que también los talleres con hijos e hijas tuvieron su espacio propio en la modalidad en línea como las “nuevas voces para pensar Malvinas”, reflexionando sobre la transmisión intergeneracional en la construcción de la identidad personal y social.

Así mismo, la población de “familiares de caídos en Malvinas” es comprendida dentro de la comunidad malvinera como destinataria de los talleres en línea, aunque no necesariamente fuera afiliada a este Instituto. Esta invitación a participar en los talleres fue recibido con agradecimiento y reconocimiento mutuo; siendo una población que frecuentemente también manifiesta la carencia de atención psicosocial recibida luego del conflicto bélico de Malvinas (Bellatti, 2019).

Por otro lado cabe reflexionar acerca de qué se “entraba” a las casas de los miembros de la comunidad con esta modalidad en línea –como también los participantes a las nuestras- y que, numerosas veces un familiar participaba en forma indirecta del taller sea por la materialidad del lugar de la casa seleccionado o bien, porque le interesaba el tema que se trataba según manifestaba el participante visiblemente involucrado, pero que por una decisión personal no quería mostrarse en la pantalla, si bien algunos por momentos alcanzaban a mostrarse fugazmente por la pantalla. De algún modo también fuimos partícipes del proceso de enfermedad del Covid de quienes lo atravesaron en sus casas; especialmente de aquellos participantes asiduos a los ciclos de talleres. Mientras que otros integrantes de la comunidad perdieron sus seres queridos en el transcurso de la implementación de los talleres en línea. situación que también fue compartida en este espacio.

Otra cuestión se refiere a la modificación de las configuraciones territoriales de los participantes a los talleres en línea, propuesto y abierto a todo el territorio por el programa nacional donde se apoya (INSSJP, 2005); observándose la “conformación móvil de la comunidad con anclajes identitarios que combinan territorialización y desterritorialización” (Bang, 2021, p.785), sostenido por lo presencial y lo virtual, bajo un fuerte sentimiento de pertenencia a la comunidad nacional malvinera en las prácticas de cuidado y contención.

Se acuerda con De la Vega y Neme (2021), que la inclusión a los entornos virtuales se fue enmarcando en un proceso de posibilitación, pues a partir de las tecnologías se pudo ofrecer y sostener cierta regularidad en las actividades que los talleres presenciales no habían tenido (se concurría a los distintos lugares del país según demanda), constituyéndose una “presencia sostenedora” a partir de la oferta continua de los talleres y otros recursos interactivos, facilitando la construcción de vínculos de confianza entre participantes y talleristas. No solo desde los encuentros sincrónicos donde la interacción en plataforma digital permitió incorporar la imagen, el gesto, la palabra dicha (verbal y escrita en el chat), sino también desde las interacciones de los mensajes de Whatsapp y del correo electrónico que se fueron incrementando en estos tiempos.

Así como cada taller psicoeducativo o sociocultural presenta sus objetivos y dinámica que encuadra la tarea específica y convoca a la conformación de un grupo de participantes según demanda de interés; también los grupos de Whatsapp presentan sus propias reglas que, a modo de encuadre, “preservan la tarea y la dinámica del grupo por el cual fueron creados” (De la Vega y Neme, 2021,p.130). Tal como el establecer el derecho a la desconexión entre los participantes y talleristas, dada la continuidad de disponibilidad de conexión que implica este canal de comunicación.

También la elaboración y adecuación de los proyectos de talleres a modalidad en línea representó otro desafío para este equipo, respecto a la propuesta de temas, presentaciones y actividades posibles para los encuentros sincrónicos virtuales. Y en la medida que las distintas ofertas de taller se sucedían en el tiempo y los participantes concurrían asiduamente a estos encuentros según su interés, se observa como la creación y sostén de vínculos afectivos entre participantes y talleristas (Bang, 2021) posibilitaba habitar espacios en el singular entramado grupal, conformándose diversas tramas argumentales que entrelazaban a los participantes a un sentido vital y transformador.

DESARROLLO

Los primeros talleres en modalidad en línea brindaron herramientas preventivas de salud mentalⁱⁱⁱ en sintonía a la atención prioritaria que la situación de pandemia imponía, así como luego se propusieron temas relacionados a la problemática de género ya implementados en presencialidad (Acevedo et. al, 2009; Acevedo y Figari, 2011; Figari, 2017, 2019b) dada la especial y delicada atención de esta temática en tiempos de confinamiento prolongado en el hogar. También se propusieron talleres acerca de las modalidades de duelo y rituales de despedida dando lugar a la elaboración de pérdidas familiares actuales y pasadas (como en el caso de los familiares de caídos en Malvinas). Posteriormente, el taller de la risa y el humor, como un recurso saludable para acompañar el atravesamiento de situaciones nuevas que este contexto de pandemia nos presentaba. Por otro lado, se ofrecieron y se siguen ofreciendo talleres para conocer acerca de la alimentación saludable y los modos de recuperar hábitos saludables, evitando las consecuencias negativas con la aparición de otras enfermedades.

Este año nos propusimos ampliar la oferta de talleres en línea desde las artes combinadas, ya iniciados el año pasado con los talleres de Cine Debate y de Danza Movimiento Terapia, incorporando los talleres de arteterapia y de literatura con una modalidad procesual (de cuatro a diez encuentros con diversas frecuencias semanal, quincenal o mensual); comprendiendo que los recursos visuales, corporales, plásticos, lingüísticos y sonoros constituyen medios que facilitan la expresión de emociones y sentimientos compartidos en un espacio grupal.

Por otro lado, paulatinamente se profundizaron la oferta de ciclos de talleres –especialmente aquellas vinculadas a las artes- que posibilitaron procesos de cambio ante la participación en los encuentros sucesivos en la trama grupal (Segura del Pozo, 2020).

A continuación, compartiremos acerca de algunos de estos procesos acontecidos en esta oferta de talleres en línea, con especial énfasis en los talleres implementados a partir de las distintas expresiones y recursos artísticos.

Explorando el universo de la literatura, buscando ampliar horizontes...

Este ciclo de talleres literarios se origina a partir de los talleres de cuentos realizados el año pasado, planteados desde la perspectiva de género. Capitalizando las propuestas realizadas por los integrantes, el equipo facilitador propuso este año continuar explorando el mundo ficcional a través de la lectura de nuevos géneros literarios y realizar encuentros mixtos bajo este interés común detectado en formulario de inscripción. De este modo, se propuso conocer

nuevos universos simbólicos, compartir lecturas y reflexiones para profundizar y expandir la sensibilidad de los que participamos, favoreciendo así el desarrollo personal y comunitario a través del recurso de la ficción.

Desde la dinámica propuesta en el entorno virtual se invita previamente a la lectura seleccionada, actividad que cada uno puede realizar individualmente de modo asincrónico para luego intercambiar miradas y reflexiones entre los integrantes del grupo, enriqueciéndose cada uno con la perspectiva del otro y con los nuevos universos que presenta la literatura. Por otro lado, en la modalidad procesual que comprende este ciclo se invita a los integrantes de este taller a compartir y recomendar lecturas-inclusive audiolibros y películas acerca de los libros seleccionados - y decidir entre los participantes qué lecturas seleccionar para analizar y reflexionar conjuntamente, tanto en el encuentro sincrónico como asincrónicamente por grupo de Whatsapp y correo electrónico. El grupo de WP surge a los fines del intercambio de materiales de este taller, y ha resultado desde su inicio muy enriquecedor a los fines del intercambio entre sus integrantes, mediado por el recurso literario. También para aquellos que no pudieron participar ese día por falta de conectividad, ya que pueden participar asincrónicamente del material presentado que fuera remitido por ambos canales de comunicación.

Bajo la secuencia de las propuestas que los talleres sucesivos proponen, vinculamos lo que se llevan los participantes al cierre de cada taller como una manera de reflejar el proceso que se va experimentando, dando cuenta del grado de implicación progresivo que experimentan.

En el primer encuentro se propuso introducir las características del cuento y la ficción. También se incorporó una presentación TED de video de Liliana Bodoc, “Poesía para vivir”. Luego se trabajan los primeros capítulos de “El Principito”, y se propone a uno de los participantes presentar la bibliografía del autor Anthony Saint Exupery dado que es un aficionado a sus escritos. Los participantes valoran este espacio como muy *“enriquecedor emocional e intelectualmente”*, el encuentro con *“interpretaciones tan variadas, pero también tan parecidas respecto de la visión de lo que el autor quiso transmitir”*, así como *“la importancia del arte en todas sus expresiones que nos permite volar con la imaginación y estar en un estado panne sin tiempo ni espacio, en ese estado de detención en dónde conectamos con nuestro ser interior creativo y tan maravilloso”*.

En posterior encuentro, un participante realiza una presentación de la trayectoria vital de Anthony Saint Exupery con un valioso y detallado material fotográfico de apoyo que acompaña su presentación. Posteriormente se avanza e intercambia con las frases que cada

participante seleccionó de los siguientes capítulos acordados para la lectura previa al encuentro. Los participantes destacan que este taller propuso “*un espacio de crecimiento y búsqueda*”, de “*conocimiento y enriquecimiento personal*”, de “*estímulo para indagar en contenidos y propuestas literarias*” y la percepción de la vida desde la mirada de un niño resignificando la frase “*los adultos no entienden nada*”, y “*siempre y volver a mirar, sentir*”.

En el tercer encuentro se propuso intercambiar sobre los inicios al mundo de la ficción y de la literatura de cada uno de los participantes. También se incorpora un fragmento de un video de Liliana Bodoc, “*Poesía para vivir*”, para luego compartirla por grupo de WP. Luego se trabajan los últimos capítulos de “*El Principito*”. Los participantes destacan “*la posibilidad de compartir ideas y vivencias*”, y de “*establecer vínculos que estos talleres son un poco de aire fresco entre tanta convulsión*” y que, “*El principito siempre nos deja pensando y es el puntapié ideal para el abordaje de la lectura de ficción*”.

Posteriormente en el cuarto encuentro surge desde el grupo, y se conforma como propuesta desde la coordinadora, que cada participante traiga una poesía junto a la bibliografía del autor o de la autora, componiéndose una presentación colectiva con el aporte de cada participante y coordinadoras de taller. Los participantes destacan “*la belleza*” y “*la emoción*” de “*recuperar la poesía para la vida*” y “*entrenar el alma...*”



Gráfico 1-Ciclo de talleres Literarios en línea TEPsic 2021

En el quinto encuentro, se comparte la lectura de la presentación colectiva resultado del aporte que cada integrante había realizado, sumado a otros nuevos brindados previamente por GW y durante el propio encuentro.

En este taller en particular, se destaca el intercambio y el involucramiento entre los participantes con los aportes de cada uno para este grupo, expresando que se llevan “*crecimiento*”, “*inspiración*”, “*vuelo*” y que es “*muy lindo navegar en la magia de la poesía.*”

Estos talleres literarios aún continúan con esta dinámica de nuevas propuestas de los participantes, compartidas y recreadas grupalmente.

Consideramos que en el contexto de ASPO, y más allá de que paulatinamente se vaya retornando a la presencialidad (DECNU 678, 2021) y se dificulte la disponibilidad para la participación virtual, este tipo de taller sigue ofreciendo un espacio que convoca y fortalece los vínculos de integrantes de esta comunidad malvinera interesados en el mundo literario, ampliando nuevos horizontes con nuevas temáticas que enriquecen el camino de la vida.

Del cine en movimiento al taller de cine Debate

El cine es un medio audiovisual que integra distintas perspectivas; arte y técnica, lenguaje e imagen, fantasía y realidad. El film nos cuenta una historia a través del silencio, los sonidos, los planos, los movimientos de cámara y las imágenes; transmitiendo valores culturales, éticos y estéticos, desde la fuerza de la imagen en movimiento.

El material fílmico que inspiró inicialmente este proyecto de Cine Debate proviene de la tarea realizada desde el Centro de Veteranos de Quilmes-Pcia. de Bs. As.-quienes desde el año 2013 participaron en un taller denominado “Grandes Cortos”; donde desarrollaron la trama, fueron actores y directores de estos cortos con relatos del ayer y del hoy de Malvinas. Dado que uno de los integrantes de este taller es también integrante del equipo de coordinación TEPsic-SGVG- se observó y analizó en equipo la importancia de compartir esta producción fílmica originada en el relato de los propios VGM como “protagonistas de su historia” (Sánchez, 2017).

El poder enunciar los conflictos de una comunidad, ponerlos en escena, permite repensar los propios conflictos y los del conjunto. Que una comunidad comience a narrarse a sí misma, a apoderarse de la herramienta, lleva a que se dé sus propios objetivos y su propia ética (Fiel, 2017, p. 195).

Este taller ha sido implementado en modalidad presencial desde el año 2015 con buena repercusión en la comunidad malvinera, especialmente entre Veteranos de guerra, adaptándose a la modalidad en línea en tiempos de ASPO. Así se propone a los participantes ver previamente el corto o película propuesta (cada uno con su link para que lo pudieran ver

previamente al encuentro sincrónico) y unirse luego al encuentro sincrónico vía plataforma digital, para debatir e intercambiar ideas sobre cada uno de los materiales propuestos.

La propuesta inicial comprendió cuatro viernes sucesivos con un ciclo de cortos seleccionadosⁱⁱⁱ y posteriormente se fueron planteando nuevos ciclos a partir de otras propuestas de los propios participantes a este espacio de taller. La mayoría de los cortos o películas planteadas estuvieron vinculadas a Malvinas, salvo un corto acerca del ciclo vital denominada “Vejece”^{iv}. La actividad fue moderada por un VGM, productor y actor de algunos de los cortos presentados y una psicóloga.



Gráfico 2-Ciclo de talleres Cine Debate en línea TEPsic 2020-2021

Pensamos este proyecto del Cine Debate desde una perspectiva didáctica y constructiva, que favorece el intercambio de ideas y sentimientos a través del material fílmico seleccionado entre los distintos integrantes de la comunidad malvinera que se convocan en este espacio, quienes no siempre tuvieron la oportunidad de compartir estos relatos por barreras individuales y contextuales de diversa índole. Así mismo, se acuerda con Fiel (2017) que estos talleres también posibilitan el “poner en tensión un relato constituido como objetivo y el subjetivo de los veteranos, la lucha entre las narrativas” (Fiel, 2017, p.195); así como el impacto de que una comunidad que comienza a narrarse a sí misma en términos de la construcción de la subjetividad individual y colectiva (Fiel, 2017; Menéndez, 1997).

Todos los talleres han resultado en un rico intercambio entre los participantes -y muy especialmente para los propios VGM que mayoritariamente asisten a este taller-, sorprendiendo como algunos recuerdos se entrelazaban en esa conformación grupal singular convocada por el interés ante determinado corto o película. En tal sentido, se destaca solo

algunos de los numerosos comentarios que se llevaron al cierre de cada uno de estos talleres: *“importante escuchar a protagonistas de una parte de nuestra historia. Merece ser escuchada la historia viviente”, “los distintos puntos de vista en cuanto a los recuerdos que tienen los VGM del conflicto, así como poder explayarlos (o no), en una mesa de pares o entornos amigables”, “la oportunidad de expresar mis vivencias y compartirlas con los otros talleristas junto con sus propias experiencias, puntos de vista, y sentimientos”, “el poder compartir en un ámbito de contención una experiencia dolorosa”, “seguir encontrando herramientas para continuar armando el rompecabezas que generó Malvinas”, “ver una película de esta temática te abre la mente en ver cómo es la forma de vida desde el punto de vista de ellos, y desarrollarlos en un debate, le da un sentido aún más enriquecedor”, “un poco más de claridad y consistencia para poder seguir sosteniendo al VGM y/o familiares más cercanos”, “es muy bueno escuchar las historias de otras mujeres que han vivido tan cerca del veterano de guerra con sus voces y silencios”, “mirar a la cara y conocer mis aspectos negativos, pero enfocando nuestra vida en aspectos positivos, siempre nos salva del dolor más allá de nuestras heridas, seguir teniendo sueños, encontrar un sentido y seguir proyectando hacia la vida son nuestro motor que nos sigue impulsando y nos hace seguir construyendo Resiliencia”.*

Arteterapia: un proyecto acerca de lo que soy, lo que muestro, lo que quiero ser desde la sensibilidad y creatividad

El conocimiento y aprecio del “otro”, unido al conocimiento y aprecio de los valores de “uno”, es lo que permite construir una manera de pensar el mundo que abarque el “nosotros”, este aspecto nos permitirá modificar nuestra conciencia y abrirnos hacia un nuevo horizonte imaginativo. Valorar los aspectos más profundos y fundamentales de cada persona posibilita rescatar y rescatarnos por encima de las diferencias. Comprendemos, valoramos y apreciamos lo que conocemos. Los efectos de la práctica y de la contemplación de las artes sobre la mente, las emociones y la fisiología humanas se conocen y se utilizan desde tiempo ancestrales, en todas las culturas, pero se consideran que tres fueron los factores fundamentales que propiciaron la aparición de la arteterapia: el auge del psicoanálisis, las vanguardias artísticas del siglo XX y la Segunda Guerra Mundial.

Se define **Arteterapia** al uso terapéutico de cualquiera de las herramientas que nos brindan las distintas artes expresivas: Artes visuales, Danzas, Teatro, Música, Canto (Asociación Profesional Española de Arteterapeutas).

El arte terapia gestáltica da cuenta que la creatividad esta intrínsecamente conectada con los procesos de vida y que la habilidad de expresión por diferentes lenguajes, verbales y no verbales es un potencial natural de todas las personas. Se sustenta en que las personas son agentes de su propia salud y de sus procesos de crecimiento, encontrando en sus trabajos y creaciones, sentidos que son personalmente relevantes y significativos. El marco conceptual de este enfoque se fundamenta esencialmente en la comprensión y puesta en marcha de los aspectos saludables y positivos cuyas raíces emergen en los años 60 con el nacimiento del Movimiento de Potencial Humano. En décadas posteriores generará gran resonancia entre los psicólogos positivistas (Csikszentmihalyi, 1998, 2004; Gardner, 1987^a, 1987^b, 1997; Goleman, 1996; Seligman, 2002).

Según Ruggiero & Ruggiero (2004), *“ser creativo significa combinar nuestros conocimientos con la imaginación”*, es una habilidad que podemos cultivar y desarrollar. Así las personas creativas suelen caracterizarse por ciertos rasgos como: fluidez (las personas creativas dan más respuestas, elaboran más soluciones, piensan más alternativas), flexibilidad (capacidad de aceptar múltiples alternativas y de adaptarse a nuevas reglas de juego), originalidad (fruto de una profunda motivación y entusiasmo, surge de un proceso de constante análisis y de incesantes modificaciones)y la capacidad de redefinición (consiste en encontrar usos, funciones o aplicaciones distintas a las habituales).

El presente proyecto propuso un espacio de encuentro a través del recurso expresivo y un espacio de reflexión desde la creatividad y la sensibilidad, donde se emplearon distintas técnicas de las artes visuales y disparadores, para lograr una mayor exploración personal.

Se planearon dos encuentros mensuales con un acercamiento al trabajo terapéutico a través del arte. En cada encuentro, de tres horas de duración, se trabajaron diferentes técnicas, materiales y temas.

Los recursos artísticos facilitaron el desarrollo de la individualidad (búsqueda del estilo personal), de los recursos personales (sensoriales, perceptivos, cognitivos, emocionales, simbólicos y creativos), la expresión de lo no verbalizado; lo invisible, la organización de los contenidos relevantes, el dialogo con la propia creación (ayudando a transformar actitudes críticas negativas en actitudes de curiosidad e interés positivos), la expansión de la conciencia (darse cuenta).En tal sentido, las participantes pudieron explayarse sobre lo trabajado y los

sentimientos que las actividades generaron en cada una de ellas. Las causas de las expresiones y de la capacidad de exploración personal son el resultado de todas las actividades y reflexiones que se consideraron en cada encuentro a lo largo de todo el taller, en especial aquello que surgió a nivel cognitivo como reflexión y resultado de la propia producción plástica de cada una de las participantes.



Gráfico 3-Ciclo de talleres Arteterapia en línea TEPsic 2021

De esta manera los participantes llegaron por propia evolución cognitiva (que se fue desarrollando en un proceso de construcción y reconstrucción del conocimiento) al esquema de la percepción de lo propiamente artístico, en consonancia con lo expresado por fuera de las normas o reglas aprendidas, incorporando además esquemas de percepción ajenos que se fueron reafirmando con los propios y qué, de una manera u otra, trasciende la persona, sus orígenes, sus vínculos y conflictos. El proceso de evolución hacia este nivel de experiencia requiere en Arteterapia, de un desarrollo paulatino en función de la edad y la capacidad de la persona y necesitará de un proceso de aprendizaje, para conseguirlo. En los primeros momentos, la intencionalidad del sujeto es aproximarse a la representación como si se tratase de una fotografía. Mientras que, en la intención del Arteterapia, la selección de información que rige la construcción perceptiva debe ser "selectiva, armónica, y dotada de sentido". Este concepto también es válido para las personas adultas, objetividad, realismo, y visión cotidiana, son las bases que sirven como punto de partida hacia otros niveles de la experiencia, cuya finalidad estética requiere del sujeto adulto, aprendizaje y desarrollo de las cualidades artísticas tales como ejercicio de la percepción y desarrollo cognitivo.

Si bien se planteó un encuentro final, en Arteterapia no hablamos de cierre, ya que cada actividad propuesta abrió diferentes caminos posibles, siempre dentro de los mismos objetivos. Dentro de lo que expresaron las participantes al cierre del taller seleccionamos aquellas que dan cuenta del proceso de exploración y autoconocimiento propuesto en este ciclo: *“me gusta el arte, me pareció un taller atrapante”, “actividades geniales en las cuales podemos abrir nuestro corazón y pensamientos”, “¡La satisfacción del aprendizaje a través del arte!, el descubrir jugando mis luces y mis sombras...muy feliz por mi avance”, “reencuentro conmigo, y, saber que debo trabajar en mi persona”, “excelentes personas tanto los talleristas como los participantes, súper emotivo e interesante, en lo personal es muy interesante para mí, dónde da cada vez más ganas de seguir y dónde el momento que compartimos el tiempo vuela...”, “muy motivador y nos permite un mayor conocimiento de nosotros mismos”, “encuentro con uno mismo de la mano del grupo, comunidad, cercanía a pesar de las distancias. ¡¡¡Infinitas gracias!!!” ¡¡¡¡SI PUEDO!”*, “El desafío de terminarlo hasta lo último. Me descubrí que puedo disfrutar compartir el tiempo con otros. Mostrar mi producción. ¡Muchas gracias por una generosidad superadora!”

“me sirvió para conocerme escribiendo poesía que nunca lo había hecho. Sirvió mucho. Recuperar el foco. ¡Yo tengo que agradecer”, “Nunca había agarrado un pincel...ni una curva hacia! ¡Qué felicidad el poder expresarme!”, “Sin careta! Confianza. Metamorfosis. ¡Agradecimiento a ambas por su generosidad y paciencia!”

“Todo lo que aprendí a soltarme, a expresar y escribir lo que siento. El poner en palabras Me llevo muchísimo del taller de hoy, como a través de un taller de arteterapia y con el recurso del collage fluyeron un montón de emociones y sentimientos que nos venían dando vueltas. Me gustó mucho el compartir abierto del grupo, sentí que estamos lejos pero cerca. Mis palabras que quedaron en mi collage fueron amor, tolerancia, paciencia, respeto, agradecimiento y esperanza, verlas en la hoja me dio un orden cronológico y me trajeron a mi aquí y ahora. ¡¡¡GRACIAS GRACIAS!!!”

Un tiempo para mí: Danza movimiento terapia

"La danza es comunicación y esta satisface una necesidad humana básica"

Chaiklin & Schmais, 1979

Danza Movimiento Terapia (DMT) se define como el uso terapéutico o psicoterapéutico del movimiento que busca favorecer procesos de integración emocional, cognitiva, física y social (ADTA) (Reca, 2005). En esta modalidad de trabajo corporal se articulan los desarrollos en psicología, la danza y los estudios de análisis del movimiento.

Según la DMT, el cuerpo es motor de cambio psíquico y medio primario de expresión humana y el movimiento constituye un medio afectivo de comunicación y de relación con otros seres humanos. A través de este recurso, se propone conectar la emoción, la sensación corporal, el movimiento y el pensamiento en un espacio de autocuidado, escucha y aprendizaje a través del propio cuerpo (Wengrower y Chaiklin, 2008).

Se acuerda con Daniel Calmels (2019), quien plantea que no podemos ausentarnos de la experiencia del cuerpo y sus manifestaciones.

De este modo, el proceso de la DMT presenta metas muy importantes, integrando a la persona de manera física y emocional, estimulando la percepción corporal, ampliando los patrones de movimiento y favoreciendo la interacción no verbal y verbal. Para alcanzarlas, el profesional de la DMT se sumerge en la experiencia subjetiva de quienes están bailando, a través de la empatía kinestésica (Wengrower y Chaiklin, 2008).

A partir de este marco teórico, se proyectó el espacio denominado “Un tiempo para mí - Danza Movimiento Terapia”, destinado a la comunidad de Malvinas. Cabe mencionar que, previo a la pandemia por Covid 19, se había proyectado su implementación en modalidad presencial, hecho que no pudo concretarse por el ASPO. De este modo, y en el marco de los TEPsic, se adecuó su formato a modalidad virtual y se convocó a un primer encuentro de sensibilización, en un formato hasta entonces poco conocido y sin tener una clara noción acerca de cómo resultaría la propuesta de un espacio con el encuentro de los cuerpos en movimiento a través de una pantalla. ¿Sería posible traspasar esa barrera? ¿Qué danzas podrían surgir con este tipo de encuadre? ¿Cuán posible resultaría de creación de un entramado grupal? En el primer encuentro, participaron algunas mujeres pertenecientes a la comunidad que se entusiasmaron con la propuesta y así fue como se proyectó la continuidad de este taller bajo la modalidad procesual. Se destaca que, si bien estaba abierto a la participación sin restricción de género, desde su inicio este espacio fue ocupado por mujeres (esposas, viudas, hijas y familiares de caídos en Malvinas). En tal sentido, se estima que “Un tiempo para mí” resultó una frase inicial convocante para motivar a la participación en este espacio, más allá de su interés particular en la danza movimiento terapia como recurso expresivo, que paulatinamente fueron incorporando. En tal sentido, es necesario enfatizar que

el poder de la DMT radica en que ayuda a las personas a conectarse consigo mismas y con los otros, a percibir y desarrollar una energía y fuerza vitales.

"Hoy el mundo es cultural...la gente necesita sentirse integrada y ver que forma parte de una comunidad. La danza es una de las formas de lograrlo; la DMT permite superar el aislamiento y favorece las nuevas conexiones" (Wengrower y Chaiklin, p. 36).

La estructura de cada encuentro virtual propuesto consiste en un primer momento de caldeamiento, un desarrollo y un cierre; tanto en un abordaje individual como grupal. (Panhofer, 2005; Reza, 2005)

A lo largo del periodo 2020 - 2021 se realizaron veinte encuentros de DMT de una hora y media de duración por año, siendo los primeros diez de frecuencia semanal y los últimos diez de frecuencia quincenal.

Se plantearon entonces objetivos de trabajo que dieran lugar a lo procesual, entre ellos: conectarse con el propio cuerpo y liberar tensiones, ofrecer un lugar donde expresarse con libertad y cuidado, entender el cuerpo y sus mensajes, lograr cambios en la autoestima e imagen corporal, desplegar el potencial creativo y energético que pudiera haber estado bloqueado, disfrutar a través del movimiento y la música y promover la aceptación de sí misma y el desarrollo de relaciones satisfactorias .

Fue a partir de los objetivos planteados que se abordaron ejes temáticos tales como: tiempo, espacio, flujo, peso, ritmo, melodía, patrones de movimiento, uso de la kinesfera, secuencias de movimiento, espejamiento, la propia voz, alineación y postura corporal, activación del movimiento y creación de una energía grupal, entre otros.

A partir de estas propuestas, se fueron gestando procesos individuales y grupales, con la mirada atenta y el acompañamiento de la danza movimiento terapeuta, como el caso que posteriormente se describirá y que da cuenta de un proceso individual desde la mirada de la observación participante.

De este modo, es que a partir de las danzas, un tiempo para dibujar y escribir acerca de lo que seguía resonando en cada uno de los cuerpos, aparecieron expresiones tales como: *“sentí que mi cuerpo necesitaba placer, nadé, fluté y empecé a volar con la danza”*, *“pude abrirme y contar mis experiencias personales”*, *“amor, alegría, cuerpo, placer y libertad de movimiento”*, *“acompañamiento y contención”*, *“mi cuerpo fluye con la danza”*, *“un espacio de crecimiento personal, que me permite expresar mis emociones”*, *“decir con el cuerpo sin hablar”*, *“mirada hacia el futuro, esperanza, ponerme metas”*, *“recuerdos de niñez”*, *“sacar el dolor, redescubrirme de buena forma”*, *“me ayuda mucho a sobrellevar momentos*

difíciles”, “poder sostenerse en una misma para permitirse cualquier movimiento”, “ganas de seguir aprendiendo”, “un espacio de crecimiento personal que me permite expresar mis emociones”, “me siento re cómoda, es un momento para vos, super recomendable, nos ayudaste un montón”, “veo el conjunto de cosas que hemos hecho y la transformación , esto no lo podría haber hecho en otro lugar” y “gracias por darnos la posibilidad de percibir nuestro eje flexible como un bambú ...y apreciado desde la mirada de un círculo de mujeres que danzan y vibran”.



Gráfico 4-Ciclo de talleres de Danza movimiento Terapia en línea TEPsic 2020-2021

A modo de conclusión, se estima que se han cumplido ampliamente los objetivos planteados al inicio de este recorrido, en un contexto mundial de pandemia, contando con el único recurso de la virtualidad y con la necesidad de resignificar todo lo conocido, quizás convocando también a construir nuevos conceptos de corporalidades posibles. Un tiempo para mi, para el encuentro con lo propio y singular de cada una, un tiempo personal y la necesidad de crearnos esos tiempos, imprescindibles para desacelerar en el cotidiano y habitar el “aquí y ahora”. Una dimensión temporal que habita de distintos modos y permitiendo reconocer los tiempos compartidos junto a la potencia de encontrarnos en esta simultaneidad que forma parte de nuestros aprendizajes. En este camino hacia el encuentro de "un tiempo para mi" es que el trabajo con el cuerpo, el movimiento y la danza se nos presenta como una invitación posible a través de la practica somática de la Danza Movimiento Terapia. En tal sentido, el espacio de DMT posibilitó que se acortaron las distancias, que los cuerpos se expresaran en toda su singularidad, se alojara lo humano, se tejieran redes que acompañaron, se construyeran puentes y crearan todos los " entres" necesarios que nos sigan invitando a danzar la vida en un maravilloso grupo de mujeres malvineras.

Acerca de la participación en el ciclo de talleres en línea de Danza movimiento terapia.

Viñeta de caso desde la observación participante

Desde el espacio propuesto se pudo observar la gradual transformación de las mujeres. Muchas de ellas comenzaron a andar este camino desde el desconocimiento total de la propuesta, más por una cuestión de curiosidad acerca de cuales eran los movimientos posibles de vincularse desde la pantalla de una computadora o un celular. Sin embargo, con el tiempo buscaron, valoraron y atesoraron los jueves a la tarde.

Todas atravesamos – me incluyo como observadora participante-una gran metamorfosis que nos permitió descubrirnos y redescubrirnos, ser más conscientes de nuestro cuerpo como herramienta para relacionarnos con los otros, como medio de expresión a través del movimiento, que era la propuesta de este taller.

Este tiempo de encierro que atravesamos fue, y sigue siendo, muy duro para muchas personas, un tiempo sombrío, doloroso, triste, solitario y difícil de sobrellevar en este contexto. Estas mujeres llegaron en estas condiciones al taller.

Me voy a referir acerca de una de ellas, que atravesó una serie de cambios muy notorios y admirables en el transcurso de los talleres de danza movimiento terapia.

B. comenzó a participar muy tímida e introvertida de los talleres de los jueves. Su actitud, su postura, lenguaje corporal, su rostro reflejaban mucho dolor. Todo su aspecto era quieto, retraído. Su atuendo era oscuro (más allá de sus preferencias...). En los primeros encuentros su discurso era doloroso, sus relatos eran de pérdidas y ausencias (recientemente viuda y hermana de un caído en Malvinas). Se disculpaba por el aspecto de su casa, por su aspecto, y sus intervenciones terminaban en lágrimas como único medio de descarga. A pesar de esta situación reiterada, ella nunca faltaba y estaba siempre presente.

A medida que los talleres se iban sucediendo, ella comenzó a abrirse, comenzó a sentirse cada vez más cómoda con las propuestas y a fluir con el movimiento del cuerpo como medio de expresión y conexión con el otro. La posibilidad de encontrar en el grupo conformado -abierto pero lo suficientemente estable semanalmente- el espacio propicio para generar relaciones satisfactorias, el poder abordar libremente temas referentes a la “cuestión Malvinas”, y sentirse unida al grupo (ya no se sentía separada en su carácter de familiar de caído en Malvinas como podía suceder en otro tipo de encuentros); de alguna manera posibilitó que B. se sintiera cómoda y consiguiera conectarse consigo misma y con el resto del grupo,

incorporando el recurso ofrecido en este taller, habilitándola a expresarse como ella necesitara en el tiempo necesario.

Su discurso se fue modificando. De las historias dolorosas y pasadas que compartía al inicio de su participación hizo un pasaje a relatos cotidianos, de lo que hacía a su día a día y en el que comenzó a involucrar a terceros, afectos más cercanos, relatando salidas, compras en el super, visitas al médico e intercambios con los vecinos.

Paralelamente también se notaron cambios en su aspecto físico. Estaba menos rígida y más espontánea. Parecía sentirse como en casa y hacía al grupo partícipe de su día a día.

En este tiempo, ella pasó a ser el alma de los talleres y su presencia o ausencia eran notorias. B. se transformó en la participante más divertida y entusiasta, la que siempre tenía alguna anécdota para compartir y la más atenta y cumplidora a las propuestas que la coordinadora preparaba para cada encuentro. Su aspecto fue cambiando. Cambió los colores, acomodó las cajas de los zapatos...que le molestaron siempre... (aunque creo que nunca nadie las vio). Pintó y reacomodó su casa, a esta altura...ella se animó, tomó la decisión y lo hizo...

Con el tiempo B. parecía otra persona. Cambió su imagen y su discurso tenía una proyección en el tiempo, y comenzó a participar en otros espacios y con otras personas.

Hoy B. ya no participa en el taller porque “no dispone de tiempo por las actividades cotidianas que realiza actualmente” y como equipo facilitador compartimos con alegría esta transformación de B. que le permite llevar adelante nuevos caminos.

Si bien el proceso atravesado por B. fue notable, el desafío de los talleres en línea en épocas de pandemia resultó muy satisfactorio en general. Todas las participantes del espacio, en mayor o en menor medida, atravesaron crecimientos y transformaciones que les permitieron descubrirse desde la potencialidad de este espacio de danza movimiento terapia, valorar sus posibilidades, y relacionarse con los otros desde otro lugar. Estas mujeres pudieron encontrar un espacio del que se apropiaron y demandaron, un espacio que les permitió hablar y expresarse con libertad, que les brindó la posibilidad de reconocer su cuerpo, entenderlo y aceptarlo, de utilizar su cuerpo con un medio de expresión satisfactorio, y establecer nuevas conexiones con ellas mismas. Esta posibilidad de cambio que atravesaron les proporcionó herramientas que les permitió relacionarse de manera diferente con el otro desde su lugar de mujer, esposa, madre, hija, abuela.... ellas tomaron la decisión de ser sujetos de derechos y desde ese lugar, elegir la manera de relacionarse con el otro, con las herramientas que pudieron incorporar en el proceso propuesto.

“Un tiempo para mí” representó para este grupo de mujeres no solo una expresión de deseo, sino también una posibilidad concreta. Un espacio en el que se encontraron con situaciones de vida similares a las propias y que las hizo sentir parte importante de algo más, donde ellas fueron las “protagonistas de la historia”.

Análisis de los facilitadores y las barreras de los talleres en línea TEPsic 2020-2021

A continuación, se presenta en un cuadro los principales facilitadores y las principales barreras observadas por el equipo interdisciplinario TEPsic en el transcurso de la implementación de los talleres en línea, tanto a nivel individual, grupal e institucional.

FACILITADORES	BARRERAS
<p>Actitud proactiva de cada participante hacia los talleres desde el autocuidado y el cuidado mutuo.</p> <p>Profundización de los vínculos a partir de la construcción de una trama intersubjetiva, posibilitada desde la frecuencia del encuentro sincrónico virtual y la disponibilidad de interacción ofrecida por otros canales de comunicación.</p>	<p>Prejuicios acerca de la modalidad de taller como un abordaje posibilitador para la salud integral comunitaria</p> <p>Predominio de interés por la atención de la enfermedad y no en actividades de prevención y promoción de la salud</p> <p>Desinterés de algunos integrantes de la comunidad en participar en este tipo de abordajes.</p>
<p>Facilitación familiar, grupal y/o redes de apoyo comunitarias para el acceso digital que colaboran en minimizar las barreras de acceso.</p> <p>Implicación de las redes comunitarias de los talleres presenciales que migraron en tiempos de Aspo al entorno virtual, aunque no necesariamente.</p> <p>Se incorporan nuevos participantes, residentes de áreas rurales o remotas del país, que participan por primera vez en los talleres, facilitado por el acceso a la tecnología y conectividad.</p>	<p>Resistencias al entorno virtual y/o limitaciones con las habilidades digitales.</p> <p>Poca disponibilidad de apoyos familiares y/o comunitarios que faciliten la accesibilidad tecnológica y/o digital.</p> <p>Carencia de recursos tecnológicos y conectividad.</p>
<p>Trabajo colaborativo y en red de profesionales del Instituto, desde el compromiso en la atención primaria de la salud comunitaria y sostenido en el tiempo (Presencia sostenedora)</p> <p>Abordaje salutogénico (prevención y promoción) de la atención primaria de la salud integral comunitaria desde un enfoque interdisciplinario.</p> <p>Talleres en línea como una oportunidad para ampliar el acceso a la atención en la salud integral, minimizando barreras físicas y psicosocioculturales</p> <p>Promoción de movimientos habilitadores creativos instituyentes, en un ir haciendo entre dos o más, que se desarrolla según interés de cada participante en el espacio potencial del taller propuesto desde un marco institucional.</p>	<p>Predominio de una modalidad fragmentada y segmentada de atención en salud inter e intrasectorial.</p> <p>Escasa colaboración de las redes formales institucionales.</p> <p>Atención de la salud desde la accesibilidad de servicios instituidos locales comprendidos en el Programa y otros servicios de salud.</p>

Cuadro 1- *Facilitadores y barreras de los talleres en línea TEPsic 2020-2021*

Por otro lado, cabe destacar la participación de los talleristas –referentes institucionales e invitados^v-, pertenecientes a diferentes Regiones de nuestro país e inclusive a un país vecino; y de los cuales gran parte de ellos realizaron simultáneamente actividad presencial en UGL, especialmente en este último periodo 2021. Cada tallerista brindó su *compromiso* y su *esfuerzo* en este trabajo colaborativo y en red, mereciendo también destacarse los siguientes aspectos.

1. La *disposición y flexibilidad* con sus horarios ante el propuesto para los talleres dado que frecuentemente el horario vespertino era el más elegido por los participantes y se presentaba en simultáneo a otras tareas y responsabilidades de su vida privada. De igual modo, sumo consultas y orientaciones varias que acontecían en esta conexión en línea ofrecida, no solo a lo largo del día y la semana, sino también los fines de semana.

2. La *creatividad* brindada en las propuestas para el diseño y adaptación de los talleres en línea

3. El *modo de acompañamiento* a los afiliados y la comunidad presente, con un gran *profesionalismo* y una gran *calidez*, en tiempos donde el Covid está siendo parte de nuestra vida cotidiana.

Contexto difícil e incierto para todos y todas, siendo la devolución de la mayoría de los participantes el agradecimiento por el conocimiento de nuevas herramientas y aprendizajes que le sirvieron para sobrellevar esta difícil situación y no necesariamente por la enfermedad en sí, sino por las consecuencias psicosociales de este tiempo de aislamiento social.

CONCLUSIONES

Una nueva práctica de salud integral comunitaria se inicia bajo estos talleres en modalidad en línea que rompen con las barreras territoriales y económicas, posibilitando fortalecer los vínculos y redes de apoyo de cuidado mutuo. Paradójicamente quedándonos en casa, se ampliaron horizontes y construyeron lazos comunitarios.

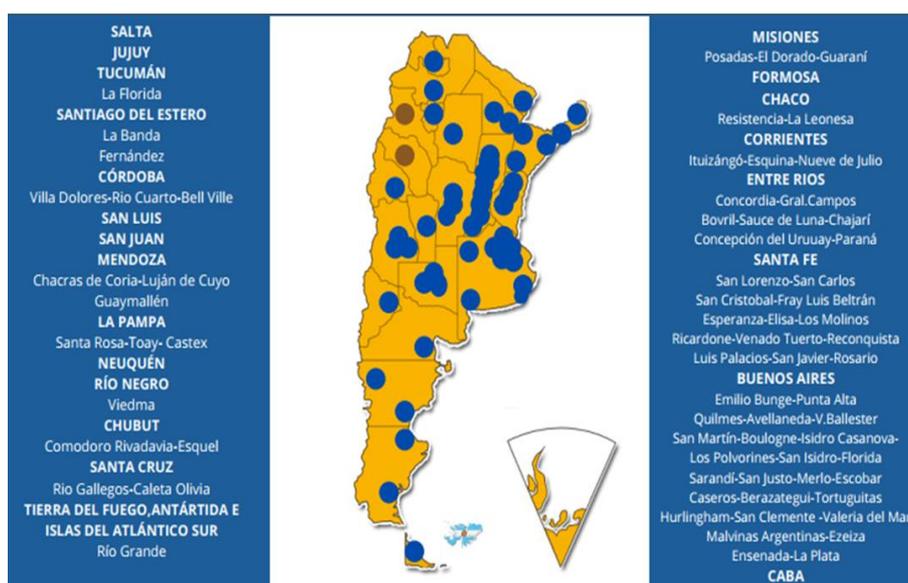


Gráfico 5-Ciudades y provincias de procedencia de los participantes de los talleres en línea TEPsic 2020-2021 pertenecientes a la comunidad malvinera.

arte como un camino de transformación personal, grupal y comunitaria desde el contexto que se ofrece, se comprende que las herramientas preventivas en salud integral de los distintos talleres en línea implementados han colaborado en la construcción y fortalecimiento de los lazos comunitarios desde este espacio virtual. En tiempos de incertidumbre, los talleres en línea TEPsic constituyeron una oportunidad de estar juntos, para construir salud integral comunitaria a través de las redes de apoyo y cuidado mutuo, vinculando a 1284 participantes y a un equipo de talleristas pertenecientes a diferentes regiones del país, a través de 163 talleres, posibilitando habitar espacios de transformación individual y grupal. De este modo, los talleres en línea invitaron en tiempos de ASPO, y siguen invitando más allá del retorno a la presencialidad, a la comunidad malvinera a la aventura de vivir creativamente, como una oportunidad de celebrar la vida; más allá de los padecimientos que pueden atravesar como consecuencia de la Guerra Malvinas, y junto al difícil contexto de pandemia en qué como humanidad estuvimos implicados...

“...la creatividad es la prueba más importante de que el hombre está vivo y de que aquello que está vivo, es el hombre [...] Una vida, en donde el sometimiento no tenga espacio, donde la libertad pujan por su sitio, donde existir no sería suficiente, porque no estar muerto, no es suficiente para decir que estamos vivos...”

Abello y Liberman, 2011

Por último, se concluye que los talleres en línea representan un abordaje posible en la atención primaria de la salud integral comunitaria, una herramienta que suma al trabajo territorial presencial; promoviendo diversos “movimientos creativos habilitadores instituyentes” (Figari, 2020), que implican a los integrantes de la comunidad, a los equipos interdisciplinarios y a la propia institución, desde donde se proyecta este trabajo colaborativo y en red.



Gráfico 7-Reflexión de una participante al cierre de los talleres en línea TEPsic 2020

Bibliografía

Abello Blanco, A y Liberman, A. (2011). Una introducción a la obra de D. W. Winnicott. Contribuciones al pensamiento relacional. En *Ágora Relacional*, Madrid, Colección Pensamiento Relacional, N° 3, 363 pp. Disponible en <http://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000721>

Acevedo G, y Figari C. (2015a). *Estrategias de intervención comunitaria en salud integral. Comunidad de Veteranos de Guerra y su grupo familiar*. [Ponencia]. XII Jornadas de Salud Mental y Comunidad. FEPPRA. Paraná, Entre Ríos.

Acevedo G, y Figari C. (2015b). *Silencio y olvido, memoria y reconocimiento, comunidad y palabra: Veteranos de guerra de Malvinas y grupo familiar*. [Mesa Redonda]. IX Congreso Argentino de Salud mental. Lecturas de la memoria. Ciencia, clínica y política. AASM - IIº Congreso regional de la World Federation Mental Health-CABA, Argentina.

Acevedo G, y Figari C. (2011). *Presentación para el V Concurso sobre Buenas prácticas que incorporan una perspectiva de género en Salud*. OPS/OMS. Sede Washington. EEUU.

Acevedo G.; Figari C. y Ocampo, M. (2009). Semejanza, Confianza y Esperanza. Alternativas en las estrategias de intervención en la población de Veteranos de Guerra de Malvinas. En Alberto Trimboli et al (comp.), *El padecimiento mental entre la Salud y la Enfermedad*, pp.472-474. Buenos Aires: AASM

Bang, C. (2020). Salud mental en tiempos de pandemia: recreando estrategias comunitarias en el primer nivel de atención. *Anuario de Investigaciones de la Facultad de Psicología*, 5(1), 217-232.

Bang, C. L. (2021). Abordajes comunitarios en salud mental en el primer nivel de atención: conceptos y prácticas desde una perspectiva integral. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 12(2), 778-804. Disponible en <https://www.funlam.edu.co/revistas/index.php/RCCS/article/view/3616>

Bang, C., Cafferata, L., Castaño-Gómez, V. e Infantino, A. (2020). Entre “lo clínico” y “lo comunitario”: tensiones de las prácticas profesionales de psicólogos/as en salud. *Revista de Psicología*, 19(1), 48-70. <https://doi.org/10.24215/2422572Xe041>.

Bellati, G, Figari, C. y Paz, B. (5 al 8 de noviembre de 2019). *Abordajes en la comunidad de Veteranos de Guerra, grupo familiar y familiares caídos en Malvinas*. [Mesa Redonda]. Congreso Mundial de Salud Mental-AASM “Abordajes inclusivos en Salud Mental. Clínica, comunidad y Derechos”. CABA, Argentina.

Benyakar M. (18 de marzo del 2020). *El impacto disruptivo del coronavirus y la inmunidad psíquica*. TN Opinión. Disponible en https://tn.com.ar/opinion/el-impacto-disruptivo-del-coronavirus-y-la-inmunidad-psiquica_1044459/

Briguet, L. (10 de noviembre de 2017). *La transmisión intergeneracional de la memoria de la Guerra de Malvinas*. [Sesión de Mesa Redonda Salud y Memoria]. I Jornadas Cuestión Malvinas. UNLP. La Plata, Bs.As.

- Calmels, D. (2019). *Infancias del cuerpo*. Bs. As.: Ed. Biblos.
- Csikszentmihalyi, M (1998). *Creatividad: El flujo y la psicología del descubrimiento y la invención*. Barcelona: Paidós.
- Csikszentmihalyi, M. (2004). *Fluir (FLOW). Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- Decreto 260. (12 de marzo de 2020). Emergencia sanitaria. DECNU-2020-260-APN-PTE- Coronavirus (COVID-19).
- Decreto 678. (1 de octubre de 2021). Medidas generales de prevención. DECNU-2021-678-APN-PTE-Disposiciones.
- De la Cuesta, P. (2017). Barreras psicosocioculturales para la accesibilidad en salud y en salud mental. En Espacio Interdisciplinario Universidad de la República (comp.), *Salud Mental, Comunidad y Derechos Humanos*, pp.173-188.
- De la Vega F y Neme A. (2021). *Vínculos en entornos virtuales. Perspectivas psicosociales desde la ética de la posibilidad*. Bs.As.: Lugar Editorial.
- Fiel, C. (2017). La cámara enfoca donde los pies pisan. El trabajo en Cine en Movimiento. En Molfetta, A. (comp.), *Cine Comunitario Argentino. Mapeos, experiencias y ensayos.2005-2015*, p.191-216 Disponible en <https://www.teseopress.com/cinecomunitarioargentino/>
- Figari, C.; Briguet, L.; Campbell, M.; Casagrande, N., Rende, V. y Wolansky. M. (20 al 22 de octubre de 2021). *Talleres en línea con la comunidad de Veteranos de guerra, sus familias y familiares de caídos en Malvinas. Reflexionando en tiempos de pandemia*. [Mesa Redonda]. XIV Congreso Argentino de Salud Mental-AASM "Construcción colectiva de políticas sanitarias en tiempos de incertidumbre". CABA, Argentina.
- Figari, C. (2019a). *Talleres, estrategias y proyectos en salud integral comunitaria. TEPsic. SGVG*. [Sesión de Mesa Redonda]. I Jornadas de investigación PAMI. (pp.10-11). Disponible en http://intranet.pami.ar/seccion.php?s=ver_noticias&id=3803
- Figari, C. (2019b). *Abordaje en la comunidad de Veteranos de Guerra y grupo familiar. Intersecciones entre salud y género*. [Sesión de Mesa Redonda]. I Jornadas de investigación PAMI (pp.64-65). Disponible en http://intranet.pami.ar/seccion.php?s=ver_noticias&id=3803
- Figari, C. (2017). *Estrategias de extensión social y comunitaria para el abordaje de la salud integral del veterano de guerra y su grupo familiar*. [Sesión de Mesa Redonda Salud y Memoria]. Jornada Cuestión Malvinas. UNLP. Disponible en <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=eventos&d=Jev1047>
- Galende, E. (1997). *De un horizonte incierto. Psicoanálisis y salud mental en la sociedad actual*. Buenos Aires: Paidós.
- Gardner, H. (1987^a). *Arte, mente y cerebro*. Buenos Aires: Paidós.

Gardner, H. (1987b). *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples*. Méjico: Fondo de Cultura.

Gardner, H. (1997). *Mentes creativas. Una anatomía de la creatividad vista a través de Sigmund Freud, Albert Einstein, Pablo Picasso, Igor Stravinsky, T.S. Elliot, Martha Graham, Mahatma Gandhi*. Barcelona: Paidós.

INSSJP. (2005). Resolución N ° 191/05. Programa Nacional de Atención al Veterano de Guerra y su grupo familiar. Argentina.

Menéndez, E. (1997). El punto de vista del actor: homogeneidad, diferencia e historicidad. *Relaciones*, 69(18), 237-270. Disponible en <https://www.colmich.edu.mx/relaciones25/files/revistas/069/EduardoLMenendez.pdf>

Menéndez, E. (2003). Modelo de atención de los padecimientos: de exclusiones teóricas y articulaciones prácticas. *Ciencia & Saude Colectiva*, 8(1), 185-207. Disponible en <https://www.scielo.br/j/csc/a/pxxsJGZjnrqbxZJ6cdTnPN/?lang=es>

MLV98.2 (2019). PAMI. Día internacional de la mujer. Mujeres de Malvinas. Disponible en <http://youtube.com/watch?v=belWB1bZQYw>

Muchnik, E. y Seidmann S. (1998). *Aislamiento y soledad*. Bs.As: Editorial Eudeba.

Panhofer, H. (2005). *El cuerpo en psicoterapia: Teoría y práctica de la Danza Movimiento Terapia*. Editorial Gedisa.

Puget, J. (2015). *Subjetivación discontinua y psicoanálisis. Incertidumbres y certezas* Bs.As: Lugar Editorial.

Puget J. (2018). Habitar espacios en el hoy o en un para siempre. En *Revista Psicoanálisis*, Vol. XL, 1 y 2, pp.19-39. Disponible en <https://www.psicoanalisisapdeba.org/wp-content/uploads/2018/12/5.-PUGET.pdf>

Reca, M. (2005). *¿Qué es danza/movimiento terapia?: el cuerpo en danza*. Bs.As.: Ed. Lumen.

Ròvere, M. (1999). *Redes en salud. Un nuevo paradigma para el abordaje de las organizaciones y la comunidad*. Secretaría de Salud Pública/AMR, Instituto Lazarte.

Ruggiero, V.R. (1984). *The art of thinking: a guide to critical and creative thought*. New York: Harper & Row.

Segura del Pozo, J. (2020). *Perspectiva, Encuadre y Ámbito. Un esquema alternativo para operar en Salud Comunitaria*. Ediciones Salud Pública y otras dudas. Disponible en https://saludpublicayotrasdudas.files.wordpress.com/2020/06/perspectiva-encuadre-y-c3a1mbito_libro_jun-2020.pdf

Seligman, M. (2002). *La auténtica felicidad*. Barcelona: Ediciones B.

Wengrover, H., & Chaiklin, S. (2008). *La vida es danza*. Barcelona: Ed. Gedisa

ⁱ Según De la Cuesta (2017) las reacciones afectivo-emocionales negativas van construyendo verdaderas barreras psicosocioculturales que se interponen entre el sistema de servicios de salud y los usuarios, más allá de la disponibilidad existente de servicios de atención en salud en una localidad. Así como los estudios de Landini (2014) y de Comes y Stolkner (2005, 2007) consideran que el imaginario social y las representaciones pueden constituirse como barreras.

En concordancia con estas investigaciones Figari (2018) plantea que se detecta los imaginarios y representaciones sociales acerca de los profesionales de la salud mental como carentes de formación para la atención específica de su problemática en entrevistas con VGM; junto a las representaciones acerca de “su padecimiento”- en esta naturalización del TEPT como diagnóstico que porta todo VGM- como un estado psicopatológico inmodificable (con ausencia de expectativas de cambio), colaborando todas estas representaciones en la construcción de las barreras de la demanda de la atención en salud mental para esta comunidad. Más allá de esta razón que exponen, no podemos dejar de recordar los otros nombres que recibieron como “los locos de la guerra” y los efectos de la estigmatización como factor colaborativo en esta resistencia al acceso a los servicios de la salud mental. Este efecto, en muchas ocasiones, también se hace extensible a las familias (Oviedo & otros, 2014). Todo ello motiva el diseño de estrategias de extensión social y comunitaria en el año 2009 desde la SGVG, INSSJP.

ⁱⁱ Se sucedieron una serie de propuestas de talleres de prevención y promoción de salud mental en el primer periodo de ASPO, muchos de ellos se siguen ofreciendo según demanda de interés. Estos son: “¿Qué puedo hacer yo para afrontar la pandemia del coronavirus?”, “Historias que construyen comunidad”, “Herramientas preventivas en salud mental”, “Resiliencia”, “Resiliencia familiar”, “Crecimiento postraumático”, “Herramientas para el manejo de la ansiedad y el estrés”, “Herramientas para el manejo del miedo”, “El arte del bienestar: construyendo caminos saludables” y “Los beneficios de la meditación”.

ⁱⁱⁱ “Todo por ella” (Pepe Valdez y Jenaro Quique Miranda, 2015), “36 horas” (Emilio Alsina, 2015), “Podría ser hoy” (Carlos Sánchez, 2013), y “Resiliente” (inédito) producción colectiva del Centro de Veteranos de Quilmes para el Taller Cine en movimiento. También “Mujeres construyendo historias” video diseñado por la coordinación TEPsic -SGVG- en ocasión del I Encuentro Nacional de mujeres (MLV98.2, 2018) pertenecientes a la comunidad malvinera.

^{iv} Se presenta el corto “Vejece” (Burlando Paéz y Lucia Paz, 2020) por primera vez en el INSSJP, en el marco de los talleres en línea TEPsic con la presencia del psicogerontólogo Burlando Paéz.

^v Un especial agradecimiento a los profesionales invitados y referentes quienes junto a este equipo, colaboraron con este espacio de talleres en línea, compartiendo generosamente su conocimiento y experiencia: Dr. Pablo Catelani; Lic. Alejandro Burlando Paéz, Lic. Pablo Ampuero Varas, Lic. Daniel Almonacid, Lic. Fabiana Tomei, Lic. Graciela Mena.; Lic. Silvia Gizzi, Maria G. Nuñez, VGM Carlos Sánchez y VGM Carlos Corsini.