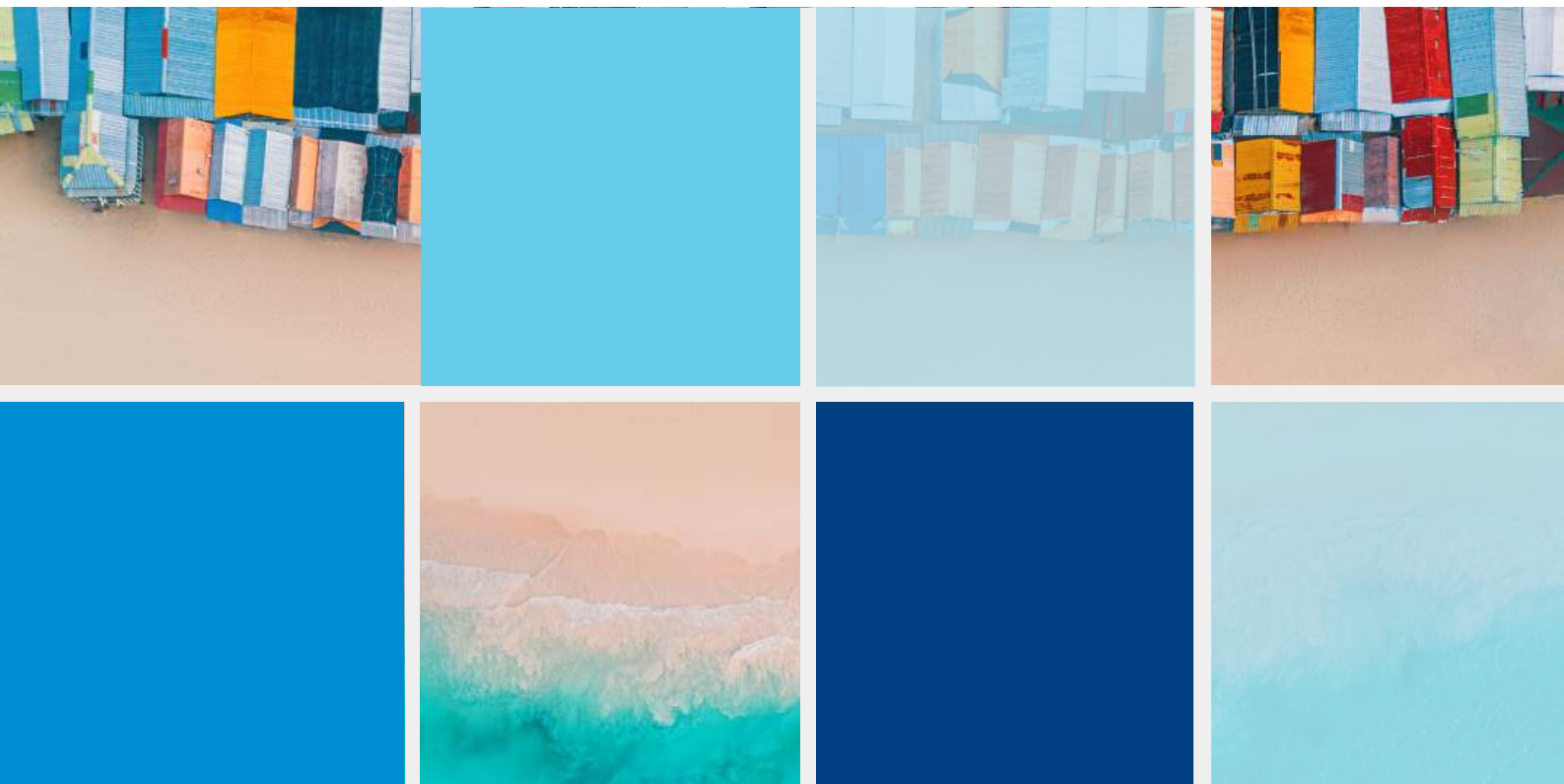


PALANCAS 

# LA REVOLUCIÓN DE LAS PEQUEÑAS COSAS



**UN EXPERIMENTO SOCIAL PARA LA ACTIVACIÓN DE REFORMAS PEQUEÑAS QUE PUEDAN PROVOCAR GRANDES CAMBIOS EN LA REPÚBLICA DOMINICANA.**



Primera edición

Santo Domingo

Noviembre 2023

Diseño y maquetación: Bianca Lajara,

Compromiso Comunitario, Unibe

Edición y revisión: Ana Alicia de Jesús, Unibe

Aplicación de Lenguaje Claro:

José Carbonell, Defensor del Pueblo

# AGRADECIMIENTOS

Todos los participantes en el proyecto y autores de las Palancas publicadas

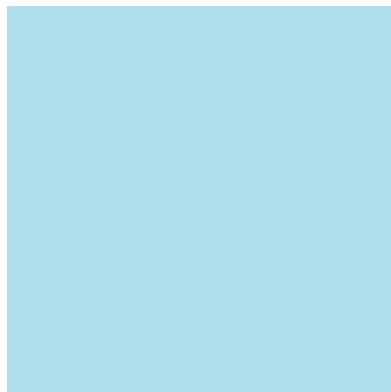
- Fundación Felipe González
- Felipe González, presidente Fundación Felipe González
- Rocío Martínez-Sampere, directora Fundación Felipe González
- Mónica Narbona Ruiz, gerente Fundación Felipe González
- José Carbonell, coordinador de educación, Departamento Aula del Defensor del Pueblo
- José Fernández Winter, coordinador del Proyecto Palancas RD

# ÍNDICE

- 01.** Carta de nuestra rectora
- 02.** Nace Palancas en RD
- 06.** Palanca: Democracia
- 09.** Palancas: Salud Mental
- 18.** Palancas: Salud Envejeciente
- 22.** Aprendiendo en grande de las pequeñas cosas



# **CARTA DE NUESTRA RECTORA**



# LA REVOLUCIÓN DE LAS PEQUEÑAS COSAS

Para la Universidad Iberoamericana, Unibe, ser sede del Proyecto Palancas de la Fundación Felipe Gonzalez en la Republica Dominicana es un gran privilegio y una gran oportunidad de crecimiento para nuestra comunidad académica.

Sumarnos a este proyecto, que ya se ha implementado en España, Colombia y Ecuador, nos ha permitido servir de plataforma para facilitar y promover importantes y necesarias conversaciones sobre temas relevantes para nuestras comunidades y nuestra sociedad.

Permite un espacio de reflexión sobre dificultades cotidianas que, con una idea sencilla, podrían mejorar la calidad de vida de una comunidad o un grupo de personas.

Palancas es “la revolución de las pequeñas cosas”, son propuestas que se hacen sobre la base del consenso multidisciplinario, que buscan aportar soluciones o maneras distintas de hacer las cosas, que podrían tener un impacto muy positivo en las personas.

Este proyecto va alineado con nuestra misión y el modelo de cuádruple hélice adoptado por Unibe, que apuesta a la sinergia entre la academia, el estado, la empresa y la sociedad para buscar las soluciones que demanda la sociedad.

Dra. Odile Camilo Vincent  
Rectora  
Universidad Iberoamericana

# NACE PALANCAS EN LA REPÚBLICA DOMINICANA

La Universidad Iberoamericana, Unibe, y la Fundación Felipe González, lanzaron el 22 de Julio del 2022 el proyecto Palancas, encabezado por la rectora de la universidad, la doctora Odile Camilo Vincent, autoridades académicas, invitados especiales y estudiantes, en un encuentro celebrado en el auditorio del campus universitario.

La presentación de dicho proyecto estuvo a cargo de la directora de la Fundación Felipe González, señora Rocío Martínez-Sampere, quién explicó cómo este espacio de co-creación se ha convertido en una herramienta de transformación con la que se realizan cambios simples y necesarios que propician avances tangibles para la sociedad y sus ciudadanos.

La República Dominicana se sumó a los esfuerzos de implementación que la fundación ha realizado en España, Ecuador y Colombia. Palancas RD, tiene como objetivo activar el talento de

los diferentes sectores de la sociedad para crear debates positivos en temas tan relevantes como es la salud, democracia participativa, derechos y oportunidades, ordenamiento territorial, sostenibilidad, reformas institucionales, entre otros.

Para ampliar el impacto del proceso que conlleva el proyecto, se consideró importante incrementar el número de actores que estarían participando, para posteriormente dar inicio a los grupos de trabajo, tanto con los actores contactados previamente al lanzamiento como con los nuevos actores identificados e invitados a integrarse.

Una vez iniciado el proyecto, los participantes de cada GDT hicieron propuestas de subtema para ser abordadas dentro de la temática. Cada Coordinación de Grupo de Trabajo lideró el proceso de reflexión con los actores participantes.



Panel “Progreso y liderazgo: colaboración pública y privada para los retos del siglo XXI”, con la participación del presidente de la República Dominicana, Luis Abinader Corona; el expresidente del Gobierno de España, Felipe González; el presidente del Consejo de América Móvil, Carlos Slim Domit, y el presidente del Consejo Regente de Unibe, Abraham Hazoury Toral. Rocío Martínez-Sampere, directora de la Fundación Felipe González, fungió como moderadora.

**EL PROYECTO PALANCAS SE CONSTITUYE EN UN ESPACIO DE CO-CREACIÓN PARA IMPULSAR PEQUEÑAS PROPUESTAS DE MEJORA PARA LA SOCIEDAD, IDEAS SENCILLAS QUE PUEDAN GENERAR CAMBIOS ÚTILES. ENTENDEMOS “PALANCAS” COMO HERRAMIENTAS DE TRANSFORMACIÓN: PEQUEÑAS REFORMAS, CAMBIOS SIMPLES Y NECESARIOS QUE PROPICIEN AVANCES TANGIBLES PARA LOS CIUDADANOS.**

## **Metodología**

Sobre la metodología implementada en el Proyecto Palancas, se recuerda que se conformaron tres (3) grupos de trabajo de las temáticas priorizadas por la universidad: Salud Adolescente, Democracia y Ciudades. Una vez seleccionados, se siguieron los siguientes pasos para su conformación:

1. Mapeo de actores
2. Visita Fundación Felipe González
3. Ampliación de mapeo de actores
4. Invitación a actores para clave para arranque

Después de que se enviaran las invitaciones, se realizó seguimiento para confirmaciones de los diferentes participantes del proyecto, y fueron realizadas las reuniones de arranque de las reflexiones y debate. Esos encuentros fueron coliderados por la Coordinación de Palancas y las coordinaciones de los grupos de trabajo, teniendo un primer espacio donde explicamos el proyecto, sus objetivos, metodología, así como la revisión de experiencia en otros países que lo han implementado.

Posteriormente, las coordinaciones de los grupos de trabajo realizaron un ejercicio de lluvia de ideas para identificación y selección de las temáticas a abordar. La respuesta de los actores claves según la temática fue distinta, en ciertos grupos de trabajo fue una reflexión bastante fluida y en otros equipos nos solicitaron mayor tiempo para la revisión de la documentación de temática y luego coordinar la segunda reunión de seguimiento y llegar con ideas frescas.

Por otro lado, un dato que generó dudas sobre el proyecto era si existía la posibilidad o no de financiamiento de las iniciativas presentadas, lo cual sería un incentivo para continuar en el proceso, porque, de lo contrario, lo entenderían como ejercicio académico. Tomando eso en cuenta, al ya haberse realizado en el país ejercicios académicos similares, mencionaron la importancia de no repetir propuestas que se hayan trabajado antes y de preguntarse cuál sería la utilidad posterior de las palancas elaboradas. Esto nos permitió mejorar el proceso de Palancas repensando la metodología que seguiremos utilizando en las reuniones.

## Grupos de trabajo:

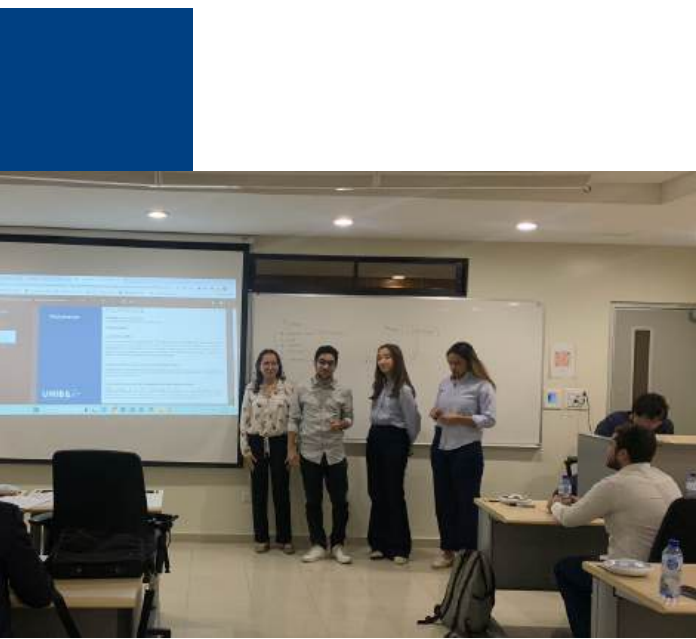
Logramos avanzar con una lluvia de ideas preliminar de temáticas para la elaboración de propuestas de los diferentes grupos de trabajo:

- Grupo de Trabajo Salud Adolescente: Contó con la participación activa de actores clave, como son el Servicio Nacional de Salud (SNS), Fondo de Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF), Agencia de Cooperación de Corea (KOICA), estudiantes de la Escuela de Psicología de UNIBE, entre otros. Igualmente, se manifestó el interés de sumarse al grupo de trabajo en próximas reuniones del Instituto de Género y Familia de la UASD, Aldeas Infantiles, Sur Futuro, así como la organización Fé y Alegría. En cuanto a los resultados de temáticas, se generaron las siguientes:
- Embarazo en adolescentes
- Nutrición en adolescentes
- Salud mental en adolescentes
- Acceso a servicios de salud por la población adolescente
- Uniones tempranas y embarazo en adolescentes en comunidades rurales con niveles altos de hacinamiento

A lo largo del desarrollo del trabajo y reuniones de palancas, el proyecto tomó una naturaleza más interna y se mantuvo dentro de los voluntarios, docentes y organizaciones amigas de Unibe.

- Grupo de Trabajo Democracia: Contó con la participación del Instituto OMG, El Mitin y Fundación Solidaridad. Este grupo de trabajo tuvo buena respuesta de parte de los diferentes actores, pero la fecha de la reunión coincidió con un evento de Participación Ciudadana que pudo haber afectado, ya que los actores trabajan en temas relacionados. No obstante, este grupo fue bastante proactivo y mostró mucho interés en el proyecto. Entre los temas comentados en la lluvia de ideas estuvieron: la adaptación ante las nuevas tecnologías por parte del sistema judicial, el fortalecimiento de gobiernos locales y la promoción del voluntariado como ejercicio de ciudadanía. Es posible que con la integración de los actores que no pudieron asistir aumente la cantidad de temas a abordar.

De este grupo de trabajo y distintas reuniones, brilló la presencia del Defensor del Pueblo, el cual en cada reunión traía a su equipo de trabajo para hacer notar su palanca Lenguaje Claro.





## Articulación

En este apartado se destacan las diferentes instancias de articulación de Palancas RD:

### **Vicerrectoría Académica y Vicerrectoría de Vinculación e Internacionalización Unibe**

La articulación interdepartamental para este proyecto fue un proceso organizado y colaborativo que implicó la estrecha cooperación y vinculación institucional con los aliados externos vía departamentos clave de nuestra organización:

Vicerrectoría Académica y Vicerrectoría de Vinculación e Internacionalización, representadas por sus titulares, las doctoras Vhyna Ortega y Loraine Amell Bogaert.

Se realizaron las reuniones estratégicas para definir el alcance del proyecto Palancas Unibe, se evaluaron los recursos necesarios para el proyecto y se designó un coordinador: el señor Jorge Fernández.

Posteriormente, se creó un "petit comité" que dio seguimiento al proyecto, conformado por las licenciadas Marien De Moya, encargada de Vinculación, y Bianca Lajara, coordinadora de Compromiso Comunitario, ambas de la Vicerrectoría de Vinculación e Internacionalización. Este equipo se reunió con el coordinador regularmente para compartir información, realizar seguimiento a las iniciativas de los distintos grupos de trabajo y gestionar las acciones que fueran necesarias.

La comunicación constante entre los grupos y actores de los equipos fue fundamental desde el inicio y, asimismo, la asistencia presencial y virtual a todas las reuniones fue muy importante para mantener a todos los equipos comprometidos. Además, se estableció un sistema de informes que permitió evaluar el progreso y los impactos del proyecto de manera conjunta y, de esta forma, retroalimentar a las vicerrectorías. Esta colaboración interdepartamental fue esencial para el éxito del proyecto y demostró la importancia de la sinergia entre equipos en la consecución de metas comunes.

### **Departamento de Mercadeo Institucional UNIBE:**

- Acompañamiento en el diseño de la estrategia de comunicaciones del proyecto
- Redes sociales

### **Fundación Felipe González:**

Acompañamiento metodológico del proyecto, así como en la publicación de página web Palancas República Dominicana.

**Defensor del Pueblo:** Participación en cada uno de los grupos de trabajo del proyecto. Cuentan con la propuesta de proyecto "Lenguaje Claro" con iniciativas concretas que podrían ser palancas. Además de ser una palanca en sí, todas las palancas desarrolladas en este proceso fueron revisadas a través de la metodología de "lenguaje claro". De esta forma, una palanca ya ha sido puesta en acción y puede ser replicada a lo largo de cualquier creación de palancas en el futuro.



## 1 ¿CUÁL ES LA IDEA?

Construir una cultura de lenguaje claro en República Dominicana, a fin de promover la gobernabilidad y la gobernanza efectiva, garantizando el derecho que tienen los ciudadanos a entender los documentos que rigen su vida cívica, social y política.

Para millones de ciudadanos, relacionarse con la administración supone un problema, al no entender adecuadamente las comunicaciones que reciben de las instituciones y compañías (cartas, facturas, sentencias, multas, formularios...). Y no digamos respecto a organizaciones como las entidades financieras, donde abunda “la letra pequeña”, literalmente, y contratos con un clausulado extenso y de difícil comprensión para el consumidor medio.

Sin embargo, para los emisores, la comunicación clara es rentable porque aumenta la confianza en las empresas e instituciones, mejora su reputación y ahorra costes derivados de una incorrecta comprensión.

Se recomienda implementar el producto denominado Lenguaje Claro en las palancas producidas por este proyecto, en las instituciones que forman parte del programa gubernamental Burocracia Cero y el sector privado en general, mediante la plataforma Palancas de la Universidad Iberoamericana, Unibe.

Promover su uso contribuiría a disminuir las brechas de comprensión y comunicación de la ciudadanía y garantizar el ejercicio de los derechos humanos, a través de una estrategia de sensibilización y capacitación que permita identificar las documentaciones en la administración que requieran su readecuación, modificación, nueva puesta en funcionamiento y circulación

## 2 ¿QUÉ ERRORES TRATA DE SOLUCIONAR ESTA IDEA?

El lenguaje claro se concibe como el derecho a entender y una herramienta para la formación de ciudadanía, la educación en derechos humanos y, a su vez, de gobierno abierto y transparente.

En República Dominicana el sistema legal y jurídico se basa en el principio de que las normas y leyes son conocidas y comprendidas por todos los ciudadanos (ignorantia iuris non excusat). Sin embargo, en muchas ocasiones este compendio normativo está redactado en un lenguaje técnico, de necesaria interpretación jurídica, que dificulta su comprensión, convirtiéndose en una barrera para el ejercicio de la ciudadanía, elevando la complejidad en la relación entre la administración y las personas.

Esta situación también ocurre cuando las entidades gubernamentales y estatales no definen de una manera más llana los procesos que serán ejecutados cuando la ciudadanía requiera de sus servicios, lo que ocasiona una ruptura en la comunicación entre el Estado y los ciudadanos que compromete la credibilidad institucional, el acceso a la información pública y el catálogo de derechos fundamentales establecidos en la Constitución dominicana de 2015.

### **3 ¿QUIENES SERÁN LOS RESPONSABLES DE GESTIONAR LA IDEA?**

Todos los actores públicos y privados que regulen promuevan o presten un servicio público.

### **4 ¿QUÉ MECANISMOS DE RENDICION DE CUENTAS O MEDICIONES SE PUEDEN PONER EN MARCHA?**

Censos y encuestas y creación de una guía o manual de Lenguaje Claro que permita identificar de forma cuantitativa y cualitativa la cantidad de documentos modificados por los actores.

### **5 ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS POTENCIALES DE LA IDEA Y CUÁLES SUS COSTES?**

Beneficios:

- Disminuir la insatisfacción y la percepción de falta de transparencia en el ciudadano.
- Aumentar la confianza de las personas en las instituciones, empresas o entidades que usan comunicación clara.

- Mejorar la reputación de los organismos que la promueven.
- Potenciar la interacción con el ciudadano. Hacer fluido el intercambio de información en ambos sentidos entre administración y ciudadanía.
- Democratizar el acceso a la información.
- Ahorro económico: acorta el tiempo y el esfuerzo invertido en la lectura, agiliza los trámites y optimiza el tiempo de gestión, porque disminuye las dudas, quejas y consultas de los ciudadanos.
- Reducir la ansiedad provocada por la difícil comprensión de los documentos y procedimientos administrativos.
- Facilita las traducciones automáticas en internet y los sistemas de procesamiento de lenguaje (por ejemplo: lectores para invidentes).

#### **COSTES Y RIESGOS:**

- Burocracia estatal y falta de comunicación entre los actores para articular un mismo criterio.
- Impacto económico en la modificación de un documento de índole legal que regule un servicio público

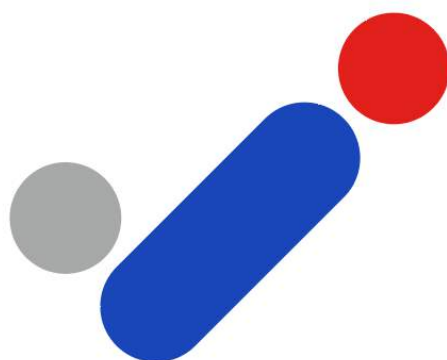
## **6 ¿LA IDEA AUMENTARÁ LA INCLUSIÓN ECONÓMICA Y / O MEJORARÁ LA AUTONOMÍA? ¿SI ES ASÍ, CÓMO?**

Inclusión económica: Reduciría las brechas y costos del aprovechamiento y mejoramiento de los servicios públicos al asegurar una mayor accesibilidad mediante una mejor comprensión de dicho servicio, disminuyendo la brecha de una posible vulneración en materia de derechos fundamentales.

Autonomía: Disminuiría las brechas de comprensión y comunicación de la ciudadanía, para garantizar el cumplimiento de los derechos humanos, con el objetivo de lograr un empoderamiento ciudadano y la construcción de una ciudadanía responsable

**EL GRUPO DE TRABAJO DE DEMOCRACIA DETERMINO EFICIENTE PONER EN PRACTICA EL “LENGUAJE CLARO” A LAS MISMAS PALANCAS CREADAS EN NUESTROS ENCUENTROS.**

Todas las Palancas creadas por grupos de trabajo en República Dominicana, fueron revisadas por el equipo del Defensor del Pueblo para asegurar el “Lenguaje Claro”. Además, se creó un “sello” de Lenguaje Claro para que, como reconocimiento del Defensor, cualquier documento del cual el Lenguaje Claro esté presente, sea aparente para su lector.



# **Lenguaje Claro**

#mequedaclaro

## **SALUD ADOLESCENTE: RED NACIONAL DE APOYO PSICOLÓGICO VIRTUAL**

**AUTORA: BIANCA LAJARA**

### **1 ¿CUÁL ES LA IDEA?**

Esta plataforma será una comunidad segura, virtual y gratuita para personas que sienten la necesidad de aprender sobre temas de salud mental, ya sea por motivación personal o malestar, o para ayudar a un familiar o persona dentro de su entorno.

A través de su participación dentro de la comunidad virtual, foros temáticos, evaluaciones y recursos gratuitos, cualquier individuo podrá conseguir respuesta y guía para sus necesidades y cuestionamientos. Para ganar consciencia sobre su salud mental, podrá acceder a los cursos virtuales liderados por profesionales de la salud mental o solicitar apoyo virtual a través de la comunidad a sus pares o especialistas.

Dentro del área de la salud mental, existe una demanda en incremento hacia recursos y conocimiento por parte de los individuos que sientan la necesidad de ayuda o pura curiosidad. Sin embargo, el estigma o prejuicio de asistir al psicólogo en el país puede atentar ante el desarrollo de la carrera del profesional. Se conoce que los/as psicólogo/as y/o terapeutas tienden al pluriempleo (tener varios empleos al mismo tiempo) para poder sustentarse.

Por ello, la plataforma ofrece un espacio virtual para los profesionales crear perfiles y moderar foros en los cuales puedan promover sus servicios y conectar con potenciales clientes. Además, junto al acompañamiento de servidores en la plataforma virtual de salud mental en República Dominicana, en base a sus conocimientos y experiencias, podrán crear cursos psicoeducativos virtuales, para no solo expandir sus servicios, pero también incurrir en ingresos pasivos con mínimo esfuerzo.

### **2 ¿QUÉ ERRORES TRATA DE SOLUCIONAR ESTA IDEA?**

En la República Dominicana existen líneas directas para la prevención del suicidio, la recuperación del abuso de sustancias y la violencia de género. Estas son soluciones a problemas que ya han llegado a un punto crítico y se tratan mediante costosos servicios de apoyo emocional. Para prevenir estos problemas, primero se propone ayudar y guiar al individuo, en forma privada, de manera que no se sienta expuesto públicamente. La plataforma busca proveer un lugar seguro, anónimo, donde las personas puedan socializar sus problemas y buscar soluciones reales, así como tener un sentido de pertenencia en lugar de estigma y rechazo.

Este esquema es parecido a los grupos de apoyo de Alcohólicos Anónimos y Narcóticos Anónimos, que tienen décadas funcionando y tienen tasa de éxito altas. Son grupos orgánicos, que se pasan de boca a boca para unirse y, en este caso, podría establecerse de manera virtual para ampliar y asegurar la inclusión y accesibilidad.

### **3 ¿QUIENES SERÁN LOS RESPONSABLES DE GESTIONAR LA IDEA?**

Apuntamos a la cooperación y apoyo interinstitucional del Ministerio de Salud Pública, Colegio Dominicano de Psicólogos y centros de servicios terapéuticos que deseen unirse, para así agrandar la cartera de proveedores de servicio en línea.

### **4 ¿QUÉ MECANISMOS DE RENDICION DE CUENTAS O MEDICIONES SE PUEDEN PONER EN MARCHA?**

Fichas de inscripción con datos generales, encuestas de satisfacción al usuario, sección de comentarios. Auditoría por una empresa externa.

### **5 ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS POTENCIALES DE LA IDEA Y CUÁLES SUS COSTES?**

**Beneficios:** Apoyo al Plan de Acción Integral de Salud Mental 2013-2030 (OMS) en los siguientes renglones:



- Fortalecimiento y empoderamiento de las personas con trastorno mental y discapacidad psicosocial y sus organizaciones.
- Creación de empleos virtuales o remotos para terapeutas, psicólogos y profesionales del área.

Apoyo al Plan de Acción de Salud Mental 2019-2022 declarado por el Ministerio de Salud Pública de RD en los siguientes renglones:

- Gestión de la cobertura y acceso a una atención de salud mental, integral y de calidad [...]
- Colaboración de las partes interesadas: motivar e involucrar a todos los sectores relevantes a través de una estructura y/o mecanismo formalizado.

### **COSTES Y RIESGOS:**

Crear y mantener una plataforma en línea, página web, y quizás app de teléfono celular, puede costar entre US\$3,000-US\$5,000 mensuales, excluyendo el personal fijo para mantener el funcionamiento apropiado de la plataforma.

Entre los riesgos identificados existe:

- La falta de conectividad o acceso a internet por parte de la mayoría de la población dominicana o aquellos que necesitan de este servicio
- Falta de apoyo por entidades gubernamentales
- Estigma contra la plataforma ya que en el país todavía existe mucha resistencia a la utilización y promoción de servicios de salud mental

## 6 ¿LA IDEA AUMENTARÁ LA INCLUSIÓN ECONÓMICA Y / O MEJORARÁ LA AUTONOMÍA? ¿SI ES ASÍ, CÓMO?

Inclusión Económica: Cualquier persona con acceso a internet o wifi móvil tendrá la oportunidad de acceder a estos servicios. De esta forma, no importará raza, religión, asociación política o sociocultural del usuario para poder disfrutar de estos grupos, foros y cursos virtuales que apuestan a incrementar su calidad de vida e integración en la sociedad como ente productivo.

Autonomía: Los servicios serán propuestos y el individuo goza de completa autonomía para poder acceder a ellos. Existirán tutoriales gratuitos para entrar a la plataforma, capacitaciones gratuitas como también libre de costo para unirse. El usuario formará parte de si así expresa su motivación e interés.



## **SALUD ADOLESCENTE: IDENTIFICACIÓN DE ESTADO DE SALUD MENTAL DE LA POBLACIÓN DOMINICANA**

**AUTORES: MARÍA ISABEL ORTEGA, VERÓNICA RODRÍGUEZ, CHRISTOPHER NIN, EVA CASADO, HENSY MELO**

### **1 ¿CUÁL ES LA IDEA?**

La idea principal de esta palanca se fundamenta en la identificación del estado de la salud mental en los jóvenes de la República Dominicana. Tomando en cuenta que la salud mental es parte vital para el bienestar y la calidad de vida de los adolescentes, resulta alarmante la falta de cifras detalladas en cuanto a los problemas o trastornos de salud mental que padece nuestra juventud. Por ello, esta palanca propone una iniciativa para identificar el estado de la salud mental de nuestra juventud y así establecer un mecanismo a futuro que ayude a la prevención y manejo de la salud mental de los jóvenes.

Esto se haría por medio de un trabajo de campo en las universidades de la República Dominicana, comenzando por Santo Domingo. Se realizaría un sondeo por carrera, tomando en cuenta diferentes indicadores psicológicos. En la primera etapa se tomarían en cuenta trastornos, condiciones y sintomatologías.

Se recomienda realizar este trabajo de campo en las universidades con el acompañamiento de psicólogos, trabajadores sociales y especialistas en el área de la salud mental.

Al momento de hacer entrevistas o recolección de información de la población, habría una etapa de socialización con el psicólogo en la que se hagan preguntas y se compartan puntos de vista para asegurar el aspecto cualitativo del estudio. Después, en una segunda etapa, se plasmaría el aspecto cuantitativo mediante una encuesta anónima. Finalmente, se sugiere que estas preguntas utilicen el lenguaje claro propuesto por el Defensor del Pueblo de la República Dominicana, pues la fácil comprensión de preguntas y textos da la oportunidad de que todo público pueda tomar estas encuestas, trayendo consigo una mayor oportunidad para recolectar datos para las diferentes sintomatologías y trastornos que pudieran padecer.

### **2 ¿QUÉ ERRORES TRATA DE SOLUCIONAR ESTA IDEA?**

Esta palanca busca resolver el problema de la falta de datos, informaciones y estadísticas sobre la salud mental de los jóvenes en República Dominicana. La falta de concienciación es en parte lo que trae la estigmatización del psicólogo y la salud mental. Además, buscamos crear herramientas para otros estudios relacionados con la salud mental en los jóvenes dominicanos, ya que lo que no se mide no tiene forma de mejorarse.

Estadísticas de la Oficina Nacional de Estadísticas (ONE, 2018) muestran datos de la tasa de mortalidad por suicidios en adolescentes, donde exponen que “entre los principales motivos reportados se encuentran los conflictos familiares/violencia, la depresión y otros problemas de salud mental, con un 26.9 % y 11.2 % respectivamente”, y que “resulta importante destacar que en el 55.9 % de los casos reportados, no se conocen los motivos”. Lo anterior evidencia la gran ausencia de estadísticas y datos que logren ayudar a identificar estos factores.

### **3 ¿QUIENES SERÁN LOS RESPONSABLES DE GESTIONAR LA IDEA?**

El departamento de investigación de Unibe, permitiendo la participación de estudiantes voluntarios (preferiblemente de psicología) y la red de voluntarios del Ministerio de la Juventud.

### **4 ¿QUÉ MECANISMOS DE RENDICION DE CUENTAS O MEDICIONES SE PUEDEN PONER EN MARCHA?**

El mecanismo de rendición de cuentas o medición será los censos a nivel nacional y encuestas en campo para cuantificar los y las jóvenes participantes que sufren de algún trastorno de salud mental o tendencia a desarrollarlo.

.

Estos serían llevadas a cabo por profesionales (psicólogos o trabajadores sociales) que puedan gestionar estas entrevistas de una manera neutral y objetiva.

### **5 ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS POTENCIALES DE LA IDEA Y CUÁLES SUS COSTES?**

#### **BENEFICIOS:**

Identificar el estado de la salud mental en los jóvenes daría la oportunidad de accionar e intervenir de forma apropiada. Determinar las distintas afecciones que estos padecen, cuáles son los trastornos más comunes y estudiar por qué son tan frecuentes o qué los detonan.

#### **COSTES Y RIESGOS:**

El coste de esta idea se va a presupuestar en base a los profesionales que se necesiten para las distintas intervenciones, además de los costos de cualquier material o transporte necesarios para llevar a cabo este trabajo. Nuestro mayor riesgo se encontraría en no poder hallar patrocinadores que aporten a nuestro fondo, además de que, por ignorancia o desconocimiento, las instituciones educativas no quieran aceptar este servicio.

## 6 ¿LA IDEA AUMENTARÁ LA INCLUSIÓN ECONÓMICA Y / O MEJORARÁ LA AUTONOMÍA? ¿SI ES ASÍ, CÓMO?

Inclusión económica: Uno de nuestros objetivos macro al crear esta palanca es que, después de ser implementada, esta data ayude a identificar la necesidad existente de asistencia psicológica en los campus universitarios. Así, se podría establecer una organización sin fines de lucro para brindar refuerzos psicológicos gratuitos en las universidades, con el acompañamiento de las iniciativas ya establecidas en cada institución. Será ideal lograr subsidios gubernamentales para los servicios psicológicos en el futuro a medida que el proyecto cumple sus objetivos y comience a desarrollarse a través del tiempo.

Autonomía: Esta propuesta haría un aporte a la autonomía, esto porque una intervención psicológica dentro de la sociedad dominicana podría, en primer lugar, permitir que individuos tomen las riendas de sus propias vidas de una manera sana y efectiva dentro de su desarrollo, lo cual permitiría una independencia profesional, emocional y económica. En segundo lugar, nuestras iniciativas crearían una base de datos imparcial que respalde la falta de conciencia sobre la salud mental y oportunidades laborales para los psicólogos y trabajadores sociales dominicanos.



## **SALUD ADOLESCENTE: TERAPIAS A BAJO COSTO ACCESIBLES PARA TODOS**

**AUTOR: JOSE ALEJANDRO GONZÁLEZ BARRIOS, PROFESOR ADSCRITO, UNIBE**

### **1 ¿CUÁL ES LA IDEA?**

Proveer terapia psicológica y psiquiátrica a bajo costo a la mayor cantidad de personas y en el menor tiempo, a una población que no tenga acceso o se les dificulte obtenerlo dentro del sistema público. La idea conlleva crear canales de accesibilidad a procesos psicológicos y psiquiátricos, tanto de instituciones públicas como de instituciones privadas, para reducir la cantidad de personas que no puede recibir este servicio. Estos accesos a terapia a bajo costo puede ser tanto en espacios virtuales como presenciales.

La idea contempla acercarnos a instituciones públicas y privadas y revisar la disponibilidad de espacios que se puedan crear a bajo costo, ampliando la accesibilidad de los usuarios a servicios clínicos de calidad. Para facilitar la palanca, se contempla que exista un beneficio económico para las instituciones, educativo para los profesionales y de salud para el usuario. Es decir, un acuerdo donde los profesionales en formación sean supervisados por el centro y provean los servicios de bajo costo.

### **RECOMENDACIÓN:**

1) Publicidad de los servicios ya existentes de bajo costo. Se puede realizar publicidad desde plataformas digitales como Instagram, Facebook y por las redes de las instituciones colaboradoras, considerando el darse a conocer una línea de trabajo de las instituciones y profesionales.

2) Acuerdos institucionales con profesionales recién graduados, programas de pasantía, de prácticas supervisadas o residencias.

1. Hacer un plan o propuesta para los centros de formación en psicología o psiquiatría.

### **2 ¿QUÉ ERRORES TRATA DE SOLUCIONAR ESTA IDEA?**

Dificultad al acceso de terapia psicológicas / psiquiátricas de calidad a la población en necesidad.

### **3 ¿QUIENES SERÁN LOS RESPONSABLES DE GESTIONAR LA IDEA?**

Unibe, Reverie, otros centros privados o centros educativos, Ministerio de Salud Pública. La idea es que un coordinador pueda organizar un plan de acción junto a un equipo que pueda crear la invitación a los centros y sea este equipo el encargado de manejar la palanca y hacer que tenga continuidad.

### **4 ¿QUÉ MECANISMOS DE RENDICION DE CUENTAS O MEDICIONES SE PUEDEN PONER EN MARCHA?**

Los mecanismos de rendición de cuentas pueden ser modelos cuantitativos desde cada centro para determinar la demanda y el número de pacientes recibidos una vez inicien con los programas de bajo costo. Podemos tener una sencilla ficha de inscripción que recopile datos generales y que podamos utilizar en el futuro para investigaciones o medición general. Pueden ser desde datos sociodemográficos, como clínicos o evaluativos.

### **5 ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS POTENCIALES DE LA IDEA Y CUÁLES SUS COSTES?**

#### **BENEFICIOS:**

La palanca de terapias a bajo costo tiene muchos beneficios directos e indirectos.

Beneficios directos:

1. Aumentará la accesibilidad para las personas en el país a terapias psicológicas o psiquiátricas.
2. Evitará la larga espera en consultas.
3. Permitirá a profesionales de la salud mental tener una formación profesional adecuada y bajo estándares internacionales.

Indirectos:

1. Creará una mayor competencia en centros de salud mental lo que proveerá la mejora de los servicios.
2. Ante mayor accesibilidad y competencia, se hará más visible la importancia de la salud mental en el país.
3. Mejorará la calidad de vida de la población.
4. Proveerá una mayor consciencia de la salud mental y se podría desarrollar una cultura de validación emocional que se transmite a los jóvenes.

#### **COSTES Y RIESGOS:**

A determinar los costes de acción: Se deben contemplar varios factores externos, entre ellos, la publicidad, costos institucionales para proceder, movilidad de los profesionales asignados a la gestión de acuerdos, costos institucionales de pasantía a centros de salud.

Costo de recopilación de datos relevantes deben considerarse. Existe el riesgo de que el mantenimiento constancia del programa dependería únicamente de un coordinador y su equipo. Se necesitará evaluar los casos que necesitan ingreso clínico.

## **6 ¿LA IDEA AUMENTARÁ LA INCLUSIÓN ECONÓMICA Y / O MEJORARÁ LA AUTONOMÍA? ¿SI ES ASÍ, CÓMO?**

### **Inclusión Económica:**

Al promover servicios de psicoterapia de bajo costo en todo el país, las personas que anteriormente podrían haber enfrentado barreras para acceder al apoyo de salud mental ahora pueden permitirse intervenciones terapéuticas esenciales. Un mejor bienestar mental mejora la productividad general, reduce el ausentismo y aumenta la participación en la fuerza laboral. Este mayor compromiso de la fuerza laboral contribuye al crecimiento económico al aprovechar el potencial sin explotar de las personas que antes estaban limitadas por problemas de salud mental.

### **Autonomía:**

La psicoterapia accesible permite a las personas abordar y gestionar su salud mental, fomentando una mayor resiliencia emocional y autoeficacia. A medida que las personas ganan control sobre su bienestar mental, están mejor equipadas para tomar decisiones informadas sobre sus vidas, incluida la educación, las elecciones profesionales y las relaciones personales. Una mayor autonomía en estas áreas puede conducir a una población más empoderada y autosuficiente, lo que tendrá un impacto positivo en el desarrollo personal y social a largo plazo.

### **BIBLIOGRAFIA**

- BAUMBERG, B. (2006), The global economic burden of alcohol: a review and some suggestions. *Drug and Alcohol Review*, 25: 537-551. <https://doi.org/10.1080/09595230600944479>
- Suhrcke, M., McKee, M., Stuckler, D., Arce, R. S., Tsovala, S., & Mortensen, J. (2006). The contribution of health to the economy in the European Union. *Public health*, 120(11), 994-1001.

## SALUD ENVEJECIENTE: INNOVACIÓN DE DISEÑO DE ALIMENTO O SUSTITUTO DE COMIDA PARA ADULTOS MAYORES DIABÉTICOS AFECTADOS POR DESNUTRICIÓN.

**AUTOR: WILL LAJARA, NUOVOPHARMA DOMINICANA**

### 1 ¿CUÁL ES LA IDEA?

Diseñar un alimento o sustituto de comida (*meal replacement*) que, además de los aportes tradicionales de macro y micronutrientes, ofrezca capacidad de recuperación de masa muscular e impacto inmunitario en adultos mayores diabéticos, afectados de desnutrición. Debe ser apto para ser distribuido a los beneficiarios a través de las unidades de atención primaria de la red de salud pública distribuidas en la geografía nacional.

Se recomienda diseñar un sustituto de comida (*meal replacement*) en la forma de suplemento nutricional, que aporte del 25 al 30% de las necesidades de ingesta diaria recomendada, con capacidad de reducción de sarcopenia e impacto inmunitario para adultos mayores diabéticos. Su empaque debe contener un mínimo de 16 raciones reconstituibles solo con agua potable, apto para ser entregado mensualmente a los beneficiarios identificados, a cambio de una visita mensual de seguimiento médico en las unidades de atención primarias del sistema de salud pública nacional.

La experiencia del sector alimentario en el escenario post pandemia ha puesto en evidencia dos situaciones: en mercados imperfectos (oligopólicos), la demanda de rubros agrícolas y alimentos crudos generada por los programas de ayuda alimentaria humanitaria estatal, impacta la oferta de las cadenas privadas de comercialización, generando incrementos de los precios a los demás consumidores de esos mismos alimentos. Segundo, el aporte nutricional de estos alimentos reconstituídos no cubre las necesidades de ingesta diaria recomendadas de los beneficiarios a quienes van dirigidos.

La crisis económica post pandemia y el subsecuente incremento de los precios de los alimentos básicos está impactando con mayor intensidad los sectores sociales más vulnerables. Dentro de ese segmento, el grupo de adultos mayores diabéticos, debido a las limitadas opciones de dieta, ausencia de soporte asistencial (familiar o asalariado) o incapacidad física para la preparación de alimentos, está siendo dramáticamente afectado.

A pesar del tradicionalmente deficiente estatus nutricional y de salud que presenta este segmento poblacional, debido a limitaciones motoras y económicas, se caracteriza también por una muy baja o nula asistencia a visitas genéricas de seguimiento médico.

Los programas de ayuda humanitaria alimentaria estatales existentes, o proveen alimentos crudos de la canasta básica local que requieren posterior preparación y cocción, o después de cocidos no cubren de manera específica las necesidades de macro y micronutrientes de este grupo.

La entrega de un sustituto de comida en la forma de suplemento nutricional con impacto inmunitario, diseñado para ser reconstituido exclusivamente con agua potable y consumido como sustituto de desayuno o cena (aporte de un 25-30% IDR del beneficiario), encaminan nuestro país hacia el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo Sostenibles 2030 número 2 (Hambre Cero) y número 3 (Bienestar para todas las edades).

La entrega de un sustituto de comidas a cambio de una visita médica mensual catalizaría un mínimo de seguimiento a la salud de este grupo social, a la vez de impactar positivamente la salud nutricional del grupo.

El uso de sustitutos de comidas como ayuda alimentaria humanitaria estatal, en lugar de la entrega de rubros agrícolas o alimentos crudos de la canasta alimentaria básica ofrece dos beneficios claros: 1) Quita presión a la oferta de la cadena de comercialización local de dichos rubros agropecuarios y alimentos crudos, y por ende al precio final pagado por el resto de los consumidores en su conjunto. 2) Los sustitutos de comida o alimentos complementarios fortificados están científicamente diseñados para cubrir objetivamente las necesidades de ingesta diaria recomendada de macro y micronutrientes para cada grupo etario.

## **2 ¿QUÉ ERRORES TRATA DE SOLUCIONAR ESTA IDEA?**

El uso de sustitutos de comida en base a proteínas de suero de leche, como herramientas de programas de alimentación complementaria en adultos mayores, corrigen los siguientes problemas en suplementos y alimentos complementarios fortificados clásicos: Reduce el impacto de la demanda de rubros agrícolas y alimentos de la canasta básica que afectan las cadenas privadas de comercialización, y terminan generando incrementos de los precios a los demás consumidores de esos mismos alimentos. Además, incrementa la cantidad de visitas de seguimiento médico en el grupo meta de adultos mayores afectados de desnutrición, vía la estrategia de distribución propuesta. Los programas de alimentación complementaria de adultos mayores clásicos usan como matriz proteica las proteínas de soya o los caseinatos lácteos.

El uso de proteínas de suero de leche, empleados en los sustitutos de comida recomendados en esta propuesta son de asimilación orgánica más rápida (2 horas para proteínas de suero vs 8 horas para caseinatos), ayudan a reducir la sarcopenia (pérdida de masa muscular) en adultos mayores, están exentos de azúcar o almidones de alto índice glicémico y aportan protección inmunitaria.

### **3 ¿QUIENES SERÁN LOS RESPONSABLES DE GESTIONAR LA IDEA?**

Los programas de alimentación complementaria de adultos mayores son iniciativas gubernamentales que requieren de dos actores básicos responsables de su puesta en ejecución: las autoridades de salud pública nacionales y los proveedores del alimento requerido por la iniciativa.

El eje de salud pública incluye:

- Recursos de infraestructura institucional, lo cual abarca estándares de nutrición requeridos por los beneficiarios de los programas de ayuda alimentaria; metas nutricionales de los programas; legislación y reglamentos sobre características físico-químicas de los alimentos requeridos; legislación de compras públicas para la adquisición del alimento, sea de fabricación nacional o importado.

- Recursos de infraestructura humana, lo que incluye la capacidad de almacenar y distribuir el alimento; establecimiento del protocolo de seguimiento médico a los beneficiarios enrolados en el programa; personal médico en unidades de atención primaria urbana o rural, así como levantamiento de estadísticas de efectividad en función de las metas elegidas por las autoridades de salud pública.

El eje de proveeduría del alimento incluye: La empresa proveedora o adjudicataria del alimento complementario fortificado del programa, cumplimiento de las legislaciones de compras estatales vigentes respecto a ubicación geográfica de la planta, instalaciones ajustadas a los requerimientos de inocuidad establecidos, registros industriales y sanitarios vigentes, permisos gubernamentales para la operatividad y certificaciones de calidad nacionales o internacionales.

### **4 ¿QUÉ MECANISMOS DE RENDICION DE CUENTAS O MEDICIONES SE PUEDEN PONER EN MARCHA?**

El mecanismo contempla entrega de las raciones en las unidades de atención primarias, a cambio de un chequeo documentado de salud por parte del médico en cuanto al beneficiario. Este chequeo mensual del beneficiario actúa como mecanismo de confirmación de la operatividad del programa.

## 5 ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS POTENCIALES DE LA IDEA Y CUÁLES SUS COSTES?

### **BENEFICIOS:**

Los programas de alimentación complementaria en adultos mayores impactan positivamente los Objetivos de Desarrollo Sostenibles 2030 Números 2 (Hambre Cero) y 3 (Bienestar para todas las edades) en los países donde son implementados. En el caso de estas raciones innovadoras propuestas, reducen la sarcopenia (reducción de masa muscular) y mejoran el estatus inmunológico del beneficiario.

### **COSTES Y RIESGOS:**

Para una ración alimentaria que aporta el 25-30 % de la ingesta diaria recomendada de macro/micronutrientes y calorías de un adulto mayor diabético, en empaque de 16 raciones, el coste unitario está establecido en US\$1.750 por ración, entregada en almacenes de Ministerio de Salud Pública. Suplementos similares para propósitos equivalentes cuya ración aporta del 12-15 % de la IDR en adultos mayores diabéticos, se mercadean en los canales OTC a un precio de US\$3.700/ración. Los riesgos son aquellos de disponibilidad del suplemento o coste de los ingredientes y están directamente relacionados a las interrupciones en las cadenas de suministros internacionales de ingredientes alimentarios especializados.

## 6 ¿LA IDEA AUMENTARÁ LA INCLUSIÓN ECONÓMICA Y / O MEJORARÁ LA AUTONOMÍA? ¿SI ES ASÍ, CÓMO?

### **INCLUSIÓN ECONÓMICA:**

Los programas de alimentación complementaria en adultos mayores permiten a los beneficiarios alargar su periodo de vida activa productiva, contribuyendo con la mejoría en su estatus nutricional a poder participar en actividades productivas en las comunidades donde residen.

### **AUTONOMÍA:**

La mejoría fisiológica inducida en adultos mayores beneficiarios de programas de alimentación complementarios, impactan positivamente su estado de ánimo, su capacidad de movimiento físico, así como sus habilidades cognitivas, reduciendo la perjudicial tendencia natural a la postración y el inmovilismo.

# APRENDIENDO EN GRANDE DE LAS PEQUEÑAS COSAS

## Perfil de participantes

Voluntarios: los y las voluntarias que participaron en el proceso de creación de palancas fueron convocados a través de la unidad de Compromiso Comunitario de Unibe. Al hacer una llamado a estos voluntarios, respondieron los interesados a través de una carta de interés o intención y su currículum vitae. Luego de un proceso de depuración, se crearon e integraron a grupos de WhatsApp para realizar de manera virtual, en conjunto, la revisión de las palancas. En su mayoría, los y las estudiantes que respondieron al voluntariado fueron de las carreras de Medicina y Derecho, por la naturaleza de los temas tratados en las mesas de trabajo.

## Lecciones aprendidas

- Surgió la idea de generar un concurso participativo dirigido al público en general, con especial énfasis en el estudiantado. De estas ideas que se hayan seleccionado, se podría confirmar una nueva mesa de trabajo para temáticas del proyecto Palancas. Se decidió postergar para el segundo año de implementación del proyecto tomando en cuenta el tiempo limitado que tenemos.
- Se ha tenido buena acogida del proyecto frente a actores clave. No obstante, reforzar convocatoria para siguiente iniciativa de creación de palancas a futuro e integrar a los equipos a los actores que no pudieron participar y mostraron interés, así como hacer nuevamente invitación a todos los actores mapeados para incorporarse.
- En cuanto a conformación de grupos de trabajo, la participación y respuesta ha sido principalmente desde el sector social y cierta participación del sector académico y gubernamental. No obstante, se tiene una baja respuesta de organizaciones del sector privado.

- Por el perfil de participantes de los grupos de trabajo tienen limitaciones de tiempo por lo que el tiempo a dedicar al proyecto también es limitado. Por esta razón, la periodicidad recomendada es cada dos o tres semanas para poder tener avances significativos, con cierto nivel de seguimiento por parte de los grupos de trabajo que lleven a esos objetivos. Esto igualmente llevaría a la necesidad de contar con un mayor tiempo para la entrega de las Palancas, más allá de lo planificado inicialmente por observación misma de los participantes.
- Sobre la modalidad de las reuniones se debe evaluar si continuar con encuentros virtuales o presenciales, así como el horario. Esto podría ayudar a tener una mayor fluidez en el intercambio de ideas y reflexiones.
- El rol de las Coordinaciones de Grupo de Trabajo fue limitado, por lo que para los próximos pasos es necesario empoderar mucho más del proceso y seguimiento de los equipos, posiblemente con reuniones de coordinación cada cierto tiempo.





Si te interesa hacer realidad una de las Palancas en la República Dominicana

# CONTÁCTANOS



1-809-689-4111



Av. Francia No. 129, Gazcue, Santo Domingo



[www.unibe.edu.do](http://www.unibe.edu.do)