

RED NACIONAL DE APOYO PSICOLÓGICO VIRTUAL

AUTORA: BIANCA LAJARA

Palanca # 2

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 ¿QUIÉNES 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 RENDICIÓN 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. 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.

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.

--

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.

