

Propuesta binacional de empoderamiento, a través del programa Metasalud en la comunidad fronteriza San Diego - Tijuana.

Manuel Acosta, Montserrat Caballero, Jazmine Cuevas-Mota, Christina Pérez, Anabelle Unanue, Adrián Murillo

Abstracto

La tarea del equipo es crear una adaptación del programa MetaSalud para la región de San Diego – Tijuana. El objetivo de MetaSalud es brindar información para la prevención de enfermedades crónicas y, además promover las habilidades y la motivación necesaria para mejorar la alimentación, aumentar la actividad física, y adquirir otros hábitos que fomentan la salud a nivel individual, familiar y comunitario. El diseño del programa se basa en principios de la promoción de la salud fundamentados en la teoría social cognoscitiva y el modelo socio-ecológico.

Después de un proceso de investigación y discusiones, el equipo decidió que para que un programa tan exitoso como MetaSalud funcionara en esta región fronteriza era de suma importancia que lo presentáramos bajo un modelo de “liderazgo basado en principios.” De tal manera, el equipo se dio a la tarea de seguir los siguientes lineamientos; ser proactivo, empezar con un objetivo en mente; pensar en ganar/ganar; procure primero comprender y después ser comprendido; y sinergizar. Por lo tanto MetaSalud se presentara a la población como estrategia de empoderamiento para respaldar la implementación de lo que la comunidad citada considera viable y primordial en la salud de sus miembros. El grupo organizara juntas con personas claves de ambos lados de la frontera, y facilitara foros en la comunidad con el objetivo de que MetaSalud sea un programa que cumpla con el modelo de liderazgo basado en principios y sea un proyecto exitoso en la frontera de San Diego – Tijuana.

Introducción / Historia

Situación Demográfica de Baja California (Tijuana)

La situación demográfica que presenta Baja California, es resultado de la inercia del rápido crecimiento que tuvo la población hasta la segunda mitad del siglo XX. Aunque la tasa de crecimiento comenzó a disminuir desde entonces, ésta ha seguido aumentando en números absolutos. En el año 2005, fuentes estiman que el municipio de Tijuana concentra 49.6% de la población total en el estado, seguido de Mexicali con 30.1% y Ensenada con 14.5 por ciento; sólo en las ciudades de Tijuana y Mexicali residen 45.2% y 23% de la población de Baja California.

El municipio de Tijuana en el año 2010 registró una población de 1,559,683 habitantes(INEGI, 2010) , de los cuales el 50.2% son población masculina y el 49.8% son población femenina. El 98.60% de la población se concentra en áreas urbanas y el 1.4% se distribuye en localidades rurales. En el año 2010 había 756,660 habitantes en los rangos de cero a 24 años de edad, representando el 48.51% de la población total; 710,135 habitantes en el rango de edad de 24 a 60 años, constituyendo el 45.54% de la población total y 92,888 habitantes que representaron 5.95% de la población total.

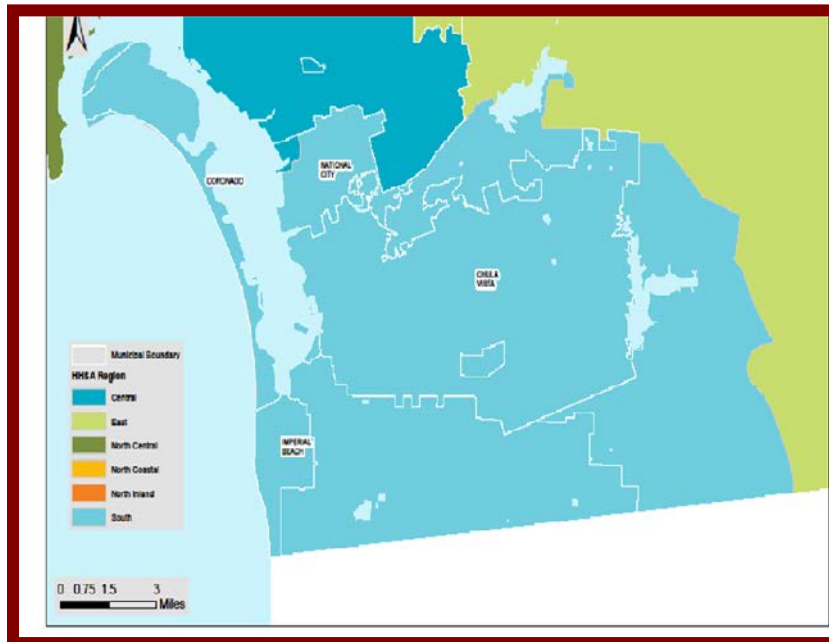
Al 2008 el Conapo estima que la esperanza de vida al nacimiento de la población de Baja California es de 76 años; 78.4 las mujeres por 73.5 de los hombres. Por sexo se tiene que las principales causas de muerte en los varones son las causas violentas, las enfermedades isquémicas del corazón y la diabetes mellitus, al concentrar 19.9, 13.2 y 10.1% de las defunciones; en la mujeres las tres principales causas de muerte son los tumores malignos, la diabetes mellitus y las enfermedades isquémicas del corazón, ya que éstas causaron 15.7, 15.2 y 12.5% de las defunciones femeninas en la entidad.

Situación Demográfica de San Diego

El condado de San Diego es el segundo más poblado de los 58 condados de California, y el quinto condado más grande en los Estados Unidos. San Diego es actualmente el hogar de 3,1 millones de habitantes, y se prevé que crezca a cuatro millones en 2020. El condado de San Diego se divide en 6 regiones (Central, East, North Central, North Coastal, North Inland, South).



El Condado es étnicamente diverso, y será cada vez más. De los residentes menores de 18 años, el 37% son hispanos, y se espera que la población hispana seguirá creciendo a un ritmo rápido. Aproximadamente el 21,5% de la población del condado es inmigrantes, incluidos los refugiados, los que vienen de otros países, hablan 68 lenguas diferentes. Las poblaciones de ancianos y discapacitados están creciendo de forma desproporcionada en comparación con el resto de la población.



En la región sur del condado la cual incluye Chula Vista, Coronado, National City, South Bay (San Ysidro y San Diego), y Sweetwater el 31.68 por ciento están en el rango de edad de 15 a 64 años, seguido por el grupo de edad de 0 a 14 años con 21.4 y por último los de 65 años y más que representan 10.5 por ciento.

En 2011, 6 de cada 10 niños de la región del Sur se ejercitan menos de cinco días de actividad física, que dura al menos una hora por semana. En 2012, el cáncer, las enfermedades del corazón, diabetes y enfermedad pulmonar causaron el 59% de todas las muertes en la región sur de San Diego.

Es en estas características poblacionales donde pretendemos desarrollar la propuesta binacional de empoderamiento a través del programa MetaSalud en esta Comunidad fronteriza San Diego-Tijuana.

Descripción del Proyecto, Objetivos y Metodología

META DEL PROYECTO PRINCIPAL

Las enfermedades crónicas no transmisibles como la diabetes y las enfermedades del corazón son la primera causa de muerte en México y en muchas otras partes del mundo. Prevenir estas enfermedades es una prioridad para los gobiernos, las instituciones y las comunidades. Es por eso que se han

desarrollado programas como MetaSalud que buscan promover la salud a nivel individual, familiar y comunitario.

Este programa fue desarrollado por El Colegio de Sonora y la Universidad de Arizona, con apoyo de la Secretaría de Salud de Sonora, para promover la salud y prevenir enfermedades como la diabetes y la hipertensión, entre otras. Está adaptado de otros programas como Su Corazón, Su Vida (desarrollado por el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre de Estados Unidos para la población hispana en ese país), Pasos Adelante (que fue desarrollado por la Universidad de Arizona), y Camino a la Salud (que fue coordinado por la Organización Panamericana de la Salud)”. Consta de 13 sesiones educativas semanales y un grupo de actividad. El proceso ha implicado la colaboración de diferentes actores involucrados en la salud fronteriza binacional, esto ha implicado negociación y acuerdo en la definición de los componentes y momentos del proyecto.

OBJETIVO DEL PROGRAMA

El objetivo de MetaSalud es brindar información para la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes y las enfermedades del corazón, además promover las habilidades y la motivación necesarias para mejorar la alimentación, aumentar la actividad física, y adquirir otros hábitos que fomentan la salud a nivel individual, familiar y comunitaria. El diseño del programa se basa en principios de la promoción de la salud fundamentados en la teoría social cognoscitiva y el modelo socio-ecológico.

OBJETIVO

Aplicar el Proyecto MetaSalud en la Población que se integra a la Frontera San Diego - Tijuana, y colaborar a la prevención y control de la Obesidad y Diabetes a través de intervenciones exitosas. Proponer el proyecto MetaSalud en la población que se integra a la Frontera San Diego - Tijuana como estrategia de empoderamiento para respaldar la implementación de lo que la comunidad citada considera viable y primordial en la salud de sus miembros, ya sea MetaSalud u otra prioridad.

Hacer una evaluación personal del estado de salud en general, y de los hábitos de alimentación y de actividad física, con el fin de hacer metas prácticas que ayuden a adquirir hábitos más saludables, en respuesta a lo que la comunidad refiere como sus prioridades de salud.

No se pretende arreglar las cosas, estamos convencidos en el Grupo MetaSalud que para cambiar el entorno de la Frontera México Estados Unidos debemos emitir un nuevo mensaje desde nuestro interior y que vaya dirigido a incidir positivamente en la salud de la población, considerando primero lo que la Comunidad refiere como sus necesidades, ajustando los componentes a las características, creencias y costumbres de la población binacional de San Diego-Tijuana

MODELO LOGICO

El aprendizaje y uso de herramientas como los modelos lógicos puede servir para pulir el accionar del profesional en los dominios de la planificación, diseño, implementación, análisis y generación de conocimiento. El proceso de desarrollo del modelo es una oportunidad para trazar el rumbo junto con la comunidad, juntos en el mismo equipo, entrelazados. Es un proceso consciente que crea una comprensión explícita de los retos inmediatos, recursos disponibles y momento en el cual alcanzar el objetivo.

Adicionalmente, ayuda a mantener una perspectiva equilibrada respecto del cuadro general como también de las partes componentes. El desarrollo y uso de modelos lógicos constituye un paso importante en la creación de la capacidad comunitaria y fortalecimiento de la participación comunitaria y de la participación de los profesionales de la salud. Y se integraría de la siguiente manera:

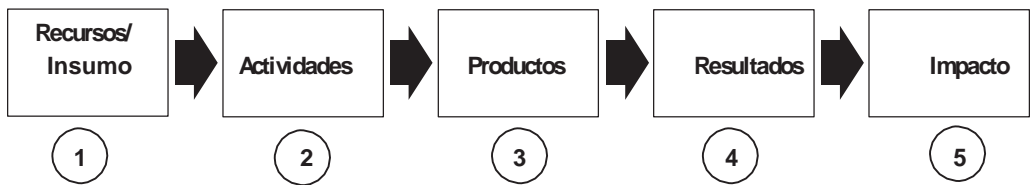
Ciertos recursos son necesarios para operar su programa

Si tiene acceso a ellos, entonces podrá usarlos para llevar a cabo sus actividades planificadas

Si lleva a cabo sus actividades planificadas, entonces, con optimismo, Podrá suministrar la cantidad de producto y/o prestar la cantidad de servicio intencionado

Si lleva a cabo sus actividades planificadas en la medida intencionada, entonces sus participantes se beneficiarán de ciertas maneras

Si se obtienen estos beneficios para los participantes, entonces puede esperarse que ocurran ciertos cambios en las organizaciones, comunidades o sistemas.



Su Trabajo Planificado

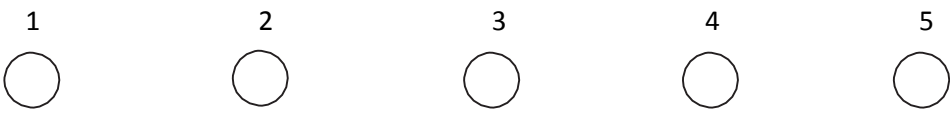
Sus Resultados Intencionados

*El Trabajo Planificado
Integración de Meta Salud*

*Sus Resultados Intencionados
Disminución de Daños a la Salud*



<p>Programas de Meta Salud.</p> <p>Diagnóstico de Salud de Tijuana y San Diego.</p> <p>Daños a la Salud en la Frontera. Obesidad y Diabetes.</p>	<p><i>Integrar un programa ya establecido</i></p> <p><i>Obtener información de daños a salud por causas definidas de Obesidad, Diabetes y Enf. Crónico Degenerativas.</i></p>	<p><i>No son tangibles se espera una mejoría de los niveles de salud en la población y disminución de morbilidad y mortalidad por Obesidad y por Diabetes.</i></p>	<p><i>Una Población sana y con mejores expectativas de vida</i></p>	<p><i>Continuidad de las buenas prácticas en los pacientes y por ende la disminución de los daños a la salud.</i></p>
---	---	--	---	---



- que logro la comunidad en este proceso de empoderamiento?
- que aprendió el Equipo al facilitarlos?
- Cuál es el ganar-ganar de todos?

El programa permite establecer metas semanales que permitan hacer cambios progresivos y perdurables en la vida de los pacientes con base en las áreas de oportunidad que se identifiquen en el autodiagnóstico. Asimismo permite identificar las áreas que se deseen mejorar y que pueden ser entre otras incrementar la actividad física, mejorar la alimentación, aumentar el bienestar emocional, etcétera.

El comportamiento de una persona depende de sus valores y creencias mismos que son distintos de otras personas y en consecuencia se tienen sinergias o polarizaciones en los grupos. Aun con personas altamente positivas y proactivas, los valores que determinan las acciones son diferentes y pueden estar o no orientados a un perfil de alta efectividad. Para poder mejorar los valores y comportamientos y desarrollarlos hacia un liderazgo efectivo es necesario medir la situación actual en 3 niveles:

1. Valores que guían la cultura de la organización,
2. Valores que guían el comportamiento del equipo.
3. Valores que guían el comportamiento de un individuo hacia su liderazgo efectivo.

El Grupo MetaSalud está consciente de que un Liderazgo Efectivo inicia, promueve y apoya el trabajo en equipo hacia fines comunes y unidad organizacional y es un proceso de interacción social que unifica a el grupo diverso para optimizar el trabajo en equipo en circunstancias variadas. Entendemos el desarrollo del liderazgo como un proceso planeado de cambio dinámico que busca el desarrollo de líderes y miembros (juntos) hacia niveles cada vez más altos de integridad y desempeño.

Asimismo hemos logrado una mejor una articulación entre todos y con nuestra misión con valores que guían comportamientos altamente efectivos; sustentado en definiciones claras vinculadas a métodos de medición y retroalimentación basada en datos y evidencias directamente vinculadas a las metas individuales, grupales y organizacionales y el gran fin del desarrollo del liderazgo para lograr la unificación y colaboración permanente, dinámica y de beneficio común.

PROPUESTA DE LIDERAZGO BASADO EN PRINCIPIOS

Después de un proceso de investigación y discusiones, el equipo decidió que para que un programa tan exitoso como MetaSalud funcionara en esta región fronteriza era de suma importancia que lo presentáramos bajo un modelo de “liderazgo basado en principios.”

1. Ser proactivo;
2. Empezar con un objetivo en mente;
3. Primero lo primero;
4. Pensar en ganar ganar;
5. Primero comprender y después ser comprendido;
6. Sinergizar.

Se usara el programa que existe – adaptando y modificando según las necesidades que la Comunidad demande. El grupo ha tomado la decisión de usar el liderazgo basado en principios. Esto quiere decir que antes de empezar cualquier programa, usaremos las herramientas que aprendimos el Lideres a Través de las Fronteras. Queremos integrarnos directamente en la comunidad para entender las necesidades y las prioridades de la comunidad fronteriza San Diego/Tijuana.

SER PROACTIVO

Se formara una coalición para revisar y crear un programa piloto – uno en cada frontera. La coalición hará las adaptaciones que la Comunidad Fronteriza mencionada, demande. Si no hay suficientes promotoras se harán clases de capacitación para promotoras usando recursos que ya existen. El programa piloto será evaluado y las modificaciones se incorporaran para llevar el programa a otros sitios.

La coalición identificada como parte de MetaSalud continuara identificando prioridades para mejorar el acceso a la comida nutritiva, y crear lugares seguros para llevar a cabo actividad física. La Coalición también puede trabajar para crear o cambiar políticas para ayudar que la población en ambos lados de la frontera, pueda vivir un estilo de vida saludable y que sea equitativo para todos.

EMPEZAR CON UN OBJETIVO EN MENTE

Crear un plan de trabajo en el cual tomaremos en cuenta las características únicas de la frontera San Diego/Tijuana para ver si es viable la implementación de MetaSalud tal como esta diseñando o si necesita modificaciones.

PRIMERO LO PRIMERO

Identificar a las personas claves de cada región, a quien se les presentara el proyecto y el plan de trabajo. Identificaremos individuos, instituciones y comunidades en ambos lados de la frontera y se presentara la metodología de MetaSalud para prevenir enfermedades crónico degenerativas. Usaremos recursos que tenemos en nuestro grupo, y otros participantes de Lideres que viven y conocen esta frontera, para identificar estas personas.

PENSAR EN GANAR / GANAR

El programa se presentara como algo que puede involucrar a familias enteras para mejorar no solo su bienestar, sino el bienestar de la comunidad entera. Usando los principios de empoderamiento y la auto-determinación; los integrantes del programa MetaSalud, se convertirán en lideres con la visión Ganar-Ganar.

PRIMERO COMPRENDER Y DESPUES SER COMPRENDIDO

Hacer un estudio piloto con grupos focales y con miembros de la comunidad, así como personas claves, para identificar sus prioridades. De ser necesario se harán modificaciones basadas en los resultados.

SINERGIZAR

Basado en todo lo anterior, decidimos implementar un programa apropiado para la frontera de San Diego - Tijuana. Lo ideal sería que la Coalición MetaSalud de ambos lados, empiece con trabajar MetaSalud pero otras prioridades se identificaran durante el proceso.

Resultados

La consolidación de competencias de liderazgo es un proceso complejo, requiere establecer proyectos y objetivos en común. Implica adquirir herramientas de gestión, negociación, planeación estratégica, organización,

administración y evaluación. Requiere la habilidad de conjugar visiones en el sentido que favorezca el éxito del proyecto.

El proceso de diseño e implementación de una intervención que favorezca el empoderamiento de la población de la región San Diego - Tijuana para incorporar estilos de vida saludables que modifique las tendencias en la incidencia de sobrepeso y obesidad por parte de un equipo multidisciplinario, de funcionarios de entidades públicas y privadas de los estados fronterizos de California, Baja California, Arizona y Sonora, implicó varios desafíos. Al inicio del curso se procuró establecer los mecanismos para el trabajo de colaboración, se diseñó y firmó un documento que definía claramente la relación existente entre los integrantes del equipo y a su vez determinaba las reglas a las que estarían sujetas las colaboraciones, además de los compromisos adquiridos por cada uno. Asimismo detallaron las acciones a seguir para dirimir diferencias y conflictos entre los integrantes.

Posterior a la definición de relación integrantes del equipo gestionaron sesiones informativas con los diseñadores de la estrategia de propuesta para la intervención: MetaSalud; con el objetivo de conocer los componentes de la metodología, las ventajas y desventajas que implica la implementación en población fronteriza, así como los retos y dificultades que implica utilizar este método.

Posterior a estas sesiones se determinó plantear una propuesta general de intervención. Previo a ello en la 2 reunión, se tuvo una reflexión reveladora que replanteó el plan de trabajo. Determinando observar el proceso de diseño de la intervención en tres esferas: una enfocada al proceso de formación como Líderes de Salud Fronteriza con una visión individual, observando el desarrollo de competencias de liderazgo y abogacía internacional. En segundo lugar la visión grupal del proceso, abordando los aspectos relacionados a la colaboración entre individuos en instituciones públicas y privadas en el área internacional y finalmente los avances en el diseño de la intervención con la metodología de Metasalud.

A partir de este momento y planteamiento se inició en el diseño esencial de la misión, visión y objetivos. Sustentado en valores comunes acordados y a través de las herramientas de liderazgo aprendido.

Hasta el momento se conoce que existen los elementos necesarios para que a través de las herramientas que provee la metodología Metasalud, se puede tener un impacto positivo en la población, llegando a ella a través de los espacios que concurren comúnmente, como iglesias parques y escuelas, pues el perfil de la población objetivo de las regiones en las que se ha aplicado previamente, coincide con las características de la población objetivo en la región Tijuana-San Diego. Con ello en mente, la propuesta del equipo establece los mecanismos para proponer a la comunidad fronteriza San Diego - Tijuana el programa MetaSalud y un proceso abierto de empoderamiento donde esta comunidad decidirá la pertinencia de esta proposición o bien lo que ellos decidan más adecuado a sus comunidades.

Conclusion

Fomentar la salud y el bienestar de la población a lo largo de la región fronteriza México/Estados Unidos requiere asociaciones genuinas, reflexivas, informadas, oportunas y comprometidas de ambos lados de la frontera. El equipo MetaSalud *Líderes a través de las Fronteras 2014* es tal equipo.

Desde el inicio del programa de liderazgo, la amplitud de habilidades que los miembros del equipo han obtenido, el equipo se ha beneficiado con la creación de una variedad de oportunidades estructuradas para abordar colectivamente dos problemas de salud fronterizos binacionales. Uno, que se unen para trabajar como equipo, binacional; y dos, como un "nuevo" equipo, adaptar el proyecto MetaSalud con las comunidades a lo largo de la región fronteriza San Diego / Tijuana. Trabajando juntos como un nuevo equipo trajo muchos beneficios y desafíos para cada miembro del equipo y de sus organizaciones. Como equipo, cada miembro se comprometió con la planificación conjunta, el intercambio de recursos y el desarrollo de las metas y objetivos comunes que fueron formalizados en video / teleconferencias semanales y comunicados electrónicos para intercambiar información, realizar análisis y terminar el trabajo asignado.

Desafíos geográficos, de idioma, y política fueron algunos de los desafíos que el equipo tuvo, y a pesar de ellos seguimos prosperando y apoyando el esfuerzo del proyecto y objetivos de liderazgo. Las acciones futuras incluyen, la aplicación del proyecto MetaSalud 2014, ampliar el liderazgo existente y las oportunidades de colaboración. Aún quedan preguntas sobre cómo el equipo seguirá comunicándose y llevara a cabo el proyecto después de la graduación.

Nuestra expectativa es ser capaz de seguir adelante con la ejecución del proyecto ya que el equipo continúa desarrollando los próximos pasos y la ampliación del grupo de planificación para incluir a los interesados de la comunidad y socios clave.

Desarrollo de Liderazgo

Iniciamos entre la confusión de los alcances que tenía Líderes a través de las fronteras y en la satisfacción de coincidir como seleccionados para participar en un proyecto binacional. Fuimos integrados en un equipo categorizado según el método de Eneagrama con 3 personalidades 8; 2 del número dos; 1 integrante con 9 y, 1 asesora con 1. Un ambiente de trabajo con los imperativos de claridad y estar en contra (8); La inclinación por pacificar y guardar (9); la propensión a ser necesitados y que cada uno se lleve bien, se quieran (2); y la excelencia por la perfección, que cada quien haga lo justo (1); con todo ello, el propósito se centro en la tarea de analizar el proyecto MetaSalud y su posible integración en la comunidad fronteriza San Diego-Tijuana.

Las habilidades de liderazgo que se han ejercido y desarrollado:

- La constancia ininterrumpida en los viernes acordados;
- Respeto y confianza en las actividades seleccionadas de acuerdo a las preferencias personales;
- Perseverantes aun en la confusión para aclararnos a través de la asesora para distinguir el proceso y proyecto, las expectativas de la Comisión y al interior de equipo;
- Identificación con los estilos de líder servidor y líder causal, en el sentido de que identificamos el talento de cada cual, nos pusimos al orden del objetivo de trabajo, brindamos fortaleza y amando lo que hacemos, esta clave nos balanceo y pasamos de un liderazgo al otro;
- Reflexión sobre valores y actitudes para lo que nos convocaron, reinventamos nuestros alcances, nos adaptamos, ajustamos a partir de nuestras habilidades, configurando mejores alcances con claridad;
- Nos comprometimos constantemente hasta no ver el fin del proceso;

- Hicimos de las lecturas (Stephen Cohen, Danny Valenzuela, Ricardo Hirata, Adriana y Jesus) una fuente de reflexión e inspiración al trabajo y como clarificadora de nuestro quehacer profesional;
- Centramos el enfoque de participación en un liderazgo efectivo, unificamos, mediamos centrados en Primero lo Primero, Acordamos roles, tiempos y tareas, efectivizamos la tarea y el cumplimiento de los tiempos de habla-escucha en nuestras sesiones;
- Trabajamos en los acuerdos, sumamos y la sinergia nos sorprendió con resultados mágicos: siete extraños compartieron su liderazgo y fueron capaces de proponer un proyecto de empoderamiento en una comunidad desconocida sin conflictos de poder en dos países diferentes conflictuados entre sí.

Acerca de los términos y la teoría que fundamenta nuestro Proyecto:

- **Mente ABIERTA**, el equipo ha mostrado apertura hacia lo novedoso, algunos términos dieron nombre a nuestras acciones.
- Al compartir el liderazgo, intercambiamos las energías, sinergizamos las acciones. Reaprendimos a trabajar, derrumbamos *nuestros estilos de trabajo*, cambiamos nuestros ropajes de líderes por trajes que estamos confeccionando. Hicimos posible un esquema de trabajo-acción sano, es decir con nuevos esquemas, inspirados en Ganar-Ganar. Lo que facilitó la oportunidad de experimentar un estilo de trabajo libre, entre siete personas: habitantes o vecinos cercanos a las fronteras mexicoamericanas, profesionales saturados con agendas desbordadas: Dos doctores mexicanos; dos directivas gubernamentales; una académica; una supervisora estatal y una entrenadora. Composición complicada, contra todo pronóstico de éxito, trabajando a distancia, este grupo con su asesora, ¡FUNCIONO! Nos dejamos llevar por esta experiencia VIVENCIAL, practicamos las teorías y la Comisión facilitó los recursos materiales que garantizaron nuestro desplazamiento a los lugares de reunión, estancia y alimentación, que fomentaron nuestro compromiso, bienestar y amable convivencia. Este esquema nos ayudó a analizar una frontera binacional más saludable, un sueño individual que se convirtió en una pequeña intervención colectiva de victoria pública.

- Se logró un fortalecimiento de la capacidad de analizar y empatizar con las visiones diversas, se logro un avance significativo en la capacidad de negociación y acción objetiva común.