



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud

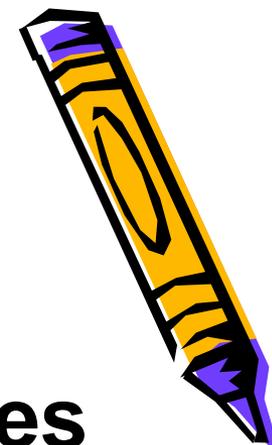
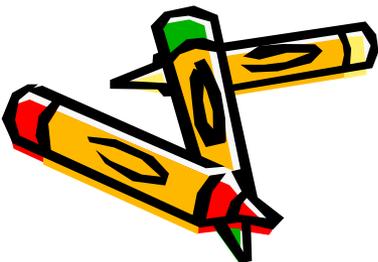
REGIONAL AMÉRICA

Congreso de Clínicas Empresariales con Énfasis en Atención Primaria en Salud.

Antonia Elizabeth Rodriguez Artiga
Consultora VIH-ITS



San Salvador, 3 de octubre 2013



Como puede ayudarnos el manejo de las emociones a la atención en salud??



Es importante?

A que tipo de población debemos aplicarlo?

Por que cada día toma mas sentido?



Cuales son los perfiles nuevos en salud?

El dueño del rumiante ha presentado una solicitud de indemnización

Muere una vaca acosada sexualmente por un burro

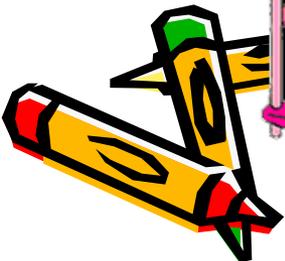
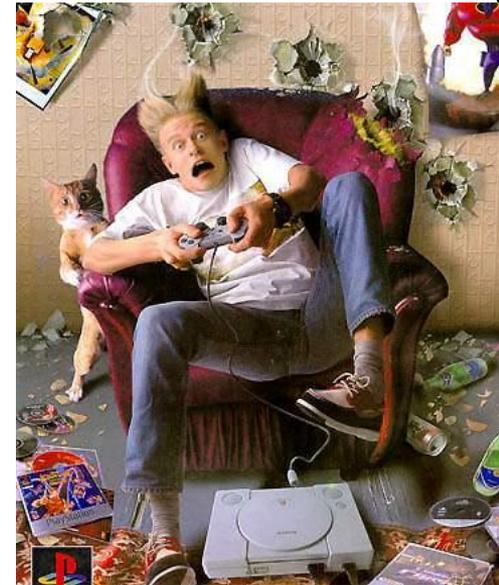
SEVILLA (Colpisa).—Un vecino de la localidad gaditana de San Roque solicita una indemnización por la muerte de una vaca, cuando huía del acoso sexual de un burro propiedad de la Corporación municipal. El propietario de la vaca alega que el asno entró en su terreno persiguiendo a su animal con intenciones deshonestas, y ésta al tratar de escapar del acoso cayó por un terraplén como consecuencia de lo cual murió.

La historia comienza cuando los municipales de San Roque deciden adquirir un burro para el portal del Belén viviente que instalan todos los años por Navidad. El burro pasa el resto del año en una finca de la localidad, lindante con la del pro-

prietario de la vaca fallecida, que se dedica a la producción de leche.

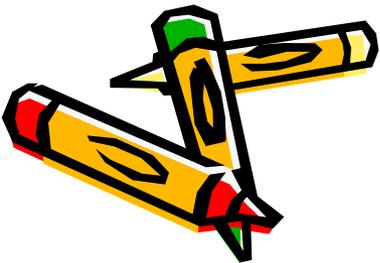
La demanda del vecino señala que fue el burro quien entró en su terreno acosando sexualmente a la vaca, mientras que el Ayuntamiento considera que la vaca provocó al asno. José Lara, concejal del Ayuntamiento de San Roque, explica su versión de los hechos, "se trata de un burro joven, con mucha fuerza, y claro, al salir la vaca completamente desnuda, con las tetas al aire, pues igual el animal se salió de madre y embistió".

Ahora serán los servicios jurídicos del Ayuntamiento los que tendrán que decidir si hubo realmente acoso sexual por parte del burro.

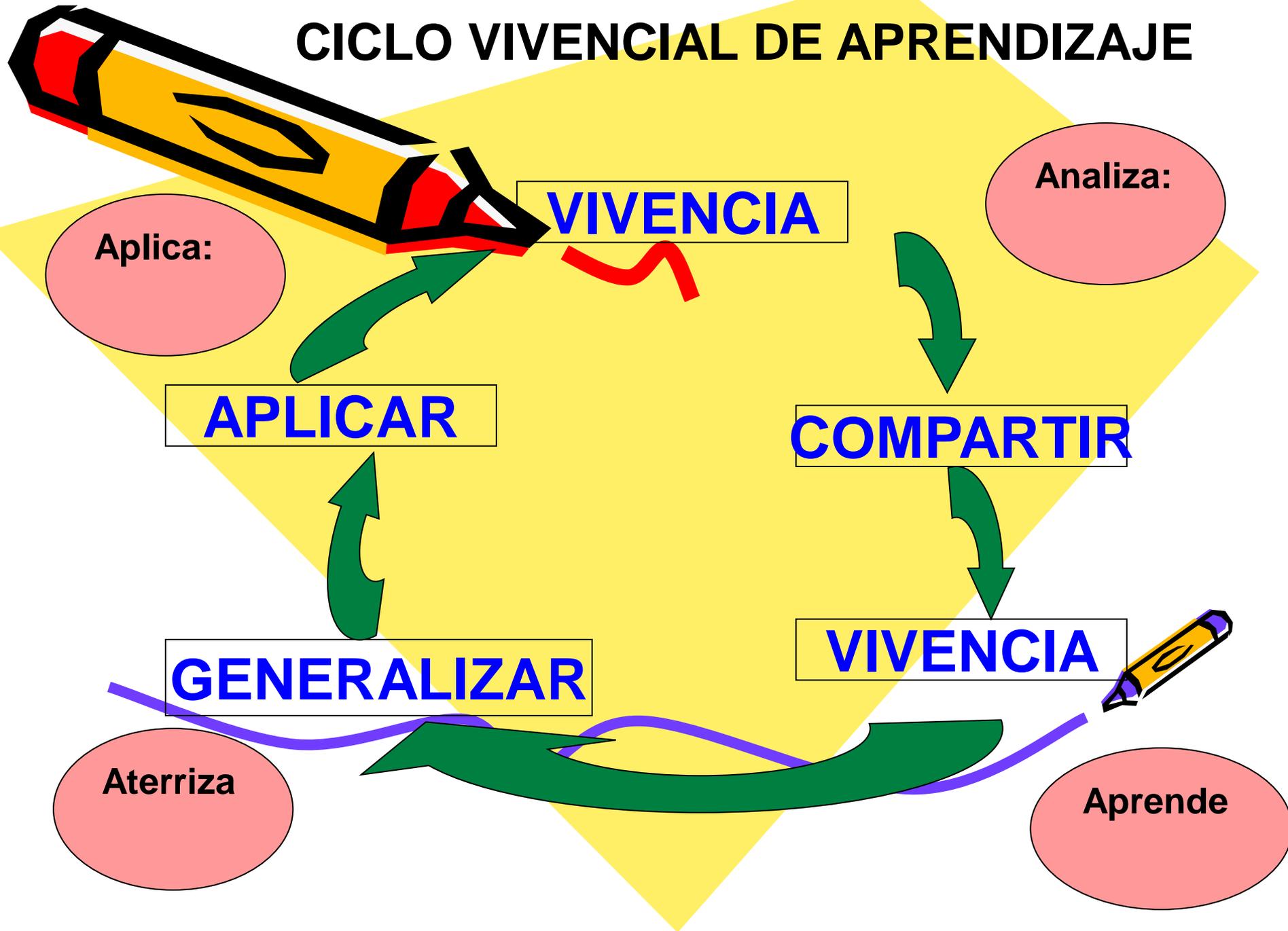


Cuales son los perfiles nuevos en salud?

- **nuestros programas responden al perfil de nuestra población?**
- **las guías o normas son suficientes para atender a nuestras poblaciones?**
- **Evaluamos nuestro desempeño para hacer transformaciones en un proceso dinámico?**
- **Si nos evaluaran nuestros servicios que calificación deseearíamos?**



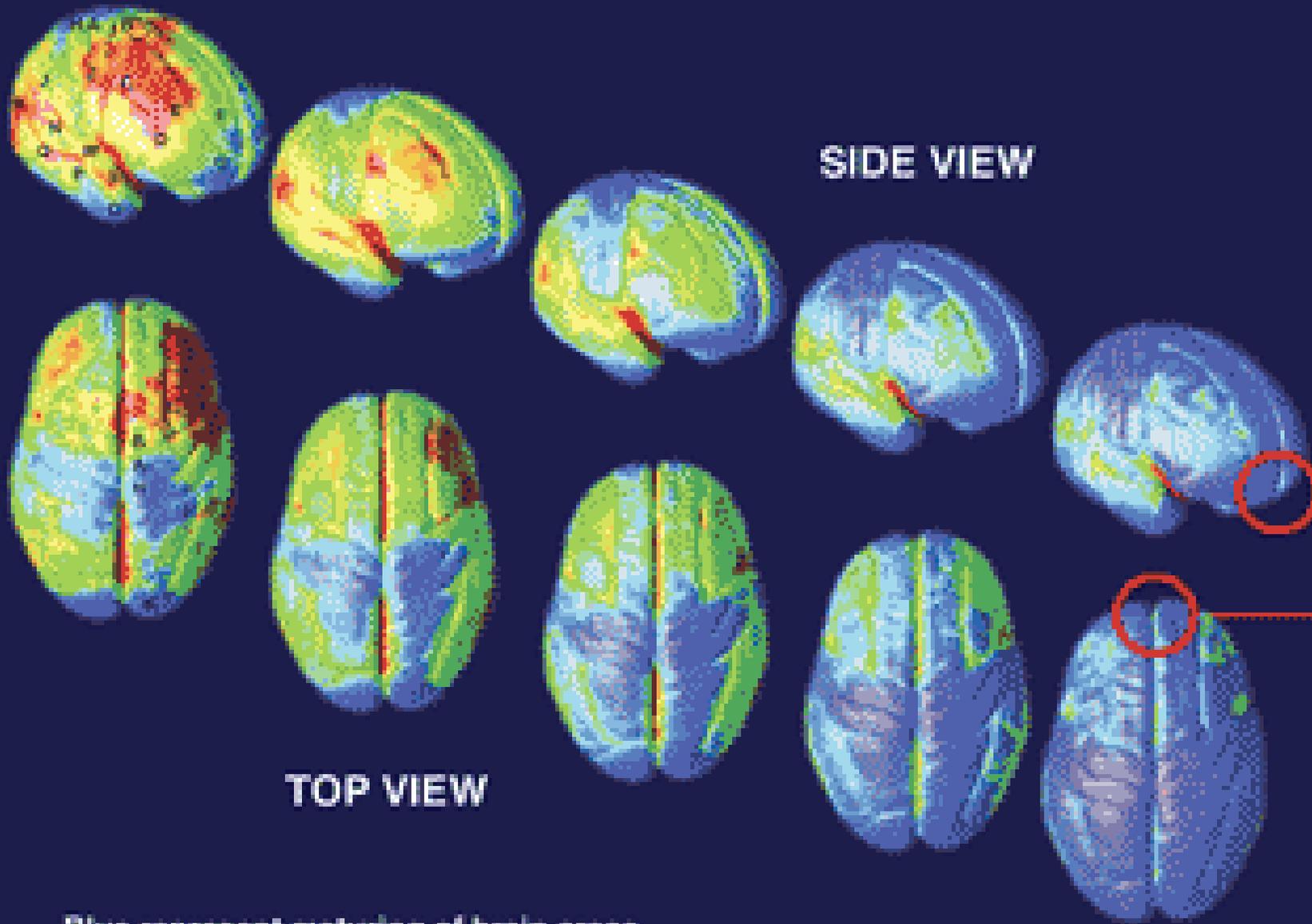
CICLO VIVENCIAL DE APRENDIZAJE



AGES

5

20



SIDE VIEW

TOP VIEW

Blue represent maturing of brain areas

P
C

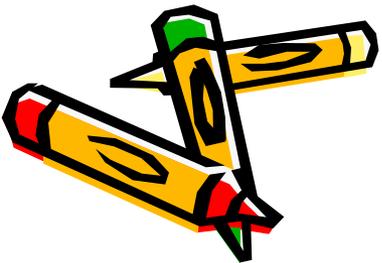
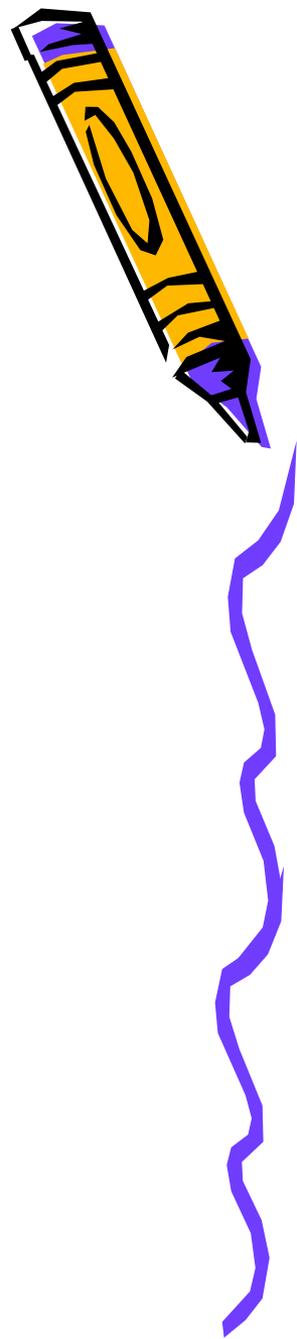
Que es la INTELIGENCIA EMOCIONAL?



No vemos las cosas tal como son,
las vemos tal como somos.

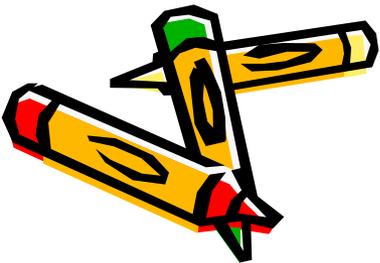
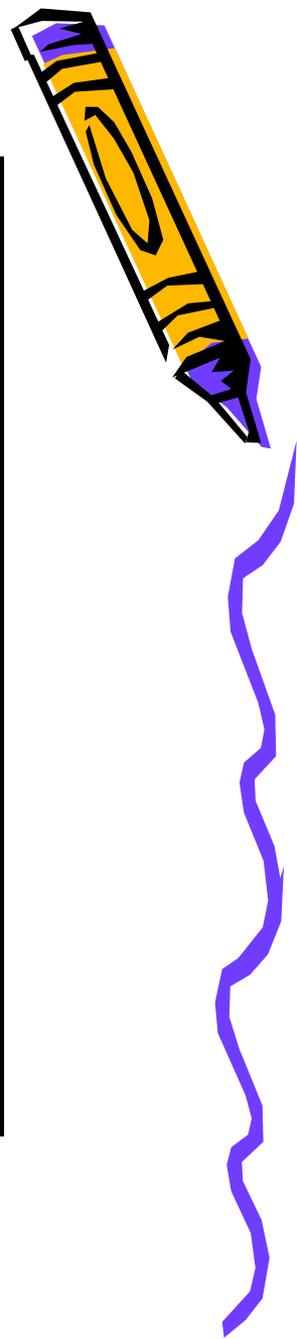
Imagen: <http://www.behance.net/gallery/Mario-Rossi-olibri/4836483>

recursosdeautoayuda.com



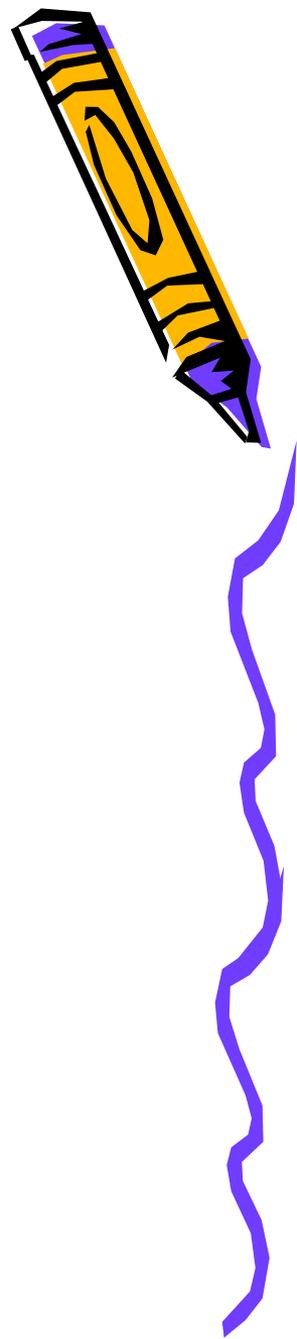
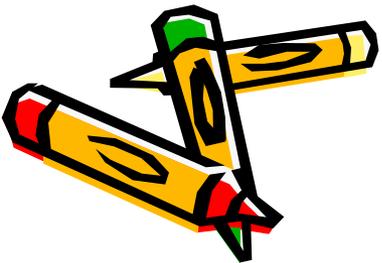
Que es la Inteligencia Emocional

La inteligencia emocional es una forma de interactuar con el mundo y con uno/a mismo/a que tiene muy en cuenta los sentimientos y emociones, y engloba habilidades tales como la autoconciencia el control de los impulsos, la empatía, la motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la agilidad mental, etc.



Es la capacidad de:

- 1) Sentir**
- 2) Entender**
- 3) Controlar y**
- 4) Modificar estados anímicos :**
 - a) Propios y b) Ajenos**



“Las personas con habilidades emocionales bien desarrolladas tienen más probabilidades de sentirse satisfechas y ser eficaces en su vida.

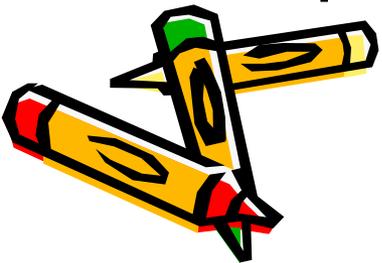
Las personas que no pueden poner cierto orden en su vida emocional libran batallas interiores que sabotean su capacidad de concentrarse en el trabajo y pensar con claridad”.

Dr. Daniel Goleman

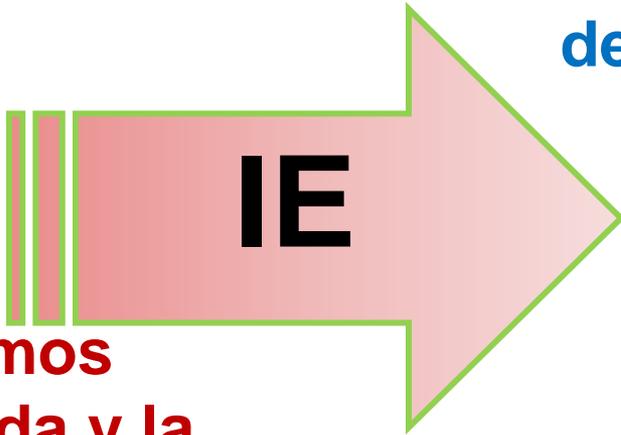
<http://www.diaave.com.mx/cursos/inteligencia-emocional/#sthash.WVd3yeK2.dpuf>



- “El coeficiente intelectual (CI) contribuye con apenas un 20% de nuestro éxito en la vida.
- El 80% restante es el resultado de la inteligencia emocional, que incluye factores como la habilidad de auto motivación, la persistencia, el control de los impulsos, la regulación del humor, la empatía y la [...]



menos

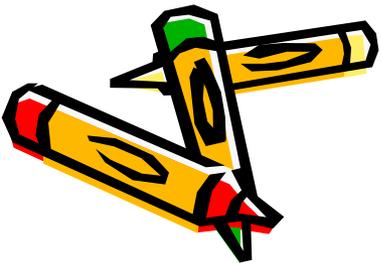


**Facilitamos
nuestra vida y la
de los demás**

mas

**Complicamos
nuestra vida y la
de los demás**

**Inteligencia emocional no es
ahogar las emociones, sino
dirigirlas y equilibrarlas”.**

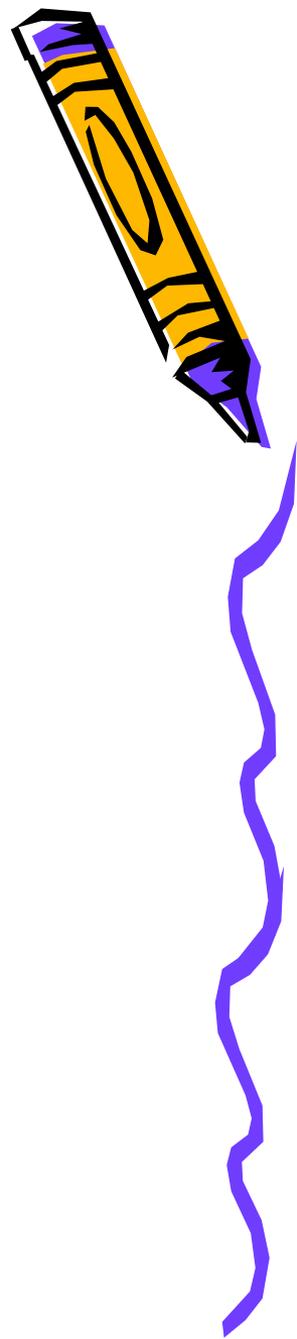


Cualquiera puede enfadarse, eso es algo muy sencillo.

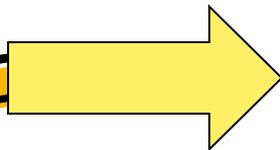
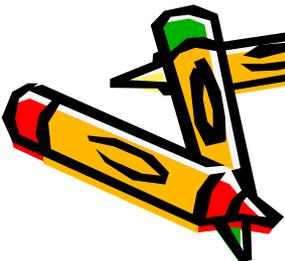
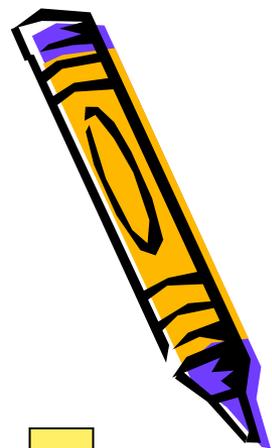
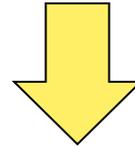
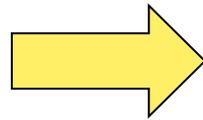
Pero enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno. Con el propósito justo y del modo correcto, eso, ciertamente, no resulta tan sencillo.

Aristóteles, *Ética a Nicómaco*.

Dr. Daniel Goleman



Ejemplo



Que piensan de esta historia?

Que es emoción?

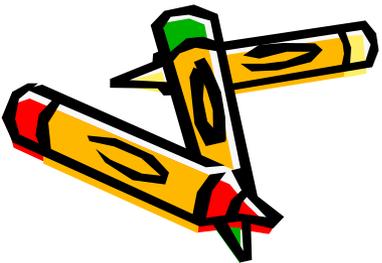
se refiere a un sentimiento y a los pensamientos, los estados biológicos, los estados psicológicos y el tipo de tendencias a la acción que lo caracterizan.

Existen centenares de emociones y muchísimas más mezclas, variaciones, mutaciones y matices diferentes entre todas ellas.

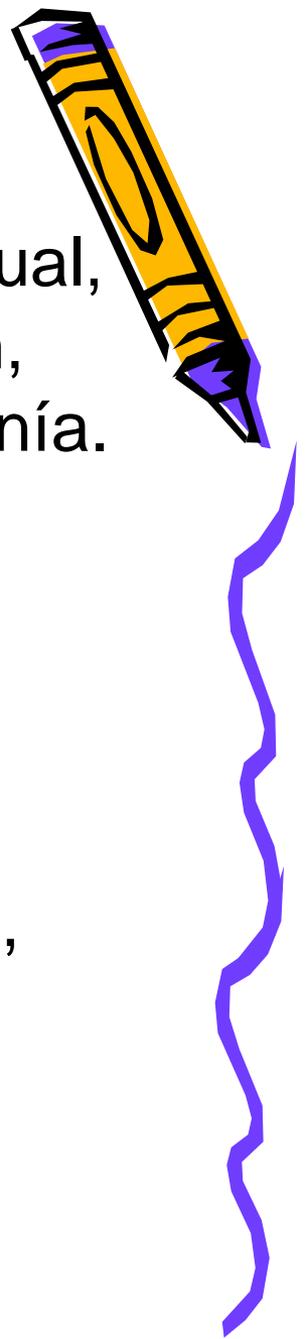
Dr. Daniel Goleman

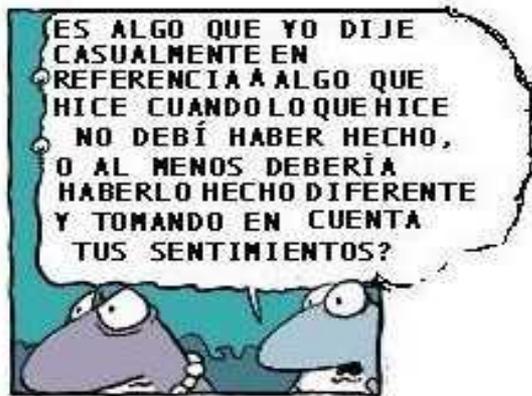
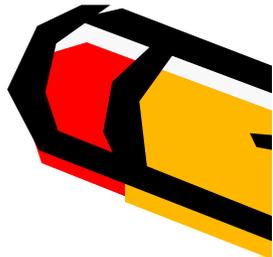


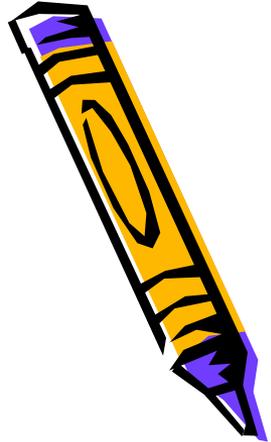
- **Ira:** rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, irritabilidad, hostilidad y, en caso extremo, odio y violencia.
- **Tristeza:** aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación y, en caso patológico, depresión grave.
- **Miedo:** ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y, en el caso de que sea psicopatológico, fobia y pánico.



- **Alegría:** felicidad, gozo, tranquilidad, contento, beatitud, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis y. en caso extremo, manía.
- **Amor:** aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y agape.
- **Sorpresa:** sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.
- **Aversión:** desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.
- **Vergüenza:** culpa, perplejidad, desazón, recordimiento, humillación, pesar y aflicción.

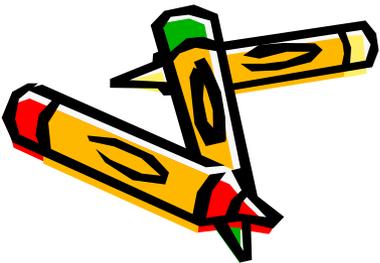






INTELIGENCIA EMOCIONAL

y el mapa integral

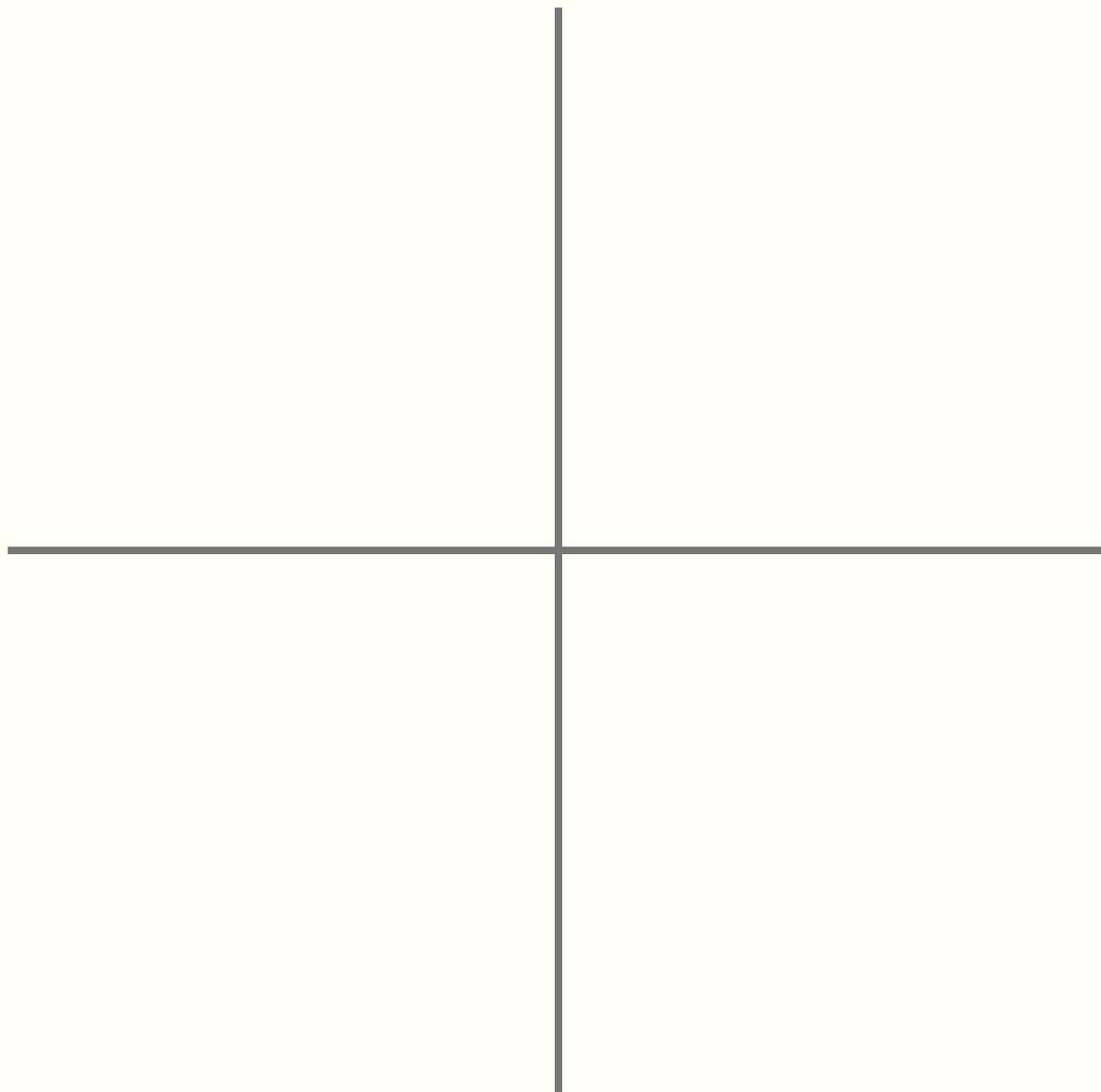


Subjetiva - Interior

Objetiva - Exterior

Individual

Colectiva



INTELIGENCIA EMOCIONAL

A EQUIPOS EFECTIVOS

1. Autoconciencia



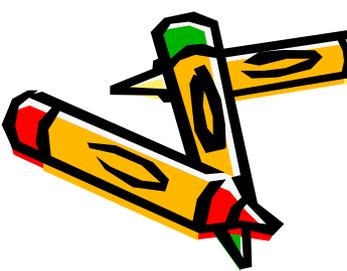
2. Automanejo



3. Conciencia Social



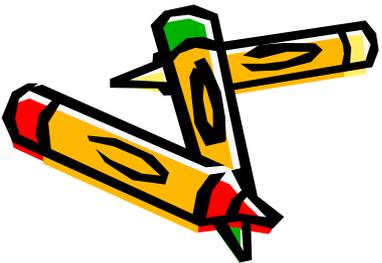
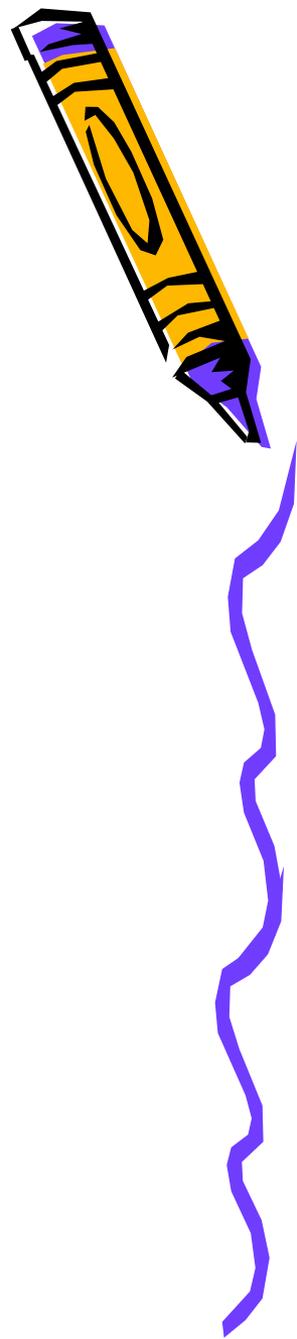
4. Acción Social



INTELIGENCIA EMOCIONAL

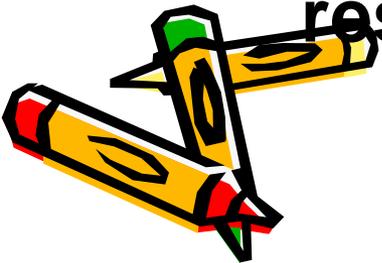
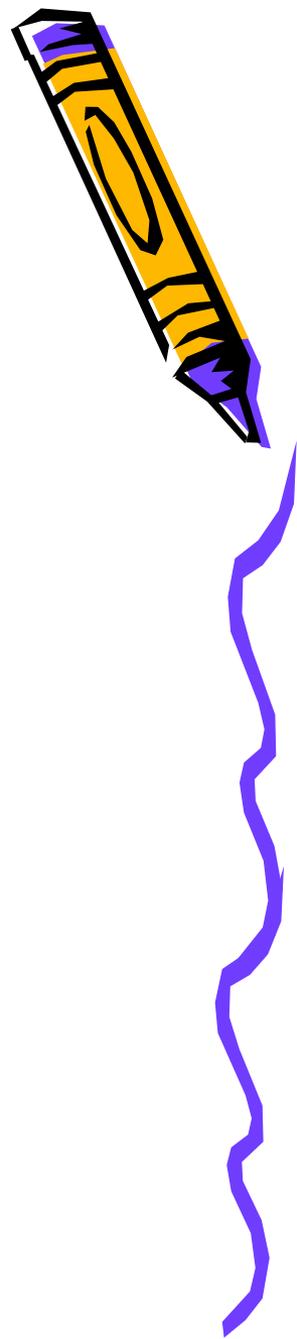
A EQUIPOS EFECTIVOS

1. Autoconciencia

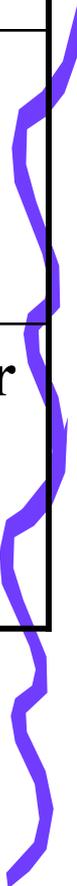


AUTOCONCIENCIA

- ❖ **Escucha su voz interna**
- ❖ **Observa el origen de lo que pasa**
- ❖ **Piensa sobre lo que siente para calmarse**
- ❖ **Observa como actúa automáticamente con los demás**
- ❖ **Cambia la culpa por responsabilidad**



<p>✓ Escucha su voz interna</p>	<p>Escucha que es una persona valiosa e irrepetible Que podemos cometer errores y <u>perdonarnos</u></p>
<p>✓ Observa el origen de lo que pasa</p>	<p>Comprende que existen personas que discriminan y estigmatizan por ignorancia</p>
<p>✓ Piensa sobre lo que siente para calmarse</p>	<p>Cuando esto ocurre, se pueden ordenar los pensamientos y tranquilizarse</p>

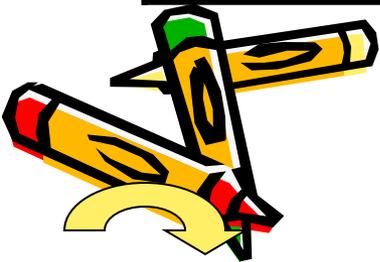
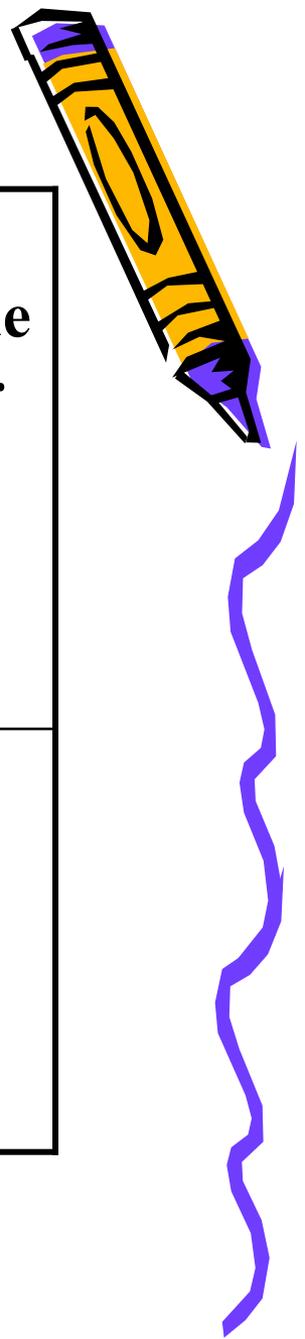


✓ **Observa como actúa automáticamente con los demás**

Podemos darnos cuenta que transmitimos un sentimiento de víctima o de persona de valor

✓ **Cambia la culpa por responsabilidad**

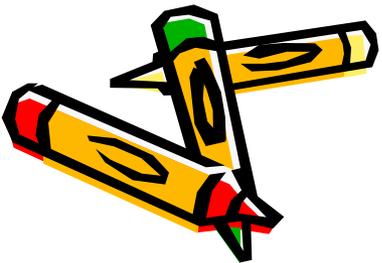
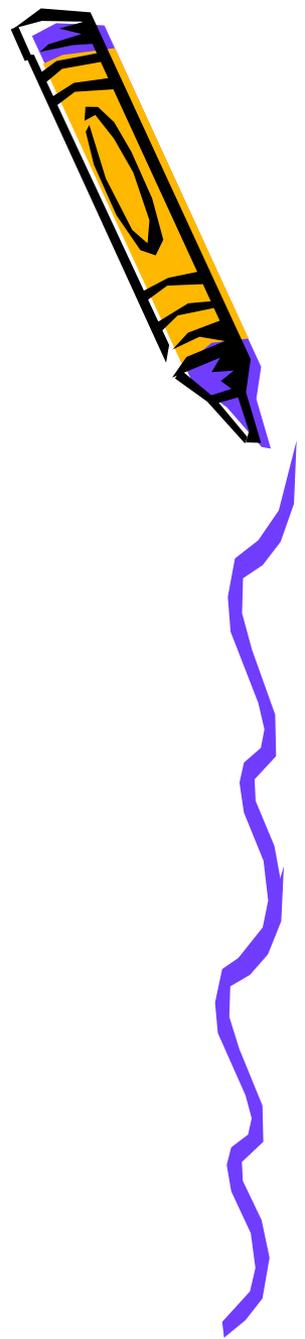
Se despoja de su culpa y decide **cuidarse con responsabilidad**



INTELIGENCIA EMOCIONAL

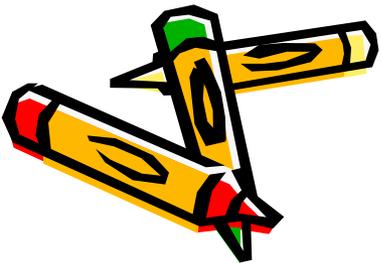
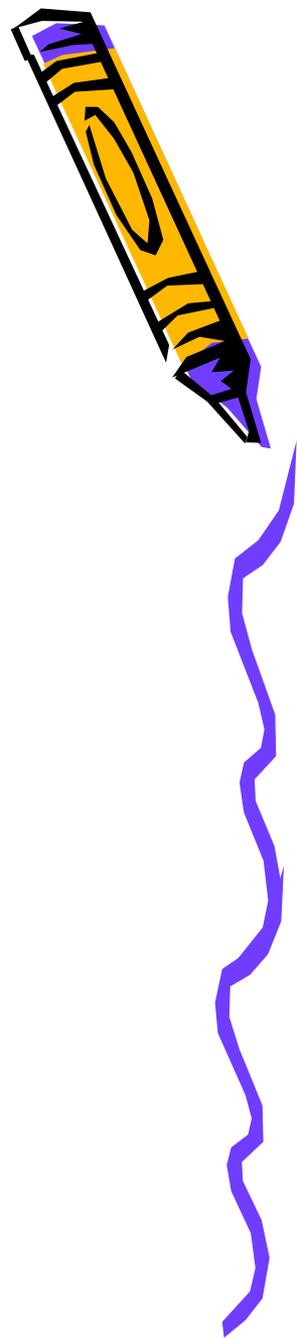
A EQUIPOS EFECTIVOS

2. Automanejo

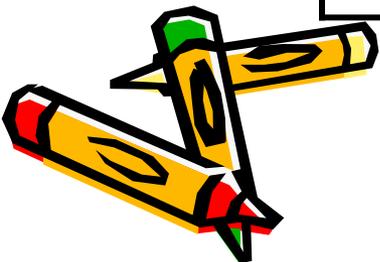
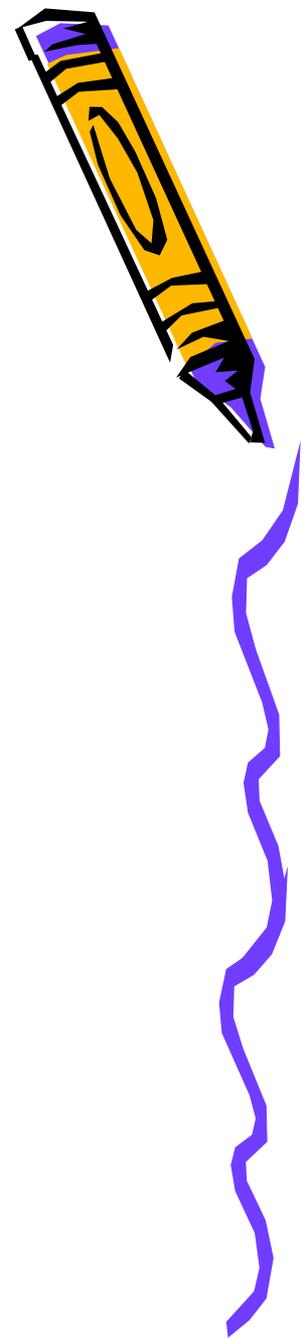


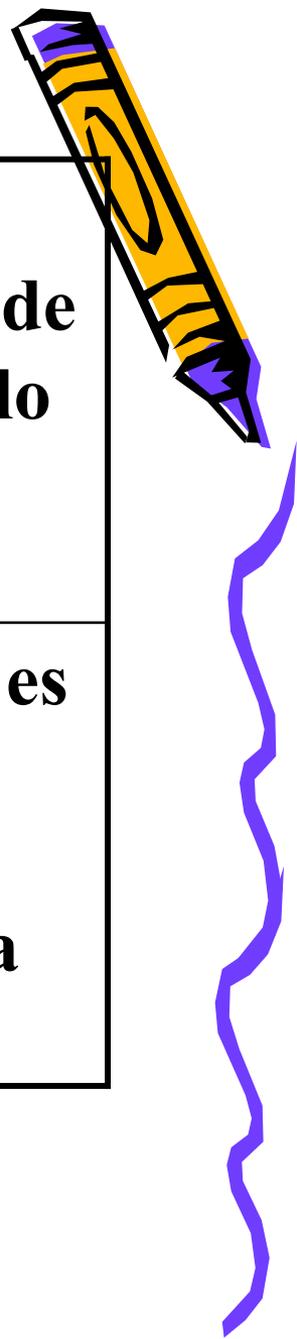
Automanejo

- Escucha proactivamente
- **Interpreta lo que escucha**
- Genera nuevas interpretaciones
- **Completa**
- Cambia la queja por la acción

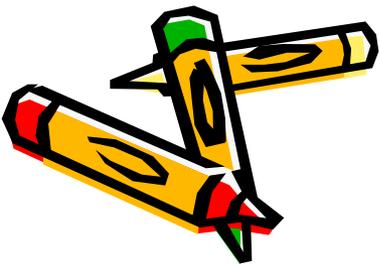


➤ Escucha proactivamente	Busca lo bueno de la conversación
➤ Interpreta lo que escucha	Se hace preguntas para entender mejor
➤ Genera nuevas interpretaciones	Se hace nuevas preguntas para entender





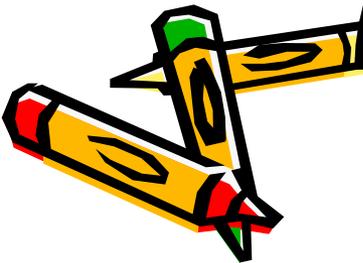
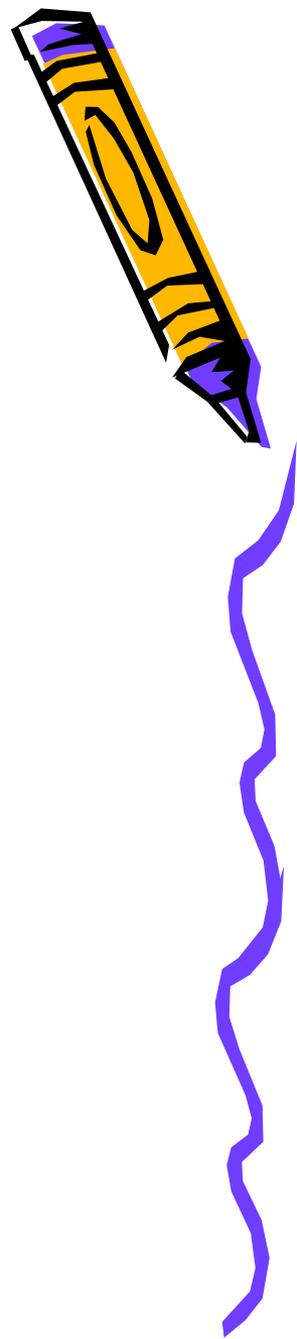
<p>➤ Completa</p>	<p>Trata cada día de revisar lo realizado, de dar gracias, y dejar lo pendiente para el próximo día</p>
<p>➤ Cambia la queja por la acción</p>	<p>Si tienen una queja, es porque considera importante mejorar algo, y se entusiasma en hacerlo</p>



INTELIGENCIA EMOCIONAL

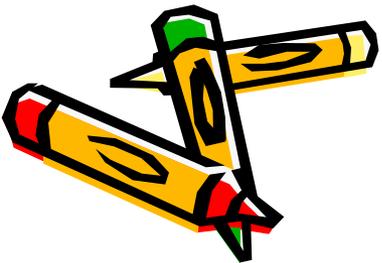
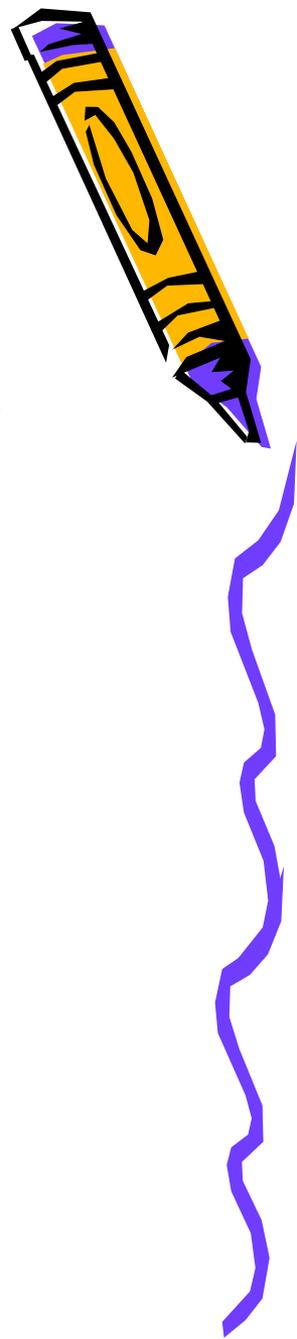
A EQUIPOS EFECTIVOS

3. Conciencia Social



Conciencia Social

- ✓ Transmisión de los estados emocionales
- ✓ La necesidad de ser incluido
- ✓ El poder de la exclusión
- ✓ El poder del acuerdo colectivo
- ✓ La necesidad de completar
- ✓ No límites a la posibilidad en el grupo



✓ Transmisión de los estados emocionales

Estamos conscientes de que nuestras emociones se transmiten, por ello tratamos de transmitir más las positivas que las negativas. Cuando nos sentimos mal, tratamos de calmarnos para actuar en grupo.

✓ La necesidad de ser incluido

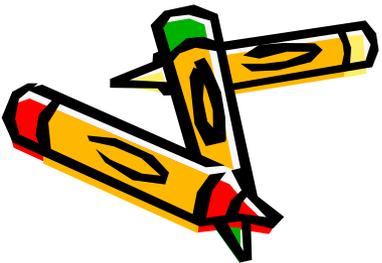
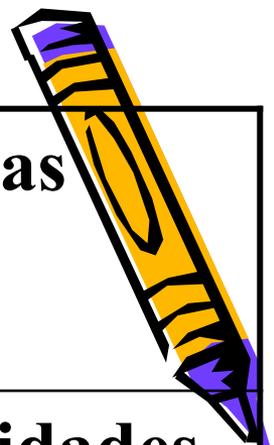
Concientizar sobre estigma y la discriminación con amigos, familia y trabajadores de salud

✓ El poder de la exclusión

Concientizar sobre los grandes daños del estigma y la discriminación.

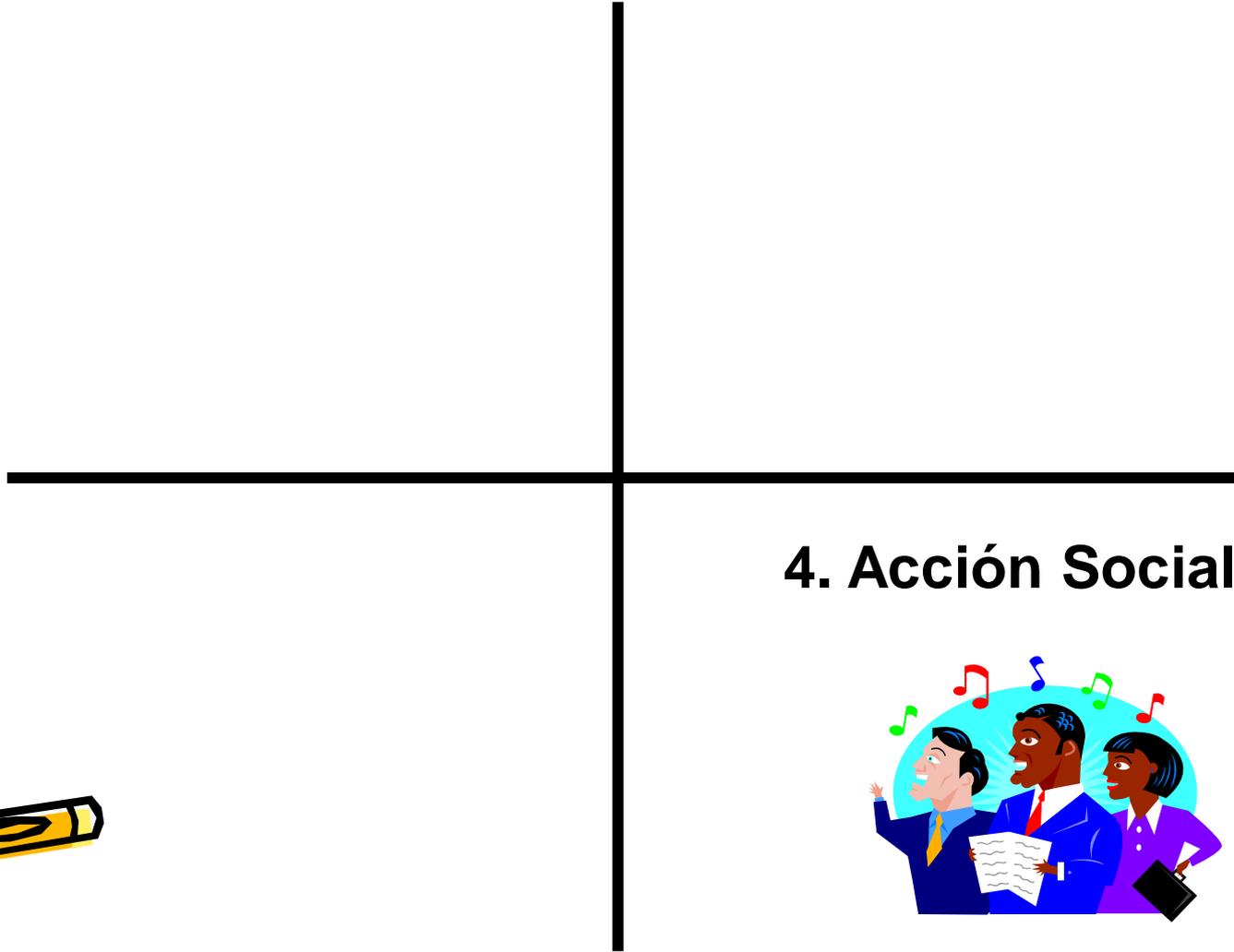
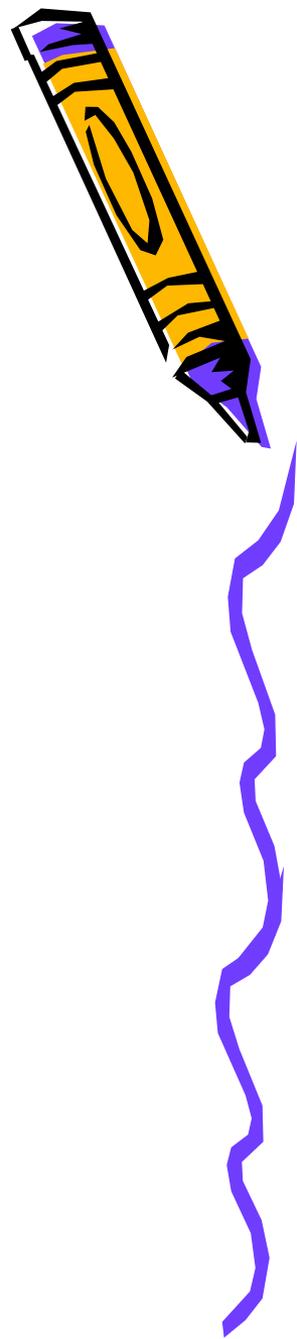


❖ El poder del acuerdo colectivo	Juntos/as somos poderosos/as
❖ La necesidad de completar	Concientizar sobre la necesidades de revisar lo realizado, de dar gracias, y dejar lo pendiente para el próximo día
❖ No límites a la posibilidad en el grupo	Estar concientes de que la posibilidad no tienen límites, podemos soñar.

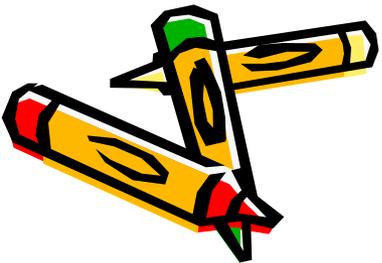


INTELIGENCIA EMOCIONAL

A EQUIPOS EFECTIVOS

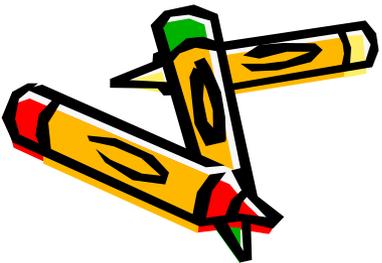
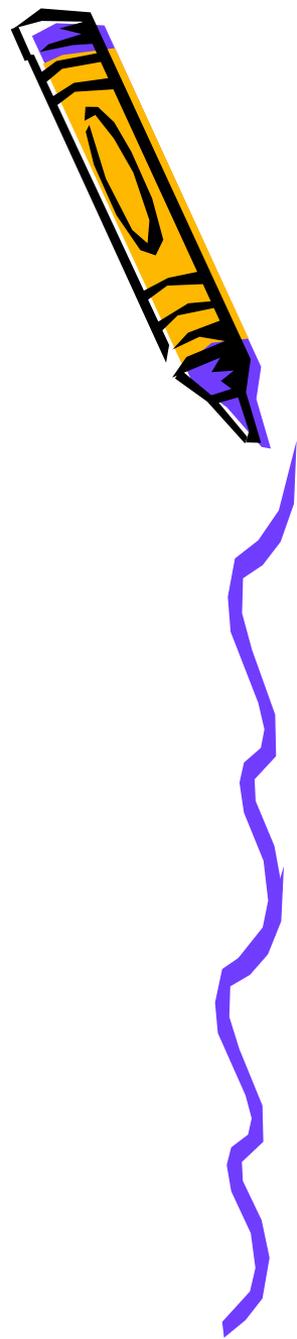


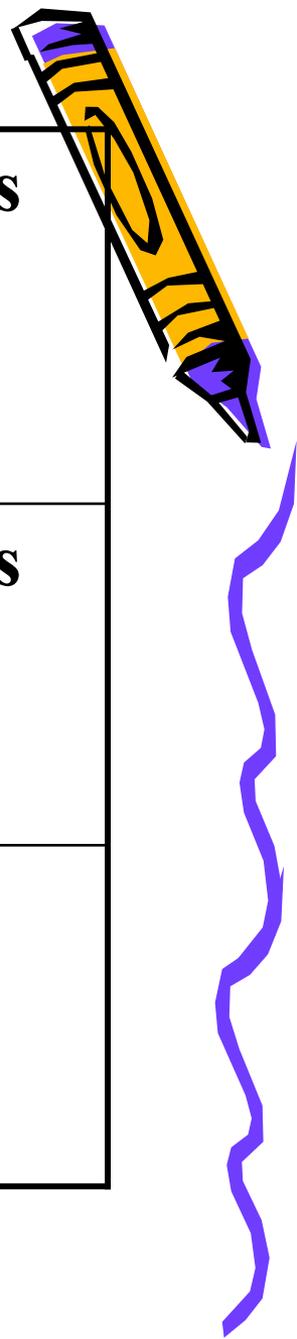
4. Acción Social



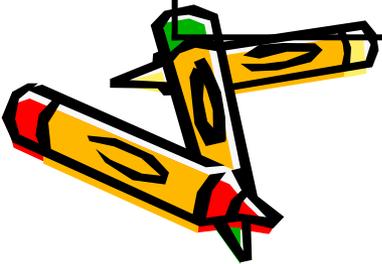
Acción Social

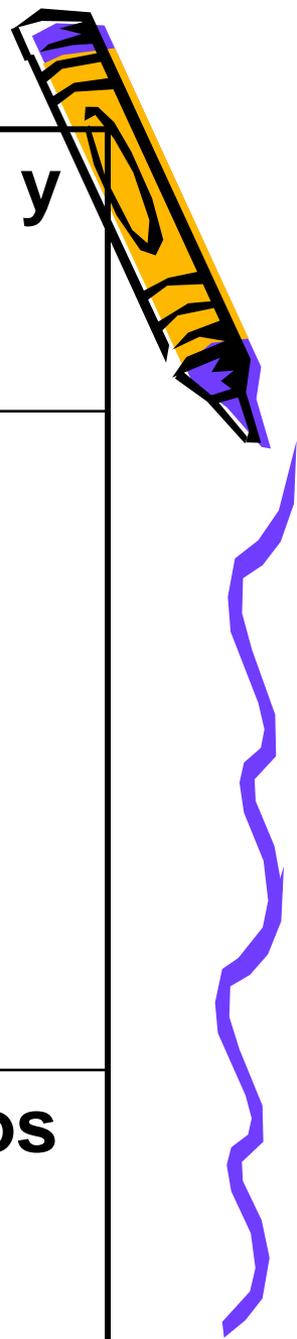
- Posibilidad compartida
- Oportunidad compartida
- Evaluación compartida
- Agradecimientos
- Necesidad de completar
- Declaraciones
- Compromisos
- Generación de acción





<p>❖ Posibilidad compartida</p>	<p>Compartamos juntos los sueños de futuro.</p>
<p>❖ Oportunidad compartida</p>	<p>Compartamos juntos las formas de realizar los sueños.</p>
<p>❖ Evaluación compartida</p>	<p>No tengamos miedo a evaluar y cambiar el rumbo en la marcha</p>





Agradecimientos

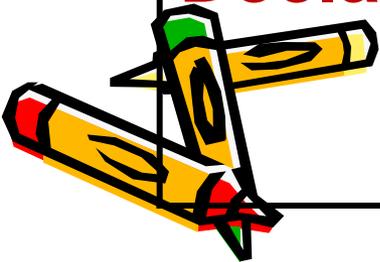
Nunca olvidemos dar y darnos las gracias

Necesidad de completar

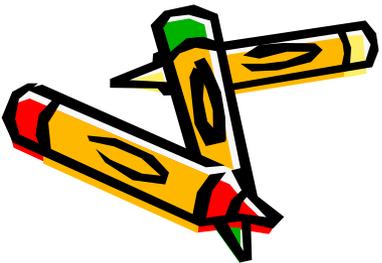
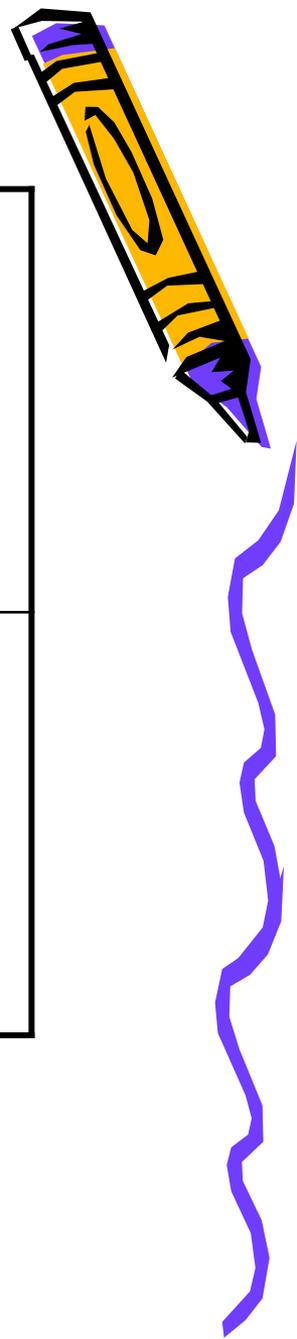
Practicar juntos la revisión de lo realizado, de dar gracias, y dejar lo pendiente para el próximo día

Declaraciones

Decir lo que deseamos hacer sin temor a los/as demás



Compromisos	Con entusiasmo y pasión lancémonos a comprometernos juntos
Generación y realización de la acción	Actuemos ,que entre más energía pongamos, más energía tendremos.

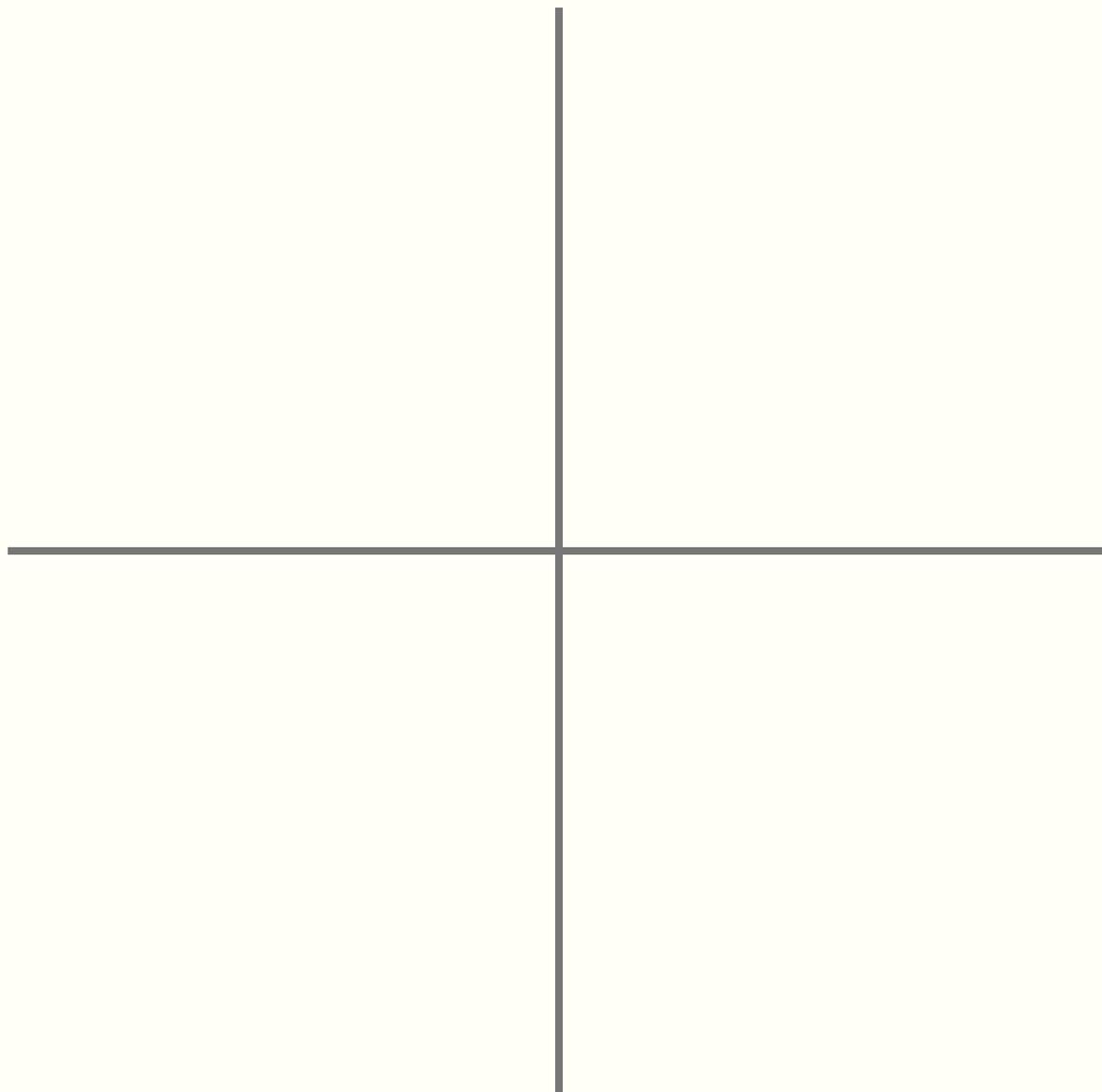


Subjetiva - Interior

Objetiva - Exterior

Individual

Colectiva



Explorar el Mapa
Integrar

Una Realidad



Objetiva - Exterior



Individual

Objetiva - Exterior



Individual



Colectiva

Subjetiva - Interior



Objetiva - Exterior



Individual

Colectiva



Subjetiva - Interior



Objetiva - Exterior



Individual



Colectiva

Una Realidad – Cuatro Dimensiones

