



ARTÍCULO ORIGINAL

Discapacidad y salud comunitaria integral: una contribución de La Uniandes

Disability and integral community health: a contribution of La Uniandes

Adriana López-Falcón ¹✉ , Gerardo Ramos-Serpa ¹ , Alberto Sánchez-Garrido ¹ 

¹Universidad Regional Autónoma de los Andes. Ambato, Ecuador

Recibido: 21 de enero de 2025

Aceptado: 23 de enero de 2025

Publicado: 25 de enero de 2025

Citar como: López-Falcón F, Ramos-Serpa G, Sánchez-Garrido A. Discapacidad y salud comunitaria integral: una contribución de La Uniandes. Rev Ciencias Médicas [Internet]. 2025 [citado: fecha de acceso]; 29(2025): e6641. Disponible en: <http://revcmpinar.sld.cu/index.php/publicaciones/article/view/6641>

RESUMEN

Introducción: la atención a las personas discapacitadas en el campo de la salud constituye una de las prioridades actuales de la sociedad. Los organismos internacionales han resaltado su relevancia y la necesidad de concretar acciones que contribuyan a ello en la salud comunitaria integral, a lo cual la Universidad Regional Autónoma de Los Andes se ha incorporado.

Objetivo: desarrollar terapias alternativas para mitigar los niveles de estrés en los cuidadores de los centros del Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato, Ecuador.

Métodos: Se emplearon los métodos analítico-sintético e inductivo deductivo, a la vez que la revisión bibliográfica y la encuesta.

Resultados: se determinó la frecuencia con que se presentan síntomas de estrés en los cuidadores de las personas discapacitadas en los centros de atención a discapacitados Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato; el diagnóstico del nivel de conocimiento de las terapias alternativas de aromaterapia, musicoterapia y técnicas de relajación en ellos; así como una propuesta de talleres de capacitación acerca de dichas terapias y su implementación.

Conclusiones: los cuidadores de las personas con discapacidad están sometidas a un alto grado de estrés como resultado de la frecuencia e intensidad de su labor al cuidar a sus familiares discapacitados, a la vez que los talleres realizados contribuyeron a la salud comunitaria integral en el contexto de los centros inclusivos de discapacidades referidos.

Palabras Clave: Discapacidad; Salud Comunitaria Integral; Terapias Alternativas.

ABSTRACT

Introduction: the attention to disabled people in the field of health constitutes one of the current priorities of society. International organizations have highlighted its relevance and the need to implement actions that contribute to it in integral community health, to which the Universidad Regional Autónoma de Los Andes has been incorporated.

Objective: to develop alternative therapies to mitigate stress levels in caregivers of the Peral 1 and 2 centers in the municipality of Ambato, Ecuador.

Methods: analytical-synthetic and inductive-deductive methods were used, as well as a bibliographic review and a survey.

Results: the frequency of stress symptoms in caregivers of disabled people in the Peral 1 and 2 centers for disabled people in the municipality of Ambato was determined; the diagnosis of the level of knowledge of alternative therapies of aromatherapy, music therapy and relaxation techniques in them; as well as a proposal for training workshops about these therapies and their implementation.

Conclusions: caregivers of people with disabilities are subjected to a high degree of stress as a result of the frequency and intensity of their work in caring for their disabled family members, while the workshops conducted contributed to comprehensive community health in the context of the disability-inclusive centers referred to.

Keywords: Disability; Integral Community Health; Alternative Therapies.

INTRODUCCIÓN

La sociedad actual se proyecta en todos sus planos en alcanzar la equidad de sus integrantes. Ello es una finalidad esencial que habla del propio grado de humanización de dicha sociedad. No obstante, esto es un ideal que debe ser implementado en los más variados campos de la vida social, incluyendo el de la salud y la participación social.

Precisamente, la atención a las personas con discapacidad se erige en uno de los retos permanentes para poder llevar a vías de hecho dicho ideal. La discapacidad no debe ser vista como algo peyorativo o excluyente, sino como un aspecto más de la diversidad humana, íntimamente conectado a la validez plena de los derechos humanos.

En este sentido, las Naciones Unidas en su Estrategia para la Inclusión de la Discapacidad, ha dejado claro que "la observancia plena y cabal de los derechos humanos de todas las personas con discapacidad es un componente inalienable, indisociable e indivisible de todos los derechos humanos y libertades fundamentales".⁽¹⁾

La incorporación de las personas con discapacidad a la vida social debe ser atendida y proyectarse en varios planos esenciales, tales como el laboral, el educacional, el de la salud y el de la protección social.

El *Informe Mundial sobre la Discapacidad*, elaborado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Banco Mundial (BM), sintetiza acertadamente varios de los obstáculos discapacitantes que existen, entre los que señala las políticas y normas insuficientes, las actitudes negativas, la prestación limitada de servicios, la financiación escasa, la falta de accesibilidad, la limitada consulta y participación, así como la falta de datos y pruebas; a la vez que precisa las afectaciones o desventajas que tales barreras generan en la vida de las personas discapacitadas, entre las que se destacan los peores resultados sanitarios en ellas, peores resultados académicos, menor participación económica, tasas más altas de pobreza, mayor dependencia y participación limitada.⁽²⁾

Así mismo, diversos estudios se han dedicado recientemente a analizar los más variados aspectos relacionados con las personas con discapacidad, no tanto en el ámbito clínico sino desde perspectivas más amplias, tales como el estudio acerca de las habilidades sociales de estas personas,⁽³⁾ los factores que inciden en el éxito o el fracaso de emprendimientos realizados por personas con discapacidad,⁽⁴⁾ las consecuencias positivas y negativas del empleo de las redes sociales por parte de personas con discapacidad y la necesidad de la inclusión digital de dichas personas,⁽⁵⁾ la incidencia de las trabajadoras sociales y la cooperación público-privada para atender a personas discapacitadas aprovechando incluso la llamada intervención digital,⁽⁶⁾ el aprovechamiento del arte para desarrollar terapias que contribuyan a la salud mental y emocional de los discapacitados,⁽⁷⁾ la humanización de los centros de atención a personas con discapacidad mediante su transformación de instituciones en hogares, con la participación de todos los implicados.⁽⁸⁾

La Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL) ha subrayado el indispensable potencial del desarrollo local y el aprovechamiento de los recursos y espacios que allí existen, para atender e implementar acciones que favorezcan la mejora de la atención a las personas con discapacidad. Proponiendo una guía de buenas prácticas en esta dirección, ha planteado que "el desarrollo local inclusivo promueve abordajes de doble vía para la discapacidad, complementando medidas universales a favor de la inclusión, con ajustes, apoyos y herramientas que atiendan a las necesidades específicas para que las soluciones sean integrales y continuas".⁽⁹⁾

Es por ello que la salud comunitaria integral también forma parte de los espacios y las vías para favorecer e implementar las acciones que se dirijan al trato y el cuidado cada vez más humano de las personas con discapacidad.

Esto se conecta directamente con los nuevos enfoques acerca de la atención a la discapacidad promovidos por la OMS, que destacan la relevancia del desarrollo inclusivo basado en la comunidad y la propia salud inclusiva.

A tono con ello, la Organización Panamericana de la Salud (OPS) ha expresado: "Hoy en día, se entiende que la discapacidad surge de la interacción entre el estado de salud o la deficiencia de una persona y la multitud de factores que influyen en su entorno".⁽¹⁰⁾

En el Ecuador actualmente existen 480 776 personas discapacitadas, según el Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades.⁽¹¹⁾

En este contexto, existen un conjunto de terapias alternativas que pueden contribuir a la mejora del cuidado de las personas con discapacidad, incidiendo tanto sobre dichas personas como sobre aquellas que cuidan a los discapacitados.

De esto no deben ser excluidas las instituciones educativas, en particular las universidades, las que tienen como parte de su encargo social y en su vinculación con la sociedad la encomienda de atender y promover la igualdad de oportunidades para las personas con discapacidad.

De aquí que la Universidad Regional Autónoma de los Andes en el Ecuador ha venido realizando un conjunto de acciones con las autoridades de la municipalidad de Ambato para atender a las personas discapacitadas y a sus cuidadores en centros comunitarios dedicados a la atención a este tipo de individuos, en particular, en las comunidades del Peral 1 y 2 de dicha localidad.

En estos dos centros se encontraban en el año 2022 un total de 125 discapacitados acompañados de sus familiares cuidadores. Estos últimos mostraban síntomas de altos niveles de estrés por el grado de dependencia de sus familiares discapacitados hacia ellos y la tensión que esto genera, a la vez que desconocían en gran parte las potencialidades de emplear terapias alternativas, no farmacológicas, para atenderse y cuidarse a sí mismos y de este modo atender de mejor manera a sus familiares discapacitados.

De aquí que el problema científico del presente estudio reside en cómo mejorar los cuidados de las personas con discapacidad en los centros del Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato, Ecuador.

Ante ello, esta investigación se ha planteado como objetivo de desarrollar terapias alternativas para mitigar los niveles de estrés en los cuidadores de los centros del Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato, Ecuador.

MÉTODOS

La investigación fue de tipo cualitativo y de campo, al insertarse en un contexto comunitario dado e indagar sobre aspectos emocionales y psicológicos asociados a la disminución de los niveles de estrés en personas discapacitadas y sus cuidadores.

Se emplearon los métodos teóricos analítico-sintético, para examinar y valorar la bibliografía existente sobre el tema, así como el inductivo-deductivo, para extraer las experiencias y buenas prácticas del empleo de las terapias alternativas realizadas en otras investigaciones y contextos.

Junto a ello, se utilizaron diversos métodos empíricos. Entre ellos el de revisión bibliográfica, con la finalidad de determinar los principales estudios que han abordado este tema.

Se utilizó además la encuesta, a través de la aplicación de tres cuestionarios con las siguientes finalidades y características:

- cuestionario a cuidadores de personas con discapacidad con el objetivo de conocer los síntomas de estrés más frecuentes que presentan los mismos.
- cuestionario a cuidadores de personas con discapacidad con la finalidad de determinar su nivel de conocimiento acerca de las terapias alternativas para disminuir el estrés.
- cuestionario a los cuidadores de personas con discapacidad sobre su nivel de satisfacción respecto a las actividades realizadas.

La población y la muestra de los implicados en la investigación fueron los 125 cuidadores de las personas discapacitadas de los centros inclusivos de discapacidades Peral 1 y Peral 2 en el municipio de Ambato, provincia de Tungurahua, Ecuador. Utilizando para ello una selección de la muestra ocho técnicos que en ambos centros atienden a los discapacitados.

Vale destacar que las personas discapacitadas eran niños en los que predominaba la discapacidad de tipo física, por cuyas características se encontraban acompañados en todos los casos por sus correspondientes padres o familiares cuidadores. Teniendo de ellos su consentimiento informado.

Para la aplicación de las encuestas de los síntomas y nivel de conocimiento de las terapias alternativas; la implementación de los talleres participativos y de capacitación a personas discapacitadas, sus cuidadores y el personal técnico de los centros; así como la encuesta de satisfacción de las acciones realizadas, se contó con la participación de 38 estudiantes del décimo semestre de la carrera de Medicina de la UNIANDES asociados al proyecto de vinculación con la comunidad de dicha institución universitaria con la municipalidad de Ambato, durante los meses de Mayo a Octubre del año 2022.

RESULTADOS

Los resultados de la investigación partieron de determinar a través de un cuestionario los síntomas de estrés más frecuentes que presentan estos cuidadores de personas con discapacidad.

Los síntomas sobre los que se indagó su presencia en los cuidadores fueron los siguientes:

- Dolor de cabeza
- Cansancio
- Dolor de espalda y de pecho
- Mucho sueño
- Pesadillas
- Dificultad para dormir
- Preocupaciones
- Dificultad para recordar
- Miedo
- Necesidad de consumir tabaco
- Problemas familiares
- Diarrea
- Estreñimiento
- Cuello o mandíbula rígidos
- Irritabilidad
- Malestar estomacal
- Dificultad para la concentración

La escala empleada para conocer la presencia de estos síntomas fue: Siempre, A veces, Nunca.

Los resultados más relevantes de dicha encuesta fueron los siguientes:

- Todos los síntomas fueron declarados que fueron experimentados con la frecuencia de "A veces".
- Junto a ello, los síntomas que fueron reconocidos que se experimentaban con la frecuencia de "Siempre" fueron las pesadillas, la dificultad para dormir, las preocupaciones, el estreñimiento, el malestar estomacal y el cansancio.

A lo anterior se une los resultados del cuestionario referido al nivel de conocimiento de los cuidadores sobre varias terapias alternativas para reducir el estrés.

Las terapias alternativas seleccionadas fueron:

- la aromaterapia: con ella se hace uso de las diferentes propiedades de las plantas con el objetivo de relajación.
- la musicoterapia: se incluyen diferentes sonidos y melodías para armonizar el entorno.
- algunas técnicas guiadas de relajación: se busca una homeostasis entre la mente, el cuerpo y el entorno; tales como tensar y relajar, técnicas de meditación y de respiración profunda.

Los resultados obtenidos por cada uno de los centros se muestran en la tabla 1:

- el 89,5 % conoce poco o nada a la lavanda como planta para disminuir el estrés.
- el 92 % conoce poco o nada al árbol del té como planta para disminuir el estrés.
- el 71 % conoce poco o nada al geranio como planta para disminuir el estrés.
- el 93 % conoce poco o nada a la citronela como planta para disminuir el estrés.

Tabla 1: Grado de conocimiento de los cuidadores acerca de las plantas para disminuir el estrés.

PLANTAS	GRADO	PERAL 1 %	PERAL 2 %	TOTAL PROMEDIO
Lavanda	Mucho	6	15	10,5
	Poco	28	49	38,5
	Nada	66	36	51
Árbol de té	Mucho	3	13	8
	Poco	16	56	36
	Nada	81	31	56
Geranio	Mucho	3	55	29
	Poco	22	27	24,5
	Nada	75	18	46,5
Citronela	Mucho	3	11	7
	Poco	13	33	23
	Nada	84	56	70

Fuente: cuestionario

En la tabla 2 se muestra que la mayoría de los encuestados (61,2 %) declaran que conocen acerca del uso de la musicoterapia para reducir el estrés.

No obstante, al intercambiar con ellos acerca de si utilizaban en su quehacer la musicoterapia para enfrentar el estrés que le generaba la labor de cuidar a sus familiares discapacitados, los mismos declararon en su amplia mayoría que no lo hacían y que no sabían cómo hacerlo.

Tabla 2: Conocimiento por los cuidadores sobre el uso de la musicoterapia para disminuir el estrés.

CONOCIMIENTO	PERAL 1 %	PERAL 2 %	TOTAL PROMEDIO
Sí	66	56,4	61,2
No	34	43,6	38,8

Fuente: cuestionario

En la tabla 3 se muestra que la mayoría de los encuestados (66,3 %) declaran que conocen alguna técnica de relajación para reducir el estrés.

Pese a ello, al indagar con los mismos si efectivamente utilizaban alguna de esas técnicas, estos declararon mayoritariamente que no lo hacían y que no sabían cómo hacerlo.

Tabla 3: Conocimiento por los cuidadores sobre alguna técnica de relajación para disminuir el estrés.

CONOCIMIENTO	PERAL 1 %	PERAL 2 %	TOTAL PROMEDIO
Sí	87	45,5	66,3
No	13	54,5	33,7

Fuente: cuestionario

Como resultado de todo lo anterior se constató la presencia de diversos síntomas asociados al estrés en los cuidadores de las personas con discapacidad de los centros del Peral 1 y 2, a la vez que un alto desconocimiento real del uso de terapias alternativas para disminuir estos frecuentes niveles de estrés.

A partir de los resultados previos se propuso la realización de una serie de talleres de participación, capacitación e implementación que permitieran dar a conocer las características y propiedades de las plantas de lavanda, del árbol del té, el geranio y la citronela para reducir el estrés; las potencialidades de la musicoterapia para lograr tales fines; diversas técnicas de relajación; todo ello unido a capacitar y mostrar el empleo de esas plantas, terapias musicales y diversas técnicas de relajación que contribuyen a disminuir el estrés en las personas discapacitadas y sus cuidadores.

En dichos talleres y actividades se involucraron tanto las personas discapacitadas, sus cuidadores, como el personal técnico que los atendía en los centros referidos.

Se efectuaron los siguientes talleres y actividades:

- Taller de socialización de las características de las plantas de lavanda, del árbol del té, el geranio y la citronela y sus potencialidades para reducir el estrés. Esta actividad se acompañó de demostraciones prácticas de cómo preparar dichas plantas, emplear adecuadamente los aceites esenciales disponibles de cada una de ellas y su aplicación con humidificadores que difunden sus aromas y crean un ambiente relajado y propicio para disminuir el estrés.

- Taller de socialización de las características de la musicoterapia y sus potencialidades para reducir el estrés. Se seleccionaron diferentes tipos de melodías que combinaban en distintos momentos y según los estados de ánimo de las personas discapacitadas y sus cuidadores músicas tanto instrumentales suaves como otras más animadas y alegres, junto a sonidos de la naturaleza, que promovían la escucha y el disfrute de las mismas, ayudando a que dichas personas puedan relajarse y aumentar su concentración en tareas que se les encomendaban, mientras que en otros momentos se propició el baile grupal.
- Taller de socialización de algunas técnicas de relajación para reducir el estrés. En este caso se dieron a conocer técnicas como la de tensar y relajar, técnicas de meditación y de respiración profunda. Las mismas se implementaron con los cuidadores y las personas discapacitadas para que experimentaran su efecto positivo.

Así mismo, en algunos momentos en un mismo taller se combinaron de manera simultánea diversas técnicas de terapias alternativas, donde a la vez que se creaba un ambiente apropiado con los humidificadores, se colocaban músicas relajantes y se ejecutaban algunas de las técnicas indicadas para disminuir el estrés, constatándose tanto mediante los comportamientos como a través de las expresiones y criterios de las personas discapacitadas presentes y de sus cuidadores los resultados positivos en la disminución del estrés.

Un video que capta la realización de estos talleres puede visualizarse en el siguiente link de internet: https://youtu.be/Y6CcGjw_Tfo

El empleo combinado de estas terapias alternativas mostró los diversos beneficios que las mismas aportaban, entre los que se destacaron:

- el alivio de las tensiones del quehacer diario.
- la ayuda a recobrar y mantener el balance emocional y físico.
- el complemento para tratar diversos problemas emocionales y problemas prácticos.
- la ayuda a la prevención del desarrollo de enfermedades físicas y/o su alivio cuando ya estaban presentes.

Estas acciones de salud comunitaria integral a partir del empleo de terapias alternativas trascendieron el momento de los talleres realizados en los centros de atención a discapacitados, ya que además los cuidadores las ejercitaban y trasladaban a los espacios y momentos de sus hogares, a la vez que el personal técnico a cargo del acompañamiento y cuidado en estos centros se capacitaban en ellas y se apropiaban de sus maneras de ser aplicadas sistemáticamente en la vida diaria de dichos centros.

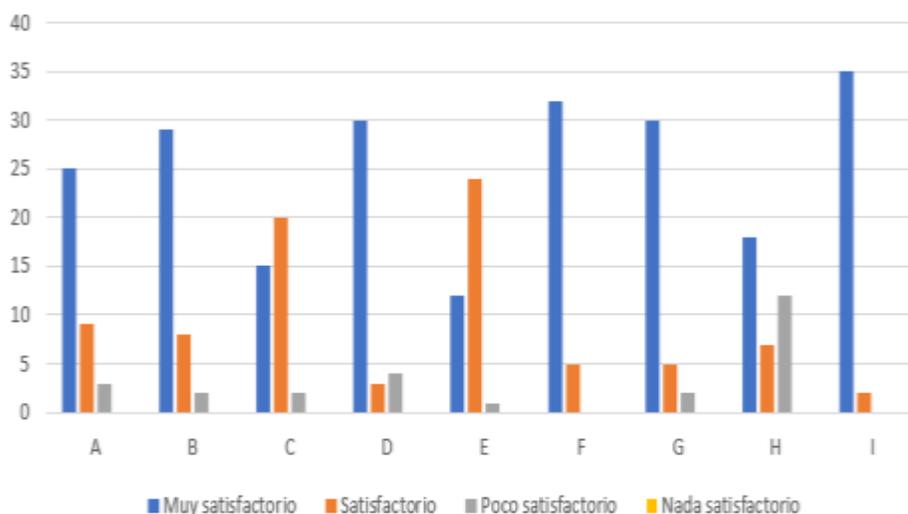
Finalmente, se aplicó un cuestionario a 39 de los cuidadores de ambos centros sobre su nivel de satisfacción respecto a las actividades realizadas en la investigación a través de la ejecución del proyecto de vinculación asociado a la misma.

El cuestionario indagó sobre las siguientes cuestiones:

- A. Cuál es su valoración con respecto al proyecto de vinculación con la sociedad que desarrolló UNIANDES en su centro de atención a discapacitados.
- B. Cómo valoraría la calidad de los talleres y actividades realizadas.
- C. Cómo apreciaría que se han cumplido con sus expectativas en cuanto a los talleres y actividades realizadas.
- D. Considera Ud. que los talleres y actividades ejecutadas han aportado a mejorar su calidad de vida y/o al desarrollo local.
- E. Considera que los talleres y actividades realizadas permitieron un acercamiento de la universidad con su comunidad.

- F. Cómo valoraría el cumplimiento del cronograma y los horarios de los talleres y actividades realizadas.
- G. Cómo apreciaría la honestidad, equidad y responsabilidad con la que actuaron los docentes y estudiantes encargados de implementar los talleres y actividades realizadas.
- H. Cómo calificaría Ud. la disciplina de los docentes y estudiantes encargados de implementar los talleres y actividades realizadas.
- I. Qué apreciación Ud. tiene acerca de las habilidades y actitudes de los docentes y estudiantes en el desarrollo de los talleres y actividades realizadas.

Acerca de ello, los resultados se representan en el gráfico 1:



Fuente: cuestionario

Gráf. 1 Nivel de satisfacción de los cuidadores sobre las actividades realizadas.

Lo anterior muestra un criterio predominante favorable acerca de la calidad y satisfacción de las actividades realizadas en la investigación y en la implementación de sus resultados.

Otro resultado práctico alcanzado durante la investigación fue el referido a que los estudiantes de Medicina involucrados pudieron adquirir habilidades de comunicación, en tanto adecuaron el contenido de las actividades realizadas con los discapacitados y sus cuidadores a un lenguaje comprensible para los mismos.

Así mismo, durante los talleres efectuados se pudo demostrar por los estudiantes participantes la adquisición de competencias profesionales para la promoción de la salud y la prevención de enfermedades.

DISCUSIÓN

Los resultados anteriores están en plena correspondencia y se alinean con las directrices emanadas por la Organización Panamericana de la Salud, contenidas en la *Estrategia y Plan de Acción sobre la Promoción de la Salud en el Contexto de los Objetivos de Desarrollo Sostenible*,⁽¹²⁾ donde se refiere que el enfoque de atención a la salud “no ha incorporado de manera adecuada un enfoque de promoción de la salud basado en la comunidad” y que incluya entre otros a personas discapacitadas, haciendo un llamado a “promover la investigación que se centre en enfoques multisectoriales de la promoción de la salud”, parte de lo cual es precisamente la salud comunitaria integral, haciendo un llamado a tomar en consideración entre sus actividades las referidas a “actualizar, elaborar y difundir guías y materiales de capacitación para orientar la incorporación de actividades de promoción de la salud en la prestación de servicios en el contexto de la atención primaria de salud” que considere el accionar de las universidades y centros colaboradores, entre otros actores relevantes.

A tono con los resultados de la presente investigación, un estudio realizado en Cuenca, Ecuador, enfatiza en la necesidad de desarrollar programas sociales que atiendan y promuevan la calidad de vida relacionada con la salud en personas con discapacidad física, tomando en consideración variados dominios o planos, tales como el físico, el psicológico, el de las relaciones sociales y el del ambiente, todo lo cual repercutiría tanto en las políticas públicas, como en la práctica clínica y la investigación.⁽¹³⁾

Una investigación efectuada en un centro de atención a adultos en Trujillo, Perú, establece claramente la relación recíproca favorable entre los adultos mayores que practican algunas terapias alternativas y la elevación de su autoestima,⁽¹⁴⁾ con lo cual concordamos.

Una experiencia en el empleo de las terapias alternativas en el Ecuador da cuenta de los beneficios de su uso en personas con discapacidad, también en centros de atención a este tipo de individuos, enfatizando en este caso en la utilización de las terapias alternativas de canoterapia, equinoterapia y terapia multisensorial,⁽¹⁵⁾ lo que muestra el amplio espectro que incluyen las terapias alternativas a ser aprovechadas para el cuidado de estas personas.

Así mismo, se coincide con una investigación llevada a efecto también en el Ecuador, que caracteriza los efectos negativos del estrés en los cuidadores de personas con discapacidad y sus repercusiones en lo emocional, lo físico y lo psicológico en estos individuos.⁽¹⁶⁾

De igual manera, un estudio efectuado en Pará, Brasil, propone y constata las consecuencias positivas de capacitar a los equipos de cuidadores en un centro de atención de adultos mayores y su impacto favorable en el bienestar psicológico de tales adultos, evidenciado en la prevención o minimización de los sentimientos de miedo, inseguridad, abandono y ansiedad en ellos,⁽¹⁷⁾ en lo que coinciden varios de los síntomas del estrés que fueron detectados y atendidos en la presente investigación.

CONCLUSIONES

Los cuidadores de las personas con discapacidad están sometidas a un alto grado de estrés como resultado de la frecuencia e intensidad de su labor al cuidar a sus familiares discapacitados. Las terapias alternativas poseen un invaluable potencial para complementar y apoyar en la mejora de la atención a las personas con discapacidad y a sus cuidadores. La investigación demostró que se logró fortalecer el cuidado de personas con discapacidad mediante el empleo de terapias alternativas reduciendo los niveles de estrés en los cuidadores de los centros del Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato, Ecuador, propiciando en ellos la mejora de su estado de relajación física, mental y emocional. Los talleres realizados en el marco de la investigación y de su proyecto de vinculación con la sociedad asociado contribuyó a la salud comunitaria integral en el contexto de los centros inclusivos de discapacidades Peral 1 y 2 de la municipalidad de Ambato, mostrando la validez de la educación para la salud y su contribución a la prevención y promoción de la salud en una comunidad. Por otro lado, más allá de las sesiones y encuentros realizados en los centros comunitarios referidos, las personas con discapacidad y sus cuidadores pudieron trasladar a sus espacios de vida las técnicas socializadas, permitiéndoles aplicarlas de manera sistemática para lograr disminuir los niveles de estrés y de esta forma mejorar su estado de salud.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. ONU. Estrategia de las Naciones Unidas para la inclusión de la discapacidad [Internet]. Washington DC (Estados Unidos de América): Organización de las Naciones Unidas; 2019 [citado 30/01/2024]. Disponible en: https://www.un.org/es/content/disabilitystrategy/assets/documentation/UN_Disability_Inclusion_Strategy_spanish.pdf
2. OMS. Informe mundial sobre la discapacidad. Resumen [Internet]. Ginebra (Suiza): Organización Mundial de la Salud; 2011 [Citado 12/02/2024]. Disponible en: <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789241564182>
3. Indio do Brasil MM, Quiterio PL, Romera VB. Habilidades sociais e pessoas com deficiência: panorama das pesquisas brasileiras. Psicologia Escolar e Educacional [Internet]. 2024 [Citado 01/03/2024]; 28: 1-8. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.1590/2175-35392024-246235>
4. López HD, Pérez AP, García V. Identification of factors that influence the entrepreneurial intention of people with disabilities: A systematic literature review. Sociología y Tecnociencia [Internet]. 2024 [citado 04/03/2024]; 14(1): 15-42. Disponible en: <https://doi.org/10.24197/st.1.2024.15-42>
5. Gomez S, Ribera J, Hernández J. Redes sociales y discapacidad: una descripción sobre las consecuencias positivas y negativas de su encuentro. Encuentros. Revista de Ciencias Humanas, Teoría Social y Pensamiento Crítico [Internet]. 2023 [Citado 19/02/2024]; (19): 24-35. Disponible en: <https://www.encuentros.unermb.web.ve/index.php/encuentros/article/download/633/439>

6. Molina M. Trabajo social en organizaciones sin ánimo de lucro de personas con discapacidad física y orgánica: funciones, cooperación con la administración pública y trabajo social digital. Alternativas. Cuaderno de Trabajo Social [Internet]. 2024 [citado 27/01/2024]; 31(1): 127-161. Disponible en: https://rua.ua.es/dspace/bitstream/10045/139935/1/Alternativas_2024_31-1_06.pdf
7. Gil M, Rey N, Moreno A, Claver MD, Casla A. Estrategias artísticas para la promoción de la salud comunitaria con jóvenes adolescentes en situación de vulnerabilidad: caso del Universo ReiaManí. Arteterapia. Papeles de Arteterapia y educación para la inclusión social [Internet]. 2023 [Citado 10/01/2024]; 18: 1-12. Disponible en: <https://www.cultureforhealth.eu/app/uploads/projects/5495/Articulo.pdf>
8. Cervera A. Transformando el centro de personas con discapacidad intelectual Compostilla en un hogar: un proyecto de humanización. Revista Española de Discapacidad [Internet]. 2023 [Citado 21/02/2024]; 11(2): 175-184. Disponible en: <https://www.cedid.es/redis/index.php/redis/article/view/992>
9. Alvarado H, Meresman S. Camino al desarrollo local inclusivo [Internet]. Santiago (Chile): Comisión Económica para América Latina y el Caribe; 2021 [citado 24/01/2024]. Disponible en: <https://repositorio.cepal.org/server/api/core/bitstreams/ae01cd3c-ba30-4cef-ab60-ff6322a86106/content>
10. Organización Panamericana de la Salud. Discapacidad [Internet]. Washington DC: Oficina Regional para las Américas de la Organización Mundial de la Salud; s/a [citado 04/02/2024]. Disponible en: <https://www.paho.org/es/temas/discapacidad>
11. CONADIS. Estadísticas de discapacidad [Internet]. Quito: Consejo Nacional para la Igualdad de Discapacidades; [actualizado Septiembre 2023; citado 29/02/2024]. Disponible en: <https://www.consejodiscapacidades.gob.ec/estadisticas-de-discapacidad/>
12. OPS. Estrategia y plan de acción sobre la promoción de la salud en el contexto de los Objetivos de Desarrollo Sostenible 2019-2030 [Internet]. Washington DC (Estados Unidos de América): Organización Panamericana de la Salud; 2022 [citado 20/02/2024]. Disponible en: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/55950/OPSFPLIM220006_spa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
13. Lima S, Blanco V, Torres AJ, Guisande A, Vázquez FL. Health-related quality of life and associated variables in people with physical disabilities. Revista Iberoamericana de Psicología y Salud [Internet]. 2024 [citado 10/03/2024]; 15(1): 1-11. Disponible en: <https://doi.org/10.23923/j.rips.2024.01.070>
14. Lagos AC, Oliva BM. Práctica de terapias alternativas y su relación con el nivel de autoestima, adultos mayores. Centro de Medicina Complementaria EsSalud Trujillo 2022 [Tesis]. Trujillo (Perú): Universidad Privada Antenor Orrego; 2023 [Citado 22/01/2024]. Disponible en: https://repositorio.upao.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12759/10491/REP_ANGIE.LAGOS_B.ETTY.OLIVA_TERAPIAS.ALTERNATIVAS.pdf;jsessionid=7AF89D59F75D15804D2A16AD96C6618F?sequence=1

-
15. Poveda MA. Terapias alternativas para personas con discapacidad en Ecuador [Tesis]. Quito (Ecuador): Universidad de Las Américas; 2020 [citado 04/02/2024]. Disponible en: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/12434/4/UDLA-EC-TPE-2020-28.pdf>
16. Cruz BL, Pozo PS. Síndrome de burnout en cuidadores de personas con discapacidad pertenecientes al programa Joaquín Gallegos Lara distrito Salinas 24D02, 2023 [Tesis]. La Libertad (Ecuador): Universidad Estatal Península de Santa Elena; 2024 [Citado 04/03/2024]. Disponible en: <https://repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/10634/1/UPSE-TGS-2024-0015.pdf>
17. Santos VA, Silva AJ, Ribeiro P, da Silva BS, Cordeiro Y, Maia M, et al. Implementação de terapias alternativas como estratégia de promoção à saúde em um lar de idosos: um relato de experiência. Research, Society and Development [Internet]. 2023 [citado 06/02/2024]; 12(2): e14912240125. Disponible en: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v12i2.40125>