

Construyendo procesos recreativos durante la pandemia del covid-19:
Adaptación de la intervención a la modalidad semipresencial en el Área PAE Contigo de la
Clínica Imbanaco

Andrés Felipe Núñez Ramírez
Laura Viviana Valencia Gaviria

Universidad del Valle
Facultad de Educación y Pedagogía
Programa Académico de Recreación
Santiago de Cali, agosto de 2022

**Construyendo procesos recreativos durante la pandemia del covid-19:
Adaptación de la intervención a la modalidad semipresencial en el Área PAE Contigo de
la Clínica Imbanaco**

Andrés Felipe Núñez Ramírez
Laura Viviana Valencia Gaviria

Universidad del Valle
Facultad de Educación y Pedagogía
Programa Académico de Recreación
Trabajo presentado para optar por el título de:
Profesional en Recreación
Directora
Mag. Magda Alejandra Peña
Santiago de Cali, agosto de 2022

Resumen

El siguiente trabajo de grado es el resultado de una reflexión que busca comprender cómo fue el proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto de práctica profesional *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco (Cali), mediado por la *recreación dirigida*, durante el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19. Este proyecto de práctica fue realizado por practicantes del Programa Académico de Recreación de la Universidad del Valle en el periodo de junio-noviembre de 2020 en el Plan de Asistencia al Empleado (PAE) de la Clínica Imbanaco.

A partir de una aproximación etnográfica del proceso de planificación del proyecto de práctica profesional mediado por la recreación dirigida (Mesa, 2004) en un contexto pandémico, se exponen el impacto y los cambios que se vivenciaron en cada una de las etapas de la planificación (diagnostico, formulación, ejecución, evaluación y ajuste), haciendo énfasis en la necesidad de adaptar las líneas de acción del Área PAE Contigo a una modalidad de intervención semipresencial limitada por las medidas de distanciamiento, utilizando herramientas digitales y buscando estrategias para minimizar el contagio pandémico. Adicionalmente, se realiza una descripción de cómo mediante la metodología de intervención SAR se estructuró un proceso de recreación dirigida que permitió generar espacios de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral, relacionados con temáticas que buscaban mitigar los riesgos psicosociales, los cuales se incrementaron con la llegada de la pandemia.

Palabras clave: Recreación dirigida, proceso de planificación, modalidad semipresencial, medidas de distanciamiento.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN 10

CAPÍTULO 1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA 11

1.1 ORIGEN DEL TEMA DE INVESTIGACIÓN	11
1.1.1. ¿Qué es el Área PAE Contigo?	12
1.1.2. Diagnóstico realizado en el marco de la práctica profesional	12
1.2 JUSTIFICACIÓN	17
1.3 FORMULACIÓN	18
1.4 OBJETIVOS.....	19
1.4.1 Objetivo general	19
1.4.2 Objetivos específicos	19

CAPÍTULO 2. MARCO CONTEXTUAL 20

2.1. CARACTERIZACIÓN GEOGRÁFICA	20
2.2 HISTORIA DE LA CLÍNICA IMBANACO	21
2.3 CARACTERIZACIÓN DE LA POBLACIÓN.....	22
2.4 MIRADA CONTEXTUAL	23

CAPÍTULO 3. ANTECEDENTES 25

3.1 EL DISTANCIAMIENTO PRODUCIDO POR LA PANDEMIA DEL COVID-19 EN COLOMBIA	25
3.2 LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL EN COLOMBIA	27
3.3 RECREACIÓN Y NUEVAS MODALIDADES DE INTERVENCIÓN	29

CAPÍTULO 4. METODOLOGÍA 33

4.1 FUNDAMENTACIÓN METODOLÓGICA.....	33
4.2 MÉTODO DE INVESTIGACIÓN	34
4.3 METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN DEL PROYECTO DE PRÁCTICA.....	34
4.4 DESCRIPCIÓN DE ACTIVIDADES PARA LA RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN	36
4.4.1 Técnicas.....	36
4.4.2 Instrumentos	36
4.5 PROCEDIMIENTO.....	39
4.6 LIMITACIONES	40

CAPÍTULO 5. MARCO DE ANÁLISIS CONCEPTUAL 41

CATEGORÍA 1. DE LA PRESENCIALIDAD A LA SEMIPRESENCIALIDAD	41
1.1 Distanciamiento producido por la pandemia del covid-19.....	41
1.2 Modalidad semipresencial.....	45
CATEGORÍA 2. PROCESO DE PLANIFICACIÓN, AJUSTADO A LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL	50
2.1 Planificación.....	50
Acción #1. Construir la versión inicial del instructivo de trabajo e intervención.....	56
Acción #2. Definir el objetivo anual y las temáticas a trabajar mes a mes con su respectivo objetivo	57

Acción #3. Categorizar las estrategias recreativas para cumplir el objetivo general planteado	60
Acción #4. Evaluar y ajustar las estrategias recreativas encontradas	60
Acción #5. Presentar propuesta al equipo de trabajo relacionado con el Área PAE Contigo.....	61
Acción #6. Implementar la propuesta con los colaboradores de la Clínica Imbanaco .	61
Acción #7. Evaluar y ajustar la propuesta con sugerencias de los participantes	65
Acción #8. Entregar la propuesta final	70
CATEGORÍA 3. PROCESO DE RECREACIÓN DIRIGIDA, AJUSTADA A LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL	74
3.1 <i>Recreación</i>	75
Aciertos.....	80
Desaciertos:.....	86
Consideraciones futuras a partir del proceso realizado.....	86
6. CONCLUSIONES	87
6.1 CARACTERIZAR LAS ETAPAS DE LA PLANIFICACIÓN, AJUSTADAS A LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL, DEL PROYECTO <i>CONSTRUCCIÓN METODOLÓGICA DE LA EXPERIENCIA RECREATIVA DEL ÁREA PAE CONTIGO</i> DE LA CLÍNICA IMBANACO	87
6.2 DESCRIBIR EL PROCESO DE RECREACIÓN DIRIGIDA, AJUSTADA A LA MODALIDAD SEMIPRESENCIAL, DEL PROYECTO <i>CONSTRUCCIÓN METODOLÓGICA DE LA EXPERIENCIA RECREATIVA DEL ÁREA PAE CONTIGO</i> DE LA CLÍNICA IMBANACO	88
BIBLIOGRAFÍA	91
ANEXOS	96

Índice de figuras

<i>Figura 1. Elaboración propia sobre las áreas que conforman el PAE.</i>	<i>11</i>
<i>Figura 2. Ubicación de las sedes de la Clínica Imbanaco.</i>	<i>21</i>
<i>Figura 3. Elaboración propia sobre el procedimiento para la metodología de trabajo de grado.</i>	<i>39</i>
<i>Figura 4. Intervención presencial de la temática cuidado emocional llamada “Pintura emocional”, en el área de Quimioterapia.</i>	<i>47</i>
<i>Figura 5. Conferencia de la temática estrés titulada “Una mirada diferente del estrés”, en la aplicación Google Meet.</i>	<i>48</i>
<i>Figura 6. Contenido de la temática estrés titulado “¿Qué siento al escuchar el ritmo?”, en la red social Instagram oficial del PAE.</i>	<i>48</i>
<i>Figura 7. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 1 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>57</i>
<i>Figura 8. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 2 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>58</i>
<i>Figura 9. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 3 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>58</i>
<i>Figura 10. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 4 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>59</i>
<i>Figura 11. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 5 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>59</i>
<i>Figura 12. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 6 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.</i>	<i>60</i>
<i>Figura 13. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 1.</i>	<i>65</i>
<i>Figura 14. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 2.</i>	<i>65</i>
<i>Figura 15. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 3.</i>	<i>66</i>
<i>Figura 16. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 4.</i>	<i>66</i>
<i>Figura 17. Elaboración propia sobre el balance final de las encuestas de satisfacción del Vagón del Saber.</i>	<i>67</i>
<i>Figura 18. Elaboración propia sobre el balance final de las encuestas de satisfacción del Vagón para Todos.</i>	<i>68</i>
<i>Figura 19. Elaboración propia sobre el promedio de respuestas de la pregunta 5 que se realizó como evaluación final de Vagón Brigada PAE en el área de Quimioterapia.</i>	<i>68</i>
<i>Figura 20. Elaboración propia sobre el promedio de respuestas de la pregunta 5 que se realizó como evaluación final de Vagón Brigada PAE en el área de Quimioterapia.</i>	<i>69</i>
<i>Figura 21. Elaboración propia sobre la comparación estética del diseño del contenido digital antes y después del cambio de propietario de la entidad.</i>	<i>74</i>

Figura 22. Contenido de la temática <i>Relación con mi trabajo y con mis compañeros</i> , titulado “¿Por qué son importantes mis funciones laborales?”, en la red social Instagram oficial del PAE.	77
Figura 23. Conferencia de la temática <i>Relación con mi trabajo y con mis compañeros</i> , titulada “Pareja, familia y amigos también necesitan reconocimiento”, en la plataforma Google Meet.	78
Figura 24. Intervención presencial de la temática <i>Relación con mi trabajo y con mis compañeros</i> , titulada “Trabajando en mis vínculos laborales”, en el área de Quimioterapia.	78
Figura 25. Campaña presencial de la temática <i>Relación con mi trabajo y con mis compañeros</i> , titulada “Relación con mi trabajo y con mis compañeros”.	79
Figura 26. Intervención presencial de la temática <i>Cuidado emocional</i> , llamada “Aceptación de la emoción” en el área de Quimioterapia.	82
Figura 27. Intervención virtual de la temática <i>ansiedad</i> titulada “Liberando mi ansiedad a través de mis manos”, en la aplicación Google Meet.	83
Figura 28. Intervención virtual de la temática <i>Cuidado físico</i> titulada “Higiene y Entrenamiento Postural”, en la aplicación Google Meet.	84
Figura 29. Intervención presencial de la temática <i>Cuidado físico</i> titulada “Relájate aquí y ahora” en el área de Quimioterapia.	85

Índice de tablas

<i>Tabla 1. Elaboración propia sobre la adaptación del Tren de Bienestar a la modalidad semipresencial debido a la pandemia del covid-19.</i>	<i>16</i>
<i>Tabla 2. Elaboración propia sobre el diseño de las encuestas realizadas en cada uno de los vagones del Tren de Bienestar.</i>	<i>38</i>
<i>Tabla 3. Elaboración propia sobre los objetivos e indicadores que se plantearon para el proyecto de práctica.</i>	<i>53</i>
<i>Tabla 4. Elaboración propia sobre las acciones que se formularon para el proyecto de práctica.</i>	<i>54</i>
<i>Tabla 5. Elaboración propia sobre el cronograma de la implementación de las temáticas del proyecto de práctica.</i>	<i>61</i>
<i>Tabla 6. Elaboración propia sobre la cobertura lograda en las intervenciones del proyecto de práctica.</i>	<i>63</i>
<i>Tabla 7. Elaboración propia sobre los resultados de cada indicador planteado para los objetivos del proyecto de práctica.</i>	<i>70</i>

Agradecimientos

A Dios por darme la oportunidad de vivir este proceso académico y personal, además de darme las fuerzas para seguir adelante. A mi madre y mi hermano por ser un apoyo incondicional, a mi abuela por creer en mí, a mi tutora Magda por guiarme en la práctica profesional y en la escritura de este trabajo de grado; y a mi compañera Laura Valencia por recorrerlo junto a mí.

Andrés Felipe Núñez Ramírez

Agradezco a Dios por haberme dado vida, salud y guiarme cada día, porque en los momentos más difíciles, fue quien me brindo paz y tranquilidad para culminar esta etapa de mi vida.

A mi mamá, Carolina Gaviria quien siempre ha sido mi compañía incondicional, quien me ha impulsado a ser mejor cada día y me ha enseñado el valor de la responsabilidad y la disciplina.

A los demás miembros de mi familia (mi papá, mis abuelos, mis tíos y Rolando Vergara) que me han acompañado en los momentos especiales y en los momentos difíciles, y me han brindado sus enseñanzas y su amor.

A mi compañero de trabajo de grado Andrés Felipe Núñez con el cual compartí diferentes momentos dentro de esta etapa, quien me impulso cuando quería desistir y desde su comprensión siempre estuvo para mí.

A mi tutora de trabajo de grado Magda Peña por brindarme su conocimiento, por la actitud que tuvo durante este proceso y por su acompañamiento.

Al Programa Académico de Recreación por recibirme, acogerme, enseñarme el valor de la perseverancia y por las múltiples experiencias que vivencie junto a compañeros y profesores, las cuales se quedan como huellas memorables en mi corazón.

A la Universidad del Valle por abrirme sus puertas y por enseñarme a ver la vida de manera diferente, un poco más humana y un poco más real. ¡Univalle te llevo en mi corazón!

Laura Viviana Valencia Gaviria

Introducción

En el siguiente trabajo de grado se expondrá una reflexión de los hallazgos encontrados al realizar el proceso de planificación del proyecto de práctica profesional mediado por la recreación dirigida (Mesa, 2004), en un contexto pandémico en modalidad semipresencial. En estos hallazgos se resalta la importancia de la selección de la herramienta digital utilizada, el rol de gestor que se adquiere en las acciones que se realizan en la virtualidad, la necesidad de identificar cómo la herramienta digital que se utilice influye en las relaciones e interacciones que se dan en las intervenciones y la capacidad de realizar intervenciones presenciales teniendo en cuenta las medidas de distanciamiento producidas por la pandemia del covid-19. Por otra parte, se describe cómo, a partir de la metodología SAR o Secuencia de Actividad Recreativa (Mesa, 2009), se estructuró la metodología de trabajo e intervención del Área PAE Contigo¹, logrando generar espacios virtuales y presenciales de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral.

Este trabajo está estructurado en seis capítulos. En el primer capítulo se aborda la formulación del planteamiento del problema y su justificación, la pregunta orientadora, el objetivo general y los objetivos específicos. El segundo capítulo presenta el marco contextual, donde se caracteriza el centro de práctica profesional y la población objetivo del proyecto de práctica profesional. En el tercer capítulo se exponen los antecedentes que desarrollan los conceptos de distanciamiento, modalidad semipresencial y recreación desde una perspectiva general en Colombia, puntualizando en algunas experiencias similares a los intereses del trabajo de grado. En el cuarto capítulo se desarrolla la metodología de investigación que se basó en una aproximación etnográfica, en la cual se destaca la perspectiva de los practicantes de Recreación y de la población. En el quinto capítulo se plantea el marco de análisis conceptual, a partir de tres categorías de análisis con sus respectivos ejes temáticos, y la descripción de la vivencia del proceso de planificación del proyecto de práctica profesional. Por último, en el sexto capítulo se presentan las conclusiones que incluyen los hallazgos del proceso de planificación realizado.

¹ Los anexos 6 y 7 contienen, respectivamente, códigos QR y enlaces de acceso libre al instructivo de metodología de trabajo e intervención del Área PAE Contigo y al banco de estrategias recreativas.

Capítulo 1. Planteamiento del problema

Este trabajo de grado se enfoca en la experiencia de práctica vivenciada en el Plan de Asistencia al Empleado (PAE) de la Clínica Imbanaco de la ciudad de Cali, durante el periodo febrero 2020 - febrero 2021², específicamente en el proceso de planificación del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo*. Este capítulo aborda el origen del tema de investigación, contextualiza el espacio de práctica profesional, expone los hallazgos del diagnóstico situacional y, por último, presenta la formulación del planteamiento del problema, que contiene la justificación, la pregunta orientadora, el objetivo general y los objetivos específicos.

1.1 Origen del tema de investigación

En este apartado se realiza una descripción del Plan de Asistencia al Empleado, haciendo énfasis en el Área PAE Contigo y en el diagnóstico situacional que brindó la información necesaria para desarrollar el proyecto de práctica profesional, sobre el cual reflexiona este trabajo de grado.

En la Clínica Imbanaco opera el Plan de Asistencia al Empleado (PAE) que se encuentra dentro del Área de Bienestar desde el año 2003. Está conformado por 10 áreas de acción con sus respectivos objetivos y planes de trabajo, las cuales se muestran en la figura 1:

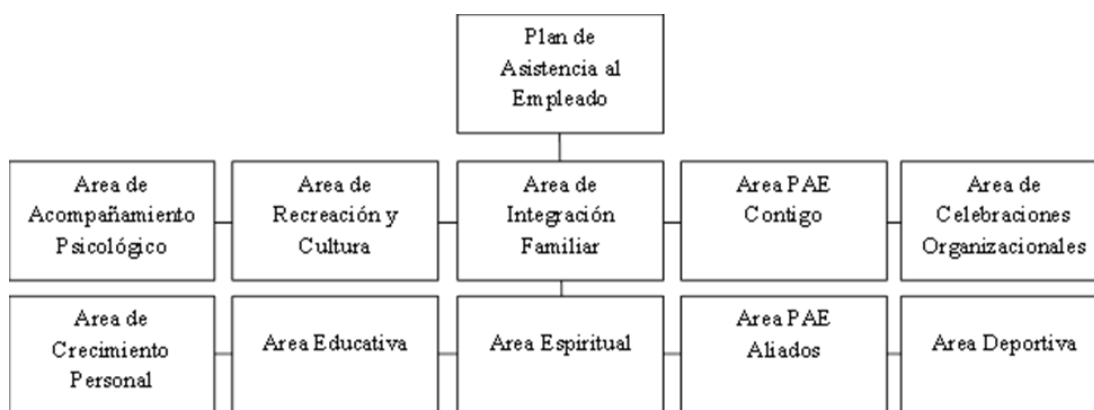


Figura 1. Elaboración propia sobre las áreas que conforman el PAE.

De acuerdo con las áreas que conforman el PAE, el objetivo de los practicantes de Recreación en este espacio de práctica profesional (cuya vinculación es anual) es contribuir al bienestar físico y emocional de los colaboradores³ y su círculo familiar primario, a través de

² Esta fecha corresponde al período de práctica en general, pero el trabajo de grado se enfoca en el período de elaboración y desarrollo del proyecto de práctica, que corresponde a junio-noviembre de 2020.

³ Colaborador: Término que se utiliza en la Clínica Imbanaco para referirse a los diferentes empleados de la entidad.

la planeación, la ejecución y la evaluación de intervenciones recreativas en cinco de las áreas mencionadas:

- i) Educativa
- ii) PAE Contigo (*foco de análisis de este trabajo de grado*)
- iii) Integración Familiar
- iv) Celebraciones Organizacionales
- v) Recreación y Cultura

En las áreas restantes se brinda apoyo logístico de acuerdo con las necesidades de cada una. A continuación, se hace énfasis en el área PAE Contigo, área seleccionada para desarrollar el proyecto de práctica profesional a partir de los resultados del diagnóstico situacional que se mostrarán posteriormente.

1.1.1. ¿Qué es el Área PAE Contigo?

Es un área del PAE que tiene como objetivo brindar a los colaboradores de la Clínica Imbanaco espacios de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral que impacten positivamente la jornada laboral, a través de actividades con componentes lúdicos y educativos. Fue creada en el año 2019 e inició a través de intervenciones en el horario de 12:00 m. a 2:00 p. m., que consistían en el préstamo de juegos de mesa o en *pausas activas* para los colaboradores que deseaban asistir a un espacio establecido.

Para inicios del año 2020, en el marco de la práctica profesional, se intentó cambiar la metodología de intervención elaborando pausas activas ejecutadas en los lugares de trabajo de la clínica con un alto nivel de estrés y carga laboral; finalmente, en el transcurso del año 2020, se estructuró la metodología de intervención a partir del proyecto de práctica de los estudiantes de Recreación del año en mención.

1.1.2. Diagnóstico realizado en el marco de la práctica profesional

La práctica profesional inició en el mes de febrero de 2020 con el diagnóstico situacional (Pichardo, 1997). Este puede definirse como un proceso que tiene como propósito identificar y analizar una situación a partir de un hecho social, situación que está compuesta por uno o varios actores y una acción, y cuyo fin es realizar una transformación o un cambio. Este tipo de diagnóstico establece un punto de partida (situación inicial) que tiene como referentes los momentos históricos relevantes que han configurado la situación identificada, la percepción de los actores y los aspectos que la afectan. Esta situación inicial, a su vez, permite fijar una situación futura, definida como la evolución de dicho punto de partida sin ninguna intervención y permite establecer una situación deseada, que hace referencia a la

evolución del punto de partida si se realiza un proceso de intervención planificado para la transformación o el cambio de la situación inicial (Pichardo, 1997).

Después se identifica la brecha que separa la situación futura y la situación deseada; posteriormente, se establece una hipótesis que pueda dar cierre a la brecha basada en una *fuerza social*, la cual es un aspecto clave que se tiene a favor para llegar a la situación deseada. Finalmente, se construye un marco de acciones que permita alcanzar lo propuesto en la hipótesis.

Para la elaboración y el desarrollo del diagnóstico, se apeló a una aproximación etnográfica; este método permitió comprender los diferentes procesos y situaciones que se presentaban en el PAE desde la mirada de sus actores (Hammersley y Atkinson, 1994). Para esto, se utilizaron dos técnicas propuestas por Guber (2011): *observación participante* y *observación total*, con las cuales se logró identificar que en el Área PAE Contigo no existía una metodología de intervención clara y estructurada. Lo anterior se debía a las siguientes razones:

-*Era un área en construcción*: al ser un área nueva, su funcionamiento aún estaba en periodo de prueba y organización, implementando ideas que iban surgiendo entre los miembros del equipo para alcanzar el objetivo, lo cual llevó a que en sus inicios se brindarían espacios de *pausas activas* con préstamos de juegos de mesa, espacios de masaje y descanso o actividades lúdicas abiertas al público. Posteriormente, en el proceso de construcción del área, se optó por direccionar sus actividades a *pausas activas* realizadas en las diferentes áreas de trabajo, con una duración de 15 a 20 minutos, donde se identificara un alto nivel de estrés y carga laboral.

-*Ausencia de una planeación articulada*: las actividades se planeaban sobre la marcha, sin establecer un cronograma a largo plazo que vinculara temáticas u objetivos relacionados entre sí, dificultando generar o fortalecer un aprendizaje específico.

-*Actividades orientadas al entretenimiento*: las actividades que se planteaban buscaban generar descanso o diversión para los colaboradores, propiciando un espacio de entretenimiento que se convertía, a la vista de los colaboradores e incluso para el equipo de intervención, en *pausas activas* que se desligaban de brindar un aprendizaje.

-*Métodos de evaluación*: el seguimiento y la evaluación de las diferentes actividades solo se realizaban midiendo el impacto en asistencia mediante una hoja de control, lo cual dificultaba conocer la percepción de los participantes y tener un mejoramiento continuo que se acercara al objetivo general.

A partir de los hallazgos mencionados, se realizaron entrevistas semiestructuradas a los miembros del equipo de trabajo con el objetivo de identificar los diferentes roles de los actores del PAE y su conexión directa o indirecta con el Área PAE Contigo⁴, además de su percepción sobre los aspectos a fortalecer de dicha área. Las preguntas que orientaron las entrevistas fueron las siguientes:

¿Cuáles son las funciones que realiza usted dentro del PAE?

¿Cuáles son las Áreas del PAE donde usted participa?

¿Cuáles son las funciones que desempeña en el Área PAE Contigo?

¿Qué aspectos considera usted que se deben fortalecer en el Área PAE Contigo?

Con la información obtenida y de acuerdo con los elementos del diagnóstico situacional propuesto por Pichardo (1997), se confirmó la necesidad de estructurar la metodología de intervención del Área PAE Contigo y se estableció lo siguiente:

- **Situación Inicial:** el Área PAE Contigo funciona sin una estructura ni una metodología definida, por lo cual sus actividades no tienen una conexión entre sí y dificultan la generación de aprendizaje.

- **Situación Futura:** el Área PAE Contigo seguirá funcionando sin una estructura y una metodología claras, impidiendo cumplir su objetivo de generar procesos de aprendizaje.

- **Situación Deseada:** el Área PAE Contigo funcionará con una estructura de temáticas mensuales, donde se realizarán procesos recreativos semanales que serán vinculados a un objetivo planteado. Esto con el fin de convertir las actividades en *estrategias recreativas*, término que los practicantes de recreación otorgan a todas las posibilidades recreativas que se pueden emplear en una intervención en la Clínica Imbanaco, con una conexión entre sí y orientadas hacia una temática a abordar, logrando generar espacios de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral.

- **Brecha:** desde su creación en el año 2019, el Área PAE Contigo no ha contado con una metodología de intervención clara y estructurada porque su implementación es un proceso reciente; por ello, se optó por realizar una planeación ligada a actividades que se ejecutaran en un lapso de 15-20 minutos, con el objetivo de brindar disfrute y liberación del estrés, sin profundizar en el aporte educativo, aspecto principal que busca generar el área.

⁴ En los casos donde se menciona el PAE se hace referencia al Plan de Asistencia al Empleado, el cual es el espacio de práctica en el que desempeñan sus funciones los practicantes del Programa Académico de Recreación. Por otro lado, cuando se menciona el Área PAE Contigo, se hace alusión a una de las 10 áreas de acción que tiene el PAE y el cual fue el área específica donde se desarrolló el proyecto de práctica “Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo”.

- **Hipótesis:** se planteó reducir la brecha con una planeación anual que utilizara rasgos de la metodología SAR⁵, o Secuencia de Actividades Recreativas (Mesa, 1997), para que las estrategias recreativas implementadas fuesen direccionadas a un objetivo mensual, según las necesidades o los aspectos a fortalecer identificados en las áreas de trabajo de la clínica, generando procesos recreativos vinculados entre sí para alcanzar el objetivo del Área PAE Contigo.

- **Fuerza social:** la propuesta respondía a uno de los valores corporativos de la entidad: *Excelencia*, buscando brindar un bienestar integral para sus colaboradores. Además, se vinculaba a la función principal del Área de Bienestar, mitigando los riesgos psicosociales⁶ del colaborador en su ámbito laboral. Así mismo, respondía al propósito del Área PAE Contigo, contribuyendo a generar aprendizajes y experiencias recreativas en las áreas de trabajo. Los recursos que se requerían eran suministrados por la entidad; finalmente, el equipo de trabajo manifestaba una necesidad de mejorar la metodología de intervención del Área PAE Contigo para obtener mejores resultados.

A partir de los hallazgos del diagnóstico situacional (Pichardo, 1997), se encontró la necesidad de establecer una metodología de intervención que facilitara a los colaboradores vivenciar espacios de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral, a fin de cumplir con el objetivo principal del Área PAE Contigo. Para esto, los practicantes de Recreación del año 2020 diseñaron y ejecutaron un proceso recreativo a partir de la recreación dirigida⁷ y su metodología SAR (Mesa, 2009) como proyecto de práctica que les permitiera realizar una planeación anual estructurada por temáticas mensuales y sus respectivas estrategias recreativas; el proyecto de práctica se tituló *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo*.

Durante la formulación de este proyecto, comenzó la medida de distanciamiento debido a la pandemia del covid-19. Debido a este imprevisto, el proyecto tuvo que transformarse: se realizó una adaptación hacia la modalidad semipresencial en la metodología de intervención, inicialmente pensada para la presencialidad. Dicha adaptación se hizo en las líneas de acción del PAE Contigo que funcionan bajo la metáfora del *Tren de Bienestar*, que se compone de cuatro vagones (véase Tabla 1), y en las respectivas estrategias recreativas

⁵ Metodología de intervención de la recreación dirigida propuesta por Mesa (2009), que se abordará en el capítulo sobre la metodología.

⁶ Según la Agencia Europea de Seguridad y Salud en el Trabajo, hacen referencia a los factores de riesgo para la salud física y emocional del trabajador derivados del contexto y las dinámicas laborales en los que se encuentra.

⁷ Perspectiva de la recreación propuesta por Mesa (2004), que será expuesta en el capítulo del marco de análisis conceptual.

que se optó por ejecutar en cada uno: contenidos digitales, conferencias, *lenguajes lúdico-creativos*⁸, campañas y actividades de disfrute y descanso. Con esto, se buscó generar aprendizaje, comunicación y estimulación de la creatividad.

Tabla 1. Elaboración propia sobre la adaptación del Tren de Bienestar a la modalidad semipresencial debido a la pandemia del covid-19.

Tren de Bienestar	Área PAE Contigo (antes de la pandemia)	Área PAE Contigo (durante la pandemia)
Vagón Brigada PAE	Su objetivo es planear, ejecutar y evaluar procesos de intervención en las áreas de trabajo que solicitan acompañamiento.	Continuó su objetivo inicial, pero se tomó la decisión de que se ejecutara a través de la modalidad virtual o presencial, según las directrices de los jefes de las áreas de trabajo
Vagón Express	Su objetivo es la realización de intervenciones sorpresa en algunas áreas de trabajo.	Su enfoque cambió al tener como objetivo planear, ejecutar y evaluar contenidos digitales 1 o 2 veces por semana, por medio del perfil oficial del PAE en la red social Instagram ⁹ .
Vagón AntiRutina	Su objetivo es intervenir en las reuniones mensuales de las áreas de trabajo que soliciten actividades.	Se reemplazó el Vagón AntiRutina, al no ser posible realizar reuniones presenciales, por el Vagón del Saber, con el objetivo de brindar conferencias relacionadas con la temática mensual.
Vagón para Todos	Su objetivo es realizar una intervención mensual abierta a todos los colaboradores de la clínica para dar cierre a la temática que se esté desarrollando.	Continuó con su objetivo inicial, pero se ejecutó a través de la modalidad virtual en la aplicación Google Meet ¹⁰ .

⁸ Concepto propuesto por Mesa (2004) y expuesto en el capítulo del marco de análisis conceptual.

⁹ Aplicación y red social de META que permite la publicación y la interacción con contenido audiovisual.

¹⁰ Aplicación de Google que permite realizar videoconferencias.

Una vez ajustada a la modalidad semipresencial, los practicantes de Recreación implementaron la metodología de intervención en un tiempo de 5 meses (entre junio y noviembre de 2020) y definieron las siguientes temáticas: estrés, ansiedad, cuidado físico, cuidado emocional y relación con mis compañeros y mi trabajo. Para esto, se realizó una planeación mensual donde se establecieron las estrategias recreativas virtuales y presenciales (según cada *vagón*) y se diseñaron encuestas con preguntas abiertas y cerradas para evaluar el proceso, identificando los aspectos positivos y los aspectos por mejorar en informes mensuales.

Finalmente, durante la etapa de evaluación de la metodología de intervención propuesta en el proyecto, se realizó una entrevista a los miembros del equipo de trabajo del PAE para conocer su percepción de lo realizado. Como productos de la propuesta se crearon dos documentos en formato PDF, teniendo como referente la experiencia en el proyecto de práctica: un instructivo de intervención (con el paso a paso que se debe realizar en el Área PAE Contigo) y un banco de estrategias recreativas que tuvieron éxito durante el proceso.

1.2 Justificación

A partir de la formulación, la ejecución y la evaluación de la propuesta de práctica profesional *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo*, que tuvo como objetivo estructurar la metodología de intervención del Área PAE Contigo a través de la recreación dirigida y su metodología SAR (Mesa, 2009), se identificó la necesidad de reflexionar sobre los aciertos y los desaciertos que se dieron durante el desarrollo de la propuesta. Esto a raíz de que esta estuvo enmarcada en un contexto social atípico como lo fue el distanciamiento provocado por la pandemia del covid-19, la cual condicionaba la interacción y la forma de relacionarse y comunicarse con el otro, además de impedir la modalidad presencial en los diferentes ámbitos de la vida (educación, trabajo, entretenimiento, entre otros). La consecuencia de esta situación fue la adaptación de los diferentes ámbitos de la vida a nuevas modalidades, como la virtual o la semipresencial.

Haciendo hincapié en las estrategias recreativas que se ejecutaron en las diferentes intervenciones, estas debieron ser adaptadas a una modalidad semipresencial, utilizando herramientas tecnológicas como redes sociales (Instagram oficial del PAE), aplicaciones como Google Meet o mediante intervenciones presenciales limitadas en tiempo, interacción física y materiales, debido al distanciamiento y las medidas de bioseguridad. Esta modalidad semipresencial presentó nuevos retos para los practicantes, como la resistencia al uso de las TIC por parte de la población a intervenir, la resistencia a participar en intervenciones

recreativas por parte de las áreas de trabajo en una modalidad semipresencial, los riesgos psicosociales que aumentaron en la población (con mayor razón en los trabajadores del campo de la salud, que estaban en un contacto directo y constante con la enfermedad pandémica), la dificultad para generar interacción y comunicación con la población mediante las TIC, las limitaciones de tiempo y la restricción de materiales para intervenir con la población en las sesiones virtuales y presenciales, la búsqueda de estrategias visuales y creativas que facilitaran la intervención en la modalidad virtual a través de la red social Instagram y la aplicación Google Meet. Teniendo en cuenta las particularidades anteriores debido al contexto atípico de la pandemia, la evaluación y los ajustes continuos cobraron un valor imprescindible en todo el desarrollo de la propuesta para alcanzar los objetivos que se plantearon inicialmente y los establecidos para el desarrollo de las diferentes estrategias recreativas.

Por los aspectos mencionados anteriormente y teniendo en cuenta que la pandemia del covid-19 es un fenómeno social aún vigente, se considera importante la reflexión de la experiencia del proyecto de práctica, por los aportes significativos que puede brindar el desarrollo de un proceso de planificación de un proyecto mediado por la recreación dirigida, que se ve afectado o limitado por el distanciamiento y por las medidas de bioseguridad en un contexto hospitalario. Además, los resultados de este tema de investigación pueden ser útiles para futuros profesionales en Recreación u otras profesiones relacionadas, cuya formación académica y enfoque de intervención está orientado hacia la modalidad presencial y poseen poco conocimiento y experiencia sobre estrategias o herramientas que pueden utilizarse en la modalidad virtual o semipresencial para generar un proceso de aprendizaje y reflexión por medio de estrategias recreativas.

Finalmente, se considera importante para el campo de la recreación reflexionar sobre cómo la recreación dirigida y la SAR (Mesa, 2009) pueden ser adaptadas en un contexto laboral hospitalario, siendo útil para estructurar un área de intervención como el PAE Contigo con resultados y alcances positivos, incluso con los condicionantes de tiempo, materiales y dinámicas organizacionales que pueden limitar el proceso.

1.3 Formulación

A partir de las razones expuestas, la presente investigación plantea la formulación de la siguiente pregunta:

¿Cómo fue el proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de

la Clínica Imbanaco, mediado por la recreación dirigida, durante el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 en el periodo de junio-noviembre de 2020?

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Comprender el proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco, mediado por la recreación dirigida, durante el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 en el periodo de junio-noviembre de 2020.

1.4.2 Objetivos específicos

-Caracterizar las etapas de la planificación, ajustadas a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco.

-Describir el proceso de recreación dirigida, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco.

Capítulo 2. Marco Contextual

En este capítulo se presenta el contexto de la Clínica Imbanaco, entidad en la cual se desarrolló la práctica profesional de los estudiantes del Programa Académico de Recreación. Primero se realizará la caracterización geográfica, seguida de la historia de la Clínica Imbanaco; después, se expondrá la caracterización de la población y, finalmente, se planteará una mirada contextual desde la perspectiva de los autores del trabajo de grado.

2.1. Caracterización geográfica

Según datos del periódico González (2014), la Clínica Imbanaco (antiguo Centro Médico Imbanaco) es una clínica de alta complejidad con reconocimiento nacional. Actualmente, cuenta con más de cuatrocientos médicos en todas las especialidades y, anualmente, realiza cerca de veinte mil operaciones y atiende alrededor de ochocientos cincuenta mil pacientes. Según su página oficial, la Clínica Imbanaco se divide en ocho sedes en la ciudad de Cali (Clínica Imbanaco, s.f. a):

- La Sede Principal (ubicada en la Carrera 38 Bis No. 5B2 – 04).
- La Sede Torre A (ubicada en la Carrera 38 A No. 5A – 100).
- La Sede Torre B (ubicada en la Carrera 38 A No. 5A – 109).
- La Sede Torre C (ubicada en la Calle 5B5 No. 38 Bis – 64).
- La Sede de Rehabilitación Física (ubicada en la Calle 5B5 No. 38A – 24).

Estas cinco sedes contienen los diferentes servicios clínicos y médicos que ofrece la Clínica Imbanaco. Por otra parte, existen cuatro pequeñas sedes alternas, donde ofrecen los servicios de laboratorio clínico, imágenes diagnósticas, vacunación y monitoreo de presión arterial. Estas son:

- Imbanaco Norte - Centro Diagnóstico Pacific Mall (ubicada en la Calle 36N No. 6A - 65 Piso 7°).
- Imbanaco Sur (ubicada en la Calle 15 A No. 103 – 20).
- El laboratorio sede C.C. Único (ubicado en el Centro Comercial Único, Calle 52 No. 3 – 29 Lc. 409).
- La sede en el Centro Comercial Único de Yumbo (ubicada en la Calle 15 con Carrera 5 Lc. 11).



Figura 2. Ubicación de las sedes de la Clínica Imbanaco.

Fuente: elaboración propia a partir de Sedes Clínica Imbanaco (s.f. a)

2.2 Historia de la Clínica Imbanaco

Según datos de la página oficial (Clínica Imbanaco, s.f. b), en el mes de agosto de 1976 un grupo de profesores de la escuela de Medicina de la Universidad del Valle inauguraron el Centro Médico Imbanaco (CMI) en la ciudad de Cali, con el fin de ejercer su práctica privada con veintiocho consultorios. En los meses siguientes, se le sumaron un pequeño laboratorio clínico y un equipo de rayos x. En la década del ochenta se vincularon diferentes tipos de especialistas y se abrieron servicios de *Urgencias 24 horas* y *Cirugía y Hospitalización*, siendo pioneros en la cirugía ambulatoria y buscando el desarrollo de la institución para ser reconocidos por su vocación de servicio y por su constante aprendizaje organizacional (Clínica Imbanaco, s.f. b).

En el año de 1993, la nueva ley de seguridad social hizo que el CMI se planteara cambios desde su estructura física, lo que lo llevó a crear las torres A y B con servicios de alta complejidad que permitieron aumentar la oferta de salud; también se produjeron cambios desde un proceso de *gestión integral* que buscaba la eficiencia, la eficacia y la efectividad, así como la búsqueda de una conexión de los empleados con los grandes propósitos y una coherencia organizacional de las diferentes conductas dentro y fuera de la entidad (Clínica Imbanaco, s.f. b). La entidad, buscando la calidad y la productividad, se ha construido a lo largo de los años a partir de la generación de valores y lineamientos y de la búsqueda del bienestar del empleado desde el fortalecimiento de la parte técnica, emocional y espiritual, junto a estrategias de bienestar para el paciente, como el *Programa de Seguridad al Paciente*,

que busca minimizar los riesgos de exposición del mismo a través de plataformas y sistemas que protegen su información (Clínica Imbanaco, s.f. b).

A finales del año 2005, el Centro Médico Imbanaco adquirió el lote en la calle 5 con carrera 38 Bis y emprendió el llamado *Tercer Desafío*. Sin embargo, no fue sino hasta enero de 2011 cuando se inició la construcción, después de veintiún diseños distintos (Clínica Imbanaco, s.f. b). Esta edificación fue pensada para soportar distintos tipos de sismos y para ofrecer espacios cómodos, amplios y confortables, que permiten la circulación del aire y el ingreso de la luz:

Está diseñada como una construcción amable con la naturaleza, con recursos de la física aplicados a su arquitectura, sus espacios abiertos se convierten en corredores de aire y luminosidad, además de contar con paneles especiales para el aprovechamiento de la energía solar. (Clínica Imbanaco, s.f. b, párr. 21)

Cuenta con once niveles de alto estándar tecnológico en materia de medicina, parqueaderos, áreas de cargue y descargue, un lobby para el acceso del público, tiendas comerciales, droguería, bancos, cajeros automáticos, capilla, auditorios, oficinas para aseguradoras, plaza de comidas, áreas técnicas, áreas administrativas y áreas clínicas y hospitalarias para todos los servicios. Esta sede abrió sus puertas en el año 2015 y fue inaugurada en el 2016 (Clínica Imbanaco, s.f. b).

En el año 2020, el *Grupo Quirónsalud*, de origen europeo, pasó a ser propietario legal de la entidad, por lo cual el *Centro Médico Imbanaco* pasó a ser nombrado *Clínica Imbanaco Grupo Quirónsalud*. Este cambio produjo que la imagen, el logo y los colores representativos de la organización cambiaran de acuerdo con la estética del *Grupo Quirónsalud*. Sin embargo, a nivel interno, refiriéndonos a su estructura organizacional y a su normal funcionamiento, no se evidenciaron cambios notables.

Desde su creación y hasta la actualidad, a través de todos los diversos momentos que ha pasado, la Clínica Imbanaco ha buscado brindar siempre una atención médica segura para cuidar y preservar la vida, acompañada de la tecnología de vanguardia, de un servicio diferenciado y de una institucionalidad ética y transparente (Clínica Imbanaco, s.f. b).

2.3 Caracterización de la población

En la Clínica Imbanaco se encuentran aproximadamente 3400 personas activas de diferentes edades (mayores de 18 años), sexos, estratos sociales y niveles de estudio (varían entre técnico profesional y posdoctorado), entre empleados asistenciales y administrativos,

especialistas, personal de consultorios y de firmas contratistas. De acuerdo con Clínica Imbanaco (s.f. b), todas estas personas están alineadas y enfocadas con el gran propósito y los valores corporativos de la organización. Por otro lado, los empleados vinculados directamente a la entidad deben cumplir 48 horas de trabajo semanales, mientras que los empleados con otro tipo de contrato se sujetan a diferentes horarios laborales.

Su jornada laboral diaria es de 8 a 12 horas, dependiendo de las horas extras que sean requeridas por cada área de trabajo. Cada colaborador tiene derecho a una hora (60 minutos) para ingerir su almuerzo; los colaboradores aprovechan este horario para descansar, revisar su dispositivo móvil o dialogar con sus compañeros de trabajo sobre temas personales o laborales. Dentro de su jornada laboral deben cumplir con una buena presentación personal, portar su uniforme o vestuario de trabajo en buen estado y llevar el carnet institucional que los identifica en un lugar visible; además, a partir del año 2020, con la llegada de la pandemia del covid-19, todos los colaboradores, independientemente de su cargo y función, deben cumplir con las medidas de bioseguridad implementadas por la entidad: uso de tapabocas, registro de la temperatura corporal al ingreso y salida de las diferentes sedes, lavado de manos constante, distanciamiento en los diferentes espacios de la entidad y desinfección de las superficies de los puestos de trabajo.

2.4 Mirada contextual

Gracias a las entrevistas semiestructuradas realizadas a colaboradores de algunas áreas asistenciales como *Urgencias*, *Quimioterapia* y las *UCI*, se lograron evidenciar algunos malestares laborales, como estrés y cansancio, debidos a la carga laboral por aumento de número de pacientes, producto de los nuevos convenios que estableció la Clínica Imbanaco con otras entidades. Además, los colaboradores manifestaron, a través del perfil oficial del PAE en Instagram, de llamadas telefónicas al PAE y de conversaciones informales con miembros del Área de Bienestar, una necesidad constante de que se les brindara recreación y acompañamiento psicológico.

La necesidad que se menciona anteriormente es suplida por el Área de Bienestar, quien se encarga de velar por un bienestar integral, proporcionándoles cursos para desarrollar habilidades, actividades recreativas y acompañamiento psicológico si es requerido. Históricamente el practicante en recreación ha aportado a la creación y mejoramiento continuo de los diferentes cursos y programas brindados en el Área de Bienestar, cómo es el caso de los programas educativos para los hijos e hijas de los colaboradores que se enfocan en potenciar y desarrollar habilidades según la etapa de crecimiento que se encontrara la

población: semillero Imba (creado en el año 2010 para las edades de 15-17 años); semillero Naco (Creado en el año 2014 para la edades de 10-14 años) y el Club ArteKids (creado en el año 2016, para las edades de 4 a 10 años). Por otra parte, los practicantes de recreación de los años 2018 y 2019 optaron por implementar cómo proyecto de práctica la metodología de intervención SARI (Secuencia de Actividades Recreativas Intensivas), propuesta por Mesa (2010) para mejorar la metodología de intervención del Club ArteKids y las Vacaciones Recreativas. Son precisamente estos antecedentes, los que sirvieron cómo base a los practicantes del año 2020 para identificar un aspecto a mejorar en las áreas que ofrece el PAE (Véase Figura 1) obteniendo cómo resultado, la necesidad de estructurar la metodología de trabajo e intervención del Área PAE Contigo.

Otro punto importante a resaltar en la entidad, son las dinámicas que identificaron en las áreas administrativas, las cuales suelen facilitar espacio y tiempo dentro de su jornada laboral para participar en las actividades o procesos recreativos que se proponen, mientras que las áreas asistenciales suelen tener mayor resistencia para esto; sin embargo, para las actividades que son fuera del horario laboral o al comienzo o final de este (cursos, entrega de incentivos, campañas conmemorativas), tanto los colaboradores administrativos como los asistenciales participan constantemente.

Finalmente, se resalta que a partir de la llegada de la pandemia, los colaboradores tuvieron que adaptarse a una nueva modalidad semipresencial en los cursos que ofrece el PAE y en la mayor parte de actividades o procesos que se planteaban desde el Área de Bienestar. Se evidenció en ellos una resistencia a esta modalidad, teniendo en cuenta que se redujo la participación o se presentó una deserción paulatina en algunos cursos, procesos o actividades. Manifestaban que la experiencia no se comparaba con la presencialidad; por ello, los miembros del equipo de Bienestar realizaron una búsqueda continua de actividades, procesos y campañas que mitigaran la resistencia a esta nueva modalidad.

Capítulo 3. Antecedentes

En este capítulo se presenta un rastreo bibliográfico de los conceptos de distanciamiento, modalidad semipresencial y recreación desde un contexto nacional. La búsqueda aborda una perspectiva general en Colombia y puntualiza en algunas experiencias similares a los intereses del trabajo de grado, teniendo en cuenta artículos, reflexiones de carácter investigativo y trabajos de grado que se realizaron a partir del mes de marzo del año 2020 (mes en el que se produjo el primer caso de covid-19 en Colombia) y hasta el mes de enero del año 2022.

Inicialmente, se exponen mediante un artículo las medidas de distanciamiento que se tomaron a partir de la llegada del primer caso positivo de covid-19 y sus consecuencias sociales y económicas en el país; este se complementa con un artículo científico que aborda las consecuencias en la salud mental que produjeron las medidas no farmacológicas. Seguido se presenta un trabajo de grado de un estudiante de la Licenciatura en Informática y Medios Visuales de la Universidad de Córdoba, que expone una monografía del impacto de la pandemia en la educación y el uso de nuevas modalidades basadas en las TIC, complementado por un artículo de una revista que muestra una experiencia de modalidad semipresencial en la Universidad de Nariño y un artículo que aborda la experiencia de estudiantes en práctica de Fisioterapia de la Universidad Santiago de Cali, el cual describe los aspectos positivos y las dificultades que tuvieron para sobrellevar con éxito sus actividades de intervención en el sector salud. Posteriormente, se presentan dos reflexiones investigativas que se expusieron en el Foro Interinstitucional de la Red de Universidades Formadoras en Recreación y Ocio de Colombia 2020, que describen cómo la virtualidad y el uso de las tecnologías son una oportunidad para desarrollar los procesos recreativos y generar bienestar en la población. Cabe destacar que en cada apartado se realiza un breve resumen de los documentos consultados y su relevancia para este trabajo de grado.

3.1 El distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 en Colombia

El covid-19, producido por el virus SARS-CoV-2 (nombre dado por el Comité Internacional de Taxonomía de Virus), tuvo su primer caso en Colombia el día 6 de marzo de 2020 (Minsalud, 2020); a partir de ese momento, el gobierno nacional decidió tomar medidas restrictivas y de prevención teniendo en cuenta el alto nivel de contagio y mortalidad del virus. En este sentido, el artículo escrito por Otoy et al. (2020), llamado *Generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio de la pandemia en Colombia*, presenta la definición, el cuadro clínico y la epidemiología del covid-19, además de las

medidas que se tomaron en Colombia basadas en las recomendaciones del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CPE) y la Organización Mundial de la Salud (OMS), dentro de las cuales se encuentra el uso de elementos de protección personal (EPP), la higiene de manos y el distanciamiento social a un metro mínimo de distancia. Este distanciamiento se plantea con el objetivo de evitar conglomeraciones y un contacto físico directo que pueda transmitir el virus, lo cual tiene como consecuencia el cierre de instituciones educativas, establecimientos sociales y escenarios deportivos, así como restricciones para viajar en aeropuertos, cuarentenas obligatorias y toques de queda en los diferentes departamentos del país (Otoya et al., 2020). También se enfatiza en las consecuencias económicas de este tipo de medidas desde dos perspectivas: la primera, “una derrotista, donde se tiene el peso devaluado, crecimiento del desempleo, cero crecimientos del Producto Interno Bruto (PIB) y un país con un índice de pobreza más alto” (Otoya et al., 2020, p.11); la segunda es una perspectiva positiva en la cual el artículo estima que, ante las carencias y el colapso que ha mostrado el sector salud durante la pandemia, existirá una mayor inversión mientras esta dure y también posteriormente a ella (Otoya et al., 2020).

Por otro lado, el artículo científico escrito por Rivillas et al. (2021), llamado *Respuesta social a las medidas no farmacológicas para controlar la propagación de la COVID-19 en Colombia*, fue realizado como un estudio exploratorio descriptivo transversal en el que participaron un total de 3549 adultos, con el objetivo de “analizar la respuesta social a las medidas no farmacológicas para controlar la propagación de la COVID-19 en Colombia” (Rivillas et al., 2021, p.1). Entre las medidas no farmacológicas mencionadas, el distanciamiento tuvo un porcentaje del 69% de uso como medida preventiva de contagio, en especial personas en el rango de edad de 18-24 años que convivían con adultos mayores (Rivillas et al., 2021). El dato más relevante de esta investigación para el presente trabajo de grado es el porcentaje de personas que han visto afectada su salud mental a causa del distanciamiento y las demás medidas no farmacológicas (cuarentenas, aislamiento e higiene de manos), con un total del 75%, debido a pérdida o dificultad para obtener empleos, cargas académicas y laborales por las nuevas modalidades virtuales, riesgo al contagio e incertidumbre del regreso de la normalidad, que, según Rivillas et al., “ha sido impulsor de ansiedad, miedo y depresión” (2021, p. 8).

Para este trabajo de grado, las dos investigaciones mencionadas son importantes porque facilitan una referencia sobre cómo se estableció la medida del distanciamiento a partir de unos parámetros internacionales recomendados por entidades como la CPE y la OMS, los cuales se aplicaron en la Clínica Imbanaco. Además, mencionan detalladamente el

impacto de la medida del distanciamiento en Colombia desde una perspectiva económica general y una perspectiva social, esta última más evidente en los colaboradores de la Clínica con el aumento de los riesgos psicosociales.

3.2 La modalidad semipresencial en Colombia

La pandemia del covid-19 impactó en diferentes sectores de la sociedad, pero uno de los más afectados fue la educación, que tuvo que adaptarse a las medidas de distanciamiento y aislamiento, conduciendo la modalidad presencial que se ofrece en las diferentes instituciones educativas en Colombia hacia la virtualidad y las modalidades mixtas, dentro de las que se incluye la semipresencialidad o la alternancia. En este sentido, el trabajo de grado *Una mirada al cambio de la educación colombiana en tiempos de pandemia* (2020), escrito por Adomaity Galeano Torres, estudiante de la Licenciatura en Informática y Medios Visuales de la Universidad de Córdoba, presenta una monografía que revisa el impacto de la pandemia en la educación y sus diferentes actores en Colombia, con el objetivo de “sistematizar cómo se llevaron a cabo los procesos formativos de enseñanza-aprendizaje mediados por tecnologías en Instituciones Educativas Públicas de Educación Básica y Media en Colombia” (Galeano, 2020, p.7).

En este trabajo de grado se realiza una revisión documental de diferentes autores que plantean el impacto de la pandemia en la educación. Se resaltan cuatro aspectos fundamentales de lo ocurrido en Colombia. En primer lugar, la necesidad de vincular las TIC para poder continuar con los procesos educativos en modalidad virtual, recibiendo el apoyo de las diferentes entidades del gobierno para facilitar el acceso a equipos y plataformas digitales, pero sin llegar a cumplir las expectativas y resultados esperados. En segundo lugar, el aumento de la responsabilidad y el rol del docente, quien se vio obligado a cambiar sus planes de curso, su metodología y la comunicación e interacción que llevaba con sus estudiantes, aun cuando no contara con los suficientes conocimientos sobre herramientas o plataformas digitales. En tercer lugar, se ve reflejada la necesidad de que los estudiantes aumenten su compromiso y su autonomía de aprendizaje, mediante el uso de las diferentes herramientas sincrónicas y asincrónicas que puedan ofrecerles sus respectivos docentes e instituciones. En cuarto lugar, el rol de los padres pasa a ser el de convertirse en un apoyo de estabilidad emocional y física para sus hijos estudiantes, que se enfrentan a todas las consecuencias psicológicas que puede generar un aislamiento general. Esta investigación es relevante como antecedente para el trabajo de grado porque menciona los principales cambios que ha afrontado la educación frente a las nuevas modalidades virtuales o semi-asistidas

como consecuencia de la pandemia, desde la perspectiva de los principales actores que intervienen en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

En la transición de emplear las TIC en los procesos educativos durante la pandemia, han tomado fuerza modalidades mixtas que permitan alternar entre la virtualidad y la presencialidad cumpliendo las medidas de bioseguridad y distanciamiento necesarias. El artículo *B-learning como propuesta para la alternancia educativa*, publicado en la Revista Universitaria de Informática RUNIN de la Universidad de Nariño y escrito por José Fernando Ibarra Caicedo, docente del Programa de Licenciatura en Informática de la misma universidad, trata ampliamente el tema de la semipresencialidad o el B-learning¹¹ como propuesta educativa. La población en la que se aplicó esta propuesta fueron 60 estudiantes del Programa de Licenciatura en Informática de la Universidad de Nariño y tuvo como objetivo presentar una propuesta alternativa educativa que aprovechara las posibilidades que ofrecen las herramientas digitales, sumadas a estrategias de la modalidad presencial (Ibarra, 2021). Dicha propuesta requirió de una adecuación de los contenidos, siendo “necesario que se comprenda que los materiales que se utilizan para el desarrollo de un proceso formativo en esta modalidad, deben ser objeto de revisión, verificación y ajuste para su adecuada estructuración pedagógica” (Ibarra, 2021, p. 90). De igual forma, necesitó establecer las actividades sincrónicas o presenciales para que estas fueran un espacio de conversación y discusión sobre los temas propuestos, y en las asincrónicas se utilizaron diferentes recursos educativos (actividades, contenido multimedia, foros), mediante una plataforma institucional.

Además, Ibarra resalta la importancia de un acompañamiento adecuado que permita un seguimiento del desarrollo del proceso y facilite el aprendizaje de los estudiantes. Los resultados de esta investigación fueron positivos, mostrando que “podemos encontrar diferentes estrategias de enseñanza y aprendizaje ideadas para sacar provecho de las posibilidades digitales y realizar un proceso asertivo” (Ibarra, 2021, p. 110). El contenido de dicha investigación es pertinente para este trabajo de grado, pues expone una propuesta exitosa de B-learning aplicada en el contexto universitario colombiano, la cual puede servir como referente de las acciones que se deben tener en cuenta en este tipo de procesos, como, por ejemplo, adecuar los contenidos, establecer las actividades sincrónicas, asincrónicas y los recursos educativos y brindar un buen acompañamiento docente.

En referencia al escenario de prácticas profesionales en el sector salud, las nuevas modalidades mediadas por las TIC se convirtieron en un enorme reto y en un cambio abrupto

¹¹ En inglés, blended learning, es un enfoque de aprendizaje que combina la formación presencial impartida por un formador y las actividades de aprendizaje en línea. Es sinónimo de aprendizaje semipresencial.

para los procesos que realizan las diferentes profesiones desde su campo de acción. Al respecto, el artículo *Utilidad de la virtualidad en las prácticas profesionales de fisioterapia en el contexto de la pandemia COVID-19*, escrito por Nathali Carvajal, Leidy Ordóñez Mora, Alejandro Segura Ordóñez y Jorge Daza Arana, docentes de la Facultad de Salud de la Universidad Santiago de Cali, tiene como objetivo “describir las estrategias desarrolladas en las prácticas virtuales de los estudiantes durante la pandemia, de un programa de fisioterapia en una universidad privada de la ciudad Santiago de Cali - Colombia” (Carvajal et al., 2022, p. 186), mediante un estudio descriptivo de corte transversal a 143 estudiantes de práctica profesional.

En este artículo se menciona el uso de las herramientas digitales como una estrategia para continuar los diferentes procesos de práctica profesional en medio de la pandemia, teniendo como aspectos positivos acatar el distanciamiento social, mantener en contacto con la población objetivo, implementar estrategias tecnológicas y favorecer los tiempos y costos de desplazamiento de los estudiantes. No obstante, estas herramientas digitales conllevan una disminución de las interacciones que se dan con la población y una necesidad de adquirir conocimientos para el correcto uso de las TIC (Carvajal et al., 2022). Según los autores, los hallazgos más importantes de esta investigación fueron: el uso general de aplicaciones como Zoom y Google Meet para realizar intervenciones de tele-rehabilitación, que, de acuerdo con los estudiantes, no tenían el mismo impacto que una rehabilitación física, pero sí funcionaban como una alternativa con resultados positivos; las posibilidades que brinda realizar una práctica en el sector salud, al contar con un alto nivel de accesibilidad a herramientas y al soporte para los pacientes, el cual brinda garantías al proceso que se realiza con ellos; finalmente, el éxito de las prácticas profesionales en este contexto depende de la capacidad de adaptación de los practicantes y sus respectivos docentes encargados para tomar decisiones respecto a nuevas estrategias que implementar en los procesos de práctica.

Esta investigación le aporta a este trabajo de grado una perspectiva acerca de cómo la necesidad de implementar una nueva modalidad para desarrollar las prácticas profesionales en el sector salud en la ciudad de Cali ha implicado una innovación o una modificación en las estrategias previamente empleadas, debido a las limitaciones de interacción que implica el distanciamiento.

3.3 Recreación y nuevas modalidades de intervención

La pandemia del covid-19 ha sido una oportunidad para buscar o diseñar estrategias que permitan realizar los procesos recreativos en modalidades virtuales o semi-asistidas. Una

reflexión que menciona este tema es la titulada *Recreación y Tecnología en tiempos de cuarentena*, escrita por Maximiliano Quintero, John Medellín y Carlos Romero (2020), docentes de la Universidad de Cundinamarca, y por la docente de la Universidad Nacional Abierta y a Distancia Francys Benavidez. Esta reflexión, que fue presentada en el Foro Interinstitucional de la Red de Universidades Formadoras en Recreación y Ocio de Colombia 2020, explica cómo en Colombia se observa que los núcleos familiares han sido afectados física y emocionalmente por las consecuencias de la pandemia, por lo que ha sido necesario pensar en estrategias que faciliten la respuesta de las personas a las diferentes medidas de distanciamiento y cuarentena. En este panorama, es indispensable el uso de la tecnología para crear espacios recreativos o procesos mediados por metodologías lúdicas, teniendo en cuenta los recursos tecnológicos que normalmente están al alcance en un hogar promedio (computador, celular, consolas de videojuego) para ser orientados a la recreación (Quintero et al., 2021).

Respecto a estos recursos tecnológicos, Quintero et al. (2021) mencionan que el computador y el celular se pueden aprovechar, gracias a la conexión a internet, como un espacio de aprendizaje y entretenimiento que facilita la interacción social digital, la transmisión de contenido audiovisual y la realización de actividades físicas o recreativas guiadas; por otro lado, las consolas “permiten encontrar diferentes niveles de experiencias tanto físicas como cognitivas” (Quintero et al., 2021, p. 169), debido a la variedad de juegos existentes. Por último, un aporte clave de esta reflexión es el aprovechamiento de las tecnologías para emplear estrategias como semilleros educativos virtuales, campamentos virtuales y otros espacios de encuentro digital donde se tengan presentes las 3C recreativas que proponen Quintero et al. (2021): *Consciente* (reconocer la importancia de la actividad física y recreativa en el bienestar integral), *Concertado* (existe un interés voluntario por la población en participar) y en *Casa* (dado que facilita el aislamiento social).

Esta reflexión sirve como antecedente para el trabajo de grado porque en su desarrollo expone la importancia de vincular nuevas herramientas y escenarios a los procesos de recreación que regularmente se realizan en modalidad presencial. Así, supone una invitación a crear estrategias que mitiguen el impacto de la pandemia en la población colombiana.

Un ejemplo de cómo la recreación fue llevada a la virtualidad durante la pandemia fue mencionado en la reflexión *Bienestar en línea: una nueva alternativa de ocio para nuestra comunidad universitaria*, escrita por Ángel Miller Roa, Yivy Salazar y Luz Rocío Blanco (2021), docentes de la Universidad Surcolombiana, y presentada en el Foro Interinstitucional de la Red de Universidades Formadoras en Recreación y Ocio de Colombia 2020. El objetivo

de esta reflexión fue visibilizar la búsqueda de estrategias para continuar brindando bienestar para la comunidad de la Universidad Surcolombiana desde un enfoque de ocio humanista: “desde un estudio cualitativo de observación participante y mediante una matriz DOFA se estableció un análisis de la población de dicha universidad” (Roa et al., 2021, p. 142).

Se debe destacar que el término *ocio humanista* es entendido por Roa et al. (2021) como una *experiencia integral* que contempla los diferentes elementos del ser (físicos, emocionales y espirituales); a partir de esta concepción, el bienestar que se buscó brindar a los estudiantes con la llegada de la pandemia estuvo pensado en cuatro líneas: en primer lugar, el desarrollo humano mediante programas para préstamos de recursos tecnológicos, conversión de libros y textos a audios o formatos digitales, monitoreo de estudiantes con situación de discapacidad, vídeos educativos y encuentros grupales para empleados; en segundo lugar, la línea de deporte y recreación, en la cual se brindó entrenamiento virtual, conversatorios psicológicos, celebraciones y conmemoraciones virtuales, espacios virtuales de juego y talleres gráfico plásticos; en tercer lugar, la línea socioeconómica, donde se realizaron donaciones, se obsequiaron kits alimenticios, se crearon medios masivos de comunicación y se realizaron diversos estudios socioeconómicos; finalmente, en la línea de salud se brindaron diferentes talleres orientados al bienestar psicológico y físico mediante la promoción de hábitos saludables, cuidados odontológicos, cuidados sexuales y herramientas psicológicas.

Los principales hallazgos presentados por Roa et al. (2021) en una DOFA fueron:

a) Fortalezas: acompañamiento oportuno, accesibilidad a los diferentes servicios de bienestar, generación de encuentros virtuales, desarrollo de temas de interés e impacto psicológico y físico positivo;

b) Debilidades: dificultad de conexión de algunos estudiantes, poca experiencia en la modalidad virtual y barreras para interactuar y socializar;

c) Oportunidades: mayor cobertura, mayor accesibilidad, nuevos modelos de intervención, aprender y mejorar el uso de plataformas virtuales e interacción con otras universidades;

d) Amenazas: rechazo de los estudiantes a la nueva modalidad, sabotaje de actividades y sobrecarga académica que impide la participación en las actividades.

Esta experiencia presentada sirve como antecedente porque su enfoque y sus objetivos son similares a los realizados en el proyecto de práctica profesional sobre el cual se reflexiona en este trabajo de grado. Brinda diferentes fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas que pueden presentarse en la planificación y el desarrollo de actividades de

bienestar en la modalidad virtual, sirviendo como punto de comparación para el objeto de estudio del presente documento.

Capítulo 4. Metodología

4.1 Fundamentación Metodológica

La metodología de este trabajo de grado es cualitativa. Este tipo de investigación implica estudiar una realidad en su contexto singular, buscando darle sentido o interpretación a partir de los significados que le otorgan las personas implicadas. Dichos significados son obtenidos mediante herramientas como entrevistas, audios, imágenes, observaciones, textos, entre otros materiales (Denzin y Lincoln, 1994, como se citó en Herrera, s.f.).

Para los practicantes de Recreación, el contexto singular que estudia este proyecto fue la llegada de la pandemia del covid-19 y su impacto en el proyecto de práctica profesional, afrontando retos que en su formación académica no estaban previstos. La planificación de un proyecto mediado por la recreación dirigida y pensado como un proceso de intervención presencial tuvo que ser adaptada a la modalidad semipresencial, utilizando herramientas tecnológicas e intervenciones presenciales limitadas en tiempo, en interacción física y en materiales, debido al distanciamiento y las medidas de bioseguridad provocadas por la pandemia. Esta adaptación del proceso de intervención implicó poner a prueba la creatividad y la capacidad de adaptación de ambos practicantes para poder buscar, diseñar y emplear todo tipo de estrategias recreativas (gráfico-plásticas, musicales, narrativas y lúdicas) en las herramientas de trabajo virtual disponibles (Google Meet y la red social Instagram oficial del PAE), apoyándose en un trabajo interdisciplinar con los practicantes de psicología, con el fin de alcanzar los objetivos propuestos en el proyecto. Lo anterior, sumado al hecho de ser una de las prácticas profesionales en Recreación pioneras en desarrollarse y adaptarse a la pandemia del covid-19, hace que sea oportuno realizar una reflexión de la práctica que permita, mediante un estudio cualitativo, mostrar los hallazgos encontrados por los practicantes al superar los diferentes retos que se presentaron; además de las percepciones y experiencias de los colaboradores de la Clínica Imbanaco que participaron en el proyecto de práctica profesional.

Los datos recolectados para realizar este trabajo de grado corresponden a las percepciones y las experiencias de los actores mencionados anteriormente (practicantes de Recreación y colaboradores de la Clínica Imbanaco), los cuales se obtuvieron a partir de instrumentos como diarios de campo, informes, cuestionarios y registro de la observación participante (Guber, 2011) en el proceso de planificación del proyecto. Estos datos brindaron aportes significativos para la investigación en torno a los cambios que puede generar el desarrollo de un proceso de planificación mediado por la recreación dirigida en una

modalidad semipresencial en contexto pandémico, y los aciertos y aprendizajes del proceso de intervención.

4.2 Método de investigación

Teniendo en cuenta el carácter descriptivo e interpretativo de la investigación cualitativa, se realizó una aproximación etnográfica, planteada por Guber (2011) como método de trabajo, en donde el investigador analiza un fenómeno o un contexto social a partir de la descripción o la reconstrucción analítica de la percepción de los miembros o actores que participan en dicho fenómeno o contexto situado. Guber (2011) afirma que en este tipo de investigación el objetivo no es construir una explicación de dicho objeto de estudio, sino interpretarlo o comprenderlo. Para esto, se requiere un análisis de las tres dimensiones de la reflexividad, entendida, según el autor, como la comprensión y la expresión de la propia realidad de un suceso o acción específica mediante el relato: la reflexividad del investigador como miembro o participante de la cultura o contexto, la reflexividad del investigador en su rol de investigador y la reflexividad de la población.

Este método contribuye a la reconstrucción y la interpretación de la experiencia desde el punto de vista de los dos tipos de actores que vivenciaron cada una de las etapas de la planificación del proyecto realizado (diagnóstico, formulación, ejecución, evaluación y ajuste, en el caso de los practicantes; y ejecución y evaluación, en el caso de la población), a fin de contrastarlo con las categorías de análisis y los ejes temáticos que se proponen para dar respuesta a la pregunta de investigación (véase Marco teórico).

4.3 Metodología de intervención del proyecto de práctica

La metodología de intervención del proyecto de práctica que se analiza en este trabajo de grado estuvo basada en la SAR (Secuencia de Actividades Recreativas), que es una metodología de intervención mediada por la recreación dirigida y que está influenciada por la siguiente aproximación: “la idea de proyectos y no de talleres o actividades recreativas aisladas se remonta a una larga tradición pedagógica que busca rupturas con los modelos escolásticos y autoritarios centrados en el individualismo y el mentalismo” (Mesa y Manzano, 2009, p. 40). La SAR está diseñada para adaptarse a las circunstancias, los procesos, el contexto y las situaciones que se puedan presentar en los diferentes tipos de población, conforme se desarrolla el proceso de intervención y se realiza una evaluación continua de cada sesión (Mesa y Manzano, 2009).

Esta metodología funciona en tres ciclos generales:

1) El diagnóstico global, que está compuesto por 3 fases: a) el reconocimiento de la institución donde se realizará el proyecto; b) la convocatoria y el reconocimiento de la población objeto de intervención; y c) el diagnóstico participativo a partir del cual se inicia la SAR. En el proyecto de práctica, estas 3 fases se dieron a partir de un diagnóstico situacional (Pichardo, 1997), el cual permitió identificar la necesidad de establecer una metodología de intervención en el Área PAE Contigo como proyecto de práctica; sin embargo, dentro de la metodología que se estableció, el ciclo diagnóstico consistió en identificar los malestares laborales de los colaboradores, a través de una encuesta semiestructurada en las áreas de quimioterapia, urgencias y central de esterilización, las cuales arrojaron resultados críticos en malestares como: el estrés, la mala relación con el jefe y la carga laboral excesiva.

2) El diseño global del proyecto de intervención, en el cual se propone y ejecuta un proyecto de intervención recreativo a partir de la información obtenida en el diagnóstico global, que pueda llevar a la población a obtener un objetivo, desarrollar una habilidad, mitigar una necesidad o lograr un impacto positivo. Para el proyecto de práctica se tomaron en cuenta los resultados de las encuestas semiestructuradas realizadas y el objetivo del Área PAE Contigo, para trabajar los riesgos psicosociales de los colaboradores mediante la ejecución de las 77 intervenciones direccionadas a las temáticas mencionadas anteriormente.

3) La evaluación participativa, que, según Mesa y Manzano (2009), debe ser un proceso constante durante todo el proceso de la SAR y se debe realizar en diferentes momentos: en primer lugar, con los participantes en cada uno de los grupos y sesiones para reconstruir y valorar sobre lo vivenciado; en segundo lugar, en una reunión general que evalúe los aciertos, las dificultades del proceso y posibilidades futuras; y, en tercer lugar, en una reunión con la institución y el equipo interdisciplinar para exponer y evaluar los resultados obtenidos durante el proceso.

En el proyecto de práctica, la evaluación tenía una periodicidad distinta en cada uno de los vagones del *Tren de Bienestar* (véase Tabla 2), pero todos eran condensados en un informe mensual que permitió realizar un seguimiento a las diferentes estrategias realizadas. Al final del proceso, se realizó una evaluación general de cada *vagón*, sintetizando los resultados obtenidos durante los cinco meses de la etapa de ejecución, y se realizó también una evaluación con todo el equipo PAE que incluía la perspectiva de los miembros que participaron en la intervención recreativa de forma interdisciplinar y la de los que no participaron.

4.4 Descripción de actividades para la recolección de información

La información que se utiliza en este proceso de análisis se obtuvo de las etapas del proceso de planificación realizado en el proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco en el periodo de junio-noviembre de 2020 y del proceso de recreación dirigida derivado de dicha planificación que se realizó con los colaboradores de la Clínica (caracterizados en el marco contextual), en el cual se abordaron cinco temáticas (estrés, ansiedad, cuidado físico, cuidado emocional, relación con mis compañeros y con mi trabajo), mediante la metodología SAR; en total, fueron 77 intervenciones en los diferentes vagones del área PAE Contigo: 18 del *Vagón Brigada PAE* en el área de quimioterapia; 44 del *Vagón Express* en el Instagram oficial del PAE; 10 del *Vagón del Saber* en las diferentes conferencias mediante la plataforma Google Meet y 5 del *Vagón Para Todos* en las intervenciones mensuales. La información obtenida se recolectó utilizando la técnica y los instrumentos descritos a continuación.

4.4.1 Técnicas

-Observación participante: es una técnica etnográfica que consiste en adoptar el rol de observador y participante para analizar un fenómeno, situación o contexto, con el objetivo de obtener una perspectiva diferente de la misma realidad, a partir de lo que observa y de su experiencia como participante (Guber, 2011). Durante la investigación, se realizó un contraste entre la experiencia vivenciada por los practicantes de Recreación como observadores (tanto de los diferentes comportamientos de la población como de la información que comunicaban durante las estrategias recreativas) y la experiencia como facilitadores¹² del proceso de planificación del proyecto (estando a cargo de planear, ejecutar y evaluar las diferentes estrategias que se realizaron). Esto permitió obtener dos percepciones distintas del proceso de planificación realizado, brindando mayor profundidad al análisis y la reflexión que se presenta en este trabajo de grado.

4.4.2 Instrumentos

-Diarios de campo: es una técnica etnográfica que permite sistematizar las prácticas investigativas, permitiendo almacenar los hallazgos, experiencias enriquecedoras o dificultades que se vivencian u observan (Martínez, 2007). En el caso de esta investigación, los diarios de campo que se realizaban semanalmente contienen las dificultades que vivenciaron los practicantes para adaptar el proyecto mediado por la recreación, los errores que se cometieron y los aciertos que se lograron, además de la percepción de los practicantes

¹² Término que adopta el trabajo de grado para hacer referencia a los encargados de guiar las intervenciones en modalidad virtual y presencial.

sobre la respuesta de los colaboradores de la Clínica Imbanaco a las diferentes estrategias recreativas que se planearon y desarrollaron en las cinco temáticas trabajadas. El total de diarios de campo revisados fueron 67 (33 de la practicante Laura Valencia y 34 del practicante Andrés Núñez), correspondientes al proceso de planeación, ejecución y evaluación del proyecto recreativo mediado por la recreación dirigida, los cuales se realizaban semanalmente. Estos diarios estaban estructurados en tres partes: en primer lugar, los datos generales, que incluían la fecha que abarcaba, nombre, lugar, hora, personal involucrado, actividades y objetivos; en segundo lugar, la descripción de las actividades y los acontecimientos importantes desde la perspectiva del escritor; y, en tercer lugar, un apartado de conclusiones, en el cual se realizaba un cierre general de las sensaciones de la semana, aspectos positivos y aspectos a mejorar.

-Informes mensuales: en el marco de la práctica profesional, se les solicitaba a los practicantes informes mensuales con el fin de presentar una síntesis de lo realizado, abarcando seis ítems: una introducción, que especificaba la temporalidad y los propósitos generales; la descripción del trabajo de campo que se ejecutó; el trabajo complementario, como las reuniones de equipo y la participación en capacitaciones institucionales; los imprevistos que se presentaron durante el mes; una síntesis de las asesorías de práctica; y una valoración de las actividades, comparando lo planeado con lo realizado y realizando una proyección de futuras tareas. Los 9 informes que se utilizarán son los que abarcan los meses de marzo a noviembre de 2020, que incluyen información sobre el proceso de diagnóstico, formulación, ejecución y evaluación del proyecto de práctica.

-Cuestionarios: es una técnica de investigación cualitativa que permite un *sondeo* de las opiniones y las percepciones de un grupo sobre una situación determinada, con el fin de realizar una valoración o encontrar un hallazgo (Martínez, 2007). En el proceso recreativo realizado en el Área PAE Contigo, se diseñaron diferentes modelos de cuestionarios que funcionaban como herramientas para efectuar un seguimiento y una evaluación continua de las estrategias recreativas que se realizaron, con el objetivo de que el colaborador pudiera brindar información acerca de su percepción de las diferentes temáticas y estrategias recreativas, los aprendizajes que había obtenido durante las sesiones, las dificultades o los aspectos a mejorar y el rol del recreador como facilitador del proceso. Las encuestas diseñadas para cada *Vagón del Tren de Bienestar* fueron:

Tabla 2. Elaboración propia sobre el diseño de las encuestas realizadas en cada uno de los vagones del Tren de Bienestar.

Vagón	Encuesta	Preguntas	Periodicidad
Vagón Brigada PAE	5 encuestas pre y 5 encuestas post.	Preguntas cuantitativas y cualitativas, según la información que se necesitaba obtener o comparar.	Al inicio y al final de cada temática.
Vagón Express	10 encuestas en el Instagram del PAE.	+ ¿Te gustaron las actividades e información? + ¿Te brindaron información clara y relevante? + ¿Consideras que el contenido te contribuye en el ámbito personal/familiar? + ¿Consideras que el contenido te contribuye en el ámbito laboral?	2 veces al mes.
Vagón del Saber y Vagón para Todos	Encuesta en Google Drive basada en la encuesta de satisfacción oficial que realiza el PAE (10 encuestas en el Vagón del Saber y 4 encuestas en el Vagón para todos, porque en la temática “relación con mi trabajo y con mis compañeros” se realizó una campaña presencial que se midió con asistencia).	Se evalúan 3 aspectos con preguntas cerradas: +Actitud del facilitador. +Contenido de la actividad. +Calidad en el servicio. Por otro lado, se realizaban 3 preguntas abiertas: + ¿Qué beneficios obtengo de la actividad? + ¿Qué aspectos positivos tuvo la actividad en su desarrollo? + ¿Qué aspectos a mejorar encuentra en el desarrollo de la actividad?	Al terminar cada intervención.

Los resultados de las encuestas fueron depositados en cinco informes mensuales que contienen un resumen estadístico de las respuestas, sumado a la cobertura por estrategia recreativa y la cobertura general de cada *Vagón*.

4.5 Procedimiento

El primer paso fue una revisión de los insumos para categorizarlos en dos tipos de información. En primer lugar, la información de la vivencia, que facilitó caracterizar las etapas de la planificación, ajustadas a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco. En segundo lugar, la información que permitió describir el proceso de recreación dirigida, ajustada a la modalidad semipresencial, del proyecto mencionado.

El segundo paso fue establecer temas generadores o problemáticas para analizar a partir de la información obtenida de la revisión de diarios de campo, informes mensuales y cuestionarios, los cuales pudieran contribuir a dar respuesta a la pregunta problema planteada y de esta manera cumplir con los objetivos. Se plantearon como problemáticas a analizar las siguientes: i) de la presencialidad a la semipresencialidad: *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco; ii) proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco y iii) proceso de recreación dirigida, ajustada a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco en modalidad semipresencial.

El tercer paso fue una revisión teórica de las categorías de análisis (seleccionadas anteriormente) y sus ejes temáticos (véase Marco de análisis conceptual), que permitió una conceptualización y una comprensión de cada una para, posteriormente, contrastarlas con la información vivencial obtenida en la revisión documental, buscando dar respuesta a la pregunta problema planteada en el trabajo de grado. El procedimiento se resume en la siguiente figura:

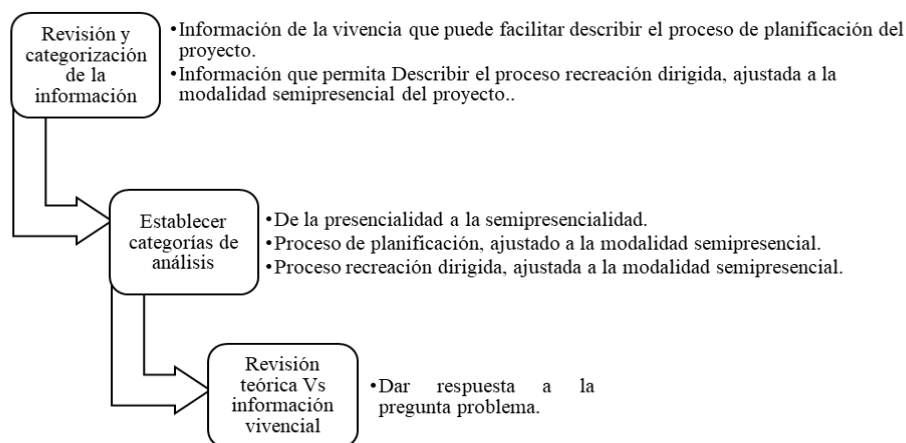


Figura 3. Elaboración propia sobre el procedimiento para la metodología de trabajo de grado.

4.6 Limitaciones

Este trabajo de grado se limitó a reflexionar sobre un proceso específico de planificación desarrollado en la modalidad semipresencial durante la pandemia y no contempla la realización de este tipo de procesos antes de la llegada de la pandemia en modalidad virtual o presencial, porque no existían las consecuencias derivadas del distanciamiento y las medidas de bioseguridad. Por otra parte, en el análisis solo se contempló la metodología SAR, pues en los espacios de intervención que se tenían disponibles durante la práctica profesional no se contó con el tiempo suficiente para, como complemento, adaptar satisfactoriamente la metodología de intervención SARI (Secuencia de Actividades Recreativas Intensivas), propuesta por Mesa (2010) para la recreación dirigida. Por otro lado, para la investigación no se pretenden categorizar los resultados de datos como la edad, el género, la condición económica, etc., porque la participación de la población fue de forma itinerante y en algunas estrategias recreativas solo quedaba registrado el nombre del participante o el usuario del perfil de Instagram que usaban, sin brindar ningún tipo de información adicional.

Capítulo 5. Marco de Análisis Conceptual

En este capítulo se presenta una aproximación conceptual a tres categorías de análisis y sus respectivos ejes temáticos, con el fin de comprender el proceso de planificación ajustado a la modalidad semipresencial del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo*, mediado por la recreación dirigida, dentro de la Clínica Imbanaco y durante el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19. Estas tres categorías son:

- 1) *De la presencialidad a la semipresencialidad*: aquí se aborda el concepto de distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 y el concepto de modalidad semipresencial.
- 2) *Proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial*: contempla sus etapas y se exponen dos perspectivas de la planificación.
- 3) *Proceso de recreación dirigida, ajustada a la modalidad semipresencial*: en la que se expone el concepto de recreación dirigida como práctica pedagógica y la actividad interna y los lenguajes lúdico-creativos o mediaciones semióticas.

Categoría 1. De la presencialidad a la semipresencialidad

En esta categoría se conceptualiza el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 desde las miradas de Cetron y Landwirth (2005), de Rigon (2021) y desde la postura sociológica de Cantò et al. (2021). Por otro lado, se conceptualiza la modalidad semipresencial desde Marti (2011), Bartolomé (2004) y desde la *psicología de la educación virtual* que proponen Coll y Monereo (2008).

1.1 Distanciamiento producido por la pandemia del covid-19

Según Cetron y Landwirth (2005), el distanciamiento es la principal medida restrictiva de salud pública por la que se opta para reducir la transmisión de una enfermedad o infección considerada altamente contagiosa. Su objetivo principal es construir una barrera física mediante estrategias ligadas a la distancia o el aislamiento, que varían según la fase o el nivel de infección, desde la cuarentena individual de personas contagiadas en las primeras fases hasta el cierre de establecimientos o medidas restrictivas para el uso del espacio y el transporte. En el caso del covid-19, que se ha expandido a nivel global, Rigon (2021) menciona que se ha establecido como medida de respuesta a su rápida propagación el distanciamiento, con el fin de disminuir las interacciones entre las personas, evitando la propagación del virus y facilitando la respuesta del sector salud. Estas medidas afectaron a los diferentes sectores económicos, culturales y sociales, teniendo como consecuencia la

restricción o prohibición de aglomeraciones en cada uno de estos, exceptuando los servicios básicos, que funcionan bajo protocolos de bioseguridad, los cuales incluyen desinfección de manos, uso de tapabocas y distanciamiento (Rigon, 2021).

Sin embargo, desde la perspectiva sociológica de Cantò et al. (2021), para comprender el distanciamiento es importante definir los conceptos de *proximidad* y *distancia* como una diferencia de poder y de jerarquía que se modula en tres sentidos: 1) temporal, que hace referencia a la relación distancia y tiempo; 2) físico-espacial, que hace referencia al espacio geográfico, se puede medir numéricamente en centímetros, kilómetros u otra unidad, y define la proximidad física de los cuerpos; y socio-espacial, que hace referencia a las relaciones que se dan con las infraestructuras o espacios en la sociedad; 3) habitual-afectiva, que se refiere a la proximidad y distancia mental o emocional independientemente de la espacio-temporal.

Es importante resaltar desde esta perspectiva que el *distanciamiento social* es un término que se relaciona con todas las normas y limitaciones que se han adoptado para mitigar el impacto de la pandemia (cuarentenas, cierre de escuelas, restricciones en el trabajo, actividades de ocio y reuniones sociales, uso obligatorio de mascarillas y equipos de protección personal), porque el fin sigue siendo limitar la proximidad física. Sin embargo, según Cantò et al. (2021), realmente no son medidas de distanciamiento *social* sino *espacial*, pues “no tienen que ver directamente con la intensidad o cercanía de un vínculo social ni su objetivo principal es la suspensión de interacciones o vínculos” (p. 8). Para estos autores, las medidas de distanciamiento sí han generado consecuencias en:

- **Las interacciones:** Cantò et al. (2021) mencionan que las interacciones son acciones orientadas recíprocamente en un espacio y tiempo determinados, e identifican tres consecuencias: 1) la reconfiguración de las interacciones mediante los recursos tecnológicos (aumento de videollamadas, chats y juegos en línea; dificultad para generar interacciones en las personas con accesibilidad y conocimiento limitado sobre la tecnología, dificultad para generar interacciones físicas que cumplan con las restricciones); 2) el abandono de las interacciones menos significativas (esto ocurre debido al confinamiento y al cierre o a las limitaciones de espacios físicos que impactan el carácter social de las personas, reduciendo su círculos sociales más importantes); 3) la reducción de interacciones espontáneas e imprevisibles (el uso de nuevas tecnologías y la limitación de la proximidad física acortan la posibilidad de encuentros casuales y fortuitos que enriquecen la vida social).

-Los vínculos: Cantò et al. (2021) los definen como relaciones significativas que tienen una implicación emocional, y resaltan que la sostenibilidad y el fortalecimiento de los vínculos ha sido uno de los principales retos que han generado las medidas de distanciamiento, sobre todo en aquellos que no se encuentran en una distancia y proximidad espacio-temporal en donde el individuo realiza su confinamiento. Para esto, se crearon diferentes estrategias, como elementos de bioseguridad (caretas, mascarillas, trajes protectores) y se adoptaron hábitos bioseguros (lavado de zapatos, desinfección de manos, lavado de manos), además de lo ya mencionado en las nuevas estrategias para mantener las interacciones. Pero Cantò et al. (2021) resaltan que no todos los vínculos que estaban en un espacio-tiempo cercano se fortalecieron o se mantuvieron, pues el estrés, la incertidumbre y las nuevas dinámicas de compartir un tiempo parcial o completo con un vínculo, generaron conflictos en la convivencia y la comunicación.

- Las relaciones: Cantò et al. (2021) las definen como un hilo entre dos o varias personas, objetos o cosas que coinciden de forma directa o indirecta, haya o no reciprocidad. Haciendo hincapié en la relación con el trabajo, dicen que algunos sectores ocupacionales tuvieron la necesidad de implementar una nueva modalidad, como lo es el teletrabajo, para evitar la proximidad física; mientras que otros sectores considerados esenciales tuvieron que asumir el riesgo de continuar con una presencialidad que cumpliera con todas las medidas de distanciamiento.

La Clínica Imbanaco, al ser una entidad prestadora de salud, implementó un protocolo de bioseguridad estricto para los colaboradores y los usuarios (véase Marco contextual), que significó una ruptura en la cotidianidad de las dinámicas laborales y los servicios brindados. Este hecho no fue ajeno a los practicantes de Recreación, quienes hasta el día 13 de marzo del 2020 realizaron sus diferentes actividades e intervenciones en modalidad presencial, con el apoyo y la disponibilidad de espacios de encuentro, de materiales y sin restricciones de distanciamiento. A partir del 16 de marzo, los practicantes de Recreación fueron informados de que sus tareas, actividades e intervenciones próximas se ejecutarían en modalidad virtual hasta nueva orden, acatando la medida de distanciamiento para evitar la rápida propagación del covid-19 (Rigon, 2019).

Estas medidas de bioseguridad tuvieron como consecuencia un cambio en la relación con el trabajo para los colaboradores (Cantò et al., 2021), incluyendo a los practicantes de Recreación. Por un lado, la aparición de la modalidad de teletrabajo para el personal administrativo implicó en muchos casos trabajar bajo condiciones que carecían de una adecuación espacial e inmobiliaria necesaria para realizar los procesos que se asignaban

(sillas o mesas ergonómicas, conexión estable a internet, equipos de cómputo ideales). A esto se sumaba el estrés de que su presencia en casa significara cumplir con tareas o responsabilidades del hogar que normalmente no realizaban en su espacio de trabajo. En teletrabajo, las interacciones que comúnmente se daban en la cotidianidad con los compañeros de trabajo, como el saludo, los diálogos, los descansos, entre otros momentos del día, se transformaron y disminuyeron al estar mediados por la tecnología (Cantò et al., 2021), porque los practicantes y los colaboradores limitaban su carácter social a los círculos más cercanos, y el no poder compartir un espacio con otras personas dificultaba las interacciones fortuitas o imprevisibles. En el siguiente apartado se evidencia cómo vivieron la llegada del teletrabajo los practicantes de recreación:

El trabajo virtual a veces se vuelve un poco frustrante porque los líderes mantienen en constante vigilancia si el trabajo se está realizando o no (inclusive lo hacen en horarios donde me encuentro respondiendo a mis tareas académicas), sin embargo, es entendible pues es una dinámica nueva para todos y debemos irnos acoplando. (Laura Valencia, 2020, diario de campo semana 16-20 de marzo).

El personal asistencial debía asistir a sus espacios de trabajo cumpliendo con todos los protocolos de bioseguridad asignados, generando rutinas que evitaran las interacciones físicas y que únicamente estuvieran enfocadas al cumplimiento de sus labores en su permanencia dentro de la Clínica; esto, sumado a la incertidumbre que generaba estar expuestos a un posible contagio o a convertirse en un foco de propagación del virus al llegar a sus hogares, disminuyó el deseo de asistir a su espacio de trabajo y generó un aumento de riesgos psicosociales como estrés y ansiedad. Lo anterior fueron aspectos y necesidades claves de la población que los practicantes de Recreación tomaron como base para definir las temáticas del proceso recreativo a desarrollar en el proyecto de práctica profesional.

Conforme aumentó la necesidad de los servicios, fue necesario que los colaboradores que se encontraban en teletrabajo (incluyendo a los practicantes de Recreación) asistieran nuevamente a sus espacios de trabajo, aunque esto aumentara el nivel de precaución frente al contagio. En consecuencia, la Clínica optó por delegar equipos de trabajo que hicieran una constante revisión en las áreas, buscando cumplir estrictamente con los protocolos de bioseguridad. Este nuevo escenario se convirtió para los practicantes de Recreación en una oportunidad para realizar el proceso de planificación de su proyecto de práctica en la

modalidad semipresencial. Aquí se pueden reflejar algunas sensaciones y expectativas de los practicantes en su regreso a la clínica:

Es extraño volver después de un tiempo tan prolongado en casa, las medidas son estrictas y puede ser angustiante recordar continuamente el riesgo que existe si no las cumplimos, pero incluso en este contexto esto abre nuevas posibilidades para desarrollar intervenciones con los colaboradores. (Andrés Núñez, 2020, diario de campo semana 31 de octubre-5 de septiembre).

1.2 Modalidad semipresencial

Para Marti (2011), la modalidad semipresencial o Blended Learning (aprendizaje mezclado) es un método de enseñanza que combina la modalidad virtual y la presencial de forma articulada, aprovechando las ventajas de realizar sesiones sincrónicas, asincrónicas y presenciales. Esta modalidad implica el uso de herramientas tecnológicas, las cuales deben ser seleccionadas y empleadas según las necesidades del curso, porque, como menciona Marti, “es necesario poner estos recursos en función del modelo pedagógico que se adopte, el cual debe estar centrado fundamentalmente en la actividad del estudiante” (2011, p. 72). Según Marti, esta modalidad implica pensar en tres preguntas: 1) ¿qué parte del proceso se realiza de carácter presencial y cuál virtual?, 2) ¿cuál será el rol del docente en las sesiones presenciales y virtuales?, 3) ¿qué herramientas tecnológicas se pueden emplear que soporten y faciliten el proceso educativo que se desea realizar?

Otra perspectiva similar es la de Bartolomé (2004), quien menciona que la modalidad semipresencial es una de varias formas para referirse a modelos de aprendizaje mixtos que combinan la enseñanza presencial y la virtual, en la cual el aspecto más relevante es la “selección de los medios adecuados para cada necesidad educativa” (Bartolomé, 2004, p. 11). Este modelo no se basa en una teoría de aprendizaje, sino que es una aplicación práctica que busca aprovechar los recursos tecnológicos para aumentar la responsabilidad del aprendizaje autónomo del estudiante, dinamizar el proceso educativo con el uso de herramientas multimedia en las sesiones presenciales y potenciar el aprendizaje aprovechando los recursos que ofrece la red (plataformas, herramientas, fuentes de información).

Coll y Monereo (2008), desde la perspectiva de la *psicología de la educación virtual*, definida como la “psicología de la educación en entornos sustentados total o parcialmente en las TIC” (p. 39), conceptualizan la modalidad semipresencial con una definición similar a los anteriores autores, es decir, la incorporación de las TIC a un proceso de enseñanza y aprendizaje donde se aprovechan las ventajas de la presencialidad, como la interacción física

y la vinculación emocional, y las de la virtualidad, como la eliminación de las barreras espacio-temporales y la reducción de los desplazamientos. Coll y Monereo (2008) hacen hincapié en los siguientes puntos:

1) La incorporación de las TIC permite un abanico de herramientas (aplicaciones, programas, plataformas) que deben ser usadas teniendo en cuenta sus características de accesibilidad (facilidad de acceso), usabilidad (facilidad de uso y aprendizaje de los funcionamientos) y adaptabilidad (capacidad para responder a las necesidades del alumno o del docente); porque de la selección y uso adecuado de una herramienta digital depende la obtención de los resultados esperados.

2) El desarrollo de normas, procesos de evaluación, características de los contenidos, estrategias de acompañamiento y cualquier otro tipo de elemento que se considere durante el proceso y que aporte a la organización y el desarrollo de la actividad conjunta y al proceso de aprendizaje; para esto es vital que el docente deje de lado el rol de transmisor de información y se convierta en un gestor de los recursos tecnológicos disponibles, mientras orienta y guía sus proyectos educativos.

3) El último aspecto relevante de esta modalidad, es la oportunidad de mediar el triángulo interactivo de cinco formas: alumnos-contenido (exploración y acceso a contenidos, posibilidad de realizar tareas que hagan parte del proceso educativo); docente-contenidos (organización de contenidos, diseño y planificación de actividades); profesor-alumnos o alumnos-alumnos (intercambios comunicativos en relación o no con los contenidos o actividades); mediadores de la actividad conjunta (auxiliares o amplificadores de situaciones o acciones, seguimiento y evaluación del proceso de aprendizaje); y configuradores de entornos o espacios de trabajo (de carácter asincrónico o sincrónico).

A continuación, se describe cómo se vivenció la modalidad semipresencial durante la ejecución del proyecto de práctica profesional.

Dentro de la modalidad presencial se realizó una cantidad limitada de tareas e intervenciones con grupos pequeños de colaboradores de las diferentes áreas de trabajo, cumpliendo estrictamente con el distanciamiento, seleccionando los materiales adecuados y dándole un uso correcto para evitar ser foco de contagio. Estos espacios de intervención brindaron la posibilidad de compartir con un nivel mínimo de interacción física, y el rol de los practicantes de Recreación se enfocó en ser facilitadores del proceso recreativo y, a su vez, guardianes de la salud, al promover el cuidado y la protección durante el transcurso de la intervención (véase Figura 4).

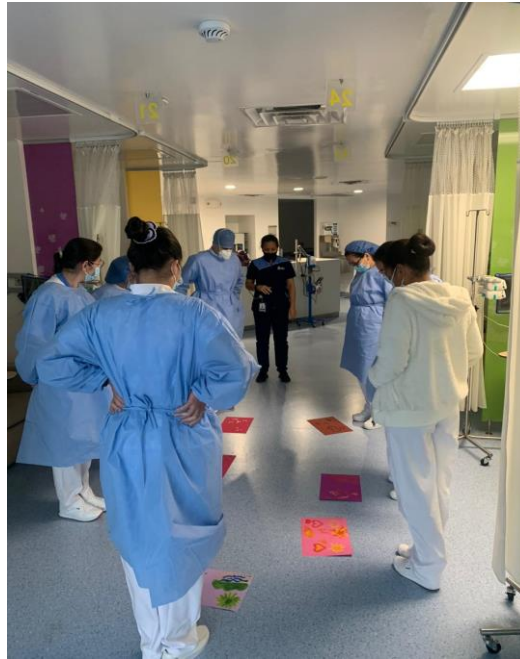


Figura 4. Intervención presencial de la temática cuidado emocional llamada “Pintura emocional”, en el área de Quimioterapia.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, octubre de 2020.

Por otro lado, las intervenciones que se realizaron en modalidad virtual se dirigieron al personal que se encontraba realizando teletrabajo y al personal que, por cuestiones de tiempo y desplazamiento, no podían abandonar sus puestos de trabajo. En este caso, los practicantes de Recreación, además de ser facilitadores del proceso recreativo, se convertían en orientadores de las herramientas tecnológicas que se seleccionaron, al despejar dudas e inquietudes sobre su manejo.

Las dos herramientas tecnológicas utilizadas fueron el Instagram oficial del PAE y Google Meet, que brindó el servicio de videoconferencia. Estas herramientas cumplieron con las características propuestas por Coll y Monereo (2008), contando con un alto grado de *accesibilidad* para los colaboradores, porque en su mayoría eran seguidores del Instagram del PAE y tenían un computador o un celular disponible para conectarse a las sesiones de Google Meet; una *usabilidad* conocida para los usuarios de la red social Instagram junto a funciones fáciles de enseñar y aprender en Google Meet; y una *adaptabilidad* a los diferentes contenidos que se querían brindar gracias a las diversas funciones de ambas herramientas, que permitían implementar estrategias sincrónicas, como conferencias y encuentros virtuales (véase Figura 5), y asincrónicas, como contenido audiovisual, juegos digitales e información de interés según la necesidad (véase Figura 6).

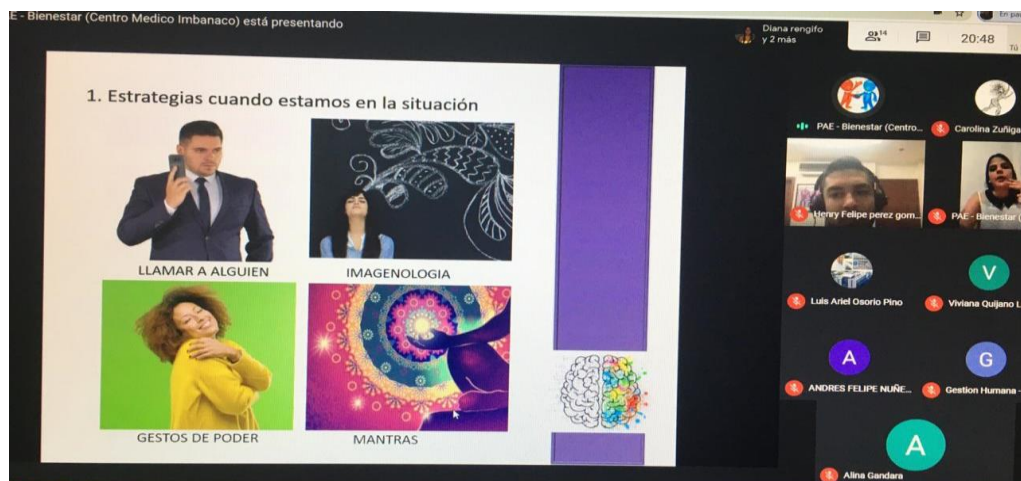


Figura 5. Conferencia de la temática estrés titulada “Una mirada diferente del estrés”, en la aplicación Google Meet.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, junio de 2020.



Figura 6. Contenido de la temática estrés titulado “¿Qué siento al escuchar el ritmo?”, en la red social Instagram oficial del PAE.

Fuente: Diseño elaborado por el equipo de comunicación del área Gestión Humana, julio de 2020.

Por otro lado, las herramientas tecnológicas tuvieron un rol transformador en la forma en que mediaron las relaciones del triángulo interactivo, impulsando nuevas formas de aprender y enseñar (Coll et al., 2008). En el caso de este trabajo de grado, se van a abordar los componentes del triángulo interactivo adaptados a la recreación, como lo propone Mesa (2011): profesor por recreador (agente social que planifica, ejecuta y evalúa el proceso),

alumno por recreando (población que participa en el proceso) y contenido, que se refiere a las temáticas que se trabajan bajo un componente lúdico y creativo. En las intervenciones virtuales que se realizaron durante la ejecución del proyecto de práctica, las herramientas tecnológicas mediaron las relaciones de la siguiente forma:

- ***Configuradores de entornos o espacios de trabajo:***

Los espacios de intervención presencial fueron transformados por entornos virtuales de carácter sincrónico y asincrónico. En la aplicación Google Meet se daban espacios de trabajo individual y colectivo de forma sincrónica, mientras que en el Instagram oficial del PAE los espacios de trabajo estaban enfocados en la construcción de conocimiento individual de manera asincrónica. Estos dos nuevos entornos virtuales diversificaron las posibilidades de brindar un aprendizaje aprovechando las opciones de cada herramienta tecnológica.

- ***Recreando- contenidos:***

En el Instagram oficial del PAE, los recreandos tenían la oportunidad de acceder a los diferentes contenidos que se les presentaban en formato audiovisual mediante publicaciones e historias y reaccionar según su perspectiva a través de likes, comentarios o emoticones. Google Meet les permitía el acceso a contenidos sincrónicos como conferencias y encuentros virtuales. En ambos casos, estas herramientas les otorgaban a los recreandos autonomía y control sobre su participación frente al contenido.

- ***Recreador-contenidos:***

El Instagram oficial del PAE permitió presentar los contenidos de forma asincrónica y la aplicación Google Meet, de forma sincrónica; la limitante era que los contenidos debían tener una estética visual atractiva, información concreta apoyada de contenido audiovisual que facilitara su comprensión y debían planificarse pensando en cómo obtener mayor impacto en la población según la necesidad del tema (historias o publicaciones, videos o imágenes, juegos o información relevante).

- ***Recreador- Recreando o Recreando- Recreando:***

En la relación recreador-recreando, las interacciones que se daban por el Instagram oficial del PAE se mediaron por el chat, en el cual se daba una posibilidad de comunicación sincrónica con respuestas inmediatas y otra posibilidad de comunicación asincrónica con mensajes que tenían el riesgo de ser contestados por otra persona que manejara el perfil, lo que implicaba una pérdida en el sentido inicial de la conversación.

En Google Meet, la comunicación se dio únicamente de manera sincrónica a través del chat en formato de texto o las opciones de micrófono y cámara, que generaban un mayor nivel de interacción y cercanía en comparación con Instagram. Digno de mención es que en la comunicación por la opción de chat el número de palabras o expresiones en los mensajes eran mínimos y era difícil realizar una interpretación del tono o intención del mensaje, lo que podía llegar a generar confusión.

- ***La actividad conjunta***

En los espacios de intervención virtual configurados por las TIC, la red social Instagram oficial del PAE no permitió realizar un seguimiento y un control de la actividad conjunta, dado su carácter asincrónico; mientras que en la aplicación Google Meet el recreador orientaba el proceso sincrónico mediante las opciones de chat, cámara, micrófono, levantar la mano y presentar pantalla para ilustrar indicaciones o ejemplos; así mismo, realizaba pausas para retroalimentar o resolver dudas e inquietudes y obtenía las valoraciones de los recreandos, lo anterior con el fin de cumplir con el objetivo de la sesión.

Finalmente, se resalta que la modalidad semipresencial permitió continuar con los procesos de intervención del Área PAE Contigo y fue una alternativa para brindar un espacio de bienestar que los colaboradores resaltaron positivamente, como se evidencia en el siguiente comentario:

La virtualidad ayuda a tener espacios para compartir en medio de este caos, les agradezco mucho aprovechar la tecnología y vernos fácilmente a través de una pantalla. (Colaborador Clínica Imbanaco, comunicación personal en la aplicación Google Meet, 25 de junio de 2020)

Categoría 2. Proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial

En esta categoría se aborda la planificación estratégica o situacional según Matus (1983), y la planificación y programación social propuesta por Pichardo (1997), siendo esta última en la que más interesa profundizar para el análisis de la categoría.

2.1 Planificación

Referente a la planificación, Matus (1983) propone *la planificación estratégica o situacional* como un proceso en el cual se identifica un patrón o elemento que requiere una mejora o transformación, denominado situación inicial, mediante proyectos (acciones o estrategias) que requieren una direccionalidad y viabilidad para alcanzar una situación

objetivo. Lo anterior se consigue mediante la elaboración de un plan situacional que, según Matus, tiene las siguientes fases:

1) Programa base: una idea o estrategia que plantea un actor en referencia a una situación inicial que no tiene un estudio de viabilidad ni direccionalidad.

2) Programa direccional: en el que se establece una ruta o posibles pasos a seguir para impactar la situación inicial.

3) Opciones direccionales: en las cuales se establecen con claridad la dirección y el alcance que se necesita para lograr la situación objetivo, se construyen tendencias históricas y futuras de la situación inicial y, finalmente, se propone una serie de proyectos para transformar la situación inicial en la situación objetivo.

Al terminar estas tres fases ya se cuenta con un sentido y una coherencia claras, en lo que se denomina marco direccional. Este permite establecer trayectorias o líneas de posibilidades que puede generar el proyecto planteado, que son evaluadas para seleccionar una, teniendo en cuenta las fases de viabilidad que se presentan a continuación:

4) Viabilidad cultural y política: relaciones de poder político que le permiten al actor llevar a cabo los proyectos y rasgos culturales que pueden favorecer o resistir a los proyectos.

5) Viabilidad institucional y organizativa: posibilidad del cambio en la institución y apoyo o resistencia de sus diferentes componentes organizativos.

6) Viabilidad económica: coherencia financiera de los recursos necesarios.

Por otro lado, Pichardo (1997) hace referencia a *la planificación y programación social* como un proceso que está constituido por etapas que se relacionan y tienen una secuencia que permite cumplir un objetivo propuesto; desde esta perspectiva de la planificación se implementó el proyecto de práctica, mediante las etapas que, según Pichardo, son:

A) El diagnóstico: en el cual se realiza una investigación de la realidad *social* que brinde información sobre las posibles problemáticas a trabajar, además de permitir establecer las posibles razones del problema en cuestión y su evolución e impacto futuro.

La etapa diagnóstica del proyecto de práctica se basó en los resultados del diagnóstico situacional que fueron mencionados en el capítulo del planteamiento del problema, en el que se resalta la necesidad de estructurar la metodología de intervención y trabajo del Área PAE Contigo. Asimismo, los practicantes tomaron los principales hallazgos de un proceso de intervención que se realizó de manera previa al proyecto de práctica llamado *TelePaeContigo*. Esta idea nació como una iniciativa temporal del PAE en el inicio de la pandemia, entre los meses de abril-mayo de 2020, con el fin de realizar un acompañamiento virtual a través de

estrategias lúdicas e informativas en el Instagram oficial del PAE o la aplicación Zoom, que brindaran bienestar emocional y físico.

En el TelePaeContigo, las estrategias estaban planificadas y coordinadas diariamente por dos miembros del equipo PAE que debían ejecutar una en la jornada de la mañana y otra en la jornada de la tarde, sin ningún límite de tiempo. Las estrategias estaban clasificadas en las siguientes categorías: corporales, manuales, conferencias y post, consejos del día, juegos virtuales, prácticas de autocuidado, espirituales y culturales. Los hallazgos que se encontraron en la ejecución del TelePaeContigo y que se tuvieron en cuenta para la formulación del proyecto de práctica fueron:

- Se necesitaba identificar las necesidades de los colaboradores y seleccionar las que era posible trabajar mediante un proceso de intervención recreativa, para establecer un objetivo general que direccionara las estrategias recreativas en el marco de un proceso articulado.
- Era importante planificar estrategias recreativas que ofrecieran un contenido diverso y llamativo, con tiempos de intervención que no saturaran a la población y buscaran generar interacción.
- Para un proceso de intervención recreativa, la forma de realizar el seguimiento de las estrategias recreativas que se planteaban es fundamental, debido a que factores como el modelo de los informes, la continuidad de reuniones en equipo, las evaluaciones que se diseñan para la evaluación, los indicadores de impacto y los tipos de evidencias que se establecen, definen el nivel de retroalimentación y análisis que se puede obtener para el mejoramiento continuo del proceso.

B) La formulación: se realiza con el objetivo de definir un plan o diseño que permita afectar positivamente la problemática identificada. Pichardo (1997) propone cuatro fases que pueden facilitar el desarrollo de esta etapa: en primer lugar, establecer una imagen-objetivo del futuro que se quiere alcanzar; en segundo lugar, establecer estrategias que son “las orientaciones que guían el proceso de intervención” (Pichardo, 1997, p. 29), mediante el planteamiento de objetivos y metas; en tercer lugar, seleccionar o definir las políticas, entendidas como “las líneas generales que guían las acciones (Pichardo, 1997, p. 29); finalmente, realizar una programación referida a la identificación, la selección y el diseño de las acciones que se van a realizar, teniendo en cuenta las fases anteriores.

En el marco del proyecto de práctica, la etapa de formulación inició con la definición de una *imagen-objetivo* (Pichardo, 1997) que se enfocó en establecer una metodología de

intervención y trabajo para el Área PAE Contigo, que permitiría cumplir con su objetivo (véase Planteamiento del problema). En segundo lugar, se establecieron como *estrategias* (Pichardo, 1997) el planteamiento de un objetivo general y tres objetivos específicos con sus respectivos indicadores de resultado, los cuales se mencionan en la Tabla 3.

Tabla 3. Elaboración propia sobre los objetivos e indicadores que se plantearon para el proyecto de práctica.

Objetivos	Indicadores de Resultado
Objetivo General: Estructurar la metodología de intervención en el Área PAE Contigo, a través de la metodología SAR (Secuencia de Actividades Recreativas), generando aprendizajes y experiencias significativas en el horario laboral de los colaboradores de la Clínica Imbanaco.	Al término de un año, se estructurará una metodología de trabajo e intervención basada en la SAR para generar procesos recreativos en el Área PAE Contigo, la cual tendrá una entrega inicial al finalizar los primeros 5 meses y una entrega final después del periodo de prueba y de realizar ajustes.
Objetivo Específico 1: Implementar una metodología de trabajo e intervención que vincule las líneas de acción del Área PAE Contigo a través de procesos recreativos. Objetivo Específico 2: Construir un Banco de estrategias recreativas basadas en los Lenguajes Lúdicos-Creativos (música, teatro, gráfico-plástica y narrativa), que se puedan utilizar en los procesos del Área PAE Contigo. Objetivo Específico 3: Realizar un proceso de evaluación que dé cuenta de los resultados de la metodología implementada en el Área PAE Contigo.	-Al término de los primeros 5 meses, se entregará un instructivo que contenga la metodología de trabajo e intervención que involucre las líneas de acción del Área PAE Contigo. -Al término de un año, se entregará un instructivo que contenga la metodología de trabajo e intervención que involucre las líneas de acción del PAE Contigo con los ajustes realizados durante el periodo de prueba. -Al término de los primeros 5 meses, se entregará un Banco con 40 estrategias recreativas basadas en los Lenguajes Lúdico-Creativos de gráfico-plástica, teatro, música y narrativa (10 de cada una). -Al término de un año, se entregará un Banco con 40 estrategias recreativas basadas en los Lenguajes Lúdicos-Creativos, como gráfico-plástico, teatro, música y narrativa, con los ajustes realizados durante el periodo de prueba. -Al finalizar cada intervención o estrategia virtual se realizará una encuesta de satisfacción a los participantes sobre las estrategias recreativas. -Al término de cada temática mensual, se realizará una

	evaluación sobre los aciertos y los desaciertos de los procesos recreativos con la líder del área de Bienestar y la directora de práctica. - Al término del décimo mes, se realizará una evaluación sobre la metodología de intervención implementada con el equipo de trabajo del Área PAE Contigo y la directora de práctica para realizar ajustes finales.
--	---

En tercer lugar, se seleccionaron las siguientes *políticas* (Pichardo, 1997) como líneas generales:

A) El proyecto debía ir en concordancia con los objetivos del Área de Bienestar y el PAE, contribuyendo a un ambiente laboral sano y un bienestar integral para los colaboradores.

B) Todas las acciones realizadas dentro del proyecto debían cumplir con las medidas de bioseguridad establecidas en la Clínica Imbanaco en el año 2020 y debían tener en cuenta las diferentes dinámicas laborales para seleccionar una modalidad de intervención virtual o presencial.

C) Las herramientas tecnológicas utilizadas debían ser elegidas dentro de las opciones institucionales disponibles y el contenido desarrollado estar bajo los parámetros del diseño institucional.

Finalmente, se realizó una *programación* (Pichardo, 1997), donde se identificó, seleccionó y diseñó las acciones para el proyecto, como se muestra en la Tabla 4:

Tabla 4. Elaboración propia sobre las acciones que se formularon para el proyecto de práctica.

Acción	Actividades	Técnicas	Encargados	Fecha
1. Construir la versión inicial del instructivo de trabajo e intervención.	-Establecer metodología a trabajar por medio de la SAR. -Adaptar la metodología SAR a las intervenciones del Área PAE Contigo. -Redactar y diseñar un paso a paso que organice el proceso de intervención.		-Practicantes de Recreación y la coordinadora del Área PAE Contigo.	Abril

2. Definir el objetivo anual y las temáticas a trabajar mes a mes con su respectivo objetivo.	-Realizar una encuesta informal para medir los riesgos psicosociales de los colaboradores. -Formular un objetivo general con el fin de mitigar los riesgos psicosociales identificados. -Construir temáticas mensuales que permitan el desarrollo y cumplimiento del objetivo general.	Encuesta .	-Practicantes de Recreación con el apoyo de los practicantes de Psicología y la coordinadora del Área PAE Contigo.	Abril
3. Categorizar las estrategias recreativas para cumplir el objetivo general planteado.	-Realizar una indagación sobre diferentes estrategias recreativas. -Organizar las estrategias recreativas según cada Lenguaje Lúdico Creativo (gráfico-plásticas, música, teatro, narrativa).	Proceso de búsqueda y organización	-Practicantes de Recreación.	Mayo
4. Evaluar y ajustar las estrategias recreativas encontradas.	-Elaboración de una pauta que evalúe las limitaciones y la finalidad de las estrategias recreativas según el objetivo general planteado. -Evaluar las limitaciones de las estrategias recreativas encontradas. -Evaluar si la finalidad de las estrategias recreativas se relaciona con el objetivo general.	Pautas de evaluación.	-Practicantes de Recreación	Junio
5. Presentar propuesta al equipo de trabajo relacionado al Área PAE Contigo.	-Socializar las estrategias recreativas seleccionadas con el director de práctica. -Realizar los ajustes necesarios según las indicaciones del director de práctica. -Socializar la propuesta con el equipo de trabajo. -Realizar los ajustes necesarios según las indicaciones del equipo de trabajo PAE.	- Exposición y diálogo.	Practicantes de Recreación y el equipo de trabajo involucrado en el Área PAE Contigo.	Junio
6. Implementar la	-Construir un cronograma con duración de cinco meses.	- Lenguajes	Practicantes de Recreación.	Junio- Noviembre

propuesta con los colaboradores de la Clínica Imbanaco.	-Desarrollar las estrategias recreativas en las cuatro líneas de acción: intervenciones en las áreas, pausas activas lúdicas-virtuales por medio del Instagram oficial del PAE, conferencias y reuniones mensuales para todos los colaboradores. -Realizar encuestas de satisfacción a los colaboradores después de participar en cada uno de las líneas de acción del PAE Contigo.	Lúdicos-Creativos. - Encuesta de satisfacción.		
7. Evaluar y ajustar la propuesta con sugerencias de los participantes.	-Análisis de los informes de los 5 meses de prueba y las diferentes encuestas de satisfacción. -Evaluación de los resultados por los practicantes de Recreación. -Socialización y evaluación de los resultados en conjunto con el equipo de trabajo del Área PAE Contigo. -Realizar los ajustes necesarios según las indicaciones del equipo de trabajo del Área PAE Contigo.	-Proceso de evaluación.	Practicantes de Recreación con el apoyo y el equipo de trabajo del Área PAE Contigo.	Diciembre
8. Entregar la propuesta final.	Entregar la versión final del resultado de la propuesta donde estará incluido el instructivo y el Banco de estrategias recreativas, con los ajustes realizados a partir de la evaluación final con el director de práctica y el equipo de trabajo del Área PAE Contigo.	-Proceso de modificación y ajustes.	Practicantes de Recreación.	Diciembre

C) La ejecución: aquí se desarrollan las acciones que se diseñaron en la formulación. Para este caso, durante la etapa de ejecución, las acciones que se programaron en la formulación se desarrollaron de la siguiente forma:

Acción #1. Construir la versión inicial del instructivo de trabajo e intervención

En primer lugar, se estableció una metodología basada en la SAR (Mesa, 2009) para ser implementada en un periodo anual, compuesta por 4 momentos: la fase diagnóstica, donde

se busca identificar los malestares laborales de los colaboradores para realizar un proceso de intervención lúdico-pedagógico; la fase de construcción de los contenidos a trabajar, en la cual se plantean las temáticas mensuales y las estrategias recreativas basadas en los resultados de la fase diagnóstica; la fase de ejecución, donde se realizan los contenidos planeados con los colaboradores; y la fase de evaluación de los resultados del proceso.

La idea de esta metodología era vincular cada una de las estrategias recreativas que se implementaban a una temática y un objetivo específico por medio de una planeación, a fin de generar un espacio de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral a través de un proceso que se construyera según las necesidades y particularidades de los diferentes colaboradores de las áreas.

En segundo lugar, se redactó la primera versión del instructivo basada en información organizacional que brindó la coordinadora del Área PAE Contigo; este documento contenía: objetivo general del área, descripción general del área, metas organizacionales, descripción de los vagones en la modalidad presencial, metodología de intervención y metodología de trabajo inicial.

Acción #2. Definir el objetivo anual y las temáticas a trabajar mes a mes con su respectivo objetivo

En primer lugar, se realizó una encuesta semiestructurada en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización, por sugerencia de la jefe del Área de Bienestar, quien consideró que podría ser una muestra para visualizar un panorama general de las posibles temáticas a trabajar, teniendo en cuenta que son áreas críticas en relación con los riesgos psicosociales, y la llegada de la pandemia incrementó dichos riesgos. Las preguntas de la encuesta y los resultados de los 155 colaboradores son mostrados en las siguientes figuras:

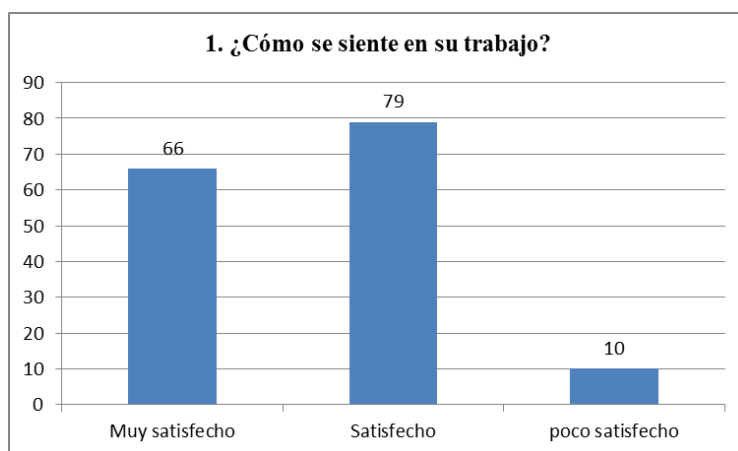


Figura 7. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 1 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.

La Figura 7 muestra que 79 colaboradores, equivalentes al 51% de los 155 que respondieron la pregunta, se sentían *satisfechos* en su trabajo, mientras que 66 colaboradores, equivalentes al 42.5 %, se sentían *muy satisfechos*. Solo 10 colaboradores, equivalentes al 6.5%, se sentían *pocos satisfechos*.

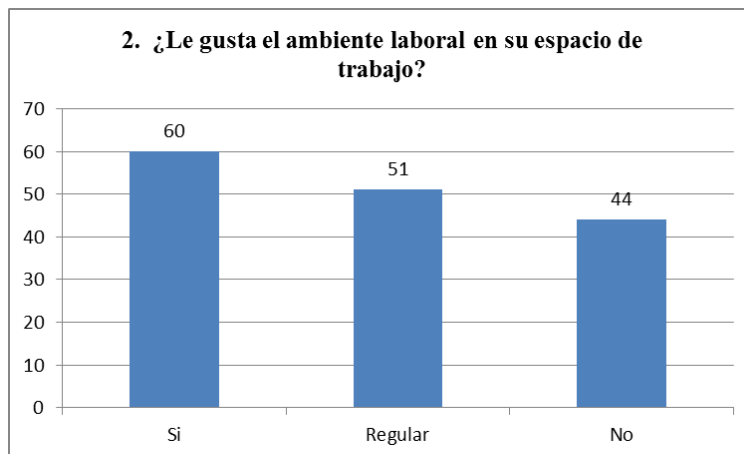


Figura 8. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 2 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.

La Figura 8 muestra que a 60 colaboradores (39%) *sí* les gustaba el ambiente laboral en su espacio de trabajo, a 51 colaboradores (33%) les parecía *regular* y a 44 colaboradores (28%) *no* les gustaba.

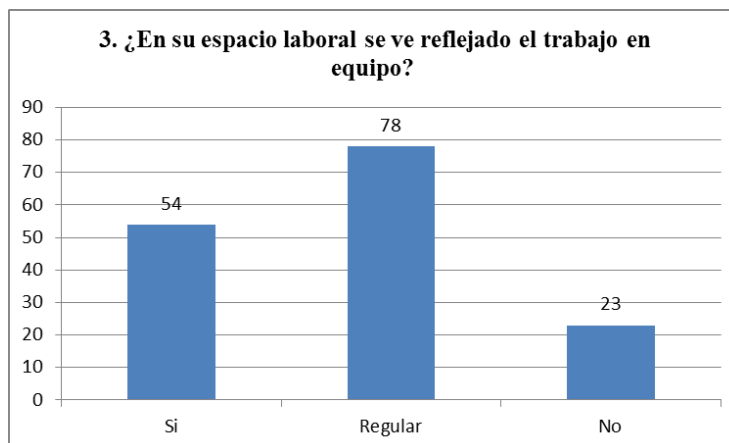


Figura 9. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 3 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización .

La Figura 9 muestra que 78 colaboradores (50.5%) consideraban que el trabajo en equipo se presentaba de forma *regular* en su espacio laboral, 54 colaboradores (34.5%) consideraban *que sí* se presentaba y 23 colaboradores (15%) consideraban que *no*.

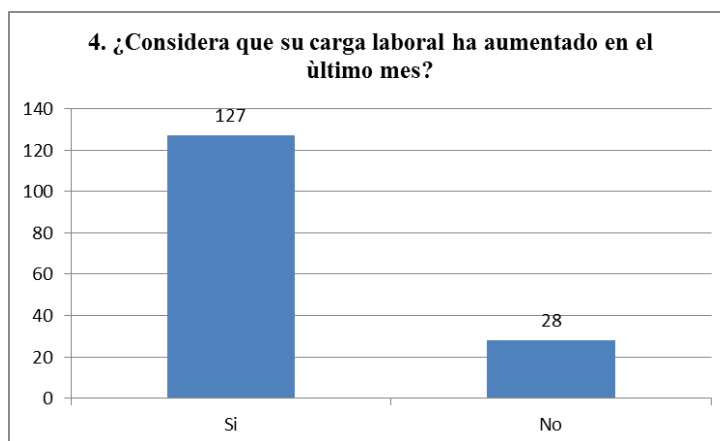


Figura 10. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 4 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización .

La Figura 10 muestra que 127 colaboradores (82%) consideraban que su carga laboral sí había aumentado en el último mes, mientras que 28 colaboradores (18%) consideraban que *no* aumentó.

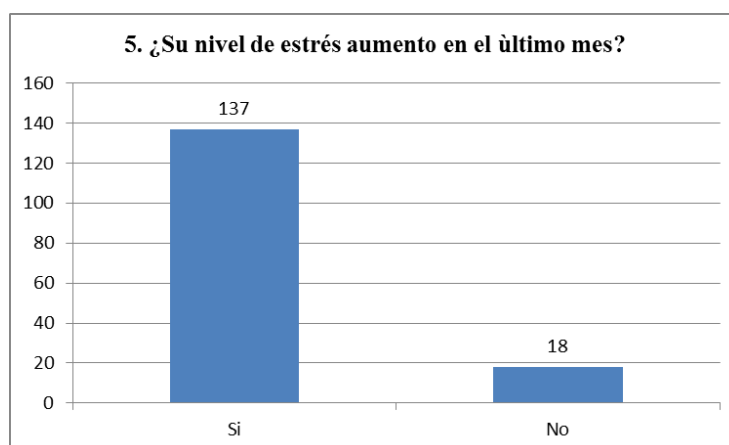


Figura 11. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 5 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.

La Figura 11 muestra que 137 colaboradores (88%) consideraban que su nivel de estrés sí había aumentado en el último mes, mientras que 18 colaboradores (12%) consideraban que *no* aumentó.

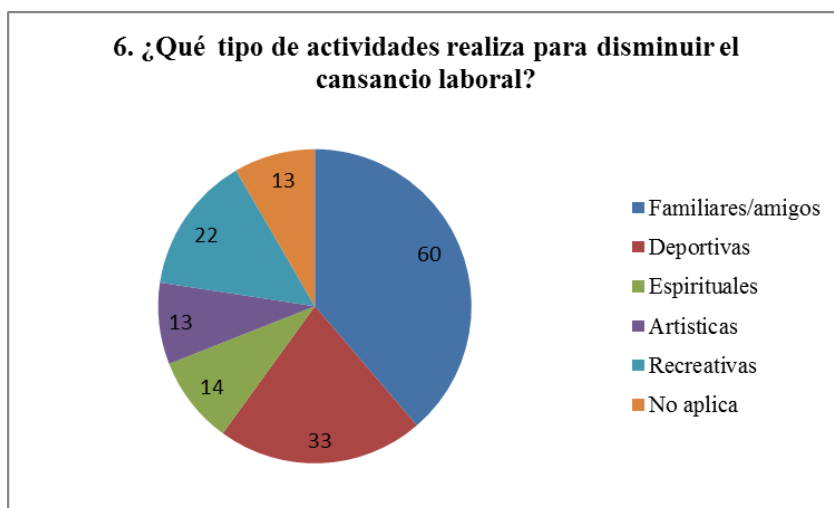


Figura 12. Elaboración propia sobre las respuestas de los colaboradores que participaron en la pregunta 6 de la encuesta diagnóstica en las áreas de Quimioterapia, Urgencias y Central de Esterilización.

La Figura 12 muestra que 60 colaboradores (39%) realizaban actividades *familiares/amigos* para disminuir su cansancio laboral; 33 colaboradores (21%) realizaban actividades *deportivas*; 22 colaboradores (14%) realizaban actividades *recreativas*; 14 colaboradores (9%) realizaban actividades *espirituales*; 13 colaboradores (8.5%) realizaban actividades *artísticas* y, por último, para 13 colaboradores (8.5%) la pregunta *no aplica*.

En segundo lugar, teniendo en cuenta los resultados de la encuesta, los practicantes de Recreación y Psicología, junto a la coordinadora del Área PAE Contigo, establecieron como objetivo anual para el año 2020: *Mitigar los riesgos psicosociales de los colaboradores de la Clínica Imbanaco a través de estrategias recreativas*. Así mismo, definieron cinco temáticas mensuales con su respectivo objetivo:

- **Estrés:** brindar herramientas para reconocer y manejar el estrés.
- **Ansiedad:** brindar herramientas para reconocer y manejar la ansiedad.
- **Cuidado físico:** brindar herramientas para fomentar el cuidado físico en la cotidianidad del individuo.
- **Cuidado emocional:** brindar herramientas para fomentar el cuidado emocional en la cotidianidad del individuo.
- **Relación con mis compañeros y con mi trabajo:** fomentar el autorreconocimiento de las funciones laborales en cada colaborador y la importancia de una sana relación con los compañeros de trabajo.

Acción #3. Categorizar las estrategias recreativas para cumplir el objetivo general planteado.

Acción #4. Evaluar y ajustar las estrategias recreativas encontradas.

Acción #5. Presentar propuesta al equipo de trabajo relacionado con el Área PAE Contigo.

Las acciones 3, 4 y 5 no se pudieron llevar a cabo en el tiempo en que se tenían planeadas porque durante el mes de mayo el foco de trabajo del equipo del área de Bienestar era la propuesta del TelePaeContigo, y, por solicitud de la coordinadora del Área PAE Contigo, en el mes de junio se debía iniciar en el menor tiempo posible la implementación de las estrategias recreativas. Por lo anterior, no se pudo realizar una indagación, una categorización y unos ajustes de todas las estrategias recreativas para los cinco meses de la implementación de la propuesta; debido a esto, se optó por una planeación mensual de cada temática que incluyera los cuatro vagones *del Tren de Bienestar* adaptados a la modalidad semipresencial (véase Tabla 1), elaborada por los practicantes de Psicología y Recreación con la supervisión de la coordinadora del Área PAE Contigo, teniendo en cuenta factores como objetivos a lograr, materiales, conferencistas, pertinencia y tiempo.

Acción #6. Implementar la propuesta con los colaboradores de la Clínica Imbanaco

En primer lugar, se estableció un cronograma para los 5 meses de implementación (ver Tabla 5).

Tabla 5. Elaboración propia sobre el cronograma de la implementación de las temáticas del proyecto de práctica.

PAE CONTIGO 2020				
Objetivo general: mitigar los riesgos psicosociales de los colaboradores de la Clínica Imbanaco a través de estrategias recreativas.				
#	TEMÁTICA	FECHA	INDICADORES	MEDIOS DE VERIFICACIÓN
1	Estrés	16 de Junio / 17 de Julio	1. Asistencia: se medirá el número de participantes 2. Conocimiento: se medirá el conocimiento previo	1.1 Formato de asistencia
2	Ansiedad	21 de Julio / 21 de Agosto		1.2 Imágenes de las sesiones
3	Cuidado Físico	1 de Septiembre / 30 de Septiembre		2.1 Encuesta pre y post

4	Cuidado Emocional	1 de Octubre / 31 de Octubre	y post acerca de las temáticas.	3.1 Encuesta de satisfacción
5	Relación con mi Trabajo y con mis Compañeros	1 de Noviembre / 30 de Noviembre	3. Impacto: se medirá la aceptación y la satisfacción de las intervenciones realizadas	3.2 Informe mensual

En segundo lugar, se desarrollaron las diferentes estrategias recreativas en los cuatro vagones del Área PAE Contigo (líneas de acción), con un total de 77 intervenciones a cargo de los practicantes de Recreación y Psicología:

- **Vagón Brigada PAE:** 18 intervenciones en el área de Quimioterapia, que se desarrollaron una vez por semana con una duración aproximada de 30 minutos en tres momentos presenciales: una apertura en la que se realizaba una activación física; una actividad central en la que se ejecutaba la estrategia recreativa planeada para la sesión y una socialización que permitía el diálogo entre los facilitadores (practicantes) y la población sobre el contenido vivenciado.
- **Vagón Express:** 44 intervenciones en el Instagram oficial del PAE, que se ejecutaban dos veces en la semana (martes y jueves) en horas de la mañana; se realizaban en tres momentos: en primer lugar, la indagación y selección del contenido a cargo de los practicantes de Recreación y Psicología; en segundo lugar, el diseño de las plantillas gráficas para presentar el contenido a cargo de equipo de comunicación del área de Gestión Humana; en tercer lugar, la publicación del contenido por parte de los practicantes mencionados.
- **Vagón del Saber:** 10 conferencias a través de Google Meet, que se realizaban quincenalmente con una duración aproximada de 60 minutos; se desarrollaron según el orden y las dinámicas que estableciera el conferencista asignado.
- **Vagón Para Todos:** 5 intervenciones mensuales, de las cuales 4 se ejecutaron en la modalidad virtual con una duración aproximada de 60 minutos, divididas en tres momentos: una apertura, que podía ser un juego virtual o una dinámica que introdujera al tema; una actividad central en la que se ejecutaba la estrategia recreativa planeada para la sesión; y una socialización que permitía el diálogo entre los facilitadores y la

población. La quinta intervención, que se desarrolló en la modalidad presencial a través de una campaña, se estructuró en dos momentos: realizar un acercamiento a los colaboradores de algunas áreas de trabajo y recolectar mensajes en un mural referente a la temática, y, en segundo lugar, publicar las evidencias fotográficas de la campaña.

La cobertura que se logró en las 77 intervenciones se describe y se relaciona en la Tabla 6.

Tabla 6. Elaboración propia sobre la cobertura lograda en las intervenciones del proyecto de práctica.

VAGÓN	OBJETIVO	TEMÁTICAS	COBERTURA POR TEMÁTICA	COBERTURA GENERAL ALCANZADA
VAGÓN BRIGADA PAE	Tiene como objetivo planear, ejecutar y evaluar procesos de recreativos las áreas de la Clínica Imbanaco que solicitan acompañamiento	Estrés	18 asistentes	126 asistentes
		Ansiedad	27 asistentes	
		Cuidado Físico	34 asistentes	
		Cuidado emocional	25 asistentes	
		Relación con mi trabajo y con mis compañeros	22 asistentes	
VAGÓN EXPRESS	Tiene como objetivo planear, ejecutar y evaluar pausas activas lúdicas-virtuales, por medio del Instagram oficial del PAE, 1 o 2 veces por semana.	Estrés	626 participantes	3745 participantes
		Ansiedad	681 participantes	
		Cuidado Físico	1070 participantes	
		Cuidado emocional	438 participantes	

		Relación con mi trabajo y con mis compañeros	930 participantes	
VAGÓN DEL SABER	Tiene como objetivo brindar conferencias de diversos temas, según sea el requerimiento o la necesidad, con el fin de generar un espacio de conocimiento sobre un tema específico.	Estrés	20 asistentes	176 asistentes
		Ansiedad	33 asistentes	
		Cuidado Físico	18 asistentes	
		Cuidado emocional	78 asistentes	
		Relación con mi trabajo y con mis compañeros	27 asistentes	
VAGÓN PARA TODOS	Tiene como objetivo planear, ejecutar y evaluar una intervención mensual pública para todos los colaboradores de la Clínica Imbanaco, a través de la modalidad virtual, generando un espacio de interactividad y aprendizaje.	Estrés	7 asistentes	129 asistentes
		Ansiedad	11 asistentes	
		Cuidado Físico	5 asistentes	
		Cuidado emocional	6 asistentes	
		Relación con mi trabajo y con mis compañeros	100 participantes	
COBERTURA TOTAL: 4.176				431 asistentes 3.745 participantes

Finalmente, se diseñaron y aplicaron encuestas para evaluar el proceso que se realizó en cada uno de los vagones *del Tren de Bienestar* (véase Tabla 2); los resultados de las encuestas fueron depositados en cinco informes mensuales correspondientes a cada temática, los cuales contenían un resumen estadístico de las respuestas, sumado a la cobertura por estrategia recreativa y la cobertura general de cada vagón. Estos se presentaban a la coordinadora del Área PAE Contigo.

Acción #7. Evaluar y ajustar la propuesta con sugerencias de los participantes

En primer lugar, el proceso fue evaluado constantemente por el equipo de trabajo del Área PAE Contigo, conformado por los practicantes y la coordinadora del área, tomando en cuenta los resultados de las encuestas a fin de mejorar el proceso. Para realizar un balance final de cada vagón, se tomaron en cuenta los resultados de las encuestas anteriores:

-Vagón Express: se realizaron 44 estrategias recreativas en el Instagram oficial del PAE, que fueron evaluadas a través de 10 encuestas de satisfacción realizadas cada 15 días. Los resultados generales obtenidos fueron:

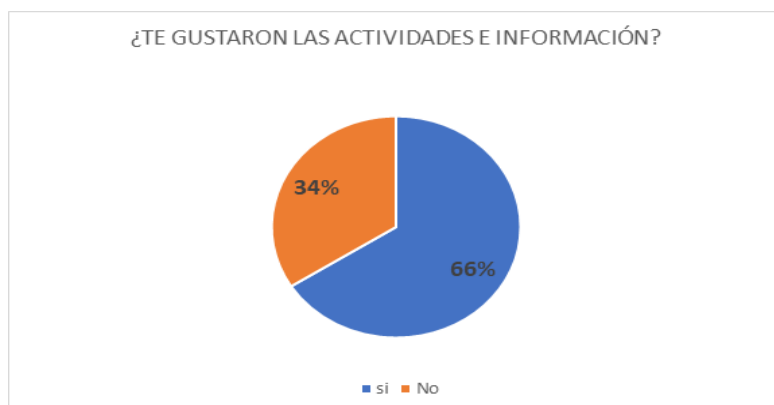


Figura 13. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 1.

La Figura 13 muestra que, de los 266 participantes que respondieron la pregunta, al 66% *sí* le gustaron las actividades, mientras que el 34% mencionaron que *no*.



Figura 14. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 2.

La Figura 14 muestra que el 87% de los 187 participantes que respondieron la pregunta *sí* recibieron información clara y relevante; el 13%, *no*.

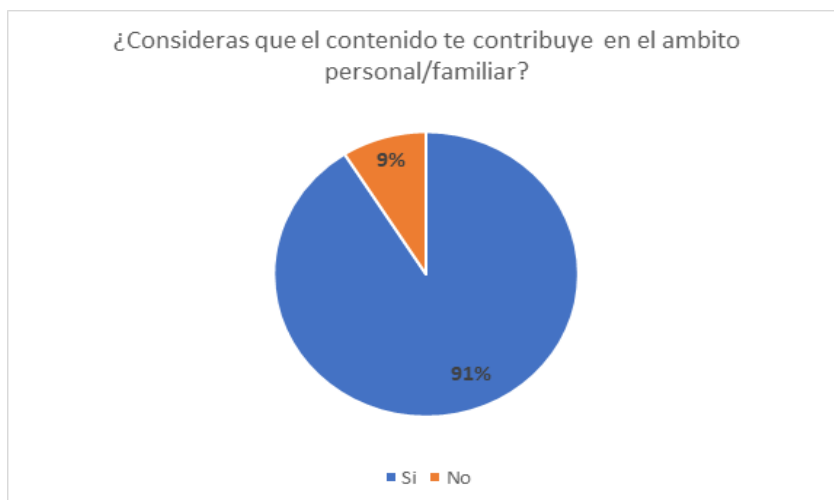


Figura 15. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 3.

La Figura 15 muestra que el 91% de los 180 participantes que respondieron la pregunta *sí* consideran que el contenido contribuyó en el ámbito personal/familiar; el 9%, *no*.



Figura 16. Elaboración propia sobre el balance final del Vagón Express pregunta 4.

La Figura 16 muestra que el 91% de los 179 participantes que respondieron la pregunta *sí* consideran que el contenido contribuyó en el ámbito laboral; el 9%, *no*.

-Vagón del Saber: se realizaron 10 conferencias mediante la aplicación Google Meet, las cuales fueron evaluadas mediante 10 encuestas de satisfacción conformadas por los siguientes ítems: actitud del facilitador, contenido de la actividad y calidad del servicio;

mediante una escala tipo Likert¹³ de 1 a 5 se calificó cada uno de los ítems, donde 1=pésimo, 2=malo, 3=regular, 4=bueno, 5=excelente y NA=no aplica. Las encuestas fueron realizadas al terminar cada conferencia. Los resultados generales obtenidos fueron los que siguen:

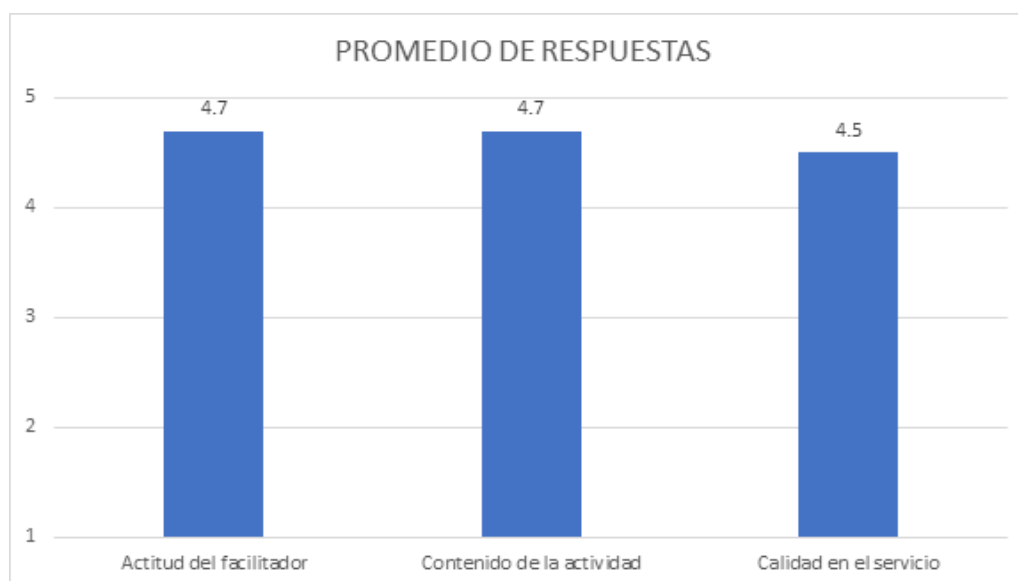


Figura 17. Elaboración propia sobre el balance final de las encuestas de satisfacción del Vagón del Saber.

La Figura 17 muestra que, para los 54 participantes que respondieron las encuestas, la actitud del facilitador fue *excelente*, el contenido de las actividades fue *excelente* y la calidad del servicio fue *excelente*.

-Vagón Para Todos: se realizaron 1 campaña presencial, evaluada con asistencia, y 4 intervenciones virtuales mediante la aplicación Google Meet, las cuales fueron evaluadas mediante 4 encuestas de satisfacción conformadas por los siguientes ítems: actitud del facilitador, contenido de la actividad y calidad del servicio; mediante una escala tipo Likert de 1 a 5 se calificó cada uno de los ítems, donde 1=pésimo, 2=malo; 3=regular; 4=bueno; 5=excelente y NA=no aplica. Las encuestas fueron realizadas al terminar cada conferencia. Los resultados generales obtenidos fueron los siguientes:

¹³ Según Matas (2018), es un método de medición cualitativo de las opiniones creado por Rensis Likert en 1932, que busca indicar el nivel de acuerdo o desacuerdo con una afirmación mediante una escala que les asigna un valor numérico a las posibles respuestas.

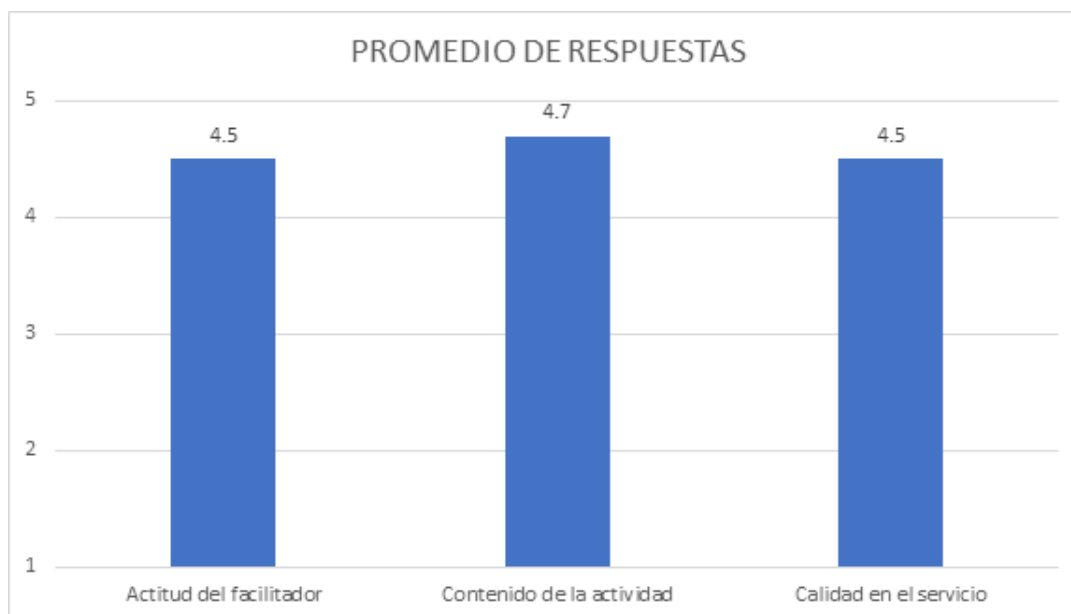


Figura 18. Elaboración propia sobre el balance final de las encuestas de satisfacción del Vagón para Todos.

La anterior gráfica muestra que, para los 11 participantes que respondieron las encuestas, la actitud del facilitador fue *excelente*, el contenido de las actividades fue *excelente* y la calidad del servicio fue *excelente*.

-Vagón Brigada PAE: se realizaron 18 intervenciones en el área de Quimioterapia y se realizó una evaluación final que consistía en cinco preguntas extra en la encuesta post de la última temática trabajada. Fue diligenciada por 6 colaboradores con las siguientes preguntas:

5. ¿Qué tan satisfecho te sentiste con el proceso durante las sesiones?

6 respuestas

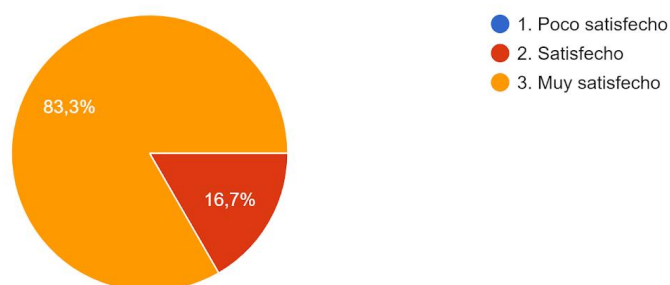


Figura 19. Elaboración propia sobre el promedio de respuestas de la pregunta 5 que se realizó como evaluación final de Vagón Brigada PAE en el área de Quimioterapia.

La Figura 19 muestra que el 83,3% de los participantes que respondieron la encuesta mencionaron estar *muy satisfechos* con el proceso y el 16,7 %, *satisfechos*.

6. ¿Recomendarías las sesiones ?

6 respuestas

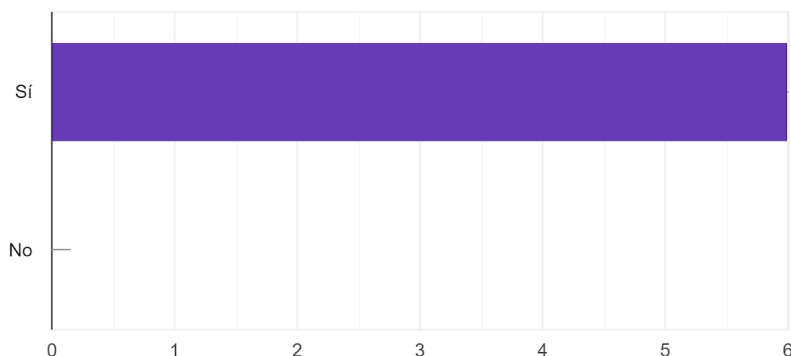


Figura 20. Elaboración propia sobre el promedio de respuestas de la pregunta 5 que se realizó cómo evaluación final de Vagón Brigada PAE en el área de Quimioterapia.

La Figura 20 muestra que el 100% de los participantes que respondieron la encuesta *sí* recomendarían las sesiones.

Las otras tres preguntas fueron abiertas para que los colaboradores escribieran sus percepciones libremente (véase Anexo 4). De los resultados que se obtuvieron, se destaca que mediante el proceso reforzaron la confianza en el otro, el trabajo en equipo, la comunicación, la empatía y el manejo de las emociones; consideraron que las estrategias recreativas implementadas facilitaron el aprendizaje y ofrecieron espacios lúdicos; y destacaron como posibilidades futuras realizar las intervenciones con más frecuencia, incluir estrategias recreativas fuera del espacio de trabajo y trabajar temas relacionados con el niño interior o la seguridad personal.

En segundo lugar, respecto a la acción #7, se optó por realizar una encuesta individual a los integrantes del equipo PAE (aun cuando no hubiesen participado directamente en el proyecto) para conocer su percepción del proceso realizado y de los aspectos a mejorar (véase Anexo 5). De las respuestas de la encuesta se resalta que, para el equipo PAE, la estructura de la metodología de intervención que se implementó fue clara y coherente, las temáticas fueron oportunas y necesarias para el contexto en el que se realizó, las estrategias recreativas fueron dinámicas y accesibles para los colaboradores, utilizando de forma novedosa las herramientas tecnológicas disponibles y la creación de un instructivo de trabajo y un banco de actividades fue fundamental para facilitar los futuros procesos del Área PAE Contigo. Adicionalmente, destacaron la necesidad de buscar estrategias para incentivar la participación, explorar nuevas

plataformas digitales y vincular a todo el grupo en la planeación para que todos puedan aportar desde sus conocimientos.

Acción #8. Entregar la propuesta final

A partir del proceso vivenciado y las recomendaciones de cada uno de los integrantes del equipo PAE, se ajustó la versión final del *instructivo* (véase Anexo 5) y se diseñó el *banco de actividades* (véase Anexo 6).

D) La evaluación: es una etapa transversal a las demás y debe realizarse antes de la ejecución, durante la ejecución y posteriormente a la ejecución del proceso, pues permite identificar “el nivel de cumplimiento de los propósitos perseguidos, así como el nivel de cumplimiento en las medidas en ejecución o ya ejecutadas” (Pichardo, 1997, p. 30).

Refiriéndonos al proyecto de práctica antes de la ejecución, se realizó una evaluación sobre la pertinencia de la planeación general del proyecto (objetivos, temáticas, indicadores); durante la ejecución fueron realizadas periódicamente evaluaciones en cada *Vagón del Tren de Bienestar* (véase Tabla 2) y un seguimiento continuo de cada estrategia recreativa por parte los practicantes de Recreación y Psicología; y después de la implementación del proyecto se realizó un balance final de cada *Vagón del Tren de Bienestar* (líneas de acción) y una encuesta a los miembros del equipo del área de Bienestar, quienes desde su perspectiva brindaron opiniones y sugerencias sobre el proyecto realizado. Finalmente, los practicantes de Recreación realizaron un balance sintetizando los resultados (véase Tabla 3) de los indicadores planteados inicialmente por cada uno de los objetivos (véase tabla 7).

Tabla 7. Elaboración propia sobre los resultados de cada indicador planteado para los objetivos del proyecto de práctica.

Objetivo	Indicadores	Resultado
Objetivo General:	Al término de un año, se estructurará una metodología de trabajo e intervención basada en la SAR para generar procesos recreativos en el Área PAE Contigo, la cual tendrá una entrega inicial al finalizar los primeros 5 meses y una entrega final después del periodo de prueba y realizar ajustes.	Se estableció una metodología de trabajo e intervención basada en la SAR para ser trabajada en 12 meses, que genera procesos recreativos en el Área PAE Contigo.

Objetivo Específico 1:	-Al término de los primeros 5 meses, se entregará un instructivo que contenga la metodología de trabajo e intervención que involucre las líneas de acción del área PAE Contigo.	-En el quinto mes se entregó la primera versión del instructivo que contenía: +Objetivo general del área. +Descripción general del área +Metas organizacionales +Descripción de los vagones en la modalidad presencial. +Metodología de intervención. +Metodología de trabajo.
	-Al término de un año, se entregará un instructivo que contenga la metodología de trabajo e intervención que involucre las líneas de acción del PAE Contigo con los ajustes realizados durante el periodo de prueba.	-En el duodécimo mes se entregó la versión final del instructivo con la metodología de trabajo e intervención que involucra las líneas de acción del PAE Contigo en la modalidad presencial y virtual.
Objetivo Específico 2:	-Al término de los primeros 5 meses, se entregará un banco con 40 estrategias recreativas basadas en los Lenguajes Lúdico-Creativos de gráfico-plástica, teatro, música y narrativa (10 de cada una).	-En el quinto mes no se entregó el banco de estrategias, porque, debido a la pandemia del covid-19, no se pudo realizar previamente una indagación y una organización de las estrategias recreativas, y la metodología de trabajo e intervención tuvo que ser adaptada a la modalidad virtual.
	-Al término de un año, se entregará un banco con 40 estrategias recreativas basadas en los lenguajes Lúdicos-Creativos como gráfico-plásticas, teatro, música y narrativa, con los ajustes realizados durante el periodo de prueba.	-En el mes doce se entregó un banco de actividades con 40 estrategias recreativas categorizadas en: estrategias virtuales (11), estrategias gráfico-plásticas (10), estrategias musicales (3), estrategias de cuidado personal (6), estrategias narrativas (6) y estrategias teatrales (4).
Objetivo Específico 3:	-Al finalizar cada intervención, estrategia virtual o conferencia, se	-No fue posible realizar una encuesta de satisfacción al finalizar

	realizará una encuesta de satisfacción a los participantes sobre las estrategias recreativas.	cada intervención, estrategia virtual o conferencia en todas las líneas de acción del Área PAE Contigo, ya que el Vagón Brigada PAE fue evaluado con una encuesta pre y una post durante cada temática, y el Vagón Express fue evaluado quincenalmente a través de una encuesta en el Instagram oficial del PAE.
	-Al término de cada temática mensual, se realizará una evaluación sobre los aciertos y los desaciertos de los procesos recreativos con la líder del área de Bienestar y la directora de práctica.	-Durante cada temática se realizó un informe mensual (para un total de 5 informes), que contenía la cobertura y la respectiva evaluación de cada una de las líneas de acción (vagones del Tren de Bienestar) del área PAE Contigo.
	- Al término del décimo mes, se realizará una evaluación sobre la metodología de intervención implementada con el equipo de trabajo del Área PAE Contigo y la directora de práctica para realizar ajustes finales.	-La evaluación no se realizó en el décimo mes, porque no había terminado el proceso; por lo cual se optó en el onceavo mes por realizar la evaluación final de cada Vagón del Tren de Bienestar y la evaluación de la metodología de intervención con los diferentes integrantes del equipo de bienestar.

E) El ajuste: etapa que se retroalimenta con los aspectos identificados en la evaluación y tiene como fin realizar correcciones y mejoras para alcanzar los objetivos y metas propuestos. Estos ajustes se aplican en dos situaciones: en caso de que aparezcan anomalías no previstas en la formulación inicial o de que se identifique una *evolución inesperada* en aspectos del proceso (Pichardo, 1997). Los ajustes que se realizaron en el proyecto de práctica fueron:

- **Antes de la ejecución:** 1) ajustar los vagones a la modalidad semipresencial debido a la llegada de la pandemia del covid-19 (véase Tabla 1); 2) se optó por una planeación mensual de cada temática que facilitara la búsqueda y la selección

de las diferentes estrategias recreativas en los tiempos establecidos para el inicio del proyecto.

- **Durante la ejecución:** **1)** debido a que la entidad fue adquirida por un nuevo propietario (Véase Marco contextual), fue necesario realizar ajustes en el diseño del contenido digital que se presentaba, adaptándolo al nuevo logo y colores institucionales (véase Figura 21); **2)** los practicantes de Recreación y Psicología evidenciaron, dentro del Vagón Express, poca participación en las estrategias recreativas virtuales que requerían realizar acciones por fuera de Instagram y, por ende, ajustaron la selección de estrategias recreativas a las que permitieran una participación dentro de la red social por medio de encuestas, likes, comentarios o reproducciones; **3)** en consecuencia de que el número de colaboradores que enviaba las encuestas de satisfacción para evaluar el proceso era mínimo en comparación con los que participaban, debido a que el proceso era tedioso porque requería que descargaran la encuesta en formato Excel, la diligenciaran y luego la reenviaran, los practicantes de recreación diseñaron una encuesta de Google Forms¹⁴ para ser diligenciada a través de un link al finalizar cada una de las estrategias recreativas que se realizaba en Google Meet, facilitando el proceso de evaluación; además, para el Vagón Express, realizaron una encuesta con respuestas cerradas utilizando la herramienta de preguntas que permitía la red social Instagram (véase Tabla 2).
- **Después de la ejecución:** inicialmente, el Banco de Estrategias estaría compuesto por cuatro categorías (gráfico-plásticas, música, teatro y narrativa); sin embargo, al finalizar el proyecto y teniendo en cuenta las estrategias recreativas que se realizaron durante el proceso, se establecieron seis categorías (estrategias virtuales, estrategias gráfico-plásticas, estrategias musicales, estrategias de cuidado personal, estrategias narrativas y estrategias teatrales).

¹⁴ Herramienta de Google que permite la formulación de encuestas cualitativas y cuantitativas.



Figura 21. Elaboración propia sobre la comparación estética del diseño del contenido digital antes y después del cambio de propietario de la entidad.

Fuente: Diseños elaborados por el equipo de comunicación del área Gestión Humana, julio de 2020.

Otras características de la planificación:

Por otra parte, la planificación debe ser concebida como un *sistema*, al que Pichardo (1997) se refiere como “un conjunto de aspectos interrelacionados e interdependientes relativos a la ubicación y los plazos que debe comprender la planificación” (p. 32). La ubicación se refiere al espacio geográfico en el cual se desarrolla la planificación, que puede ser: global (una sociedad), sectorial (un sector productivo de la sociedad), espacial (un territorio de la sociedad específico) e institucional (una institución específica); y los plazos (la temporalidad) que es el tiempo en el que se traza el proceso y el alcance de la planificación: corto plazo (1 a 3 años), mediano plazo (3 a 9 años) y largo plazo (10 o más años) (Pichardo, 1997). Como último aspecto de la planificación, Pichardo menciona que se debe definir el nivel operativo del proceso (plan, programa o proyecto) para poder establecer su duración, los responsables y su objetivo. En el caso del proyecto de práctica profesional, este tuvo un nivel operativo de *proyecto*, ya que este respondía a los objetivos de un programa en particular que en el PAE es denominado Área PAE Contigo; la ubicación de dicho proyecto fue *institucional* y se pensó para una temporalidad de *corto plazo*.

Categoría 3. Proceso de recreación dirigida, ajustada a la modalidad semipresencial

En esta categoría se desarrolla el concepto de recreación desde dos miradas: la recreación propuesta por Waichman (2009) y la recreación propuesta por Mesa (2005), de la

cual se profundizan dos temas: uno, la recreación dirigida como práctica pedagógica, y dos, la actividad interna y los lenguajes lúdico-creativos o mediaciones semióticas.

3.1 Recreación

La recreación propuesta por Waichman (2009) se divide en tres corrientes. La primera es el *recreacionismo*, en el cual la recreación se define como aquellas actividades o acciones realizadas generalmente al aire libre que producen placer y aprovechamiento del tiempo libre, lideradas por un individuo que no requiere una fundamentación teórica, sino un cúmulo de actividades o acciones para realizar con la población. La segunda corriente se refiere a la *animación sociocultural*, la cual enfoca las actividades recreativas en generar procesos para trabajar la construcción social y cultural de los individuos a partir de elementos propios de su cultura, como sus prácticas sociales; en esta corriente se habla de agentes socioeducativos como los encargados de mediar el proceso. La tercera corriente es la *recreación educativa*, planteada como una alternativa transversal a la educación tradicional formalizada, que busca generar un cambio en la pedagogía a través de la implementación de actividades lúdicas para mediar y facilitar la educación, generalmente en espacios no formales.

Este trabajo de grado comprende la recreación desde la perspectiva de Mesa (2004), quien expone tres dimensiones de la actividad recreativa, de las cuales solo se abordan dos, la recreación dirigida como práctica pedagógica y la actividad interna y los lenguajes lúdico-creativos o mediaciones semióticas, que están relacionadas con las intervenciones realizadas en el marco del proyecto. Por lo tanto, se toma esta perspectiva conceptual para el análisis.

3.1.1 La recreación dirigida como práctica pedagógica

En esta dimensión, la recreación “se plantea como un proceso intencionado y organizado” (Mesa, 2004, p. 7) que busca generar un conocimiento o una reflexión. Este proceso tiene principios similares a los que ocurren en el *mecanismo de la influencia educativa*, definida como “una ayuda pedagógica que realiza el docente en el marco de la noción de interactividad, producto del análisis de las prácticas educativas escolares y no escolares” (Coll et al., 1995, citado en Mesa, 2004).

Según Mesa (2011), la recreación dirigida es una relación pedagógica en la que se han identificado dos mecanismos centrales de la influencia educativa: la cesión y el traspaso de responsabilidad sobre la tarea y la construcción conjunta de significados y sentidos en situaciones de actividad conjunta. Estos mecanismos suceden mediante la interactividad que, según Coll et al. (1992), consiste en las articulaciones entre los docentes y alumnos en su actuación en torno a una tarea o contenido determinado; en el caso de la recreación dirigida,

dicha interactividad se da entre el recreador, los recreandos y los contenidos (por lo general, de naturaleza lúdica y creativa).

3.1.2 La actividad interna y los lenguajes lúdico-creativos o mediaciones semióticas

En esta dimensión, Mesa (2004) plantea los lenguajes lúdico-creativos como una herramienta semiótica que puede influir “en la actividad interna (imaginación creadora, afectividad, socialización, cognición, entre otras)” (Mesa, 2004, p. 12). Los lenguajes lúdico-creativos son, según Mesa (2011), generadores de signos y símbolos que se construyen por medio de técnicas apropiadas del arte y de las expresiones culturales (danza, teatro, música, títeres, gráfico-plástica), que permiten la construcción de un contexto especial donde se conecta la imaginación con la realidad para exteriorizar y comunicar aquello que con el lenguaje resulta difícil, como puede ser el caso de las emociones o de situaciones traumáticas.

En esta dimensión se hace una distinción de la producción artística y la recreativa, debido a los procesos mentales y el motivo de cada una. Mientras en el arte se requiere de ciertas aptitudes y habilidades que se desarrollan mediante un aprendizaje especializado, buscando un producto tangible o intangible de cierta calidad social, en la recreación no se busca especializar o convertir en expertos a la población, sino estimular su creatividad y su imaginación con modos informales, sin tener la necesidad de alcanzar un producto estético.

El proceso recreativo del proyecto de práctica profesional estuvo influenciado por la dimensión pedagógica que propone Mesa (2004), porque se planteó como un conjunto de acciones (véase Tabla 4) que buscaban alcanzar un objetivo, como lo fue establecer la metodología de intervención y trabajo del Área PAE Contigo y a su vez desarrollar estrategias recreativas para mitigar los riesgos psicosociales de los colaboradores, generando espacios de aprendizaje y ruptura de la rutina laboral sobre temas como el estrés, la ansiedad, el cuidado personal, el cuidado emocional y las relaciones interpersonales. Para los practicantes en Recreación, cada línea de acción (vagones del *Tren de Bienestar*) fue una oportunidad de construir el aprendizaje de las temáticas mediante lo siguiente:

1) Dos tipos de contenidos en el Instagram oficial del PAE; el primero ofrecía información audiovisual (datos curiosos y videos informativos) para mitigar, prevenir o recomendar acciones relacionadas a la temática; el segundo ofrecía pausas lúdico-virtuales por medio de juegos de agilidad mental (rompecabezas, acertijos, sudoku, laberintos, encuentra la diferencias), trivias, juegos musicales y juegos basados en las posibilidades de etiquetar o subir fotos en la red social (taggear¹⁵ o retos fotográficos).

¹⁵ Acción de etiquetar en un contenido publicado en la red social Instagram.

2) Conferencias virtuales relacionadas con la temática, que brindaban información extensa y un espacio para resolver dudas e inquietudes, complementado con dinámicas virtuales como *Kahoot* o *Padlet*.

3) Espacios de intervención presencial y virtual en los que se empleaban estrategias recreativas virtuales, gráfico-plásticas, musicales, de cuidado personal, narrativas y teatrales (véase Anexo 7), que generaban un aprendizaje sobre la temática y, a su vez, una ruptura de la rutina laboral.

Un ejemplo en el cual se explica cómo las diferentes estrategias recreativas se complementaban y buscaban construir un conocimiento sobre la temática es el siguiente. Ocurrió durante la temática *Relación con mi trabajo y con mis compañeros*, cuyo objetivo era fomentar el autorreconocimiento de las funciones laborales en cada colaborador y la importancia de una sana relación con los compañeros de trabajo; en uno de los contenidos publicados en el Instagram nombrado *¿Por qué son importantes mis funciones laborales?* se brindó información sobre la importancia de que cada individuo reconozca la utilidad de sus labores (véase Figura 22); por otro lado, desde una de las conferencias del *Vagón del Saber* llamada *Pareja, familia y amigos también necesitan reconocimiento* (véase Figura 23), se buscó exponer información sobre la importancia del reconocimiento a los diferentes vínculos de la vida.

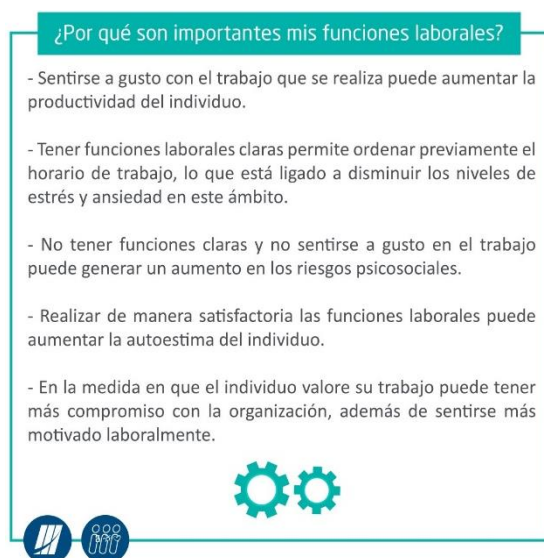


Figura 22. Contenido de la temática *Relación con mi trabajo y con mis compañeros*, titulado “¿Por qué son importantes mis funciones laborales?”, en la red social Instagram oficial del PAE.

Fuente: Diseño elaborados por el equipo de comunicación del área Gestión Humana, noviembre de 2020.

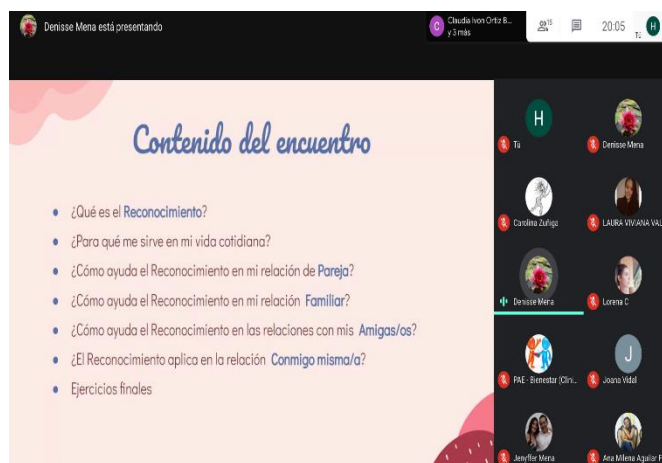


Figura 23. Conferencia de la temática *Relación con mi trabajo y con mis compañeros*, titulada “*Pareja, familia y amigos también necesitan reconocimiento*”, en la plataforma Google Meet.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, noviembre de 2020.

En una de las intervenciones presenciales en el *Vagón Brigada PAE*, llamada *Trabajando en mis vínculos laborales* (véase Figura 24), se trabajaron estrategias recreativas para promover la confianza, la comunicación y la empatía como aspectos importantes en los vínculos laborales sanos. Para esto, se realizó un *dictado corporal* que consistía en formar una fila y dibujar en la espalda del compañero una imagen que era mostrada por el facilitador; esta era replicada paulatinamente en la espalda de todos los participantes, para que el último de la fila dibujara en una hoja de block la representación de lo que sintió que dibujaron en su espalda.



Figura 24. Intervención presencial de la temática *Relación con mi trabajo y con mis compañeros*, titulada “*Trabajando en mis vínculos laborales*”, en el área de Quimioterapia.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, noviembre de 2020.

Otra estrategia recreativa utilizada en la sesión fue un *juego con vendas*, donde los participantes se organizaron en parejas y uno de los dos debía vendarse los ojos y seguir las orientaciones de su compañero para atravesar algunos obstáculos ubicados en el espacio; luego, intercambiaban los roles. Por último, todos los participantes, trabajando en equipo, debían llevar un objeto hasta un lugar indicado, utilizando pedazos de lana y una base asignada por los facilitadores.

Finalmente, la temática cerró con una campaña presencial en el *Vagón para Todos*, nombrada *Relación con mi trabajo y mis compañeros* (véase Figura 25), cuyo objetivo fue resaltar el valor que le asignaban los colaboradores al hecho de pertenecer a la Clínica Imbanaco, su trabajo, sus funciones y sus vínculos laborales. Esto se realizó por medio de una cartelera que fue llevada a diferentes áreas de trabajo, para que los colaboradores que deseaban participar escribieran mensajes relacionados con lo anterior; posteriormente, se publicaron evidencias fotográficas de la campaña a través del Instagram oficial del PAE.



Figura 25. Campaña presencial de la temática *Relación con mi trabajo y con mis compañeros*, titulada “*Relación con mi trabajo y con mis compañeros*”.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, noviembre de 2020.

Todas las temáticas tenían esta misma estructura y buscaban complementar el conocimiento que se brindaba en las diferentes estrategias recreativas, a partir de las posibilidades de cada línea de acción. Algunos comentarios de colaboradores que evidencian que lo trabajado durante la temática *Relación con mi trabajo y mis compañeros* les generó un aprendizaje, son las registradas en las respuestas a una de las preguntas de la evaluación del

Vagón Brigada PAE en el cierre de temática (véase Anexo 4); de estas se destacan: aprendizajes sobre las diferentes personalidades, la importancia de la confianza, la empatía, la comunicación asertiva, el apoyo y el reconocimiento de los roles en la relaciones laborales y las ventajas del trabajo en equipo.

Ahora bien, en la recreación dirigida, uno de los mecanismos centrales de la influencia educativa es la cesión y el traspaso de la tarea (Coll et al., 1995, citado en Mesa, 2004); sin embargo, debido a que la población que participó en este proceso recreativo era de carácter itinerante, por sus dinámicas laborales como cambios de turnos y tareas que no se podían postergar o poner en espera, no era posible una participación continua, además de que algunos colaboradores no tuvieron buena recepción de los espacios de intervención virtual que se brindaban y solo participaron en una o dos ocasiones. En consecuencia, se dificultó evidenciar durante las diferentes intervenciones una cesión y traspaso de la tarea progresiva que brindara mayor autonomía a los recreandos en el proceso recreativo, por lo cual el facilitador de la sesión asumió en mayor medida el rol de guiar cada uno de los momentos, tareas o acciones de las sesiones.

Por otro lado, del proceso de recreación dirigida realizado en el proyecto de práctica profesional se obtuvieron aciertos y desaciertos que son descritos a continuación.

Aciertos

A) El proceso recreativo que se desarrolló en el Área PAE Contigo contó con una estructuración clara y funcional basada en la SAR (Mesa, 2009), respondiendo a las necesidades del área según la perspectiva del Equipo del Área de Bienestar (véase Evaluación), en medio de un contexto atípico como lo fue el producido por la pandemia del covid-19, con estrictas normas de distanciamiento social y en una modalidad de intervención semipresencial. Además, se logró generar dos documentos (instructivo y banco de estrategias) que sirven de insumos para el futuro desarrollo del Área PAE Contigo.

B) Trabajar la planificación de las temáticas mediante un trabajo interdisciplinar, porque esto aportó y potenció cada estrategia recreativa desde dos campos del saber que se complementaban y mejoraban la calidad de la experiencia para la población. Desde la psicología se brindaba un mayor conocimiento teórico sobre los riesgos psicosociales trabajados y desde la recreación se ofrecía la metodología de intervención SAR (Mesa, 2009), mediada por la lúdica y el juego. Además, el trabajo interdisciplinar que se realizó les permitió a los practicantes de Recreación desarrollar un pensamiento flexible frente al conocimiento que pueden aportar otras profesiones para mejorar un proceso de intervención, porque la realización de una evaluación continua del proceso desde dos enfoques distintos

enriqueció los hallazgos y los aspectos por mejorar de las diferentes intervenciones, para así tener resultados más creativos y satisfactorios.

C) Mediante las estrategias recreativas ejecutadas (término referido a las diferentes posibilidades recreativas de intervención, que incluyen: contenidos digitales, conferencias, lenguajes lúdico-creativos, campañas y actividades de disfrute y descanso) en la modalidad presencial y virtual se logró influir en la actividad interna de los colaboradores (Mesa, 2004), como se evidencia en las siguientes experiencias, que incluyen intervenciones y comentarios de los mismos participantes:

- La intervención presencial de la temática *Cuidado emocional del Vagón Brigada PAE*, nombrada *Aceptación de la emoción*, estuvo dividida en los siguientes momentos: un primer momento de estiramiento corporal para liberar la tensión del cuerpo; un segundo momento en el que se llevó a cabo el *semáforo de las emociones*, que consistía inicialmente en explicar las emociones existentes, las cuales se asociaron con un color representativo, y luego se presentaban diferentes situaciones para que los participantes identificaran cuál emoción predominaba en cada una; un tercer momento, donde se realizó una figura en plastilina que representaba las emociones que un participante le deseaba a otro compañero de trabajo, según la percepción de su situación actual, para luego entregársela en forma de obsequio; finalmente, un cuarto momento de socialización donde se pudieron evidenciar las percepciones de los participantes frente a lo desarrollado. En esta sesión, los facilitadores encargados destacaron que los participantes lograron obtener una conexión emocional, evidenciando emociones como la nostalgia y la alegría, además de una reflexión propia sobre las emociones y el papel fundamental que jugaban en la vida y la cotidianidad de cada uno. Asimismo, en los comentarios que brindaron, los participantes expusieron la importancia que para ellos tuvo la sesión, porque les permitió tener un momento significativo como equipo de trabajo que durante la semana no tuvieron, expresar emociones hacia sus compañeros y hacer conciencia de las emociones propias y las de los demás.

Un comentario de una participante en el momento de socialización para resaltar en esta sesión evidencia cómo las estrategias recreativas que se ejecutaron influyeron en su actividad interna (Mesa, 2004) a nivel emocional, permitiéndole expresar su frustración y sus deseos hacia un compañero. A continuación, se expone el comentario:

Estas últimas semanas me he sentido muy frustrada por cosas que me han pasado, entonces en estos espacios siento que me puedo desahogar y aprender a conocer mis emociones, por eso hoy le entrego a mi compañero esto que realicé y le deseo alegría, serenidad, esperanza y amor aun en medio de las situaciones difíciles. (Colaborador Clínica Imbanaco, comunicación personal, 9 de octubre de 2020).



Figura 26. Intervención presencial de la temática Cuidado emocional, llamada “Aceptación de la emoción” en el área de Quimioterapia.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, octubre de 2020.

- La intervención virtual de la temática *Ansiedad del Vagón Brigada PAE*, nombrada *Liberando mi ansiedad a través de mis manos*, fue realizada en la aplicación Google Meet y estuvo dividida en tres momentos: un primer momento en el que se realizó el juego *Ahorcado* con palabras claves relacionadas con la temática, las cuales corresponden a algunas acciones o actividades que contribuyen a mitigar la ansiedad (ejercicio, compartir en familia, descanso, actividades recreativas, meditación, buscar ayuda profesional, técnicas de respiración, organizar el día de trabajo, etc.); en el segundo momento, cada participante escribió en una hoja de block las acciones o situaciones que buscaría evitar y las que se comprometía a realizar para mitigar su ansiedad, para, posteriormente y con esta hoja, elaborar una figura en origami con la guía del facilitador, orientándola como una acción que puede mitigar la ansiedad y como una representación de un compromiso con ellos mismos; por último, se tuvo un momento de socialización, donde se abordó el tema de la ansiedad y las posibles acciones para mitigarla, haciendo énfasis en las actividades gráfico-plásticas. De manera posterior al desarrollo de la sesión, los facilitadores encargados resaltaron que los participantes lograron enfocar su atención en el ejercicio manual, estimulando

dos capacidades cognitivas, la atención y la memoria, en el desarrollo de las figuras; además, resaltaron el uso de esta actividad para propiciar la socialización sobre el impacto que puede tener este tipo de estrategias.

Por otro lado, los participantes manifestaron en los comentarios que la sesión contribuyó a reconocer la importancia de las acciones que se pueden realizar para disminuir los niveles de ansiedad, la cual suele aparecer en momentos del día, ya sea dentro de la jornada laboral o por fuera de esta; además, se pudo profundizar en el concepto de *ansiedad*, cuáles son sus síntomas (fisiológicos y psicológicos) y cuál es el momento oportuno para buscar ayuda.

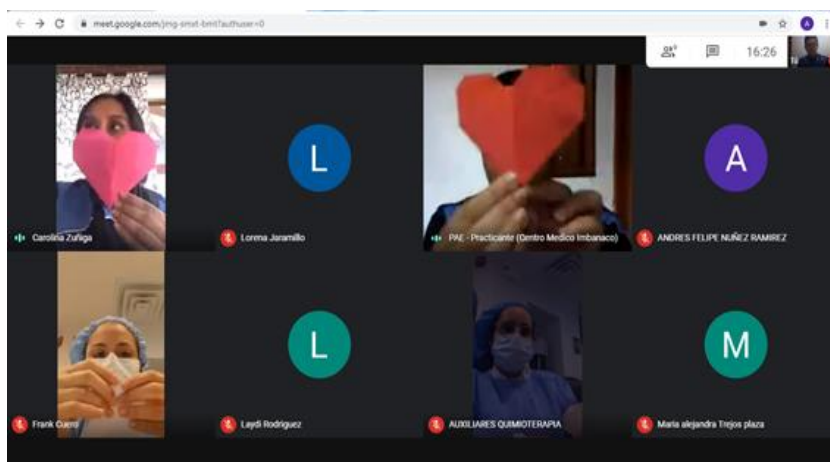


Figura 27. Intervención virtual de la temática ansiedad titulada “Liberando mi ansiedad a través de mis manos”, en la aplicación Google Meet.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, julio de 2020.

D) Construir un espacio presencial y virtual que, además de tener una intención pedagógica, sirviera para mitigar la carga laboral que generó la llegada de la pandemia del covid-19, como se evidencia en las siguientes intervenciones:

- En la intervención virtual de la temática *Cuidado físico del Vagón Para Todos*, llamada *Higiene y Entrenamiento Postural* y realizada en la aplicación Google Meet con el apoyo de un profesor de entrenamiento funcional, que estuvo dividida en tres momentos: en el primero se realizó un juego corporal con música, en el que los participantes debían realizar diferentes movimientos guiados por el ritmo de la música, utilizando un palo de escoba que se había pedido con anterioridad para la sesión; en el segundo momento, el profesor de entrenamiento funcional guio una serie de ejercicios de movilidad y estiramientos haciendo uso del palo de escoba, con dos finalidades: la primera, analizar y mejorar la postura de la columna vertebral, y la segunda, descargar y tranquilizar la columna vertebral; finalmente, se propició un espacio de socialización

y resolución de inquietudes con los participantes, en el que se expresaron percepciones sobre los diferentes ejercicios y sobre cómo sus cuerpos recibieron los movimientos. Posteriormente al desarrollo de la sesión, los facilitadores encargados destacaron que los participantes lograron obtener herramientas para mejorar su higiene postural, además de propiciar un espacio de relajamiento. Así mismo, los comentarios que brindaron los participantes fueron positivos y destacaron que la sesión los ayudó a liberar la carga laboral, promoviendo su bienestar físico, como se resalta en el siguiente comentario:

Me reí mucho haciendo las posturas y me gocé el momento donde bailamos. La verdad fue un espacio muy bien pensado para nosotros los que trabajamos en la clínica tanto para conocer del tema, disfrutar y enseñarnos a cuidarnos (Colaborador Clínica Imbanaco, comunicación personal en aplicación Google Meet, 24 de septiembre de 2020).

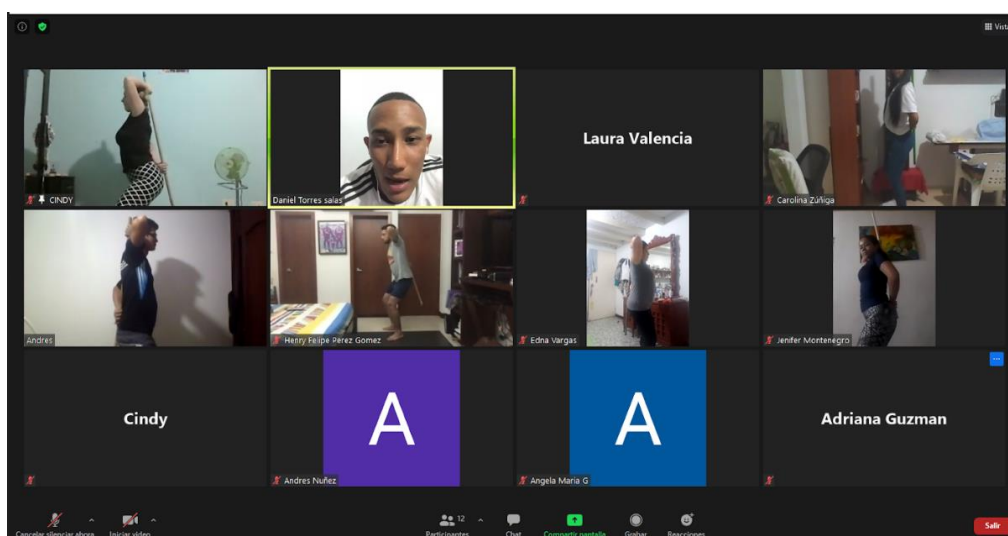


Figura 28. Intervención virtual de la temática *Cuidado físico* titulada “*Higiene y Entrenamiento Postural*”, en la aplicación Google Meet.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, septiembre de 2020.

- En la intervención presencial de la temática *Cuidado físico* del Vagón Brigada PAE, nombrada *Relájate aquí y ahora*, que estuvo dividida en dos momentos: en el primero se realizó un estiramiento corporal guiado acompañado de sonidos de relajación, que inició con las partes del cuerpo superiores y finalizó con las inferiores, haciendo énfasis en algunas partes donde se concentra la tensión muscular, como lo es el caso del cuello y la espalda; en el segundo momento, se designaron tres estaciones

de experiencia corporal, a las cuales se accedía por turnos con el direccionamiento de un facilitador: la número uno consistió en un automasaje en espalda y cuello, la número dos en un automasaje de manos utilizando exfoliante natural y la número tres en evocar sensaciones a partir de esencias naturales. Al finalizar la experiencia en cada una de las estaciones, se realizó un cierre con los participantes, donde se socializó la vivencia y la importancia del cuidado físico.

Luego del desarrollo de la sesión, los facilitadores encargados resaltaron que los participantes vivenciaron un espacio de relajación, descanso y tranquilidad en medio de la jornada laboral, y que lograron tener un momento de autoconciencia sobre el cuidado físico individual. Asimismo, los comentarios brindados por los participantes expusieron que la sesión fue un espacio para fomentar su cuidado, liberar tensión del día y de la semana y vivenciar momentos íntimos, donde lograron conectarse con ellos mismos. Lo anterior se evidencia en el siguiente comentario que se resaltó de la socialización:

De verdad que les queremos agradecer por estos espacios donde nos permiten relajarnos, desestresarnos y liberarnos un poco del estrés que uno vive día a día en el trabajo, lo que nos enseñan son cosas prácticas que uno aprende y lo puede seguir haciendo incluso solo o entre compañeros, muchas gracias a ustedes y al PAE por pensar en nosotros y traernos actividades que nos ayudan y nos motivan a seguir trabajando. (Colaborador Clínica Imbanaco, comunicación personal, 18 de septiembre de 2020).



Figura 29. Intervención presencial de la temática Cuidado físico titulada “Relájate aquí y ahora” en el área de Quimioterapia.

Fuente: Fotografía tomada por el equipo de trabajo, septiembre de 2020.

Desaciertos:

El principal desacierto del proceso recreativo fue la falta de exploración frente a las posibilidades que podían existir en una intervención virtual o presencial, porque los practicantes de Recreación optaron por realizar las estrategias recreativas que consideraron más prácticas y accesibles, teniendo en cuenta lo atípico del contexto y las medidas de bioseguridad. Lo anterior tuvo como consecuencia que no se exploraran o diversificaran opciones como realizar *en vivos* en Instagram, así como campañas virtuales y campañas presenciales que respetaran las medidas de bioseguridad y opciones como presentar otro tipo de contenido audiovisual. Otros desaciertos fueron:

a) No plantear estrategias para mejorar la interacción que se daba en las intervenciones virtuales, donde la población solía dispersarse con mucha facilidad si no se mantenía un mínimo grado de comunicación entre el recreador y el recreando.

b) No establecer una diferenciación entre la participación virtual y la presencial que clarificara que las reacciones, las visualizaciones y los comentarios en Instagram no podían evaluarse como un indicador de asistencia de igual forma que participar en una conferencia o una intervención virtual o presencial. Esto llevó a sobreestimar el alcance que realmente tuvo el proceso recreativo.

c) Limitar el banco de estrategias solo a la descripción y los materiales requeridos en cada una de las estrategias, sin agregar alguna experiencia en la que fue útil o de qué forma podría emplearse en diferentes contextos de intervención.

Consideraciones futuras a partir del proceso realizado

Algunas consideraciones que deben tener en cuenta los futuros procesos recreativos que se realicen en el Área PAE Contigo mediante la metodología que se estableció durante el año 2020 son:

a) Teniendo en cuenta que las medidas de bioseguridad periódicamente se han flexibilizado con la llegada de las vacunas, se deben explorar cuáles otras posibilidades se pueden ejecutar en los diferentes vagones, para mejorar la experiencia y complementar el desarrollo de conocimiento.

b) Expandir el número de áreas de trabajo para intervenir, planificando procesos recreativos específicos según la necesidad de cada una.

c) Involucrar en el proceso recreativo a otros miembros del equipo PAE o colaboradores que aporten desde sus conocimientos, virtudes y experiencia, logrando ampliar el trabajo interdisciplinar.

6. Conclusiones

El presente trabajo de grado se planteó comprender el proceso de planificación, ajustado a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco, mediado por la recreación dirigida, durante el distanciamiento producido por la pandemia del covid-19 en el periodo de junio-noviembre de 2020. Teniendo en cuenta lo anterior, a continuación se exponen las conclusiones que incluyen los hallazgos obtenidos.

6.1 Caracterizar las etapas de la planificación, ajustadas a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo* de la Clínica Imbanaco

A partir del primer objetivo específico, se concluye que la caracterización de las cinco etapas propuestas por Pichardo (1997): diagnóstico, formulación, ejecución, evaluación y ajuste, permitió evidenciar los aspectos relevantes que se debieron tener en cuenta para establecer una modalidad de intervención semipresencial desde la perspectiva de Coll y Monereo (2008), que vinculara las líneas de acción del Área PAE Contigo y respondiera a las dos modalidades de trabajo (teletrabajo y presencialidad con medidas de bioseguridad) que se establecieron en la Clínica Imbanaco en consecuencia del distanciamiento. De acuerdo con Cantò et al. (2021), este último término hace referencia a las diferentes medidas o normas que limitan la proximidad física y que se implementaron como medida de prevención frente a la pandemia del covid-19.

En cuanto a las intervenciones virtuales, se generó una necesidad de vincular dos herramientas digitales al proceso de planificación, las cuales fueron la red social Instagram Oficial del PAE y la aplicación Google Meet, con el fin de generar un espacio virtual de comunicación entre los colaboradores y la organización a través de las posibilidades sincrónicas y asincrónicas que estas herramientas ofrecen, como lives, fotos, comentarios, chat directo y presentaciones, en las cuales se brindó contenido, información y actividades para generar bienestar en ellos. En este tipo de intervenciones mediadas por TIC, se logró evidenciar, como mencionan Coll y Monereo (2008), la importancia de la selección y el uso de la herramienta digital utilizada; para esto es importante evaluarla según el nivel de acceso que tiene la población a ella, el nivel de dificultad de su uso y la capacidad de adaptarse a las necesidades del proceso en el que se emplee. Por otra parte, en el rol del facilitador del proceso se adquiere una mayor responsabilidad como gestor de dicha herramienta a nivel procedimental, pues este debe guiar a la población en el uso de la herramienta y en la

ejecución de las diferentes acciones que se realicen en ella y debe planificar anticipadamente la presentación y el diseño del contenido que se presente, resaltando el valor que tiene para una intervención virtual la estética, la diversidad de información que se muestre y los tiempos de duración de las sesiones. Finalmente, es vital identificar cómo la herramienta digital influye directamente en el modo como se medían las relaciones e interacciones del triángulo interactivo entre recreador-recreando-contenido.

En cuanto a las intervenciones presenciales que se realizan en un contexto pandémico, se recomienda encontrar estrategias recreativas que faciliten la interacción entre la población y reduzcan al máximo acciones que puedan generar contagio; para esto, es vital realizar un exhaustivo filtro de los materiales que se utilizan, emplear estrategias que impliquen comunicación con el otro, como es el caso de las narrativas o direccionar las estrategias a momentos de socialización, y promover el cuidado de la salud durante el transcurso de la intervención. Otro aspecto a resaltar es la importancia de planificar estrategias recreativas que no se centren solo en generar un aprendizaje, sino que permitan generar en concordancia de las temáticas rupturas de la rutina laboral, como puede ser un ejercicio de baile, un espacio de relajación mediante masajes, entre otros. Lo anterior, considerando que en un contexto pandémico la población está expuesta a una constante incertidumbre y medidas de distanciamiento que pueden generar un aumento del estrés, la ansiedad y otros factores que pueden ser mitigados propiciando momentos de descanso y disfrute.

Se afirma que, teniendo en cuenta los hallazgos mencionados anteriormente, se puede realizar un proceso de planificación en modalidad semipresencial exitoso, aún con los condicionantes que puede generar una pandemia como la del covid-19 y las diferentes eventualidades que se produzcan en las diferentes etapas de la planificación. Esta afirmación se puede evidenciar en la perspectiva de la población en el balance final de los vagones del *Tren de Bienestar* y en los resultados de la encuesta del Equipo de Bienestar, que muestra la percepción de estos sobre el proceso.

6.2 Describir el proceso de recreación dirigida, ajustada a la modalidad semipresencial, del proyecto *Construcción Metodológica de la Experiencia Recreativa del Área PAE Contigo de la Clínica Imbanaco*

Se concluye que la descripción del proceso de recreación dirigida desde la perspectiva de Mesa (2004), ajustada a la modalidad semipresencial, permitió evidenciar cómo la SAR puede ser implementada en un contexto laboral hospitalario para la estructuración de una metodología de intervención funcional a las necesidades de la población, incluso en un

contexto pandémico en modalidad semipresencial. Se puede afirmar que la recreación dirigida les aportó a los colaboradores de la clínica, desde su dimensión pedagógica, un conocimiento y una reflexión sobre las temáticas trabajadas, los cuales fueron construidos desde un trabajo interdisciplinar entre la recreación y la psicología, a partir de las líneas de acción de los vagones del *Tren de Bienestar*, que se planificaron de tal forma que complementarían la información brindada y mejorarían la experiencia recreativa de la población. Estas acciones vincularon el uso de herramientas digitales, como la red social Instagram y la aplicación Google Meet, a las intervenciones virtuales y las medidas de bioseguridad de la clínica a las intervenciones presenciales. Por otro lado, se evidenció que las estrategias recreativas en modalidad virtual y presencial influyeron en la actividad interna de los participantes (Mesa, 2004), al facilitar la expresión de emociones, la exploración de la creatividad y la socialización de ideas sobre las temáticas planteadas.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se determina que, para futuros procesos recreativos en modalidad semipresencial y en contextos hospitalarios, es importante explorar diferentes posibilidades de intervención presenciales y virtuales que se puedan implementar y que no fueron tenidas en cuenta por los autores del presente trabajo de grado. Cada aplicación, red social u otra herramienta digital ofrece numerosas posibilidades que pueden enriquecer el proceso si se indaga correctamente, y la flexibilización de las medidas de distanciamiento permite la ejecución de diversas posibilidades presenciales.

Por otro lado, los autores del presente trabajo de grado resaltan que el principal aprendizaje que les dejó realizar el proceso de planificación mediado por la recreación dirigida en un contexto atípico debido a la pandemia del covid-19, es que la principal virtud que puede tener un profesional que realice procesos de intervención social es su capacidad de adaptarse a los diferentes imprevistos o incidentes que se pueden presentar, intentando buscar diversas alternativas. La resiliencia que adquirieron mediante el ensayo y el error se evidencia en la creación de un banco de estrategias recreativas que representa el resultado final, de todas las estrategias que después de un proceso minucioso de selección, adaptación y categorización fueron implementadas en las intervenciones, gracias al trabajo interdisciplinar entre la recreación y la psicología.

Finalmente, se destaca que el presente trabajo de grado fue realizado a partir de una experiencia de intervención atípica para los estudiantes del Programa Académico de Recreación de la Universidad del Valle, al ser una de las primeras prácticas profesionales que planificaron un proceso de intervención en modalidad semipresencial inmerso en un contexto pandémico; por lo que busca aportar a futuras investigaciones que se realicen y contemplen

nuevas posibilidades, aciertos y acciones a evitar en un proceso de planificación mediado por la recreación dirigida en modalidad semipresencial en un contexto hospitalario.

Bibliografía

- Area, M. & Adell, J. (2009): —eLearning: Enseñar y aprender en espacios virtuales. En J. De Pablos (Coord): Tecnología Educativa. La formación del profesorado en la era de Internet. Aljibe, Málaga, págs. 391-424.
https://www.researchgate.net/publication/216393113_E-Learning_ensenar_y_aprender_en_espacios_virtuales
- Bartolomé Pina, A. (2004). Blended learning. Conceptos básicos. Pixel-bit, 23, 7-20.
- Belmont, G. & Carmela, M.C. & Tello, N. (2020).La intervención en lo social en tiempos de pandemia.
http://www.trabajosocial.unam.mx/comunicados/2020/mayo/intervencion_social_tiempos_pandemia.pdf
- Bustos, S. & Coll, C. (2010). Los entornos virtuales como espacios de enseñanza y aprendizaje, una perspectiva psicoeducativa para su caracterización y análisis. Revista Mexicana de Investigación Educativa, 15(44) ,163-184.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=14012513009>
- Cáceres, M. D., Brändle, G. & Ruiz, J. A. (2017). Sociabilidad virtual: la interacción social en el ecosistema digital. Historia Y Comunicación Social, 22(1), 233-247.
<https://doi.org/10.5209/HICS.55910>
- Cantò, N., Gonzàlez, I., Martínez, R., Moncunill, M. & Seebach. (2021)."Distanciamiento social y COVID-19. Distancias y proximidades desde una perspectiva relacional". Revista de Estudios Sociales, n° 78 (2021): 75-92.
<https://doi.org/10.7440/res78.2021.05>.
- Carazo, P & Chaves, C. (2015). Recreación como estrategia para el afrontamiento del estrés en ambientes laborales. Revista Digital de Educación Física, Año 6, Núm. 36.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5391810>
- Carballeda, A. J. (2020). Apuntes sobre la intervención del trabajo social en tiempos de pandemia de Covid-19. Margen.
<http://www.margen.org/pandemia/carballeda2020.html>
- Carvajal, N., Ordoñez Mora, L. T., Segura Ordoñez, A., & Daza Arana, J. E. (2022). Utilidad de la virtualidad en las prácticas profesionales de fisioterapia en el contexto de la pandemia COVID-19 (Usefulness of virtuality in physiotherapy professional practices in the context of the COVID – 19 pandemic). Retos, 43, 185-191.
<https://doi.org/10.47197/retos.v43i0.87875>

- Cetron, M., & Landwirth, J. (2005). Public health and ethical considerations in planning for quarantine. *The Yale journal of biology and medicine*, 78(5), 329–334.
- Clínica Imbanaco (s.f. a). *Sedes Centro Médico Imbanaco*. Recuperado de: <https://www.imbanaco.com/especialidades-y-centro-medico/sedes/>
- Clínica Imbanaco (s.f. b). *Nuestra Historia*. Recuperado de: <https://www.imbanaco.com/especialidades-y-centro-medico/acerca-de-centro-medico-imbanaco/nuestra-historia/>
- Coll, C., Mauri, T. & On, Crubia, J. (2008). La utilización de las tecnologías de la información y la comunicación en la educación: del diseño tecno-pedagógico a las prácticas de uso. Coll, C. & Monereo, C, *Psicología de la educación virtual: aprender y enseñar con las tecnologías de la información y la comunicación*, (p.74-104). Madrid: Ediciones Morata.
- Coll, C., Mauri, T. & On, Crubia, J. (2008). Los entornos virtuales de aprendizaje basados en el análisis de casos y la resolución de problemas. Coll, C. & Monereo, C, *Psicología de la educación virtual: aprender y enseñar con las tecnologías de la información y la comunicación*, (p.213-232). Madrid: Ediciones Morata
- Coll, C. & Monereo, C. (2008). Educación y aprendizaje en el siglo XXI: Nuevas herramientas, nuevos escenarios, nuevas finalidades. Coll, C. & Monereo, C, *Psicología de la educación virtual: aprender y enseñar con las tecnologías de la información y la comunicación*, (p.19-53). Madrid: Ediciones Morata.
- Crespo, M., & Palaguachi, M. (2020). Educación con tecnología en una pandemia: breve análisis. *Revista Scientific*, 5(17), 292-310. http://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/457/1138
- Galeano Torres, A. (2020.). Una mirada al cambio de la educación colombiana en tiempos de pandemia. [Trabajo de grado Pregrado. Universidad de Córdoba]. Repositorio institucional Universidad de Córdoba <https://repositorio.unicordoba.edu.co/handle/ucordoba/3753>
- González, A. (28 de julio de 2014). Centro Médico Imbanaco: el mayor centro de especialistas médicos. *El País*. Recuperado de: <https://www.elpais.com.co/economia/centro-medico-imbanaco-el-mayor-centro-de-especialistas-medicos.html>
- Guber, R. (2011) “El trabajo de campo: un marco reflexivo para la interpretación de las técnicas”, en *La Etnografía, método, campo y reflexividad*, Siglo XXI Editores, Argentina, pp. 39-45

- Guber, R. (2011) “La observación participante”, en *La Etnografía, método, campo y reflexividad*, Siglo XXI Editores, Argentina, pp. 51-68.
- Hammersley, M. Atkinson, P. (1994) “¿Qué es la etnografía?” en *Etnografía. Métodos de investigación*, Barcelona, Ediciones Paidós, pp. 15-38.
- Hernández, J., Torres, D., & Camargo, E. (2020). Era digital en tiempos de pandemia: educación, color, conocimiento y comunicación. *Utopía Y Praxis Latinoamericana*, 25(1), 216-230.
<https://produccioncientificaluz.org/index.php/utopia/article/view/34171>
- Herrera, J. (s.f.). La investigación cualitativa.
<https://juanherrera.files.wordpress.com/2008/05/investigacion-cualitativa.pdf>.
- Ibarra Caicedo, J.F. (2021). B-learning como propuesta para la alternancia educativa. Editorial. *Revista Universitaria De Informática RUNIN*, 9(11), 81-113.
<https://revistas.udenar.edu.co/index.php/runin/article/view/7099>
- Matas, A. (2018). Diseño del formato de escalas tipo Likert: un estado de la cuestión. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(1), 38-47.
<https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.1.1347>.
- Martí Arias, J. A. (2011). Aprendizaje mezclado (B-Learning) Modalidad de formación de profesionales. *Revista Universidad EAFIT*, 45(154), 70–77.
<https://publicaciones.eafit.edu.co/index.php/revista-universidad-eafit/article/view/68>
- Martínez, L. (2007). La observación y el diario de campo en la definición de un tema de investigación. *Revista Perfiles*, 4, 73-80.
- Matus, C. (1983). PLANEACIÓN NORMATIVA Y PLANEACIÓN SITUACIONAL. *El Trimestre Económico*, 50(199(3)), 1721–1781. <http://www.jstor.org/stable/23395869>
- Mendoza, L. (2020). Lo que la pandemia nos enseñó sobre la educación a distancia. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, L, Pág. 343-352.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=27063237028>
- Mesa, G. (2004). La Recreación “Dirigida”: ¿Mediación Semiótica y Práctica Pedagógica? Cali: Universidad del Valle.
- Mesa, G., & Manzano, H. (2009). La recreación Dirigida: un laboratorio Pedagógico para la contemplación activa de la TV. (En prensa) Comisión Nacional de Televisión y Universidad del Valle.
- Mesa, G. (2007). Marco Conceptual y Metodológico de Referencia para la Elaboración del Trabajo de Grado en Recreación. Santiago de Cali: Instituto de Educación y Pedagogía. Universidad del Valle.

- Mesa, G. (2008). La Recreación Dirigida como Práctica Pedagógica Cali: Universidad del Valle.
- Mesa, G. (2010). Tejer desde adentro: la universidad imaginada. Proceso de intervención mediado por la Recreación, dirigido a los estudiantes del programa “Plan de Nivelación Académica Talentos 2009-2010” Santiago de Cali: Instituto de Educación y Pedagogía. Universidad del Valle.
- Mesa Cobo, G. (2011). La influencia educativa de la recreación dirigida. <https://nucleos3.wordpress.com/2011/08/26/mesa-cobo-la-influencia-educativa-de-la-recreacion-dirigida/>
- Minsalud. (2020) Colombia confirma su primer caso de COVID-19. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Colombia-confirma-su-primer-caso-de-COVID-19.aspx>
- Miquilena, D. (2011) Recreación laboral: Su efecto motivacional en los trabajadores. Observatorio Laboral Revista Venezolana4 (8):37-51. <https://www.redalyc.org/pdf/2190/219022148003.pdf>
- Otoya Tono, A.M, García, M., Jaramillo Moncayo, C., Wills, C. & Campos A.M. (2020) COVID-19: generalidades, comportamiento epidemiológico y medidas adoptadas en medio de la pandemia en Colombia. *Acta otorrinolaringol. cir. cabeza cuello*. 2020; e-Boletín (abril): 4-13.
- Pichardo Muniz Arlette. “Planificación y programación social” Base para el Diagnóstico y la formulación de programas y proyectos sociales. Lumen Humanitus 1997. Argentina.
- Quintero, M., Medellín, J.M., Benavides, F.M. & Romero, C.A. (2021). Recreación y Tecnología en tiempos de cuarentena. En Tovar Torres, H.G., Betancur, S.A., Aguirre, L.A.& Cardona, G. (Eds.), *El papel del Ocio y de la Recreación frente a la COVID-19* (pp.161-176). <https://www.researchgate.net/publication/349063869>
- Rayón, L. (s.f.). La colaboración como contexto social de aprendizaje: la construcción y recreación compartida del conocimiento en entornos virtuales. Departamento de Didáctica. Universidad de Alcalá. <http://ceur-ws.org/Vol-117/paper32.pdf>
- Rigon, D. (2021) Conflictos bioéticos sobre el distanciamiento social en tiempos de pandemia. Revista Bioética [online]. 2021, v. 29, n. 1, pp. 10-20. <https://doi.org/10.1590/1983-80422021291441>
- Rivillas, J. C., Rivera-Montero, D. F., Sánchez, S. M., Murad Rivera, R., & Calderón-Jaramillo, M. (2021). Respuesta social a las medidas no farmacológicas para

- controlar la propagación del COVID-19 en Colombia. Salud UIS, 53. <https://doi.org/10.18273/saluduis.53.e:21029>
- Roa, A., Salazar, Y. & Blanco, L.R. (2021). UNA NUEVA ALTERNATIVA DE OCIO PARA NUESTRA COMUNIDAD UNIVERSITARIA. En Tovar Torres, H.G., Betancur, S.A., Aguirre, L.A.& Cardona, G. (Eds.), *El papel del Ocio y de la Recreación frente a la COVID-19* (pp.141-160). <https://www.researchgate.net/publication/349063869>
- Tejada, C. & Reyes, L. (2021). Teletrabajo, impactos en la salud del talento humano en época de pandemia. Revista Colombiana de Salud Ocupacional, 11 (2), 1-8. https://revistas.unilibre.edu.co/index.php/rc_salud_ocupa/article/view/6553/6813
- Turchetti, M. & Sánchez, D. (2020). La intervención como trabajadores sociales en contexto de pandemia. Margen, 97. <http://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/116994>
- Villca, J., Moreno, R., Gómez, C. & Vargas, Álvaro. (2021). Influencia de la pandemia del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores en salud. Gaceta Médica Boliviana, 44(1),75-80. http://www.scielo.org.bo/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S101229662021000100013&lng=es&tlng=es.
- Waichman, Pablo Alberto (2009). ¿Cuál recreación para América Latina? *Espacio Abierto*, 18(1) ,101-108. [Fecha de Consulta 9 de marzo de 2022]. ISSN: 1315-0006. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=12211304007>

Anexos

Anexo #1. Diario de campo de la semana 16 al 20 de marzo de la practicante Laura Valencia

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 16 AL 20 DE MARZO 2020	
NOMBRE:	LAURA VIVIANA VALENCIA GAVIRIA
LUGAR:	Clínica Imbanaco– PAE (Plan de Asistencia al Empleado)
PERSONAL INVOLUCRADO:	1. Equipo PAE (líderes y practicantes de recreación y psicología).
ACTIVIDADES:	1.Planeación mensual del semillero Naco 2.Planeación mensual Club ArteKids
OBJETIVOS:	Planear el primer semestre de intervención para el área educativa del PAE
El día lunes 16 de marzo en horas de la mañana la líder Erika Ramírez se comunicó conmigo para informarme que los practicantes no debíamos ir al espacio de práctica debido a la pandemia de la Covid-19 que se está atravesando a nivel mundial. La líder Erika concordó con todo el equipo de trabajo que las labores de los practicantes (psicólogos y recreadores) debían realizarse desde casa en los horarios establecidos hasta nueva orden, por esta razón, nos solicitaron a los 4 practicantes que diseñáramos un cronograma grupal para saber qué tareas debíamos realizar diariamente; además nos aclararon que el informe de dichas tareas debía enviarse al correo electrónico de la líder Victoria Bonilla al finalizar la jornada, para tener un seguimiento de nuestro accionar. Por lo anterior, todos los practicantes conversamos por medio de la red social WhatsApp y acordamos durante esta semana continuar con la planeación de las actividades de los semilleros Imba - Naco y el Club ArteKids. Establecimos que los días lunes y martes nos dedicaremos por parejas a cada uno de los semilleros y los días miércoles, jueves y viernes trabajaríamos los cuatro de forma grupal en el club ArteKids. Juan el practicante en psicología y yo somos los encargados del semillero Naco, por esto entre los días lunes y martes nos dedicamos a realizar las primeras sesiones del tema “salud/cuerpo”, y las diapositivas que se mostrarán a los integrantes del semillero en la primera sesión que se realice. Por otra parte, los días miércoles jueves y viernes los cuatro practicantes nos dedicamos a organizar la planeación del primer semestre del Club ArteKids, en este punto debo resaltar que la llegada de la pandemia de la “Covid-19” produjo que se tuviera que reestructurar las fechas que se habían planeado y cambiar las ideas iniciales que ya se tenían para el área educativa, lo cual nos ha generado mucho trabajo. Por último, el día viernes en horario de tarde tuve una reunión virtual con mi compañero de práctica Andrés y la líder Cindy Calvo quien es la encargada del Área PAE Contigo, con el fin de revisar Y evaluar posibilidades que se puedan implementar para el Pae contigo, de la cual destaco la posibilidad de utilizar el Instagram del PAE para presentar contenido y realizar actividades para los colaboradores.	
CONCLUSIONES 1.El trabajo virtual a veces se vuelve un poco frustrante porque los líderes mantienen en constante vigilancia si el trabajo se está realizando o no (inclusive lo hacen en horarios donde me encuentro respondiendo a mis tareas académicas), sin embargo, es entendible pues es una dinámica nueva para todos y debemos irnos acoplando; igualmente decidimos con mi compañero de práctica Andrés hablar con nuestros líderes para explicarles y mostrarles evidencias de que debemos seguir respondiendo a nuestras asignaturas en los horarios establecidos.	

2. Esta situación nos pone a prueba a todos como estudiantes y practicantes, por ende, debemos estar en total disposición para adoptar nuevas dinámicas y seguir respondiendo en el ámbito académico y dentro de la entidad.

**Anexo #2. Diario de campo semana 31 de octubre a 05 septiembre del practicante
Andrés Núñez**

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 31 DE AGOSTO AL 05 DE SEPTIEMBRE 2020	
NOMBRE:	ANDRES FELIPE NUÑEZ RAMIREZ
LUGAR:	Clínica Imbanaco - (PAE)
PERSONAL INVOLUCRADO:	Equipo PAE (2 practicantes de recreación, 2 practicantes de psicología y 4 líderes)
ACTIVIDADES:	1. Reunión celebraciones organizacionales. 2. Intervención virtual área PAE Contigo. 3. Intervención virtual Club Arte Kids. 4. Intervención semillero Imba.
OBJETIVOS:	1. Planificar las próximas celebraciones organizacionales. 2. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los colaboradores del CMI. 3. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los hijos de los colaboradores. 4. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los hijos de los colaboradores.
1. El día lunes a las 9:00 am junto a los practicantes de psicología y Laura, tuvimos una reunión con las líderes Cindy Calvo y Erika Ramírez con el objetivo de planear la celebración de los cumpleaños para los colaboradores. Lo que se decidió fue que a partir del mes de octubre se conmemorará los cumpleaños del mes anterior con una tarjeta virtual, una publicación en la plataforma oficial de la organización (INTRANET) y un bono de helado Popsy. Además se acordó evaluar la posibilidad de realizar reuniones presenciales según la flexibilización de las medidas de bioseguridad; la idea sería planear una “celebración general” con una temática específica cada mes y un obsequio para cada colaborador que esté cumpliendo años. Adicionalmente, durante el día realice el informe de las intervenciones del Vagón del Saber y del Vagón Para Todos que no se habían realizado, porque aún no habíamos decidido si llevar un informe de estos, pero teniendo en cuenta la búsqueda de una retroalimentación y mejora constante del proyecto optamos por hacerlo. 2. El día martes a las 3:00 pm junto a Laura, Carolina y Henry tuvimos una sesión del Club Arte Kids, bajo la temática “profesiones” dividida en tres momentos. En el primer momento les presentamos una serie de adivinanzas relacionadas a objetos que se encuentran en el hogar, fue un momento muy ameno porque todos los participantes se mostraron activos e incluso llegaron a proponer adivinanzas. En el segundo momento se proyectó un fragmento de un capítulo de “Bob el constructor” que mostraba el proceso de construcción de una casa; con el objetivo de que cada participante realizará un boceto en forma de dibujo de la casa de sus sueños. Finalmente en el tercer momento se realizó la socialización donde se les preguntó si tenían afinidad con la profesión de “arquitecto” obteniendo resultados positivos y se tomó una fotografía grupal. 3. El día miércoles junto a Carolina preparamos la intervención del día jueves en el Instagram del PAE en el marco del Vagón Express, donde estamos trabajando “el cuidado físico”. Optamos por realizar un video de estiramientos corporales que se puedan realizar en el área de trabajo, acompañado de un mensaje sobre la importancia de dedicar un espacio diario para este tipo de	

espacios de cuidado personal.

-A las 3:00 pm junto a Laura, Carolina y Henry tuvimos una sesión del Club Arte Kids, bajo la temática “profesiones” dividida en tres momentos. En el primer momento se realizó el juego musical “palo palo palo bonito palo eh” donde los participantes debían cantar esta línea mientras realizaban un movimiento específico por cada palabra. En el segundo momento cada uno construyó una maqueta del diseño de “la casa de sus sueños” que habían dibujado el día anterior, utilizando diversos materiales como: cartón paja, fomi, escarcha, pintura, palos de helado, entre otros. Finalmente en el tercer momento se realizó la socialización donde se les preguntó si tenían afinidad con la profesión de “constructor” obteniendo resultados positivos y se tomó una fotografía grupal.

4. El día jueves a las 3:00 pm junto a Laura, Carolina y Henry tuvimos una sesión del Club Arte Kids, bajo la temática “profesiones” dividida en tres momentos. En el primer momento se les presentó un video de “Jorge el Curioso” que representaba las labores que realiza un chef, para que los participantes opinaran sobre el conocimiento que tienen de esta profesión. En el segundo momento junto a Henry dirigí dos recetas con frutas, donde los participantes elaboraron un animal basado en frutas como banano, fresa, guayabas, o cualquiera que tuvieran disponible; también cocinaron un mini postre, utilizando galletas rondalla, mermelada y frutas. Finalmente en el tercer momento se realizó la socialización donde se les preguntó si tenían afinidad con la profesión de “chef” obteniendo resultados positivos y se tomó una fotografía grupal.

5. El día viernes en la mañana diseñamos la encuesta pre del semillero Naco; las preguntas estaban dirigidas a comprender el conocimiento que poseen sobre las diferentes inteligencias y los conceptos de talento y habilidad. Además redactamos el documento de planeación con la propuesta que diseñamos para el “sábado en familia” que vamos a tener en la modalidad virtual el día 26 de septiembre, que estará dividido en 4 actividades: un rompecabezas en familia, una receta en familia, un espacio de dactilopintura y finalmente un concurso de preguntas y respuestas.

-A las 4:00 pm tuvimos una sesión del Vagón Brigada PAE con el área de Quimioterapia, donde participaron 10 colaboradores bajo la temática “cuidado físico”. La sesión se dividió en 3 momentos: en el primer momento se realizó un ejercicio de estiramiento articular desde la parte superior del cuerpo hacia la inferior. En el segundo momento se les brindó una charla con algunas acciones o actividades que contribuyen al bienestar físico y se les preguntó a los participantes, cuáles conocen y cuáles suelen realizar. En el tercer momento a cada participante se le entregó un crucigrama con palabras alusivas a la temática y algunas acciones que pueden realizar para su cuidado físico (hacer ejercicio, dormir bien, comer saludable, realizar estiramientos, entre otras). Finalmente realizamos el informe correspondiente.

-La última tarea fue realizar una serie de llamadas a los acudientes de los participantes del Club Arte Kids, con el objetivo de informarles que los días miércoles vamos a dar una sesión de apoyo escolar a los participantes que lo necesiten en el horario de 3:00 a 4:30 pm. Cabe resaltar que esta iniciativa nació, porque muchos de los participantes ingresaron nuevamente a sus actividades académicas y hemos notado que algunos no cuentan con un acudiente que pueda ayudarlos en todas sus tareas.

6. El día sábado a las 9:00 am junto a Carolina, Laura y Henry tuvimos una sesión con el semillero Naco, donde trabajamos las múltiples inteligencias, dividida en tres momentos. En el primer momento se presentó un video que explicaba las “8 inteligencias múltiples del psicólogo Howard Gardner y se realizó la encuesta Pre. En el segundo momento se trabajaron las siguientes inteligencias: la inteligencia lingüística, por medio de un juego de acróstico y un anagrama; la

inteligencia espacial, a través del diseño de un plano de la habitación de cada uno desde diferentes perspectivas y la inteligencia inter e intrapersonal utilizando casos con situaciones reales para que cada participante mencionara como actuará en dicha situación desde la perspectiva propia y la de los otros.

CONCLUSIONES

1. Es extraño volver después de un tiempo tan prolongado en casa, las medidas son estrictas y puede ser angustiante recordar continuamente el riesgo que existe si no las cumplimos, pero incluso en este contexto esto abre nuevas posibilidades para desarrollar intervenciones con los colaboradores.

2. La presencialidad los días viernes es una experiencia “revitalizadora” para mi proceso de práctica profesional, porque es volver a intervenir con el área de Quimioterapia es un espacio físico, con todas las posibilidades e interacciones que la virtualidad cohibía. Además emocionalmente el tener un espacio al que asistir a realizar la práctica le da un sentido de pertenencia a la entidad, que no se siente desde casa.

Anexo # 3. Diario de campo semana 22 al 27 de junio del practicante Andrés Núñez

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 22 AL 27 DE JUNIO 2020	
NOMBRE:	ANDRES FELIPE NUÑEZ RAMIREZ
LUGAR:	Clínica Imbanaco (PAE)
PERSONAL INVOLUCRADO:	Equipo PAE (2 practicantes de recreación, 2 practicantes de psicología y 4 líderes)
ACTIVIDADES:	1. Planeación de las vacaciones recreativas. 2. Informe mensual Club ArteKids 3. Intervención virtual Área PAE Contigo. 4. Reunión con la líder Erika Ramírez
OBJETIVO:	1. Planear las sesiones de las vacaciones recreativas 2. Realizar el informe del primer mes de las intervenciones del Club ArteKids. 3. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los hijos de los colaboradores. 4. Evaluar la planeación de las vacaciones recreativas.
1. Durante esta semana las tareas principales que tuve junto a los demás practicantes, fue la planeación de las intervenciones que realizaríamos en las vacaciones recreativas. Para esto nos dividimos entre los practicantes los días de la semana para trabajar las temáticas que se van a tener como base, para explorar las diferentes habilidades artísticas y culturales de los participantes. A mí me correspondió la temática de cocina llamada “cocineritos”, por lo cual tuve que buscar algunas recetas que involucrando un objetivo y pedagogía resultaran en un espacio de ruptura de la jornada laboral y exploración de diferentes habilidades. En primer lugar, el día martes 23 estuve navegando todo el día en internet buscando diferentes recetas que no solo fueran prácticas, sino que cumplieran con ciertos requisitos como: no necesitar horno o microondas, cortar con cuchillos, ingredientes costosos y en general ninguna acción que requiera la ayuda de un adulto; porque el rango de edad de las intervenciones es entre 5 a 15 años, por lo cual se debía pensar en recetas que pudieran hacer ambos sin ningún riesgo y que fueran entretenidas. Durante el día los demás practicantes y yo, estuvimos compartiendo ideas de las temáticas que cada uno tenía asignado: Laura compartió algunas actividades gráfico plásticas (portarretratos, planificadores, y títeres), Henry compartió algunas actividades relacionadas al medio ambiente (sembrar una planta y construir una materia), carolina presento algunos	

experimentos sencillos (crear una máscara facial, crear sabores y slime).

En mi caso encontré tres recetas que adapté y escribí en la planeación donde intentaba involucrar el juego para mediar el uso de los ingredientes y además generar dialogo a partir de los gustos alimenticios de los participantes. La primer receta fue un pincho de frutas, donde la idea es darle diferentes formas a las frutas y conversar sobre cuáles son las favoritas de cada uno; la segunda receta fue un postre de yogurt con fresas, que será preparado para compartir con las personas con las que cada participante vive; finalmente la tercera receta será la elaboración del animal favorito utilizando frutas.

Las propuestas de cada uno fueron discutidas y en algunas se hicieron recomendaciones, como en las intervenciones de Henry, donde se optó por agregar la construcción de una huerta en miniatura utilizando materiales como semillas, palitos de helados, fomi, papelillo e incluso juguetes pequeños. También entre los 4 practicantes planeamos las actividades a realizar los días viernes, donde estamos a cargo total del día, donde decidimos elaborar un “antifaz” para cada participante, realizar un juego dramático y observar videos educativos. Lo siguiente que hicimos fue organizar con su respectiva descripción, fechas, objetivo y materiales, cada una de las intervenciones que vamos a realizar y construir un documento que será la guía para que los padres tengan información resumida y clara de la dinámica, objetivo y materiales de las vacaciones recreativas virtuales.

2. El día miércoles 24, junto a los demás practicantes realizamos el informe mensual del Club ArteKids durante todo el día. Al ser el primer informe que realizábamos tuvimos que basarnos en los que realizaban los anteriores practicantes. Este informe consta de un apartado donde se escriben el eje temático, un objetivo general, los indicadores que se buscaban alcanzar, si el participante cumplió o necesita reforzar algún tema y algunas observaciones que se tengan sobre el participante. En general la mayoría de los participantes cumplieron con los diferentes indicadores y escribimos aspectos positivos como una constante participación, responsabilidad, buen manejo de la aplicación y buena disposición; aunque algunos han tenido problemas con la virtualidad por motivos de conectividad, cruce de horarios con materias del colegio y dificultad para mantener la atención (en este caso recomendamos trabajar las temáticas desde el hogar a través de ayudas audio visuales o charlas educativas). Una vez finalizado se lo enviamos a la líder Erika quien está encargada del Club ArteKids, para que lo revisara y le realizará los respectivos comentarios; cuando nos lo entregó corregimos lo poco que nos señaló y nos correspondió enviar de forma individual a los encargados (familiares o acudientes) los informes de cada participante. Para facilitar este proceso nos dividimos los 16 informes y cada practicante se encargó de redactar los correos y enviar.

3. El día jueves 25 a las 10:00 realice una intervención virtual en el Instagram del Pae junto a Henry el practicante de psicología. Para esto utilizamos 4 estímulos musicales (instrumentales de canciones) que los colaboradores escuchaban y luego respondían una encuesta de 4 opciones según la sensación que les producía el estímulo. Cabe destacar que según el género del estímulo, seleccionamos las opciones; por ejemplo para la canción “Titanic” de Celene Dion, la encuesta llevo las opciones de alegría, nostalgia, tristeza e inspiración, mientras que para la canción “We Will Rock You” de Queen la encuesta llevo las opciones de euforia, rabia, placer y motivación. Esta intervención tuvo como objetivo, brindar una acercamiento a los colaboradores de como la música puede ser una estrategia para generar sensaciones que mitiguen el estrés y participaron 101 colaboradores, lo cual es muy satisfactorio para mí y para el desarrollo de este proceso. Considero que se acertó en que la actividad fuera práctica y los estímulos variados porque hacían un buen contraste de las diversas sensaciones que nos puede hacer sentir la música y facilita la participación. Finalmente realice junto a Henry el informe correspondiente y subí las imágenes de

constancia de las personas que participaron.

-El día jueves 25 a las 8:00 pm se realizó una conferencia titulada “una mirada diferente del estrés” dada por Victoria Valencia, la cual tenía como objetivo comprender que el estrés tiene diferentes niveles (agudo, episódico y crónico) y concientizar que es un término muy amplio que no se debe intentar negar, sino vivir con él. Asistieron 6 colaboradores de 10 que confirmaron y llamé a recordar durante la tarde. Durante estas conferencias sólo debo estar pendiente de dar información clave, como el recordatorio de diligenciar las encuestas de satisfacción y recordar la temática mensual.

4. El viernes a las 10:00 am junto a los demás practicantes tuvimos una reunión con la Líder Erika Ramírez para que ella evaluará la planeación que construimos durante la semana y nos diera información sobre posibles tareas que tuviéramos que realizar. En general estuvo de acuerdo con todas las intervenciones y se mostró contenta con el trabajo que realizamos, además de que llegamos a la conclusión de que Imbanaco puede facilitar los materiales que vamos a usar en las vacaciones recreativas a los colaboradores y a nosotros los practicantes. También se habló de la posibilidad de decorar nuestro espacio de trabajo para hacer más amenas y llamativas las sesiones para los niños. Finalmente la reunión terminó con algunas recomendaciones para los practicantes como elaborar una lista de materiales y ajustar las fechas de las intervenciones según un horario que nos dio Erika.

CONCLUSIONES

1. Planear actividades para un rango de edad tan amplio como el que se maneja en las vacaciones recreativas, resulta en una búsqueda tediosa de posibilidades al tener una población tan variada.
2. Se siente muy extraño que las vacaciones recreativas utilicen temáticas tan ajenas a lo que he estudiado como culinaria, huertas y experimentos; pero supongo que es un reto personal encontrar la forma de vincular la pedagogía y la lúdica a este tipo de intervenciones.
3. Sigo sin ver realmente un trabajo específico desde el campo de la psicología y la verdad tenía muchas esperanzas en que los informes nos pudieran retroalimentar desde su campo profesional, pero no fue así.
4. Estoy muy contento de que podamos acceder a los materiales que vamos a necesitar para las vacaciones recreativas, porque vamos a poder realizar las intervenciones sin ningún problema.
5. Dentro de las relaciones laborales me sigue costando mucho, trabajar con mujeres porque se me dificulta entrar en choque para tomar algunas decisiones.
6. Me preocupa un poco este comienzo de las conferencias y algunas actividades donde la participación sigue siendo muy poca. Pero me alegro un comentario de unos de los colaboradores que mencionó: *“la virtualidad nos ayuda a tener espacios para compartir en medio de este caos, les agradezco mucho aprovechar la tecnología y vernos fácilmente a través de una pantalla”*.
7. Creo que debo mejorar mi iniciativa porque a veces siento que Laura se está cargando mucho con eso y aunque nunca he dejado de ser responsable y cumplir, tal vez debería trabajar mi iniciativa.

Anexo # 4. Evaluación Post Vagón Brigada PAE de la temática “Relación con mi trabajo y mis compañeros”

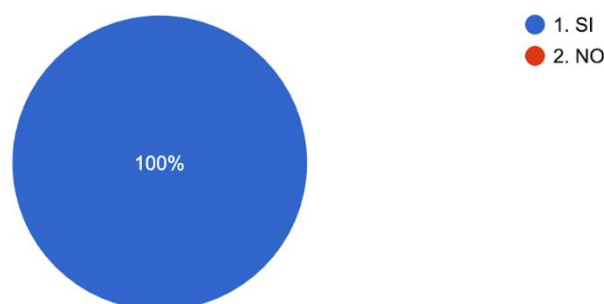
Encuesta Post: en la evaluación pos se realizaron 4 preguntas; 3 fueron cerradas y 1 abierta. Mediante estos cuestionarios se pudo evidenciar algunas diferencias con relación al

conocimiento del tema antes de iniciarlo y cuando se finalizó. Adicionalmente, a través de estas evaluaciones se observó el aprendizaje que dejaron las diferentes sesiones. A continuación, se muestra de manera detallada cada una de las preguntas:

1.

1.Consideras que las sesiones aportaron a mejorar las relaciones con tus compañeros de trabajo:

6 respuestas

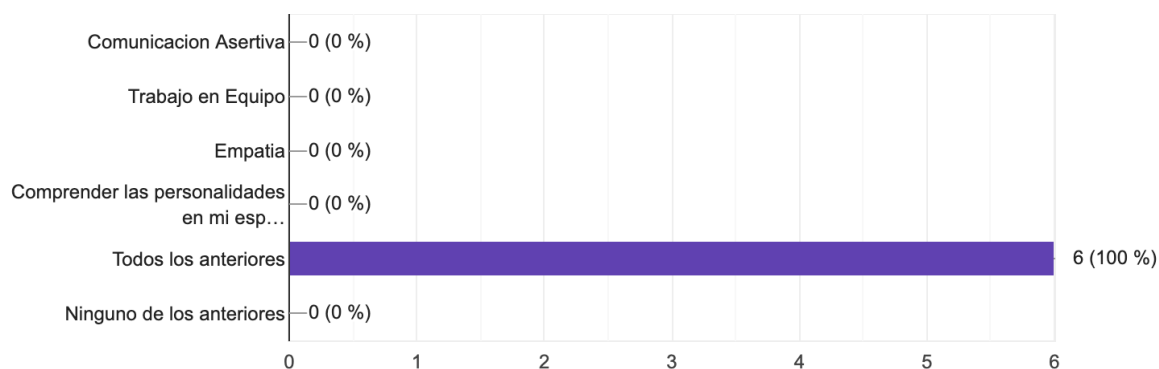


En esta imagen se puede evidenciar que a través de las sesiones se pudo lograr un impacto en los participantes con respecto a la relación de estos con sus compañeros del trabajo. La gráfica reporta que el 100 % de los participantes (6 que contestaron la evaluación) consideró haber mejorado en sus relaciones una vez terminada las sesiones.

2

2.Cuales de las siguientes estrategias para mejorar la relación con los compañeros consideras que fueron trabajadas en las sesiones:

6 respuestas

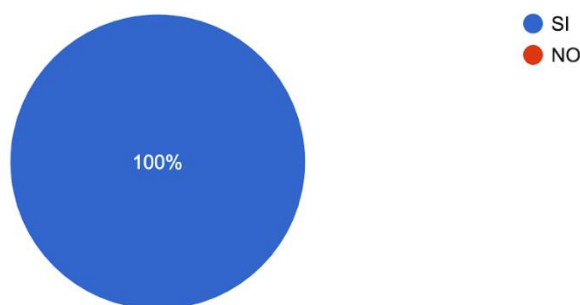


La anterior gráfica muestra las estrategias que se trabajaron dentro de esta temática; para esta pregunta el 100% de los participantes (6 que contestaron la evaluación) respondieron que se habían trabajado durante las sesiones todas las estrategias planeadas inicialmente.

3.

3. Las sesiones le permitieron dar reconocimiento a sus funciones laborales

6 respuestas



Con relación al reconocimiento de las funciones laborales los 6 participantes que realizaron la evaluación,

La anterior gráfica muestra que el 100% de los participantes (6 que contestaron la evaluación) pudieron reconocer sus funciones laborales; si bien, antes de iniciar la temática la mayoría de los participantes ya habían reportado reconocer sus funciones, por medio de las sesiones se pudo reforzar el conocimiento previo.

4. ¿Qué aprendizajes obtuviste durante la temática?

P1: “Conocer que todos tenemos diferentes personalidades, pero eso no nos hace malas personas”.

P2: “La importancia de sabernos comunicar con los compañeros, la confianza, entender las diferentes personalidades”.

P3: “En reforzar la comunicación y el trabajo en equipo, tener empatía hacia mis compañeros y pacientes”.

P4: “El aprendizaje fue el de reconocer y practicar todos los días la empatía con los compañeros, identificar y agradecer el apoyo durante las jornadas”.

P5: “Reforzar trabajo en equipo, comunicación”.

P6: “Empatía con mis compañeros, comprender las personalidades”.

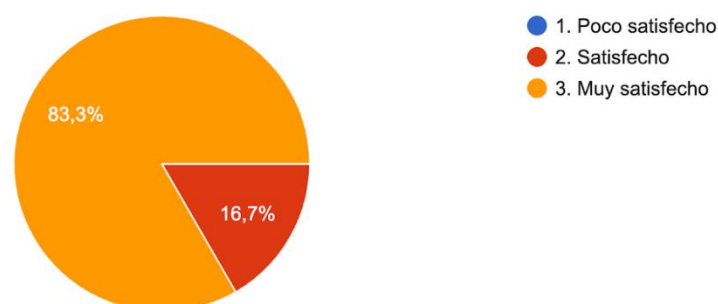
Por medio de esta pregunta con respuesta abierta se pudo rescatar diversos aprendizajes manifestados por los participantes al finalizar la temática; algunas de los aprendizajes de mayor reconocimiento por parte de los participantes y en los que más se hizo énfasis fueron el comprender las diversas personalidades laborales, la importancia de ser empáticos, la necesidad de trabajar la comunicación asertiva y el trabajo en equipo.

Evaluación Final: se realizó una evaluación final con el objetivo de observar el aprendizaje general de todas las temáticas. A continuación, se ilustran los resultados de estos:

5.

5. ¿Qué tan satisfecho te sentiste con el proceso durante las sesiones?

6 respuestas

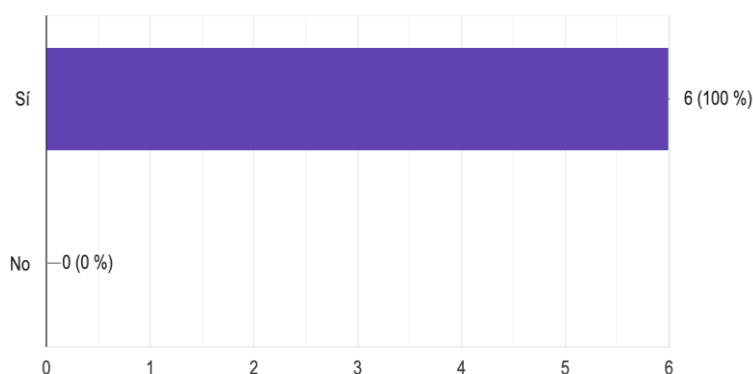


En esta gráfica se puede evidenciar el nivel de satisfacción de los participantes con las temáticas trabajadas a lo largo de todo el proceso, el 83,3 % mencionó sentirse “muy satisfecho”, el 16,7 % sentirse satisfecho y el 0 % poco satisfecho. Lo anterior permite concluir que se realizó un proceso positivo en dónde se intentó abarcar diferentes aspectos ligados al ámbito laboral y a tener mejores experiencias dentro de este.

6.

6.¿Recomendarías las sesiones ?

6 respuestas



Esta gráfica muestra que el 100 % de los participantes que realizaron la evaluación recomendaría el trabajo realizado. Esto es un incentivo para continuar desarrollando estrategias que contribuyan en un mejor ambiente y dinámica laboral, por ende, se espera seguir haciendo un trabajo interdisciplinar que permita un crecimiento tanto de facilitadores como de participantes.

7. ¿Qué aprendizajes obtuviste de todo el proceso?

P1: “Buena comunicación, empatía, Trabajo en equipos”.

P2: *“Ser un poco más expresivo, me divertí mucho con las actividades. Ser un poco más paciente y comunicativo”.*

P3: *“Trabajo en equipo”.*

P4: *“Tener más paciencia y comprender más a los compañeros y diferentes aspectos.”.*

P5: *“Confianza de los compañeros, trabajo en equipo”.*

P6: *“Fortalecer los aspectos de comunicación, manejo de las emociones.”.*

En estas respuestas los aprendizajes obtenidos que se destacan son; el manejo de las emociones, la comunicación y el trabajo en equipo, la empatía, entre otros. Lo anterior, muestra que el proceso logró contribuir en cada participante respecto a la temática trabajada.

8. ¿Qué temas te gustaría que se trabajarán en un futuro?

P1: *“Manejo o canalización de las emociones”.*

P2: *“Me gustaría más actividades lúdicas para salir de la rutina de la sala y distraernos un poco con otro tema.”.*

P3: *“Seguir con comunicación asertiva, niño interior.”.*

P4: *“Niño interior”.*

P5: *“Confianza personal, Seguridad.”.*

P6: *“Actividades físicas.”.*

Las respuestas que reportaron los 6 participantes de la encuesta, sirven como una base importante para implementar en las futuras intervenciones del Área PAE Contigo.

9. ¿Qué aspectos consideras que deberían mejorarse en las sesiones?

P1: *“Me parecen que son muy didácticas y prácticas lo que facilita el aprendizaje.”.*

P2: *“Ninguno, considero que están bien.”.*

P3: *“¡Todo muy bien!”.*

P4: *“Todo está muy bien”.*

P5: *“Todo es rebien, es muy lúdico, diferente. Muchas gracias.”.*

P6: *“Hacerlo con más frecuencia.”.*

En cuanto a los aspectos a mejorar, los participantes que respondieron la evaluación en su mayoría no reportaron alguna sugerencia; por el contrario, se destacó el trabajo realizado en todas las sesiones y se valoró el contenido y la metodología de las estrategias recreativas. Sin embargo, se resalta una sugerencia en relación al aumento de la frecuencia en la que se ejecutan las intervenciones.

Anexo # 5. Encuesta semiestructurada equipo Pae realizada durante el mes de diciembre.

Preguntas:

1. ¿La estructura metodológica de intervención fue clara y oportuna?

2. ¿Cuál es su percepción sobre el proceso que se realizó en los diferentes vagones?

3. ¿Cuál es su percepción de las estrategias recreativas que se ejecutaron?

4. ¿Qué aspectos consideras que se deben mejorar del proceso realizado?

5. ¿Consideras que el instructivo de trabajo y el banco de estrategias recreativas son productos útiles para el Área PAE Contigo?

Respuestas de cada miembro del equipo Pae:

+Cindy Calvo (Coordinadora Área PAE contigo) 6 de diciembre de 2020:

1. R/ “Si fue oportuno y claro”.

2. R/ “Se cumplieron los objetivos que esperaba como coordinadora, porque siempre fueron comprometidos todos”.

3. R/ “Estuvieron muy bien, todo correcto”.

4.R/ “El tiempo, yo pienso que ustedes no deben ajustarse al tiempo de ellos, porque si es una sola hora que sea esa hora, porque el resto de tiempo se puede invertir en otras áreas; porque esta vez lo hicimos solo en un área, hablando de la Brigada PAE, pero la idea es realizarlo en otras áreas cumpliendo con el tiempo así como en los otros vagones, si dicen que van a empezar a las 4:00pm empiezan con los que están y no se retrasan porque ustedes terminan llegando a las 5:30pm a hacer informe y les toca salir tarde, así que sería mejorar eso, el manejo del tiempo”.

5.R/ “Si claro para todas las áreas, yo pienso que el PAE no tiene eso en ningún área, ósea en ninguna de los que hace Erika, Jaiver o Vicky tiene eso, ósea creo que si existe un manual PAE, pero no hay un instructivo de lo que hay que hacer; por ejemplo ahora en las vacaciones de Eri, yo no tengo como todas las cosas que debo hacer y me toca preguntarle a ella directamente, entonces el instructivo es algo que siempre quise hacer en todos los programas, para que si ustedes se van los que llegan puedan leer y tengan idea de lo que hay que hacer, que ya sea más de que le pregunten a uno lo que no entiendan, pero me parece demasiado útil. El banco de actividades también, porque yo pienso que uno se cansa de pensar uno que hace, entonces uno puede buscar hay que hacer y ajustarlo a lo que uno necesite o al colaborador”.

+Jaiver Copete (Profesional en recreación) 6 de diciembre de 2020:

1.R/ “Sí, fue oportuno y más que oportuno considero que necesario en la medida que de una u otra manera el accionar del área está siendo mediado por personas que conocen del campo de acción que es la recreación, si lo miramos de esa manera nos damos cuenta que la recreación tiene como base el impartir conocimiento tomando como referencia sus diversas estrategias metodológicas que tiene para llegar a las personas, ahí creo que eso es un punto a favor que tiene el profesional en recreación y es que la academia lo brinda de diferentes estrategias metodológicas SAR y SARI pero también desde diferentes técnicas que hacen que esos Lenguajes Lúdico Creativos tomen más fuerza y más poder, y que realmente cumplan su propósito que es permitir y evocar en las personas esas situaciones que en ocasiones de manera consciente no queremos tocar y es ahí donde el Lenguaje Lúdico Creativo generado por un profesional en recreación en este caso ustedes en calidad de practicantes le dan un valor”.

2. R/ “Creo que fue un proceso adecuado y más que adecuado necesario por la pandemia debido a que la salud mental de las personas que hacen parte de la organización se vio afectada y al entrar con este tipo de estrategias novedosas permite abordar estas situaciones intangibles que no todo mundo puede abordar porque quizás carece de los recursos, que en este caso la fusión de recreación y psicología brinda”.

3.R/ “Mi percepción es positiva y sería interesante que pudiesen continuar, que la pandemia haya sido el momento perfecto para que el profesional en recreación sea más visible y su accionar se note más, no solamente en esta organización sino en todos los lugares donde él se desenvuelve. Ya las organizaciones se han dado cuenta de la necesidad de la recreación como un factor protector ante la salud mental de sus colaboradores; en ese orden de ideas

actividades novedosas como estas, como lo dije anteriormente toman fuerza, toman un lugar y se hacen necesarias e indispensables para el bienestar de las personas”.

4. R/ “Desde lo técnico considero que se podría incursionar más en las redes, porque el trabajo en redes llego para quedarse y el fuerte del profesional en recreación es más el campo, sin embargo, en las redes hay otro campo de acción que aún se sigue explorando, entonces yo diría que potenciar más esas estrategias digitales que desde la recreación se pueda seguir potencializando, sin olvidar que las estrategias que se hacen desde el campo de acción en el escenario presencial”.

5.R/ “Considero que hay que ser claros en que el insumo no debería ser para las áreas, sino que debería ser para el Área de Bienestar y desde el área de bienestar se promueva al interior de las otras áreas, porque si se deja el instructivo a la luz pública de que las áreas puedan acceder a él, perdería fuerza el accionar del profesional en recreación si se centraliza la información, y que para que llegue a las áreas deba pasar por un practicante o un profesional en recreación, se iría tomando fuerza el rol del profesional en recreación. En cuanto al banco de estrategias recreativas es necesario como te dije anteriormente si se centraliza la información en que principalmente puedan acceder a ella las personas dentro del Área de Bienestar: psicólogos, profesionales en recreación o personas en calidad de practicante de estos dos escenarios, pero no dejarla a merced de las demás áreas debido a que podría perder un poco fuerza el impacto que ustedes vayan a dar; porque si personas de otras áreas empiezan a manejarlo no es necesario que ustedes estén”.

+Victoria Bonilla (líder del Área de Bienestar) 7 de diciembre de 2020:

1. R/ “Bien, me parece que ha sido coherente, pues se indaga cuál es el propósito y el objetivo a realizar”.

2. R/ “Sí, realmente son temas que siempre van a representar un interés por parte del trabajador en la salud”.

3. R/ “No las conozco muy a profundidad, no es que supiera que hicieron cada día, pero pienso que las que alcancé a ver como la relajación, las activaciones o también de elaborar cosas simbólicas, aportan al bienestar y al cambio de la rutina de los colaboradores, como un espacio de catarsis, también de aprender, conocerse individual y el equipo”.

4. R/ “No creería que haya alguna mejora”.

5. R/ “Claro, teniendo en cuenta que es la más nueva que tiene el PAE me parece un insumo fundamental que se deje ese paso a paso”.

+Henry Pérez (practicante de psicología) 7 de diciembre de 2020:

1. R/ “A mí me pareció que fue muy adecuada y también les da una visión a las personas que no la conocen y puedan leer la metodología que ustedes proponen y la puede uno adaptar a la disciplina y combinar saberes, entonces, en general fue muy adecuada y en lo personal me gusta mucho”.

2. R/ “A mí me parece que fue un proceso muy bien llevado, que el orden que se tenía ayudó a que el proceso en general saliera satisfactoriamente, entonces, el proceso fue muy bien llevado, en general se trabajó lo que se quería”.

3. R/ “Yo opino que las estrategias usadas fueron muy adecuadas, debido a que eran muy coherentes con los objetivos que se habían trazado y para las temáticas trabajadas”.

4. R/ “Yo diría que más que mejorar es fomentar alguna estrategia para tener más participantes en los diferentes vagones y que puedan conocer del contenido porque en si el

contenido es muy bueno, claramente siempre se pueden mejorar cosas, pero en estos momentos diría que es atraer a más participantes para que conozcan el programa”.

5. R/ *“Sí, me parece muy útil, sobre todo para aquellas personas que son nuevas y se vayan a adaptar, creo que dice las cosas de manera muy clara y concretas”.*

+Carolina Zúñiga (practicante de psicología) 7 de diciembre de 2020:

1. R/ *“Sí, me parece que la estructura metodológica fue clara y organizada, fue concisa, no fue muy compleja, porque algunas estructuras se complejizan mucho, pero la que se usó estuvo buenísima”.*

2.R/ *“Considero que todos los vagones tuvieron un buen proceso, un buen rendimiento, especialmente el Vagón Express que considero importante resaltar porque siempre estuvo ofreciendo información muy importante y contenido claro, al igual que el Vagón Brigada PAE que contribuyó muchísimo al bienestar de los trabajadores y fue un proceso muy bonito”.*

3. R/ *“Considero que fueron muy creativas y algo muy importante es que fueron muy asequibles, los materiales que se emplearon siempre estuvieron al alcance de los participantes”.*

4. R/ *“En el Vagón Exprés considero que debe haber un mayor contacto y acercamiento con los seguidores, realizar más lives, videos, así como los influencers, preguntarles como están y darles el saludo. Considero importante que en el Vagón para Todos y en el Vagón del Saber la propaganda se haga a través de la Intranet para tener más participantes, pero eso se alcanza usando otras redes, solicitando permisos para eso.”*

5. R/ *“Sí, considero que son demasiado útiles, el instructivo considero que es un apoyo muy importante para los futuros practicantes y también para los que estamos porque nos permite aclarar muchas dudas y retomar cosas que se nos pueden olvidar, es como una guía que está para dar apoyo. Además, el banco de estrategias me parece súper funcional y súper útil porque en momentos a veces se le nublan los pensamientos y no se sabe qué hacer, acudiendo a medios como Google u otros medios que no son tan confiables como lo pueden ser el banco de estrategias porque finalmente son estrategias que ya se han usado y se han comprobado que sirven”.*

+Erika Ramírez (Líder del PAE) 7 de diciembre de 2020:

1. R/ *“Sí, siempre y cuando ustedes hayan hecho esa planeación basada en las experiencias y pensando como profesionales en recreación, las personitas que a su futuro vengan van a entenderlo y aplicarlo; eso es como una filosofía que ustedes dejan implantada y lo bueno es que acá en la organización, sean recreadores o sean psicólogos ya sabemos cuál es la intención del trabajo y como se encamina”.*

2. R/ *“Todas fueron positivas, porque se evidencio gigantemente el cambio que se le dio al área, ósea, antes lo habíamos empezado a hacer y chévere, pero no se había dado la oportunidad de darle la estructura que ustedes le dieron, entonces, pienso que todo lo que en este año se hizo fue positivo y lo que se va a seguir haciendo va a ser con base en eso y es buenísimo”.*

3. R/ *“Sí súper, con todo el tema que pasó en el 2020 se lograron aterrizar para que fueran coherentes y aportaran a lo que la gente estaba necesitando”.*

4.R/ *“La socialización, pues también por la dinámica pienso que no tuvimos como ese espacio, pero es importante porque ustedes ahora lo van a hacer porque salen de práctica,*

pero pienso que cuando recién se planeó o se tenía una estructura si había que socializarla con todo el equipo para que supiéramos que se iba a trabajar mensualmente porque uno sabía lo que escuchaba o que iban a quimio y que les iba bien, como lo poco que la dinámica le permite conversar, ósea yo no la conozco totalmente, medio sé de qué se trata pero no conozco. Esto es importante porque cada vez que ustedes hacen un trabajo, no solo aplica para acá, sino que todo lo que ustedes hagan nuevo y novedoso siempre tiene que darlo a conocer, ósea lúzcense con eso no porque eso vaya a ser el “ego” sino porque en el trabajo se debe mostrar lo que se está haciendo para que todos estén en la misma tónica y que vean los avances que ustedes están teniendo”.

5.R/ *“Claro, todo lo que nosotros hacemos en bienestar debe de tenerlo y yo en un momento se los dije, en el PAE también hay uno pero de pronto cuando ya conozca la versión de ustedes y que tan detallado y minucioso lo hicieron lo pueda aplicar al resto de procesos que hace el PAE, porque eso es un manual que te permite en el momento en el que tu faltes otra persona pueda leerlo, ubicarse y continuar el proceso o cuando en una auditoría por ejemplo, le pidan a uno que hacen con ese documento se puede demostrar y lo vas a tener listo y pienso que es algo que perdura en el tiempo y ya las modificaciones que uno le haga cada año van a ser mínimas. Respecto al banco de estrategias, claro, porque a veces uno necesita alguna actividad y pues planear de un momento a otro no es lo mismo que una actividad que ya esté en ese banco y haya sido propuesta con la experiencia que ustedes tuvieron, es un banco del resultado del trabajo de un año que ustedes hicieron por eso tiene mucho valor y les puede servir para cualquier lado”.*

Las preguntas y las conclusiones que establecieron los practicantes de recreación a partir de las respuestas fueron:

1. ¿La estructura metodológica de intervención fue clara y oportuna?

R\ Para el equipo de trabajo la metodología de intervención fue oportuna y clara, presentando coherencia en los diferentes procesos que realiza y vinculando de forma organizada sus objetivos.

2. ¿Cuál es su percepción sobre el proceso que se realizó en los diferentes vagones?

R\ La percepción del equipo sobre el proceso fue positiva, resaltando que se trabajaron temáticas oportunas y necesarias para los colaboradores de una forma novedosa, ofreciendo información y procesos que cumplieron con los objetivos propuestos.

3. ¿Cuál es su percepción de las estrategias recreativas que se ejecutaron?

R\ La percepción del equipo sobre las estrategias recreativas fue positiva, mencionando que fueron creativas, dinámicas y asequibles a los colaboradores, generando efectos positivos en ellos en su jornada laboral como: reducción del estrés, conocimiento personal y grupal, espacios de catarsis y bienestar. Además, denotan un interés en continuar explorando este tipo de estrategias recreativas mediadas por la virtualidad.

4. ¿Qué aspectos consideras que se deben mejorar del proceso realizado?

R\ Cómo aspectos a mejorar el equipo menciona: en primer lugar, el manejo del tiempo durante las intervenciones debe ser más estricto en el momento de iniciar para que no retrase los demás procesos; en segundo lugar, plantearse utilizar nuevas plataformas virtuales en los procesos y generar mayor difusión para aumentar la participación; en tercer lugar, socializar con todo el grupo la planeación y objetivos que se planean de forma constante para que todos tengan conocimiento y puedan aportar; finalmente, mejorar la relación entre los facilitadores y los participantes mediante “lives”.

5. ¿Consideras que el instructivo de trabajo y el banco de estrategias recreativas son productos útiles para el Área PAE Contigo?

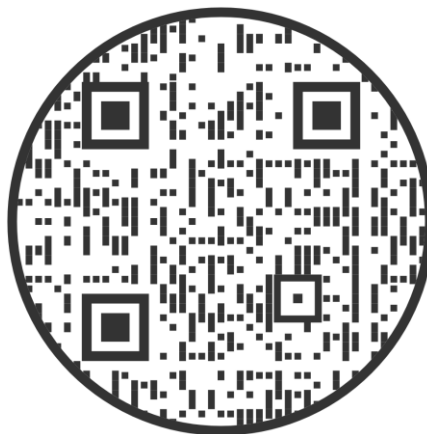
R\ El equipo considera que la creación de un instructivo de trabajo es fundamental para las diferentes áreas del PAE, porque facilita la comprensión del funcionamiento y es una herramienta que puede ser usada por los nuevos integrantes para facilitar su adaptación, al igual de responder dudas durante el desarrollo del proceso. En cuanto al banco de actividades, lo consideran útil, porque brinda información sobre posibles estrategias recreativas a realizar, que ya se han comprobado que pueden ser funcionales.

Anexo # 6. Instructivo de metodología de trabajo e intervención del Área PAE Contigo.

Para facilidad de los lectores y estética del documento se comparte el enlace y un código QR que direccionan al documento en mención.

Enlace:

<https://drive.google.com/file/d/1GGl9OxjEI7tUxZOBmezjle8s1jclbbaJ/view?usp=sharing>



Anexo # 7. Banco de estrategias recreativas

Para facilidad de los lectores y estética del documento se comparte el enlace y un código QR que direccionan al documento en mención.

Enlace:

<https://drive.google.com/file/d/1XbNZF4OE2ztZRWQVc5MuGyjfaahP6gWV/view?usp=sharing>



Anexo # 8. Diario de campo semana 5 al 10 de octubre de la practicante Laura Valencia

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 05 AL 10 DE OCTUBRE 2020	
NOMBRE:	LAURA VIVIANA VALENCIA GAVIRIA
LUGAR:	CLINICA IMBANACO – PAE (Plan de Asistencia al Empleado)
PERSONAL INVOLUCRADO:	1. Equipo PAE (líderes y practicantes). 2. Colaboradores y su círculo familiar primario.
ACTIVIDADES:	1. Ejecución de 1 estrategia recreativa en el Instagram oficial del PAE. 2. Continuación de la segunda actividad del día del amor y la amistad. 3. Organización de la celebración “día del archivista”. 4. Ejecución de una intervención en el área de Quimioterapia Adultos. 5. Sesión virtual del semillero Naco.
OBJETIVOS:	1. Ejecutar las sesiones correspondientes a los programas educativos. 2. Ejecutar las estrategias recreativas e intervenciones dentro del Área PAE Contigo. 3. Organizar diferentes tareas relacionadas al área de celebraciones y reconocimientos.
1. Junto con el practicante de psicología Henry Pérez, organice la información para la publicación que se haría dentro de la temática #4 “Cuidado Emocional” del área PAE Contigo durante esta semana. Esta publicación introductoria consistió en brindar información acerca de la definición de salud emocional a través de un ¿sabías qué?, por esta razón se investigaron diferentes definiciones en páginas y escritos de autores y posterior a esto, se eligió las más pertinente y la que más se relacionaba al objetivo de la temática. Esta información se envió a la persona encargada de diseñar las imágenes del PAE y posteriormente se publicó el día martes 06 de octubre a las 10 am; al publicar la imagen también se decidió repostear directamente la publicación a través de las historias de Instagram con el fin de que los usuarios visualizaran con mayor facilidad la información. 2. Durante esta semana debí asistir a la entidad para continuar con la segunda actividad realizada en homenaje al día del amor y la amistad, ya que como cada área debía diseñar su tarjeta para su “área amiga secreta” algunas se tardaron un poco en esta realización y solicitaron plazo por la cantidad de trabajo que tenían. Durante esta semana continúe realizando el recorrido por las áreas junto con los practicantes de psicología y Andrés para recoger las tarjetas realizadas por las áreas faltantes y así mismo entregarlas a las áreas correspondientes. Cabe mencionar, que el día viernes se dio por finalizada esta actividad ya que todas las áreas habían entregado y recibido su tarjeta. 3. El día viernes 09 de octubre se celebró el día del archivista con los colaboradores del área de gestión documental; por ende, durante toda la semana participe y apoye diferentes tareas relacionadas a esta celebración como por ejemplo: cotizar refrigerio para cada uno de los colaboradores, ayudar en la compra y organización de los detalles para cada uno de los colaboradores homenajeados y por último, asistir a la celebración donde apoye a entregar los detalles. 4. El viernes 09 de octubre se realizó la segunda intervención en el área de Quimioterapia nombrada “aceptación de la emoción” continuando con la temática “Cuidado Emocional”. Esta sesión se dividió en 4 momentos: en el primero, se realizó un estiramiento articular iniciando en las partes posteriores y finalizando en las partes inferiores; en el segundo, se realizó un juego llamado el “semáforo de las emociones” que consistía inicialmente en explicar las emociones existentes las cuales se asociaron con un color representativo y luego, se presentaron diferentes situaciones para que los participantes identificaran cuál emoción predominaba en cada una. En el tercer momento, se realizó una actividad gráfico plástica utilizando la plastilina como material principal, durante este momento la idea era que cada participante plasmará con plastilina en un cuadrado de cartón paja la emoción que le deseaba a su compañero de la derecha y posteriormente al terminar el producto cada	

participante tuvo su momento para entregarle el detalle a su compañero correspondiente y mencionarle verbalmente lo que le deseaba. Por último, en el cuarto momento se realizó una socialización donde se les explicó a las participantes las diferentes categorías y escalas de las emociones y colectivamente se realizó un breve análisis de las emociones más frecuentes que se habían notado en el grupo a partir de lo que habían marcado en el segundo momento de la sesión; además, algunos participantes mencionaron que trabajar con la plastilina les evocaba su infancia y otras mencionaron que durante esta semana no habían vivenciado un momento grupal y que esta intervención les permitió tener un momento significativo como equipo de trabajo, expresar emociones hacia sus compañeros y, hacer conciencia de las emociones propias y las de los demás.

5. El día sábado se realizó la primera sesión de la última temática (Ámbito Cultural) a abordar dentro del semillero NACO. Durante esta sesión se realizó lo siguiente: primero, se realizó una introducción al tema de la cultura donde por medio de diapositivas se les explicó a los participantes la definición de cultura y algunos datos relevantes como su origen y características. Posteriormente, se realizó una trivia relacionada al tema de la cultura, donde por medio de preguntas que contenían imágenes y nombres de comidas, bailes, festivales y música típica, los participantes debían escoger una respuesta que estaba relacionada al país donde correspondía dichas comidas, bailes, festivales y música. Luego de esto, cada participante realizó una línea de tiempo dividida en tres etapas y en cada una de estas etapas debían plasmar a través de un dibujo alguna acción o situación la cual consideraran que había influenciado en la construcción de su cultura. Por último, se realizó una socialización donde cada una de las participantes mencionó y mostró su línea de tiempo, mencionaron algunas festividades que celebran con su familia y algunas prácticas deportivas religiosas y artísticas que practican desde hace varios años lo cual les ha permitido construirse socialmente y a su vez, hacer parte de una cultura.

CONCLUSIONES

1. Los procesos y estrategias recreativas realizadas dentro del Área PAE Contigo se realizaron con total éxito. La sesión que se realizó en el área de quimioterapia me causó mucha satisfacción a nivel personal y profesional ya que logré vivenciar en un alto grado el impacto de los procesos en las personas y la conexión íntima y emocional que tuvieron los colaboradores con lo que se trabajó. Considero que esta situación que vivencie me recargó de nuevo con las energías y el ánimo suficiente para culminar mi proceso de práctica de la mejor manera y sobre todo, me reafirmo que el trabajo que he realizado hasta ahora junto con mi compañero de práctica Andrés en nuestro proyecto de práctica ha tenido un avance e impacto notorio y satisfactorio. Además, una pista importante al momento de intervenir es que el lenguaje utilizado por los facilitadores debe ser claro y adaptado a la población con la que se está trabajando, es decir, NO se debe usar un lenguaje (palabras) desconocido para la población ya que esto puede generar total desconexión en la sesión por parte de los recreandos. Además, un comentario que fue de gran impacto para mí que fue expresado por una participante fue el siguiente: *“Estas últimas semanas me he sentido muy frustrada por cosas que me han pasado, entonces en estos espacios siento que me puedo desahogar y aprender a conocer mis emociones, por eso hoy le entrego a mi compañero esto que realice y le deseo alegría, serenidad, esperanza y amor aun en medio de las situaciones difíciles”*.

2. Continuo reafirmado que el apoyo en las diferentes celebraciones que realiza el PAE hacia sus colaboradores es una gran oportunidad para el profesional en recreación de conocer, explorar y descubrir diferentes habilidades de logística, organización y gestión; las cuales son y serán de gran utilidad para cuando debamos realizar o dirigir este tipo de procesos “como futuros profesionales en recreación”.

Anexo # 9. Diario de campo semana 21 al 26 de septiembre del practicante Andrés Núñez

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 21 al 26 de septiembre 2020	
NOMBRE:	ANDRES FELIPE NUÑEZ RAMIREZ
LUGAR:	Clínica Imbanaco (PAE)
PERSONAL INVOLUCRADO:	Equipo PAE (2 practicantes de recreación, 2 practicantes de psicología y 4 líderes)
ACTIVIDADES:	1.Planeación temática “cuidado emocional” PAE Contigo 2. Intervención virtual área PAE Contigo. 3. Intervención virtual Club Arte Kids. 4.Conmemoración “día del amor y la amistad”
OBJETIVO:	1. Planear las estrategias recreativas de los diferentes vagones del PAE Contigo. 2. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los colaboradores del CMI. 3. Generar un espacio virtual de recreación y aprendizaje para los hijos de los colaboradores del CMI. 4.Brindar a los colaboradores del CMI una conmemoración especial por “el día del amor y la amistad”
1. El día lunes junto a Laura, Henry y Carolina realizamos la planeación de la siguiente temática del PAE Contigo “Cuidado emocional” que tiene como objetivo brindar herramientas para el cuidado emocional. Para el Vagón Brigada PAE, decidimos enfocar las sesiones en utilizar herramientas que les faciliten la expresión y cuidado de sus emociones como la pintura, la danza-terapia, la plastilina y un juego grupal. En el caso del Vagón Exprés, decidimos realizar diferentes publicaciones sobre información del cuidado emocional, como se puede realizar, algunos servicios que ofrece la Clínica Imbanaco para esto y la importancia de no estigmatizar la ayuda profesional. En el vagón del saber vamos a brindar dos conferencias: “cuidado emocional en el trabajo” y “prejuicios del cuidado emocional”. Finalmente en el Vagón Para Todos, decidimos realizar una sesión de “yoga” con un proveedor externo. -También se decidió comenzar a distribuirnos algunas tareas operativas del PAE Contigo, como la publicación de publicidad, la creación de encuestas y la creación de links de inscripción. Para esto optamos por crear un Excel donde están divididas por mes, cada una de las tareas que se realizan y la persona a cargo. 2. El día martes en la mañana junto a Laura, Henry y Carolina realizamos el informe de Naco del mes de septiembre, bajo la temática “habilidades y talentos”. A mí me correspondió realizar el análisis de la encuesta Post, donde se evidencio que los participantes del semillero lograron comprender las diferentes “inteligencias múltiples” y reflexionaron sobre la idea de que cada persona tiene afinidad hacia ciertos talentos y habilidades que nos hacen únicos. -En horas de la tarde construimos con la ayuda de uno de los jefes de Gestión Humana, un listado con las diferentes áreas de la clínica, con el objetivo de realizar un “amigo secreto” entre áreas. Esta actividad consiste en que un área, sacaba al azar de una bolsa el nombre de otra área y debía realizar una carta con un mensaje motivacional para ser recibida y entregada por el equipo PAE, la próxima semana. Luego de tener la base los practicantes comenzamos el recorrido por las distintas áreas, logrando abarcar 15 en este día. 3. El día jueves a las 3:00 pm junto a Laura, Carolina y Henry realizamos una sesión del Club Arte Kids, bajo la temática “Habilidades y relaciones sociales”, que se dividió en tres momentos. En el primer momento Henry y yo dirigimos un juego de “pasa la pelota” donde se realizaban rondas con	

diferentes temáticas (animales, países, objetos y colores) y un participante debía seleccionar otro y nombrarle una letra, para que el participante señalado respondiera con una palabra relacionada con los dos requisitos anteriores. En el segundo momento los participantes debían buscar un objeto que hubieran obtenido o llevado a alguna salida especial y narrar la historia, para luego construir un álbum con dibujos y frases representativas de momentos que recuerden con cariño. Finalmente se tomó una fotografía de los álbumes creados y se dio por finalizada la sesión.

-A las 8:00 pm se realizó la intervención dentro de Vagón para titulada “Higiene y Entrenamiento Postural “con el apoyo del profesor de entrenamiento funcional del PAE llamado Daniel Torres que estuvo dividida en tres momentos: en el primero se realizó un juego corporal con música, en el que los participantes debían realizar diferentes movimientos guiados al ritmo de diferentes ritmos musicales como salsa, bachata, merengue, electrónica y baladas, utilizando un palo de escoba que se había pedido con anterioridad para la sesión, algunos de estos movimientos incluían pausas repentinas cuando se paraba la reproducción de la música; en el segundo momento el profesor de entrenamiento funcional guió una serie de ejercicios de movilidad y estiramientos haciendo uso del palo de escoba, con dos finalidades, la primera analizar y mejorar la postura de la columna vertebral, y la segunda para descargar y tranquilizar la columna vertebral; finalmente, se propició un espacio de socialización y resolución de inquietudes con los participantes, en el que se expresaron percepciones sobre los diferentes ejercicios y sobre cómo sus cuerpos recibieron los movimientos.

4. El viernes durante la mañana y parte de la tarde realizamos junto a Henry y Laura, la continuación del recorrido que iniciamos el día martes, por las áreas de la Clínica. La dinámica continuó siendo la misma, nos dirigimos a las oficinas de los diferentes jefes, promoviendo la actividad de “amigo secreto” entre áreas y explicando su funcionamiento. Logramos abarcar la mayoría de áreas, pero algunas quedaron pendientes para la próxima semana porque aún debíamos organizar la sesión para Quimioterapia.

-A las 4:00 pm junto a Laura y Henry tuvimos una sesión en el área de Quimioterapia bajo la temática “cuidado físico”. Como sesión de cierre de la temática decidimos dedicarla a compartir un “snack saludable” con frutas y una galleta integral con los participantes, además de brindarles un mensaje referente al “cuidado físico” y las herramientas que se han venido trabajando en las diferentes sesiones de la temática como lo son: las prácticas saludables de hidratación, descanso, alimentación y ejercicio saludable.

CONCLUSIONES

-La planeación de la temática “cuidado emocional” supuso un gran reto, porque desde nuestra profesión se nos ha brindado herramientas para que las personas expresen sus emociones, pero rara vez sobre cómo afrontar ciertas dolencias emocionales. Es aquí donde el trabajo interdisciplinar con los psicólogos se vuelve fundamental, porque fueron ellos quienes nos dieron las bases de cómo se trabajan este tipo de temas y Laura y yo como recreadores, quienes lo volvimos una actividad lúdica.

-Durante la intervención del Vagón Brigada PAE pude observar cómo los colaboradores disfrutaban de estos espacios y les permiten salir de su rutina laboral, mientras ejercitan su cuerpo y aprenden conocimientos útiles para sus rutinas. Esto me lleva a pensar en lo importante que es pensar nuestros procesos de intervención generan diversión, juego y disfrute que considero que la población valora mucho cómo destaco un colaborador en la socialización: *“me reí mucho haciendo las posturas y me goce el momento donde bailamos. La verdad fue un espacio muy bien pensado para nosotros los que trabajamos en la clínica tanto para conocer del tema, disfrutar y enseñarnos a cuidarnos”*

-En la sesión de Arte Kids del jueves se notó un ambiente de desinterés por parte de los participantes, donde algunos no llevaron los materiales o simplemente no querían seguir las indicaciones de los facilitadores. Lo curioso es que son participantes que generalmente participan de forma activa y siguiendo todo tipo de indicaciones, lo cual es una muestra de que se debe estar abierto a cualquier tipo de reacción de los participantes a las actividades que se propongan.

Anexo # 10. Diario de campo semana del 14 al 19 de septiembre de la practicante Laura Valencia

DIARIO DE CAMPO DE LA SEMANA: 14 AL 19 DE SEPTIEMBRE 2020	
NOMBRE:	LAURA VIVIANA VALENCIA GAVIRIA
LUGAR:	Clínica Imbanaco – PAE (Plan de Asistencia al Empleado)
PERSONAL INVOLUCRADO:	1. Equipo PAE (líderes y practicantes). 2. Colaboradores y su círculo familiar primario.
ACTIVIDADES:	1. Ejecución de 1 estrategia recreativa en el Instagram oficial del PAE. 2. Ejecución de 2 sesiones de ArteKids y 1 sesión de refuerzo escolar. 3. Organización previa a la celebración “amor y amistad” y ejecución de la celebración. 4. Ejecución de una intervención en el área de Quimioterapia Adultos. 5. Ejecución de 1 sesión dentro del semillero NACO.
OBJETIVOS:	1. Ejecutar las sesiones correspondientes a los programas educativos. 2. Ejecutar las estrategias recreativas e intervenciones dentro del Área PAE Contigo. 3. Organizar diferentes tareas relacionadas a la celebración del “día del amor y la amistad”.
1. Para el día martes me correspondió realizar y publicar una estrategia recreativa para el Instagram oficial del PAE, dentro de la temática #3 del área PAE Contigo la cual es “Cuidado Físico”. La publicación consistió en realizar un video presentando dos mascarillas faciales con ingredientes caseros; para esto, investigué ingredientes adecuados y me informé de diferentes fuentes para realizar el paso a paso de cada “mascarilla”, mencionando los beneficios de cada una de estas. -Durante esta semana continuamos con la temática de relaciones sociales el día martes ya que el día jueves lo destinamos para homenajear el día del amor y la amistad. -El día martes: en la apertura realizamos retos de búsqueda de objetos donde se les dio a los participantes algunas características y estos deberían buscar en su hogar algún elemento con dicha característica indicada; los participantes realizaron esta actividad con emoción, incluso empezaron a competir por quién llegaba primero a mostrar el objeto entre risas y comentarios positivos. Posteriormente, realizamos un recordatorio sobre lo trabajado en la temática y luego, cada uno de los participantes utilizó plastilina para crear a las personas con quien más se relacionan (familia, primos, amigos y abuelos). La idea era que los plasmarán y realizarán lo más similar posible utilizando la variedad de colores que tenían en plastilina. Por último cada participante socializo sus creaciones -El día miércoles: durante esta jornada de acompañamiento escolar asistieron tres participantes, dos de ellos son hermanos y se conectan desde el mismo dispositivo; sin embargo uno de ellos requería una guía en algunos dibujos sobre el ciclo de crecimiento de una planta, mientras que su hermano manifestó no necesitar ninguna guía conectándose por voluntad propia para conversar y mostrar una maqueta en la que ha venido trabajando los últimos días, la cual ya está próxima a terminar. Por otro lado, el tercer participante se encuentra en 5 grado y necesitaba guía en un taller de la asignatura de “sociales”. Este taller consistía en observar dos videos y a partir de estos responder una serie de	

preguntas sobre la independencia, la época de ilustración, la revolución industrial, entre otros.

-El día jueves: en la apertura realizamos un juego de “charadas” donde cada uno de los participantes imitó con su cuerpo alguna acción que les gustara y generará interés relacionadas a deportes, hobbies, entre otras cosas. Posteriormente, se dialogó con los participantes sobre la celebración del día del amor y la amistad: ¿qué conocían sobre esta? y ¿qué creían que se realizaba en esta celebración? ¿Quiénes celebran esta fecha? y luego, cada uno realizó una tarjeta para una persona especial siguiendo algunas indicaciones generales dadas por los facilitadores como por ejemplo: como hacer la base de la tarjeta, que podría realizarse en cada parte de la tarjeta, algunos moldes de flores y corazones para que realizaran y pegaran en su tarjeta; sin embargo cada uno utilizó el material que tenía disponible y puso en juego su creatividad para el diseño y los colores que deseaban plasmar en su creación. Para finalizar, cada uno mostró su tarjeta para tomar una foto grupal y se comprometieron a entregarla cuando se encontraran con esa persona a la que habían decidido obsequiarle el detalle realizado durante la sesión.

3.El día viernes 18 de septiembre se realizaría una campaña sobre la “empatía” y la “amistad” homenajeando el día del amor y la amistad, pero enfocados a los valores institucionales de la entidad. Por esta razón, el día lunes junto con mi compañero de práctica Andrés tuve que asistir a la entidad de manera presencial para adelantar tareas logísticas y organizativas para esta actividad como por ejemplo: comprar algunos accesorios para el vestuario que utilizaríamos en esta fecha, imprimir algunos mensajes que se les darían a los colaboradores relacionados a los dos valores mencionados anteriormente, recoger un marco en el cual se van a tomar unas fotos y organizar algunos dulces los cuales van a ser entregados durante la fecha en mención.

Durante la jornada de esta celebración, la idea fue realizar un “camino de honor” en la sede principal, utilizando accesorios alusivos a la celebración (manteniendo el distanciamiento social y cumpliendo con las normas de bioseguridad establecidas por la entidad), con el fin de recibir a los colaboradores y desearles el feliz día entregándoles un dulce y un mensaje. Y en las torres A-B-C se realizaría un recorrido interno entregando algunos detalles para las áreas con el fin de no propiciar aglomeraciones. En general, los colaboradores manifestaron agradecimiento tanto de manera verbal directamente hacia nosotros como por mensajes a través del Instagram, lo cual evidencia a partir de sus opiniones, que fue un homenaje significativo en esta época tan compleja debido a lo que se está viviendo por la pandemia del Covid-19.

4. El día viernes 18 de septiembre se realizó la segunda sesión de la temática “Cuidado Físico” en el área de Quimioterapia adultos dentro del Área PAE Contigo. A partir de esta sesión se iniciaron a brindar algunos tips y herramientas que contribuyen a un buen cuidado físico y el objetivo fue que los participantes vivenciaran dichas herramientas y a su vez comprendieran su importancia, con el fin de que empiecen a practicarlas en su cotidianidad, resaltando el bienestar que estas generan.

Esta sesión estuvo dividida en dos momentos: en el primer momento el cual se ejecutó de manera grupal, se realizó un estiramiento acompañado de música iniciando con las partes del cuerpo posteriores y terminando con las partes del cuerpo inferiores. En el segundo momento se realizaron tres estaciones de experiencia corporal; al cual se accedía por turnos y eran direccionadas por un facilitador, la número uno consistió en un auto masaje en su espalda y cuello, la número dos en un auto masaje de manos utilizando exfoliante natural y la número tres en evocar sensaciones a partir de esencias naturales con olor a “limoncillo” y otra con olor a “lavanda”; Al finalizar la experiencia en cada una de las estaciones se realizó un cierre con los participantes donde se socializo la vivencia y la importancia del cuidado físico.

Al finalizar la experiencia realizamos un cierre donde se dialogó sobre la importancia que tienen los masajes, los aromas y algunos productos corporales en el “cuidado físico” de cada uno,

comprendiendo la importancia de empezar a implementar estas acciones en la cotidianidad, debido a que en varias ocasiones descuidamos este aspecto por las diferentes ocupaciones. Los participantes manifestaron agradecimientos y mencionaron su alegría en palabras positivas con respecto a la intervención realizada.

5. En la sesión del semillero NACO se continuó y finalizó con la temática “Habilidades y Talentos” y esta sesión estuvo dividida en dos momentos: en el primero, se realizó un show de talentos y habilidades donde cada uno de los participantes y los facilitadores mostramos lo que consideramos es nuestro talento o habilidad. Cada uno decidió la forma en que lo deseaba mostrar, algunos lo mostraron en tiempo real y otros por medio de vídeos previamente editados.

Los participantes mostraron cuadros de pinturas realizadas, videos tocando instrumentos con amigos, manualidades y poemas; y cada uno expresó algunos aspectos importantes sobre lo que estaba mostrando como por ejemplo: cuando inició a realizarlo, con quien lo realiza normalmente, cuánto tiempo le dedica a esa acción y porque su interés en ello.

Posteriormente, y haciéndole homenaje al día del amor y la amistad cada participante realizó una tarjeta para un ser querido utilizando diferentes materiales que se encontraban en casa como por ejemplo: cartón paja, cartulina, colores, pinturas, marcadores y fotos. Al finalizar la sesión se realizó un cierre donde los participantes mostraron sus tarjetas y mencionaron a que persona iba dirigida, y luego, los facilitadores agradecemos y felicitamos por lo presentado en el show durante esta sesión.

CONCLUSIONES

1. Las sesiones correspondientes a los programas educativos se desarrollaron satisfactoriamente y aunque cada vez más se evidencia poca asistencia debido a que los participantes de las diferentes edades se encuentran con responsabilidades académicas; los contenidos y las experiencias virtuales que se han brindado han generado gran impacto en los participantes, ya que desde sus propios comentarios y las opiniones de los acudientes se evidencia un cambio en la conducta y en el conocimiento de cada uno de los participantes. Igualmente, se han iniciado a implementar estrategias para apoyar las responsabilidades académicas y el cambio escolar de lo presencial a lo virtual al que se han enfrentado los participantes, con el fin de realizar un acompañamiento integral.

2. Las intervenciones y estrategias recreativas implementadas dentro del Area PAE Contigo se desarrollaron satisfactoriamente, cumpliendo con el objetivo principal de la temática que se está ejecutando e involucrando la recreación y la psicología como saberes potenciales para el desarrollo de cada una de las intervenciones realizadas.

-Opinión personal: cuando se trabaja con comunidad es satisfactorio observar y vivenciar el agrado de las personas por las actividades brindadas y la comprensión que les deja dicha intervención; y en las diferentes intervenciones implementadas durante esta semana he vivenciado este impacto tan importante en las personas, lo cual me motiva cada vez más a continuar aprendiendo y seguir mejorando en cada una de las cosas que realizo. Quiero resaltar un comentario que fue muy reconfortante para mí: *“De verdad que les queremos agradecer por estos espacios donde nos permiten relajarnos, desestresarnos y liberarnos un poco del estrés que uno vive día a día en el trabajo, lo que nos enseñan son cosas prácticas que uno aprende y lo puede seguir haciendo incluso solo o entre compañeros, muchas gracias a ustedes y al Pae por pensar en nosotros y traernos actividades que nos ayudan y nos motiva a seguir trabajando”*.

3. La celebración ejecutada durante esta semana se desarrolló satisfactoriamente, logrando brindarles a los colaboradores un homenaje especial por su empatía y amistad. Por otro lado, las diferentes tareas de logística en las que participé para llevar a cabo la celebración me permitieron continuar aprendiendo sobre la “organización” que se debe tener para realizar un homenaje o celebración, lo

cual es un aspecto importante para nuestro rol como profesionales en recreación.