

Promoción de la salud mental colectiva mediada por producciones sonoras

Promotion of collective mental health through sound productions

Nubia Esperanza Torres C^a

 <https://orcid.org/0000-0002-4231-939X>

E-mail: nubiaetorres@gmail.com

Ana María Lara S.^b

 <https://orcid.org/0009-0002-9031-2448>

E-mail: msolano@javeriana.edu.co

Martha Inés Solano M.^b

 <https://orcid.org/0000-0001-7201-0273>

E-mail: msolano@javeriana.edu.co

Claudia Irene Giraldo V.^c

 <https://orcid.org/0000-0003-3221-222X>

E-mail: cigirald@javeriana.edu.co

Cecilia de Santacruz^d

 <https://orcid.org/0000-0002-1239-8445>

E-mail: me000693@javeriana.edu.co

^a Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Psicología. Departamento de Psicología.

^b Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Medicina. Departamento de psiquiatría y salud mental.

^c Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Medicina. Instituto de Envejecimiento.

^d Pontificia Universidad Javeriana. Facultad de Medicina. Departamento de psiquiatría y salud mental e Instituto de Envejecimiento.

Resumen

Presentación: La búsqueda de respuestas y la reflexión permanente acerca de cómo movilizar esfuerzos para el bienestar común en el entorno cotidiano, condujeron a la interrelación de tres perspectivas: epistémica: salud mental colectiva y su promoción; metodológica: intervenir-investigando; y estratégica: comunicación y radio/podcast. **Objetivo:** Describir la experiencia de varios años de un grupo de investigadoras docentes universitarias en la promoción de la salud mental colectiva mediante producciones sonoras. **Proceso:** Se expone en tres momentos. Basado en una metodología de intervenir-investigando, un proceso en espiral de ida y vuelta entre distintos saberes, que apunta a ampliar la construcción del conocimiento sobre fenómenos humanos complejos considerados, frecuentemente, de manera lineal o dicotómica. **Resultados y discusión:** 43 programas de radio/episodios podcast y 40 cápsulas sonoras. Producto de conversaciones grupales dialógicas cuyo análisis sustentó un segundo momento conversacional, en un estudio de grabación, con personas reconocidas profesional o académicamente, en una vuelta a pensar los saberes disciplinares puestos en cuestión por la experiencia de los primeros interlocutores. **Conclusiones:** En la promoción de la salud mental la radio/podcast puede contribuir a la implicación individual y colectiva para suscitar procesos de transformación cultural en pro de *la buena vida común*.

Palabras-clave: Radio/Podcast; Promoción de la Salud Mental; Salud Colectiva; Intervenir-investigando.

Correspondencia

Nubia Esperanza Torres C.

E-mail: nubiaetorres@gmail.com

Calle 128, No 7B-18. Apto 402, Bogotá, Código postal: 110121, Distrito Capital, Colombia.

Abstract

Presentation: The search for answers and the continuous reflection on how to mobilize efforts for the common well-being in the daily environment, led to the interrelationship of three perspectives: epistemic: collective mental health and its promotion; methodological: intervening-researching; and strategic: communication and radio/podcast. **Objective:** To describe the multi-year experience of a group of university teaching researchers in promoting collective mental health through sound productions. **Process:** Presented in three stages. Based on a methodology of intervention-investigating, the process followed a spiral path, moving back and forth between various forms of knowledge, aiming to expand the understanding of complex human phenomena, often considered in a linear or dichotomous manner. **Results and discussion:** 43 radio programs/podcast episodes and 40 audio capsules. These were the result of dialogical group conversations, whose analysis supported a second round of conversations in a recording studio with individuals recognized for their professional or academic standing. This led to a reevaluation of disciplinary knowledge brought into question by the experiences of the first set of interlocutors. **Conclusions:** In the promotion of mental health, radio/podcasts can contribute to both individual and collective involvement, fostering processes of cultural transformation in favor of the common good and well-being.

Keywords: Radio/Podcast; Promotion of Mental Health; Collective Health; Intervening-researching.

Presentación

En el marco de distintos proyectos, cuyos objetivos apuntaban al desarrollo de intervenciones en salud mental, con la modalidad de *intervenir-investigando* el grupo de investigadoras configuró y desplegó una experiencia de promoción de la salud mental colectiva a través de radio/podcast. Esta se nutrió con reflexiones permanentes sobre las nociones de promoción, y sobre el papel de la radio/podcast para movilizar, en la vida cotidiana, eso que se llama salud mental en tanto transformación personal y cultural para la búsqueda de la *vida buena* colectiva, reflexiones con un recorrido crítico frente a las posturas habituales, que a su vez fueron orientando prácticas, guiando la producción de radio/podcast. En el proceso de pensar una y otra vez esas inquietudes se realizaron múltiples *conversaciones dialógicas* (Anderson, 1997), con diversas personas y grupos, buscando rescatar sus vivencias y aprendizajes en los avatares de la vida, con testimonios que provenían de distintos lugares: casas de encuentro de desplazados, sitios de reunión de grupos de acción colectiva, hogares, universidades, centros de memoria, empresas, escuelas, parques o cafeterías, y algunos testimonios individuales por sí mismo reveladores. La perspectiva de *intervenir-investigando* se convirtió en un camino para lograr “*humanizar los problemas, encarnar los conflictos en personajes de carne y hueso, convertirlos en acción, en historia, en relato*” (Torres; Escudero de Santacruz, 2011, p. 80), y la radio/podcast en una posibilidad para mostrar la realidad desde distintos ángulos, y ponerla en diálogo con saberes académicos para contribuir a un análisis más profundo y para problematizar.

Los fundamentos

Perspectiva epistémica: la salud mental colectiva y su promoción

Un análisis documental amplio de la concepción de la salud mental (307 documentos revisados, 141 examinados y discutidos), destaca su transmutación

en el énfasis en los trastornos mentales y, cuando se aborda como tal, en el predominio del prefijo “auto” en su definición; en la búsqueda de bienestar y felicidad; y en relaciones interpersonales limitadas y cercanas; algunas referencias al ambiente sin contemplar las desigualdades generadas por los modos y condiciones de vida, y escasas aproximaciones a su contribución comunitaria con el carácter de una práctica social transformadora (De Santacruz et al., 2016). La medicalización del concepto de salud mental en la vida privada la individualiza, subsume y simplifica en lo biológico: comer, dormir, hacer ejercicio y descansar; en la práctica investigativa la reduce a factores de riesgo o protectores para la patología y su evolución; y, en lo público, la vincula a la “econometría neoliberal del gasto” (De Santacruz et al., 2017).

De allí, que la concepción de Salud Mental Colectiva configura un campo paradigmático original para pensar la salud en general y, en el caso del presente trabajo, la salud mental y su promoción, considerando nuevas categorías, procesos y proposiciones. Si bien las orientaciones epistémicas de lo que se ha llamado *nouva ciencia* se encuentran en desarrollo por diversos pensadores (Attinger, Castellanos, Almeida-Filho, Morin, Lewin), hay elementos que permiten pensar-construir otras formas de acercamiento, entre éstos, los principios de “(...) permeabilidad y porosidad entre saberes diversos, el reconocimiento del sujeto y sus experiencias, la importancia del contexto en la determinación de la salud y el valor de la vida cotidiana y las prácticas sociales como escenario para la producción de la salud mental, en tanto capacidad de relación y producción de proyectos vitales.” (Hernández-Holguín; López; Martínez-Hernández, 2023, p. 9).

Ahora, en torno a la promoción de la salud se han dado distintas posturas. Franco-Giraldo (2022), en un rastreo de las experiencias, modelos y enfoques teóricos, incluye desde los clásicos de salud pública, los modelos contrahegemónicos, salutogénico, comunitario, de educación popular y APS, hasta los de psicología positiva, ecológicos, cognitivos y socioecológicos, entre otros, dando cuenta de dos inclinaciones: comportamental y de determinantes sociales. Señala el escaso despliegue de la promoción y la prevención en los sistemas de

salud latinoamericanos y la necesidad de investigar y profundizar sus nexos con la protección social, la determinación y los determinantes sociales (Franco-Giraldo, 2022).

En la práctica la conjunción de la promoción y la prevención ha conducido a considerarlas nociones contiguas en su significado y acción. Se las nombra con un solo apócope “*p y p*” y se les acaba circunscribiendo al terreno de la enfermedad donde la prevención es la estrella y la promoción una subordinada que propicia la salud con el objetivo de evitar la patología, nada más lejos de su propósito a favor de la vida y su complejidad, que llevaría a desplazarse de la noción de riesgo y su control hacia modelos de “*imprevisibilidad de los eventos, incorporados en las ciencias como emergencia y en la filosofía como contingencia*” (Almeida-Filho et al., 2009).

Pensar en la salud mental como un objeto complejo que no puede explicarse a través de las determinaciones lineales, es contrario a la pretensión de predicción y el uso de tecnologías prefiguradas o generales, dado los múltiples estados de existencia que operan en distintos niveles de la realidad. La multiplicidad presente en el campo de la salud mental convoca miradas de diversas disciplinas y saberes, es precisamente esa multiplicidad lo que le otorga su gran dinamismo y capacidad de creación, es su variedad lo que se considera riqueza, en tanto señala situaciones o experiencias no vividas ni pensadas pero posibles y comprensibles, cuyo reconocimiento apunta a la búsqueda de una vida buena que hay que concertar en cada momento y requiere nutrirse de la diversidad y de la inclusión de los otros como semejantes.

En Colombia la legislación y las políticas han vinculado la salud mental a los recursos individuales y colectivos, a la solidaridad, la participación comunitaria y a los determinantes sociales, visión que abre posibilidades, aunque estas han tenido limitaciones de agencia. Precisamente, para la última Encuesta Nacional buscando situar el abordaje, se planteó una concepción de salud mental orientada hacia la “vida buena”, propuesta por las autoras, una adjetivación de “colectiva” para la salud mental que considera como elemento central la dimensión ética, de cuidado en las relaciones, la exploración de la capacidad de reconocimiento del

otro y de responsabilidad hacia los demás y hacia el entorno (De Santacruz et al., 2016); buscando fomentar un sentido de implicación personal y social apuntando hacia reorganizaciones permanentes que promuevan el bienestar, la riqueza relacional y la belleza. Es así como la propuesta relacional, de manera análoga a la de la salud mental colectiva, fractura la idea de saberes finales, con resoluciones inmediatas y recetas efectivas, con discursos últimos, sobre todo cuando se trata de intercambios humanos.

Perspectiva estratégica: comunicación y radio/podcast

En su integridad y origen el término “comunicación” implica compartir en doble vía, intercambiar experiencias, participar. La radio tiene la capacidad de lograr movilización social, los procesos guiados por los medios de comunicación generan sentidos más allá de la información, en el espacio de la radio coexisten las demandas sociales con las provenientes del poder (Lalinde Posada, 1988); cumple un papel protagónico como herramienta de cambio social y de fortalecimiento cultural (Obregón, 2002). La elección de la radio (Momento 1), estuvo sustentada en la coherencia entre las ventajas que ofrece este medio y esos propósitos comunicativos. En Colombia, al igual que en otros países, donde la comunicación oral es altamente estimada y la alfabetización no llega a todos, la radio ha jugado un papel social preponderante en diversos sentidos. En nuestro país el consumo radial sigue siendo de enorme influencia, incluso dados los significativos avances del uso de nuevas tecnologías, si bien como corresponde con las prácticas actuales de comunicación masiva, la radio ha estado acompañada de las redes sociales.

El uso de la radio fue pensado no para llegar a la audiencia con pretensiones jerárquicas o con discursos abstractos, sino partiendo de las vivencias de la gente común, considerando que “*la decodificación del mensaje dependerá mucho del oyente, de sus competencias, de su historia, y de lo que quiera imaginar, poniéndolo de este modo en un rol más activo.*” (Godínez Galay, 2015, p. 13). La intención de dar cuenta del papel de la vida

cotidiana, las experiencias, lo vivido, las creencias, como elementos que dinamizan el logro del bienestar colectivo (salud mental), bien pueden encontrar un espacio para ser registrados y comunicados en un medio en el que es posible hablarle al “oyente desde otro lugar, el lugar de la complicidad”, o, dicho en nuestros términos, el lugar de la implicación personal y colectiva.

Después de la experiencia de producción de radio (Momentos 1 y 2), el proceso se adaptó a las necesidades de producción y difusión contemporáneas considerando el formato de divulgación como también la recepción en tiempos asincrónicos. Así, se produjeron programas radiales sin un canal de emisión simultáneo, creando una serie de archivos sonoros que darían origen a los podcast. El podcast es un contenido de audio digital que ha sido definido y categorizado desde su aparición en 2004. Aunque hoy se puede encontrar una gran variedad de podcast, su definición y profesionalización apenas empieza a estandarizarse. La contracción de POD (Public On Demand) y broadcast (transmisión), da origen a la palabra podcast. Es decir, transmisión a demanda del público (Parlatore, 2020). El podcast es entonces un archivo de audio digital para ser escuchado las veces que se requiera, a través de canales de distribución (plataformas de *streaming* como Spotify, Apple Podcasts, Google Podcast, entre otros), por medio de dispositivos como: computadoras, tabletas, teléfonos celulares, etc. Así, el podcast es un contenido de audio que actualiza y expande las posibilidades de la radio ya que es disponible, atemporal, portátil, puede ser descargado, repetido y compartido.

El podcast construye un camino distinto de producción, distribución y consumo frente a la radio, separando a ambos formatos, siendo el podcast autónomo con características como la digitalización, que allana la producción de audios; la modularidad, o serialización de contenidos y su independencia; la automatización, permitiendo la vinculación de plataformas y programas que favorecen la creación y edición del contenido; la propagabilidad, agilizando la forma de compartir el contenido; la variabilidad, o adaptabilidad de los medios digitales para facilitar el consumo; y la interactividad (García-Marín, 2019).

Perspectiva metodológica: intervenir-investigando

Esta metodología de trabajo particularmente con grupos, de manera paradójica concibe la intervención y la investigación simultáneamente, superando las dualidades de pensamiento y acción usuales (Torres; Escudero de Santacruz, 2011). Sus principios y su conceptualización se han construido progresivamente, la comprensión sobre el fenómeno abordado fue y sigue siendo el emergente del aprendizaje por la experiencia, siempre renovada con cada encuentro grupal que, a partir de la experiencia con asuntos pertinentes, provoca oportunidades para crear, encontrar y aproximarse a los sentidos y múltiples entendimientos, ampliando constructivamente la visión de los fenómenos humanos en una organización y desorganización progresiva en realizaciones prácticas, teóricas y éticas. Así, cada paso metodológico propuesto para explorar y actuar en relación con temas cotidianos potencialmente problemáticos, inquietantes y enriquecedores de la condición de la buena vida, se convierte en una travesía en el que lo nuevo y dignificante pueden aflorar. Este modo de proceder se produce en el encuentro conversacional con personas diversas, con los profesionales que hemos estado involucrados en este trabajo ya sea contingentemente o comprometidamente por muchos años.

Lo anterior alude al concepto de “paradoja maduracional” propuesto por Winnicott (Roussillon, 1995), en el que la experiencia se piensa como un encuentro y un emergente creativo que convoca contrarios sin entrar en contradicción. Esta aproximación tiene resonancia con los desarrollos sobre el pensamiento complejo. Así, la cercanía y la distancia que se produce en las relaciones con los demás se convierte en un movimiento importante para el establecimiento tanto de aquello que se delimita como personal y aquello que se advierte como colectivo, ofreciendo un lugar de sentido de pertinencia, de creación e intercambio. La forma mutua de las relaciones establece un nexo entre el otro y el sí mismo, en el que se mantiene la delimitación propia de cada cual, a la vez que conexión de reconocimiento y valoración intersubjetiva.

Esta forma *relacional y dialógica* con otro, es un elemento central en toda propuesta terapéutica y es lo que ha demostrado ser el aspecto sanador de ese encuentro. Por supuesto no es posesión de los profesionales de la salud mental, sino una cualidad de las relaciones humanas significativas, desafortunadamente cada vez menos frecuentes. La genuinidad y benevolencia son características que aluden al modo de hablar y al modo de valorar la experiencia propia y ajena. La genuinidad se refiere a poner el acento en las emociones de modo que pueda estar presente el carácter de verdadero o significativo de las vivencias personales; claro está, modulando las intensidades emocionales, facilitando la empatía y los procesos de pensar sobre lo acontecido. Esto requiere que en la escucha sobre lo que se dice se reconozca también auténticamente, o verdaderamente, la legitimidad o cualidad de valor que puede tener una situación, experiencia o pensamiento.

Los enjuiciamientos en esta *conversación* limitan el diálogo y son acciones que apuntan a otros objetivos. Acá, desde una mirada benevolente de todos los participantes, de lo que se trata es de recoger las voces distintas y desde allí comprender la multiplicidad de lo que ocurre sobre un asunto común, y que estas voces se acompañen realmente de emoción vivida. Escuchar atentamente y con apertura y contención de los prejuicios, es una tarea indispensable, sobre todo cuando se opone a la manera de pensar de quienes están en posición de escucha; esta capacidad de hablar y de escuchar apunta a des-configurar las creencias y las formas usuales de entender el mundo, a abrir, ampliar y considerar lo distinto. La relación, entonces, evita la subordinación, favorece la equidad y la colaboración en asuntos comunes.

El proceso y los Resultados

Momento I. ¡Serie radial “Oigan! Esto se compone”

¡Oigan! Esto se compone fue el nombre escogido para el primer espacio radial diseñado. Cada programa de radio fue precedido por uno o varios grupos dialógicos con la modalidad de intervenir/investigando, invitación a *conversar*

sobre las vivencias de las personas en un ambiente garantizado de seguridad y contención emocional, hablar sin que la privacidad se expusiera a la intrusión o a la violencia del juicio negativo, a la vez que la conversación convocara lo íntimo. De esta forma, el programa de radio apuntó a establecer comunicaciones significativas que pudieran ser vividas, sentidas y pensadas por otros como propias, que resonaran afectivamente en el tiempo, y que no se convirtieran en exposiciones momentáneas descartables o indigeribles para quién toma contacto con ellas.

Cada uno de los diálogos se registraba en formato sonoro y se agrupaba por contenidos centrales emergentes, que se les presentaban a expertos en el tema, invitándolos a escucharlas y a participar, con las investigadoras, en una conversación en cabina buscando incluir el saber profesional. Se sumaron 178 personas de distintos orígenes (previo consentimiento informado) y 34 profesionales en la emisión en cabina. Los temas durante los 27 programas fueron, entre otros, infancia, lactancia, parentalidades, vida laboral, vivir con la enfermedad, las sexualidades diversas, otras formas de ejercer la masculinidad, las violencias, el poder de lo femenino, el poder de lo colectivo, el perdón, trabajo, depresión en jóvenes, sufrimiento, rupturas amorosas, humor, envejecimiento, familia, vida urbana.

El resultado fue una serie radial hecha de programas en los que se entretajan saberes de distinto orden, además, de música que proponía también elementos a la reflexión. Lo anterior muestra un trabajo recursivo en espiral, en el que se retoma la experiencia y reflexión en ciclos de ida y vuelta, del que surgen comprensiones pertinentes a los hechos conversados y vividos, pensando siempre en generar preguntas que conduzcan a nuevas comprensiones y a recoger los aprendizajes en cada momento del proceso, como avances y no como soluciones definitivas. El proceso de diálogo es el camino, en el que la participación a partir de las experiencias emocionales la invitación y, la reflexión situada en constante movimiento, es el resultado.

La serie fue emitida por 27 semanas en una franja radial dispuesta para el programa en una radio universitaria y se encuentra anclada en un sitio web permitiendo el acceso permanente, lo que de alguna

manera acabaría emparentando los programas radiales con los podcasts. Además, se generaron 12 cápsulas sonoras con contenidos de los programas que se emitieron en distintas ocasiones.

Momento 2. Validación de la experiencia y Serie radial “El Arte de Vivir.”

Las inquietudes acerca de lo alcanzado condujeron a distintas maneras de intentar evaluarlo, subrayando que los programas de radio eran productos singulares, que no se regían por objetivos pre - establecidos y por tanto su “validación” más que reunir evidencias técnicas y de satisfacción del producto, apuntaba a explorar las posibles transformaciones en la manera de entender, y posiblemente actuar, en la vida cotidiana, al igual que de encontrar nuevos espacios para replicar y enriquecer la experiencia en otros contextos, con la idea de la salud mental colectiva. En consistencia con esas características y supuestos, la valoración, de carácter cualitativo y participativo, utilizó distintas fuentes: redes sociales, emisoras universitarias, grupos focales, y un ejercicio teórico - práctico de replicación con emisora comunitaria, cuyos resultados se resumen a continuación.

Redes sociales y emisoras comunitarias. Las redes sociales (particularmente *Facebook*) permitieron tomarle el pulso a lo que ocurría en cada emisión, fueron un espacio de interlocución con oyentes asiduos, ocasionales e intermitentes. Los mensajes, además de aprobación, expresaron preocupaciones y propuestas, y una disposición por re-descubrir formas de apoyo e intercambio favorecedores de la salud mental. Tras ofrecerle a la Red de Radios Universitarias de Colombia (RRUC), la posibilidad de transmitir uno o varios capítulos, cinco emisoras pusieron al aire la serie completa, por vía de las redes sociales de algunas de estas emisoras llegaron mensajes de la audiencia con una percepción positiva.

Grupos focales. Once grupos focales (142 personas), conformados por escolares, profesores, colectivos comunitarios, estudiantes universitarios y profesionales respondieron a preguntas abiertas acerca de la utilidad y el formato de los programas de radio: El 100% de los participantes encontró “interesantes y aportantes” los programas,

identificando los aspectos relevantes que suscitaron la escucha. Fue unánime, así mismo, el valor otorgado a los testimonios por su gran alcance identificador y movilizador de las experiencias relacionales, emocionales, colectivas en la vida cotidiana y de ésta con la salud mental, afirmando que es posible desde la vivencia de los otros comprender los asuntos personales de una manera distinta. La radio se re-configura, en sus palabras “como un recurso pedagógico vigente con otro tipo de formato y además agradable y bonito”. Los testimonios, la música, la voz de los expertos son características que lo hacen único en el campo de la salud mental. Los comentarios de los participantes se organizaron en categorías descriptivas, tales como: la ampliación del conocimiento, conciencia y reflexión, identificación con las experiencias presentadas, la evocación de valores, pensar en el bien común y la existencia del otro, y las posibilidades de aplicación en la vida diaria, observándose particularidades en los distintos grupos señalando matices de su implicación con los programas.

Ejercicio en emisora comunitaria. La puesta a prueba de la metodología, la concepción y la realización de los programas de radio, se llevó a cabo con una de las emisoras comunitarias de mayor trayectoria en el país, cuyo equipo directivo y de productores radiales tiene un fuerte vínculo con proyectos comunitarios, luego de emitir varios de los programas de la serie en su dial, aceptaron la invitación para hacer su propia versión que se llamó *El Arte de Vivir*, con cuatro programas conjuntos con las investigadoras y dos elaborados con su sello particular. El acompañamiento de las investigadoras se tradujo en una ampliación del concepto de salud mental y su promoción en términos de calidad relacional, que se irradiaron en el tratamiento de los programas, lo que muestra que los aprendizajes así entendidos no se centran en la repetición de discursos sino en realizar o poner en juego el propio proceso de aprendizaje y de creación.

Momento 3. Grupo de podcasts “La Ye ¿Para dónde vamos?”

El grupo de podcast que constituyen la serie *La Ye, ¿para dónde vamos?*, fundamentó su nombre en la exposición de diferentes puntos de vista,

diversas opciones, caminos para entender y afrontar situaciones de la vida. Para la creación de cada episodio se siguió la misma metodología de los programas radiales: discusiones grupales con poblaciones diferentes en género, edad (adolescentes, jóvenes, adultos), rol (estudiantes, profesores, padres), e intereses, con quienes, a partir de una pregunta, imagen o dispositivo audiovisual, se estimulaba una conversación en torno a un tema relacionado, en este caso con la salud mental de los niños niñas y adolescentes, en entornos educativos y comunitarios, poniendo en juego la modalidad de intervenir investigando, previamente expuesta.

Así, cada reunión fue grabada, transcrita y analizada por el equipo de investigadoras para identificar los temas centrales a discutir en cada edición, privilegiando los saberes, experiencias y vivencias en relación con la crianza y el cuidado expuestos por los participantes, que se contrastaban con la bibliografía, la experiencia de las profesionales del grupo investigador y los expertos invitados. El pretexto para la discusión de cada episodio y el resultado del análisis ya no eran las voces directas de los participantes en los grupo de intervenir-investigando, sino un producto literario construido a la manera de carta en búsqueda de interlocutor y de soporte, carta que condensaba elementos emergentes y significativos de los encuentros dialógicos grupales y que daba inicio a la nueva conversación sobre el tema con los representantes de la academia, exponiendo una situación problemática, propuesta en primera persona, que se analizaba y discutía a partir de las reflexiones y preguntas de la moderadora dirigidas a los especialistas invitados.

En esta oportunidad se llevaron a cabo 10 grupos de conversación con las investigadoras, (70 personas aproximadamente) y 12 profesionales invitados en cabina. En los 10 podcast se abordaron temas tales como: la crianza, el papel de los padres y abuelos en ella, el cuidado, la sobrecarga que este implica, la identidad juvenil, las sexualidades tempranas, los retos para padres y educadores de las nuevas formas de relación que establecen los niños niñas y adolescentes, entre ellos, con los adultos y con las tecnologías..., desarrollando una conversación reflexiva, **mostrando caminos de comprensión y acción que generaran bienestar y crecimiento.**

También aquí para la divulgación y promoción de la serie de podcast, de cada episodio se extrajeron algunas ideas fuerza, fragmentos motivadores, que invitan a escuchar el episodio completo, para un total de 28 capsulas cortas.

La Ye ¿para dónde vamos? hace parte de un portal web dirigido a personas interesadas en la salud mental de los niños, niñas y adolescentes.

Discusión

Enmarcada en la concepción de salud mental colectiva, el despliegue para la producción de radio/podcast con la metodología intervenir/investigando reconoció la multiplicidad de saberes, encarnados en las voces de quienes viven las experiencias concretas de limitación, angustia, posibilidad, lucha, sobrevivencia y creatividad, reconociendo el valor de la unidad múltiple que se crea en cada encuentro dialógico. Con este abordaje se muestra que, lejos de las miradas disciplinares cerradas, los eventos vitales tienen un dinamismo y riqueza apenas perceptible cuando se aproxima a ellos con incertidumbre, apertura y respeto. Solo de esa manera surge lo que no se ha pensado y las múltiples determinaciones de cada situación se hacen presentes. De igual manera, la convergencia de esta multiplicidad de factores y voces es lo que produce un sentido común que no anula la experiencia particular privada, permitiendo que se exprese genuinamente en los relatos sin exposición innecesaria.

Acá el lugar del saber disciplinar se convierte en una experticia para dicha escucha, que en el caso de intervenir-investigando permite generar procesos de pensamiento y de diálogo de ida y vuelta, des-estructurar - estructurar experiencias, en tanto se incluyen narraciones desde lugares, perspectivas y saberes distintos. Son estos procesos y su insistencia en ellos lo que tiene la fuerza para que la transformación cultural que todos anhelamos pueda lidiar con las contradicciones y oposiciones; que miradas, reconocidas y entendidas, tengan la oportunidad de inscribirse y aportar al proceso de vivir mejor colectivamente. La contradicción entonces se advierte como aspecto de la complejidad de las situaciones o de los fenómenos y no como influencia a ser eliminada desde la supuesta

posesión ya sea de la fuerza o de los saberes hegemónicos. Así, los conocimientos disciplinados se indisciplinan de cierta manera; se enriquecen en tanto la presencia de las personas concretas, en situaciones circunscritas, son ocasión de interpelación crítica que invita necesariamente a la generación de nuevas preguntas, nuevos saberes y nuevas formas de trabajo.

Con abordajes críticos se supera la dimensión puramente instrumental de la comunicación y los medios (Valderrama, 2009). La corresponsabilidad que se buscó, apunta a la colaboración creativa, la grabación sonora recrea el clima, el ambiente relacional en que se propicia este reconocimiento, haciendo una pausa en las condiciones usuales de tensión, inmediatez y de excesos, que anulan la capacidad de pensar. Lo realizado con los grupos y su análisis fue el punto de partida para un segundo momento conversacional, en el que se invitó a personas reconocidas profesional o académicamente en los temas tratados, a retomar lo emergente en los grupos ahora en un estudio de grabación. Esta invitación a conversar sobre lo conversado propone una vuelta a pensar los saberes disciplinares puestos en cuestión por la experiencia de los primeros interlocutores, de modo que en este pudieran retroalimentarse mutuamente, ya no de manera presencial, sino en el producto mismo del programa de radio o el episodio de podcast.

Conclusiones

Todo lo expuesto pone de manifiesto que mediante la implicación individual y colectiva es posible generar procesos de transformación cultural en pro de la *buena vida*, vista como promoción de la salud mental que, según lo plantea Bang (2014), implica prácticas centradas en la acción comunitaria, en las que no se pierda la dimensión subjetiva a la vez que se atiende a los problemas sociales. De esta manera, se produce un desplazamiento de la atención a los diagnósticos y a las enfermedades mentales, a la inclusión de los malestares subjetivos y las problemáticas de las comunidades, enfatizando sobre procesos que requieren hacerse visibles y ser comprendidos desde la perspectiva salud/salud mental en su sentido de “sanitas”, de posibilidades y recursos psicológicos y sociales, actuales y en

potencia, referidos a la capacidad de afrontar el sufrimiento psíquico y los problemas y aprender de ellos (De Santacruz et al., 2016).

Hablar de las situaciones diarias, de las dificultades o preguntas compartidas por grupos de población, ha significado un aprendizaje constante, que interroga lo establecido y abre a la complejidad. Y es esta interrogación lo que anima el proceso de transformación permanente, pues la interpelación se mantiene como tarea necesaria para que encontremos o construyamos puentes de entendimiento y de mejores formas de vivir, ya que la experiencia nunca es individual, aunque existan resoluciones y responsabilidades personales. En ella está presente la marca de la historia de las personas significativas, de la sociedad y el lenguaje en el que se inscribe, de las creencias sociales, del contexto y del momento en el que se produce. Todo esto aleja la mirada del *individuo* y apunta a repensar la responsabilidad personal (ineludible), desde la responsabilidad compartida por quienes hacen parte de la matriz cultural.

De lo anterior se deriva que, para pensar la salud mental en un momento dado y en un contexto particular, es necesario “una apertura que incluya lo colectivo, lo diverso y lo histórico en la lectura de los padecimientos de una época, que permita aceptar nuevas demandas, trabajar desde las contradicciones y construir con otros en la heterogeneidad” (Bang, 2014, p. 111). Así mismo, el límite de las disciplinas requiere borrarse para crear con otros, metáforas comprensiones y encuentros fructíferos, pero sobre todo, que convoquen paradójicamente al cuidado de lo personal (corporal y simbólico) y lo intersubjetivo. Los procesos participativos y la generación de espacios creativos son tareas esenciales en este contexto.

Por lo anterior, el uso de radio/podcast fue concebida como una herramienta de diálogo con miras a la sensibilización y reconocimiento de realidades y problemas asociados con un concepto de salud mental que se desplaza de las formas tradicionales de entenderla para adentrarse en la comprensión de la salud colectiva y del pensamiento complejo. Con ello, se logró socializar las vivencias de distintos sujetos y hacerlas colectivas, provocando procesos de identificación con la audiencia y apuntar a romper el aislamiento y la soledad para

pasar a un plano que problematice las prácticas de exclusión y rescate actitudes de apoyo y solidaridad. Cumpliendo así con el papel esperado para las radios universitarias en Colombia, constituir un espacio de diálogo y la convivencia, “con una pedagogía para la ciudadanía, que maneje conflictos y plantee soluciones; que hable de la vida cotidiana, cómo mejorarla; una radio lúdica, creativa y entretenida para todos los públicos.” (Zambrano Ayala, 2013, p. 131).

Referencias

- ALMEIDA-FILHO, N.; CASTIEL, L. D.; AYRES, J. R. Riesgo: concepto básico de la epidemiología. *Salud Colectiva*, Lanús Oeste, v. 5, n. 3, p. 323-344, 2009.
- ANDERSON, H. *Conversation, language, and possibilities: a postmodern approach to therapy*. Nueva York: BasicBooks, 1997.
- BANG, C. Estrategias comunitarias en promoción de salud mental: construyendo una trama conceptual para el abordaje de problemáticas psicosociales complejas. *Psicoperspectivas: Individuo y Sociedad*, Viña del Mar, v. 13, n. 2, p. 109-120, 2014. DOI: <https://doi.org/10.5027/psicoperspectivas-Vol13-Issue2-fulltext-399>
- DE SANTACRUZ, C. et al. La construcción de un componente de salud mental para la encuesta nacional. ENSM-2015, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, v. 45, p. 19-25, 2016. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2016.08.001>.
- DE SANTACRUZ, C.; MOLINA, C.; CRUZ, O. M. Repensar el concepto oficial de salud mental. In: BULLA, C. I. M. *Construcción social de la salud mental y la psiquiatría*. Bogotá: Universidad Externado de Colombia, 2017.
- FRANCO-GIRALDO, A. Modelos de promoción de la salud y determinantes sociales: una revisión narrativa. *Hacia la Promoción de la Salud*, v. 27, n. 2, p. 237-254, 2022. DOI: <https://doi.org/10.17151/hpsal.2022.27.2.17>.
- GARCÍA-MARÍN, D. La radio en pijama. Origen, evolución y ecosistema del podcasting español.

Estudios sobre el Mensaje Periodístico, v. 25, n. 1, p. 181-196, 2019. DOI: <https://doi.org/10.5209/ESMP.63723>

GODINEZ GALAY, F. El radiodrama en la comunicación de mensajes sociales: apuntes teórico-prácticos para la producción integral. *El Jinete Insomne*, Buenos Aires, p. 155-166, 2015. Disponible en: <https://www.loc.gov/item/2016366371/>

HERNÁNDEZ-HOLGUÍN, D.; LÓPEZ, B. E. A.; MARTÍNEZ-HERNÁNDEZ, A. Salud mental colectiva: una revisión del concepto en la literatura académica de Brasil, Colombia y España. *Saúde e Sociedade*, São Paulo, v. 32, n. 3, e210693es, 2023. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0104-12902023210693es>

LALINDE POSADA, A. M. Radio la gran compañía: apuntes sobre radio y cultura política. *Signo y Pensamiento*, Bogotá, v. 7, n. 13, p. 77-86, 1988.

OBREGÓN, R. La radio como dinamizadora de procesos sociales y culturales en Barranquilla (Colombia). *Investigación & Desarrollo*, Barranquilla, v. 10, n. 2, p. 146-169, 2002.

PARLATORE, B. et al. El podcast y el desafío de repensar lo radiofónico. *Question/Cuestión*, v. 2, n. 66, 2020.

ROUSSILLON, R. *Paradojas y situaciones fronterizas del psicoanálisis*. 1. ed. Buenos Aires: Amorrortu, 1995.

TORRES, E.; ESCUDERO DE SANTACRUZ, C. Intervenir investigando, una propuesta de mediaciones. In: HERNÁNDEZ, D. P. C. *EL ASUNTO DEL MÉTODO EN LA INVESTIGACIÓN PSICOANALÍTICA*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia, 2011. p. 127-141.

VALDERRAMA, C. E. La investigación en medios de comunicación en Colombia (1980 - 2009). *Nómadas*, v. 16, n. 31, p. 262-276, 2009.

ZAMBRANO AYALA, W. R. Radiografía de las emisoras universitarias colombianas. *Folios*, Revista de la Facultad de Comunicaciones y Filología, n. 28, p. 115-137, 2013.

Contribuciones individuales de las autoras

Nubia Esperanza Torres C.: Participación en porcentaje variable en lo relacionado con el desarrollo de la investigación en la conceptualización, desarrollo de la metodología y redacción dentro del texto, gestión, curación, análisis de la información; diseño y producción de la presentación de la información, revisión y edición del manuscrito original. Ana María Lara S.: Participación en porcentaje variable en lo relacionado con el desarrollo de la investigación en la conceptualización, desarrollo de la metodología y redacción dentro del texto, gestión, curación, análisis de la información; diseño y producción de la presentación de la información, revisión y edición del manuscrito original. Martha Inés Solano M.: Participación en porcentaje variable en lo relacionado con el desarrollo de la investigación en la conceptualización, desarrollo de la metodología y redacción dentro del texto, gestión, curación, análisis de la información; diseño y producción de la presentación de la información, revisión y edición del manuscrito original. Claudia Irene Giraldo V.: Participación en porcentaje variable en lo relacionado con el desarrollo de la investigación en la conceptualización, desarrollo de la metodología y redacción dentro del texto, gestión, curación, análisis de la información; diseño y producción de la presentación de la información, revisión y edición del manuscrito original. Cecilia de Santacruz: Participación en porcentaje variable en lo relacionado con el desarrollo de la investigación en la conceptualización, desarrollo de la metodología y redacción dentro del texto, gestión, curación, análisis de la información; diseño y producción de la presentación de la información, revisión y edición del manuscrito original.

Financiamiento

Programa Intervenciones en salud orientadas por la Atención Primaria en Salud y reducción de la carga de trastornos mentales generadores de mayor cronicidad y discapacidad. Fase II. Colciencias Contrato 697-14. Unión Temporal Pontificia Universidad Javeriana - Hospital Universitario San Ignacio. Proyecto Optimización - Adecuar la oferta de recursos virtuales y multimediales en infancia, niñez, adolescencia, juventud y sus problemáticas centrales en el campo de la salud mental, en Bogotá D.C, a partir del prototipo del Portal www.mentalpuntodeapoyo.org Bogotá. Financiación BPIN 20200000100242 – SGR. Pontificia Universidad Javeriana - Hospital Universitario San Ignacio.

Declaración de disponibilidad de datos

Los datos de la investigación están disponibles en el cuerpo del documento.

Editores: José Miguel Olivar, Rodrigo Cardoso Bonicenhá

Recibido: 26/9/2024

Reenviado: 11/03/2025

Aprobado: 16/04/2025