

RESUMEN

La práctica institucional se desarrolló en el Instituto Nacional de Prevención, Tratamiento y Rehabilitación de Drogodependencias y Salud Mental (INTRAID–Tarija), el problema identificado estuvo relacionado con las limitaciones en la comunicación interpersonal, baja autoestima y deficiencias en prácticas de autocuidado que afectaban la calidad de vida y el proceso de rehabilitación de los pacientes. Para ello, se planteó un programa de intervención basado en la psicoeducación.

El principal objetivo fue de fortalecer las habilidades básicas de comunicación, autocuidado y autoestima en pacientes internos con cuadros de dependencia a sustancias psicoactivas y trastornos de salud mental como depresión, ansiedad, esquizofrenia, y trastornos alimentarios.

La metodología empleada fue de tipo clínico, desarrollada en nueve fases: revisión bibliográfica, coordinación institucional, acercamiento a la población, prueba piloto, evaluación diagnóstica, corrección de pruebas, aplicación del programa, post-test y elaboración del informe final. Los instrumentos utilizados fueron: El cuestionario de habilidades comunicativas (CSQ), la escala de autocuidado de Anabel González y la escala de autoestima de Rosenberg.

La población estuvo conformada por 30 pacientes internos de entre 14 y 50 años. La recolección de datos se realizó a través del pre-test y post-test durante los meses de abril hasta el mes de julio del 2025.

Entre los principales resultados se evidenció una mejora general en las habilidades comunicativas, donde los participantes fortalecieron su capacidad para expresar de manera clara sus necesidades y emociones.

En cuanto al autocuidado, el análisis comparativo mostró cambios importantes en conductas de higiene personal, alimentación, manejo del estrés y solicitud de apoyo.

Respecto a la autoestima, se registró un aumento notable en la percepción de valor personal, los participantes pasaron de verbalizar ideas negativas y autocríticas, a manifestar reconocimiento de sus capacidades y logros.

Los datos confirman que el programa generó cambios positivos y medibles, mejoró la comunicación interpersonal, fortaleció los hábitos de autocuidado y elevó los niveles de autoestima, contribuyendo directamente al proceso de rehabilitación de los pacientes internos.