



**UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA
SEDE QUITO-GIRÓN
CARRERA DE PSICOLOGÍA**

**FACTORES QUE INFLUYEN EN LA
BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA
EN LA POBLACIÓN ADULTA DE ZONAS
RURALES DE LA PARROQUIA SAN JOSÉ DE
QUICHINCHE**

Trabajo de titulación previo a la obtención del
Título de Licenciada en Psicología

AUTOR: PAZMIÑO PERUGACHI LADY SELENE

TUTOR: VILLALOBOS ARQUEROS JUAN ALEJANDRO

Quito-Ecuador

2023

**CERTIFICADO DE RESPONSABILIDAD Y AUTORÍA DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN**

Yo, Pazmiño Perugachi Lady Selene con documento de identificación N°
10042446458 manifiesto que:

Soy el autor y responsable del presente trabajo; y, autorizo a que sin fines de lucro la
Universidad Politécnica Salesiana pueda usar, difundir, reproducir o publicar de manera
total o parcial el presente trabajo de titulación.

Quito, 01 de agosto del año 2023

Atentamente,



Pazmiño Perugachi Lady Selene

1004246458

**CERTIFICADO DE CESIÓN DE DERECHOS DE AUTOR DEL TRABAJO DE
TITULACIÓN A LA UNIVERSIDAD POLITÉCNICA SALESIANA**

Yo, Pazmiño Perugachi Lady Selene con documento de identificación No. 1004246458, expreso mi voluntad y por medio del presente documento cedo a la Universidad Politécnica Salesiana la titularidad sobre los derechos patrimoniales en virtud de que soy autor del Trabajo de grado/titulación: FACTORES QUE INFLUYEN EN LA BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA POBLACIÓN ADULTA DE ZONAS RURALES DE LA PARROQUIA SAN JOSÉ DE QUICHINCHE, el cual ha sido desarrollado para optar por el título de: licenciada en psicología, en la Universidad Politécnica Salesiana, quedando la Universidad facultada para ejercer plenamente los derechos cedidos anteriormente.

En concordancia con lo manifestado, suscribo este documento en el momento que hago la entrega del trabajo final en formato digital a la Biblioteca de la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 01 de agosto del año 2023

Atentamente,



Pazmiño Perugachi Lady Selene

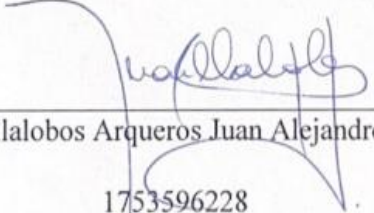
1004246458

CERTIFICADO DE DIRECCIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

Yo, Villalobos Arqueros Juan Alejandro con documento de identificación N^o 1753596228, docente de la Universidad Politécnica Salesiana, declaro que bajo mi tutoría fue desarrollado el trabajo de titulación: FACTORES QUE INFLUYEN EN LA BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA EN LA POBLACIÓN ADULTA DE ZONAS RURALES DE LA PARROQUIA SAN JOSÉ DE QUICHINCHE, realizado por Pazmiño Perugachi Lady Selene con documento de identificación N^o 1004246458, obteniendo como resultado final el trabajo de titulación bajo la opción Sistematización de Prácticas de Investigación y/o Intervención que cumple con todos los requisitos determinados por la Universidad Politécnica Salesiana.

Quito, 01 de agosto del año 2023

Atentamente



Villalobos Arqueros Juan Alejandro
1753596228

I. Resumen

El presente trabajo de investigación describe los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica en adultos de zonas rurales de la Parroquia San José de Quichinche, de la ciudad de Otavalo. Para llevar a cabo el estudio, se utilizó una muestra de 30 adultos, recopilando información sobre su nivel socioeconómico, los distintos servicios de salud a los cuales tienen acceso, las creencias y estereotipos relacionadas con el psicólogo y su rol. Los resultados revelaron que existen varios factores que influyen en que se busquen o no atención psicológica dentro de la zona. Estos hallazgos respaldan la importancia de que se realicen más estudios que den pautas para que las entidades gubernamentales puedan generar políticas y reformas en el área de salud especialmente enfocándose en la salud mental en zonas rurales, permitiendo que todos tengan acceso a los servicios de salud evitando que puedan tener mayor repercusión en su bienestar general.

Palabras claves: Búsqueda de atención psicológica, rol del psicólogo, atención psicológica, factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica.

II. Abstract

The present research project describes the factors influencing the seeking of psychological care among adults in rural areas of the San José de Quichinche Parish, in the city of Otavalo. In order to conduct the study, a sample of 30 adults was used, collecting information about their socioeconomic status, the various health services they have access to, and beliefs and stereotypes related to psychologists and their role. The results revealed several factors that influence whether or not individuals seek psychological care within the area. These findings support the importance of conducting further studies that provide guidelines for government entities to generate policies and reforms in the healthcare sector, particularly focusing on mental health in rural areas. This would ensure that everyone has access to healthcare services and prevent any potential adverse impacts on their overall well-being.

Keys words: Seeking psychological care, role of the psychologist, psychological care, factors influencing the seeking of psychological care.

Índice de Contenido

Tabla de contenido

| | |
|---|----|
| 1. Datos informativos del proyecto | 1 |
| 2. Objetivo..... | 1 |
| Objetivo General..... | 1 |
| Objetivos específicos | 1 |
| 3. Eje de la intervención o investigación..... | 1 |
| 3.1 BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA | 2 |
| 3.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA | 3 |
| Género y atención psicológica | 3 |
| Pobreza | 4 |
| Nivel académico..... | 4 |
| Falta de atención psicológica | 5 |
| Búsqueda nula de atención psicológica..... | 6 |
| Sentimiento de autosuficiencia frente a los problemas | 6 |
| Creencias culturales..... | 6 |
| Estereotipos | 7 |
| 4. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención..... | 8 |
| 5. Metodología | 9 |
| 6. Preguntas clave..... | 11 |
| 7. Organización y procesamiento de la información..... | 11 |
| 7.1. Perfil socioeconómico y educativo que tiene la población..... | 11 |
| 7.2. Servicios de atención en salud mental en la zona | 15 |
| 7.3. Percepciones que tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica | 25 |
| 8. Análisis de la información..... | 40 |
| Análisis en función de los objetivos | 41 |
| Situación socioeconómica..... | 41 |
| Servicios de salud públicos..... | 43 |
| Centro de Salud | 43 |
| Hospital | 44 |
| Instituciones de Salud del Seguro social | 46 |
| Clínicas privadas: | 47 |
| Atención psicológica..... | 48 |
| Percepciones que tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica | 50 |
| Con relación a las creencias tenemos los siguientes datos: | 56 |

| | |
|--|----|
| 9. Justificación..... | 59 |
| 10. Caracterización de los beneficiarios | 60 |
| 11. Interpretación | 61 |
| 12. Principales logros del aprendizaje..... | 66 |
| 13. Conclusiones y recomendaciones..... | 66 |
| 13.1 Conclusiones: | 66 |
| 13.2 Recomendaciones | 68 |
| 14. Bibliografía..... | 69 |

1. Datos informativos del proyecto

- **Título del trabajo de titulación en la opción investigación/intervención.**

Factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica

- **Nombre del proyecto, estudio y/o grupo de investigación en el que se inserta la práctica de investigación/intervención.**

Factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica en Psicología Social.

- **Delimitación del tema:** Factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica en la población adulta de zonas rurales de la Parroquia San José de Quichinche durante el año 2023.

2. Objetivo

Objetivo General

Determinar qué factores influyen en la búsqueda de atención psicológica en adultos de zonas rurales de la Parroquia San José de Quichinche del Cantón Otavalo de la provincia de Imbabura.

Objetivos específicos

- Reconocer el perfil socioeconómico y educativo que tiene la población.
- Especificar qué servicios de salud mental existen.
- Identificar que percepciones tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica.

3. Eje de la intervención o investigación

En primer lugar, nos referimos a que la Psicología está sujeta a un posicionamiento y apreciación social cambiante, Moyano y Juliá (2013, citado en González, González y Vicencio, 2014), mencionan que su apreciación es un proceso continuo y dinámico. Estos aspectos dependen en gran medida de los cambios que experimenta la sociedad a medida que se desarrolla y de las nuevas problemáticas que

surgen. También dependen de las demandas y desafíos que se presentan, así como de la eficiencia y responsabilidad con la que la ciencia y la profesión responden a ellos para ofrecer soluciones óptimas.

Es decir que la concepción de la psicología y la importancia atribuida a la búsqueda de atención psicológica son cambiantes y están influenciadas por diversos factores que moldean la vida de las personas. Esta investigación tiene el propósito de generar nuevo conocimiento y contribuir a la comprensión existente sobre el tema, en este sentido, es fundamental considerar las variables que influyen en la búsqueda de atención psicológica, ya que desempeñan un papel significativo en el proceso de decisión y acceso a los servicios de salud Mental.

3.1 BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Se puede introducir lo que se concibe como atención psicológica y la búsqueda de ayuda profesional en el campo de la salud mental, como promotores del bienestar emocional y el desarrollo personal, lo cual implica el proceso de buscar y acceder a servicios y recursos que brinden el apoyo necesario para abordar y superar los desafíos emocionales y mentales, abordando los problemas actuales, pero también previniendo la aparición de problemas futuros, fortaleciendo las habilidades de afrontamiento emocional.

Consiguiente a esto, daremos paso al concepto de atención psicológica, en donde, Bados (2008) señala que se refiere a la aplicación de principios y técnicas psicológicas por parte de un profesional reconocido para ayudar a otros a comprender sus problemas, reducirlos o solucionarlos, evitar que ocurran y mejorar sus habilidades personales o relacionales aun cuando no exista ningún problema, puede darse en diferentes niveles, como el individual, de parejas, de familias, de grupos y de comunidades.

Además, Saatsi y Cahill (2007), así como, Swift y Greenberg (2012, citado en Salinas, Baeza, Escobar, & Coloma, 2018), señalan que las tasas de búsqueda de ayuda psicológica a nivel mundial son bajas, lo cual contribuye a un círculo vicioso, en que los indicadores de salud mental no solo se mantienen, sino que se acrecientan, Aquellas personas que no buscan ayuda corren el riesgo de que sus problemas evolucionen hacia

situaciones más complejas o graves.

Cabe destacar que las actitudes negativas y los estereotipos sociales son la principal barrera que impide a las personas buscar ayuda psicológica. Existe una falta de reconocimiento de los problemas psicológicos, tanto leves como graves, y esto se ve influenciado por factores socioeconómicos. Estos hallazgos se respaldan en los datos presentados en la tabla 4, donde la mayoría de la población afirma no tener problemas psicológicos, y un porcentaje más bajo menciona que el costo del servicio es una preocupación (Rodríguez, Ferrín y Durán, 2018).

Por otro lado, Diaz y Canto (2017, citado en Rodríguez, Ferrín y Durán, 2018) explican que la atención a los problemas de salud mental requiere la colaboración y el respaldo tanto del gobierno, el sector de la salud, los profesionales y la comunidad en general para superar las barreras socio económicas y culturales, centrándose en promover el desarrollo de las personas.

3.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA BÚSQUEDA DE ATENCIÓN PSICOLÓGICA

Ahora bien, la búsqueda de atención psicológica se encuentra influenciada por varios factores tales como: los socio-económicos, gubernamentales y culturales. Al comprenderlos obtendremos una visión más completa acerca de los desafíos relacionados con la búsqueda de atención psicológica necesaria para mejorar el bienestar emocional y mental.

Género y atención psicológica

Distintos estudios de género revelan que hay disparidad entre hombres y mujeres en cuanto a la búsqueda de atención psicológica, planteando que las mujeres a diferencia de los hombres “tienden con mayor frecuencia a buscar ayuda para sus problemas psiquiátricos en los servicios ambulatorios especializados, y las diferencias son más evidentes en el ámbito de la atención primaria, independientemente de la causa y de la región geográfica” (Montero et al., 2004, p.178).

De igual manera existe una tendencia en los hombres, a diferencia de las mujeres, a preferir hacer frente a los problemas de salud mental en silencio en lugar de buscar ayuda, debido al temor de ser catalogados como débiles. Se observa que los

hombres para demostrar su masculinidad, tienden a mostrar fortaleza, evitando hablar de sus sentimientos, lo que a su vez limita su acceso a la atención adecuada. Sin embargo, como una forma de refugio de sus emociones recurren al alcoholismo u otras adicciones. Históricamente el consumo de alcohol ha sido asociado con el género masculino, por ende, se ha normalizado en la sociedad como parte de la masculinidad (Guerrero, 2021).

Además, existe una percepción de que las mujeres son más susceptibles a que su salud mental se vea afectada por ciertos factores sociales. Sin embargo, es posible que incluso los hombres enfrenten dificultades para buscar ayuda cuando experimentan malestar emocional, lo que puede llevar a que subestimen o pasen por alto problemas de salud mental. Además, se ha observado que, en los hombres, la depresión puede manifestarse de manera "oculta" mediante comportamientos adictivos, riesgosos, irritabilidad e impulsividad (Luciana, 2014). Entonces podemos decir que tanto los hombres como mujeres pueden enfrentar desafíos entorno a su salud mental, pero las formas de expresión y las barreras para buscar ayuda pueden ser diferentes de acuerdo al género.

Pobreza

Es evidente que el acceso a los servicios de salud es dispar entre quienes tienen recursos económicos más bajos y aquellos con mayores recursos. Según Luciana (2014) la falta de recursos y la condición de pobreza son variables estructurales que tienen un impacto en la aparición y manifestación de los trastornos psiquiátricos, debido a la limitada capacidad de acceso a una atención adecuada.

También se destaca la relevancia de las etiquetas diferenciales en relación a los distintos niveles socioeconómicos, y se plantea que las personas pertenecientes a estratos socioeconómicos más bajos tienen una menor representación en la recepción de atención hospitalaria o profesional tanto para la salud física como para la salud mental (Rojas, 2007).

Nivel académico

El nivel educativo de las personas influye en diversos aspectos de su vida como

en la salud y bienestar. Se ha identificado que hay una estrecha relación entre el nivel educativo y la salud de las personas, en la cual quienes presentan un nivel educativo más alto poseen una amplia gama de recursos psicosociales que les permiten enfrentar de manera efectiva los desafíos de salud (Rojas, 2007). Estos recursos incluyen habilidades, conocimientos y apoyos que fortalecen su bienestar mental y emocional. Entonces, el apoyo social, la resiliencia, la capacidad de resolver problemas y el acceso a servicios de salud son ejemplos de estos recursos. Gracias a ellos, estas personas tienen mayores posibilidades de lograr avances significativos en el manejo de problemas de salud, superando las adversidades que enfrentan en su entorno.

De igual manera Williams (2023) menciona que el nivel de educación alto se ha asociado con beneficios en la salud mental debido a factores como el mayor control sobre la vida y mayor seguridad, además de que tienen mayores oportunidades económicas dándoles más opciones para tener una mejor salud mental.

Falta de atención psicológica

Los profesionales de la salud enfrentan desafíos tanto emocionales como laborales al brindar atención a los usuarios, lo que puede afectar la calidad de la atención. Asimismo, se observa una falta de organización y prioridad en la atención de la salud mental, limitando el acceso y la calidad de los servicios.

Así pues, los profesionales de la salud pueden experimentar sentimientos de impotencia e incertidumbre frente a la amplia gama de problemas que enfrentan los usuarios. Estas emociones pueden llevar a la desatención o indiferencia en su atención, manifestando síntomas de agotamiento y desgaste profesional (Luciana, 2014). Por ello es fundamental el abordar y gestionar adecuadamente estos desafíos para garantizar una atención de calidad y bienestar tanto para los profesionales de la salud como para los usuarios.

Por otro lado, a pesar del creciente aumento de los problemas de salud mental en la población, todavía existe una falta de organización en las iniciativas que abordan esta problemática. No existe un programa integrado y sólido que tenga como base el primer nivel de atención en salud. Además, se evidencia un bajo interés y prioridad en la atención de la salud mental por parte de los servicios de salud, sumado a esto está la falta de recursos técnicos y financieros, limitando la capacidad para brindar una atención adecuada en dicho nivel de atención (Redondo, 2013).

Búsqueda nula de atención psicológica

La expresión de la masculinidad tradicional puede generar barreras significativas para que los hombres busquen apoyo y atención profesional en relación con su malestar psicológico. Según Bacigalupe, Cabezas, Baza, y Martín (2020) dicen que la expresión de masculinidad rechaza la debilidad, dependencia emocional y la búsqueda de ayuda profesional, lo cual lleva a que los hombres enfrenten dificultades para expresarse y buscar apoyo frente al malestar psicológico, conlleva a menudo a que los hombres recurran a síntomas físicos o expresiones como la agresividad o el consumo de sustancias frente al malestar. Ocultando las tasas más bajas de depresión o ansiedad en los hombres, ya que tienden a disfrazar su malestar emocional mediante comportamientos distintos.

Sentimiento de autosuficiencia frente a los problemas

Cuando nos encontramos frente a dificultades, es frecuente creer que podemos sobrellevarlos solos o que con el tiempo se mitigaran, llevando a minimizar su importancia. Por un lado, la percepción de tener control sobre el problema, experimentar sensaciones placenteras asociadas a dicho problema y la minimización del mismo al considerarlo como algo temporal y poco riesgoso. Lo cual ha contribuido a posponer la búsqueda de apoyo especializado en momentos en los que podría ser beneficioso obtener ayuda (Del Valle, 2015).

Incluso muchas personas cuando nos enfrentamos a dificultades emocionales, es común que tengamos la creencia de que podemos manejarlas por nuestra cuenta o que el simple transcurso del tiempo mitigará el malestar (Confederación Salud Mental España, 2021).

Creencias culturales

La búsqueda de atención psicológica se encuentra determinada tanto por factores culturales, como sociales y personales que pueden actuar como barreras o facilitadores en el proceso de buscar ayuda profesional. De acuerdo a Chartier-Otis et al. (2010) y Lorian y Grisham (2011, citados por Salinas, Baeza, Escobar y Coloma, 2018), mencionan que:

A nivel internacional, se han identificado creencias culturales comunes, como el miedo a solicitar ayuda, la duda sobre la utilidad y eficacia de la psicoterapia, la creencia de que los síntomas desaparecerán sin tratamiento, y la idea de que los problemas se resolverán por sí solos o con el apoyo de la familia y amigos.

De la misma manera Teresa (2015) indican que las personas que tienen creencias y experiencias religiosas profundamente arraigadas encuentran en ellas un significado personal que les brinda una formación psicológica para enfrentar de manera coherente situaciones estresantes. Estas creencias les otorgan una motivación sólida impulsada por la fe, lo que guía sus acciones de manera significativa.

Estereotipos

Aún existen estereotipos sociales en cuanto a estos temas, lo que puede generar temor, vergüenza e incluso reticencia a buscar apoyo psicológico. Es importante señalar que la población todavía enfrenta miedos y prejuicios al momento de buscar ayuda profesional en Psicología y abrirse emocionalmente, especialmente cuando se encuentran en momentos difíciles de su vida. Existe una percepción negativa asociada a la vulnerabilidad, lo que lleva a muchas personas a tratar de ocultarla a toda costa frente a los demás (Delgado, Fábregas, & Guillén, 2021).

Asimismo, de acuerdo a Rodríguez L., Ferrín L. y Durán U. (2018) dice que algunos psicólogos entrevistados señalan la existencia de una brecha en el ámbito de la salud mental, donde prevalecen modelos mentales que etiquetan a las personas que buscan ayuda profesional para problemas psicológicos como "locos".

Por otro lado, actualmente persiste la creencia de que somos débiles si no somos capaces de gestionar nuestro bienestar emocional por nosotros mismos. Resulta curioso que, ante problemas físicos como una fractura de tobillo, acudimos rápidamente al médico para recibir el tratamiento adecuado. Sin embargo, cuando se trata de problemas de salud mental, nos cuesta más pedir ayuda y acudir a un centro de atención. Existe la idea de que ser fuerte implica no necesitar apoyo externo. Sin embargo, es precisamente un acto valiente reconocer que algo nos está causando malestar, limitándonos en nuestro funcionamiento (Canvis Centro Psicológico, 2022).

4. Objeto de la intervención o de la práctica de investigación/intervención.

La búsqueda de atención psicológica se entiende como una estrategia que ciertas personas utilizan para solucionar un problema, es un proceso de toma de decisión compleja que va desde el reconocimiento del problema, su revelación hasta la búsqueda de tratamiento (Valle, 2015). Por consiguiente, es un tema importante para la psicología porque te permite identificar que necesidades busca la gente suplir con el apoyo psicológico y cuáles son sus limitantes para acceder a dicho servicio. Siendo así es necesario empezar preguntándonos qué pasa con la búsqueda de atención psicológica y cómo esto se ve marcado por múltiples factores. Así, en esta lógica Krause, Uribe, Winkler y Avendaño (1994) mencionan que buscar ayuda profesional, es el eje principal, ya que da apertura a la confrontación del futuro paciente con sus propios límites porque reconoce su necesidad de ayuda.

Históricamente en nuestro país el sistema de salud ha atribuido mayor importancia a la salud física que a la salud psicológica, limitando así el acceso de muchas personas a una atención profesional apropiada (MSP, 2021). Referente a eso desde mi propia experiencia, en ciertas zonas como en lo rural, muchas personas perciben que el mantener una buena salud tiene que ver solo como el bienestar en la parte física y no se enfocan en la salud psicológica, aunque de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2016 citado por Rodríguez, Ferrín y Durán, 2018) la salud se refiere a un estado de bienestar completo tanto físico como psicológico en cual la persona es capaz de desarrollar sus capacidades y de hacer frente al estrés que es parte del día a día de cada persona, de trabajar productivamente y de aportar a la sociedad. Actualmente hay muchos problemas psicosociales que traen malestar a nivel social y personal, por lo cual muchas personas se ven afectadas y deben buscar alternativas para poder superarlas de manera que a futuro no haya repercusiones en su vida a nivel general.

Además, los indicadores plantean que el sistema de salud presenta una estructura fragmentada y segmentada, pero ha estado en una transición desde los modelos tradicionales de atención, centrada en los hospitales psiquiátricos hacia una integración en todos los servicios de salud, sin embargo, actualmente se enfrenta a problemas de accesibilidad, puesto que aún se mantienen ciertas barreras que impide el

acceso a la atención psicológica. Lo cual implica la influencia de factores socioculturales como el estigma, la falta de políticas enfocadas en la salud mental, limitado acceso a servicios, ausencia de servicios comunitarios de salud mental, escasa promoción y prevención de problemas de salud mental, la falta de coordinación a nivel intersectorial e interinstitucional y escasos profesionales de salud mental en los distintos niveles de atención encargados de identificar y contener problemas de salud mental antes de derivarlos a servicios especializados (MSP, 2021).

Por otro lado Salinas, Baeza, Escobar y Coloma (2018) dicen que hay otros factores asociados a la búsqueda de ayuda psicológica, los cuales se han centrado en las características sociodemográficas de las personas, como el sexo, el ser parte de minorías étnicas, el tener un nivel socioeconómico bajo e incluso la edad.

Sin embargo, en nuestro país aún no se ha realizado estudios enfocados en esta variedad de factores que dice la literatura influyen a los sujetos para buscar atención psicológica, qué rol o peso tienen en la búsqueda de atención psicológica en las zonas rurales, por tanto, con este estudio buscamos conocer ¿qué factores influyen en la búsqueda de atención psicológica en las zonas rurales?.

1. Metodología

La metodología de investigación acorde a Cortes y Iglesias (2004) consiste en “proveer al investigador de una serie de conceptos, principios y leyes que le permiten encauzar de un modo eficiente y tendiente a la excelencia el proceso de la investigación”, es decir que se trata de un proceso en el cual el investigador será dotado de herramientas y técnicas que le permitirán diseñar un estudio para la recopilación e interpretación de información, garantizando que se dé un proceso eficaz que le permitan alcanzar los resultados esperados.

Por tanto, en este proyecto la metodología a utilizar será una investigación cualitativa, ya que nos permite tener un acercamiento metodológico indagando e interpretando las acciones sociales, teniendo en cuenta actitudes, aspectos culturales, percepciones, relaciones, lo cual nos permite recopilar la información de manera

comprensiva y profunda, ya que explora el problema de manera natural teniendo en cuenta el contexto (Neill y Cortez, 2018).

La investigación cualitativa según Mertens (2005), además de Coleman y Unrau (2005, citado en Hernández, Fernández y Baptista, 2010, p. 369) consideran que “la investigación cualitativa es particularmente útil cuando el fenómeno de interés es muy difícil de medir o no se ha medido anteriormente (deficiencias en el conocimiento del problema)”.

Además, este tipo de investigación se encarga de recabar gran cantidad de información de carácter textual mediante la realización de entrevistas, notas de campo, material audiovisual o gráfico obtenido en el trabajo de campo, además “los estudios cualitativos cuenta con datos descriptivos de la vida social y pueden conducir a análisis etnográficos (puramente descriptivos, tratando de ser fiel a la representación de la realidad) o análisis teóricos (enfocados en comprobar la teoría sociológica o no)” (Monje, 2011, p. 192).

Además, cabe mencionar que mi investigación tendrá un alcance exploratorio. Según Sampieri, Fernández y Baptista (2010) el alcance exploratorio de investigación se refiere a estudios que se desarrollan con el objetivo de analizar temas poco estudiados o nuevos, es decir que nos permite familiarizarnos con un fenómeno novedoso, indagar nuevos problemas e incluso permite que se establezcan ideas para investigaciones futuras.

Por consiguiente, es importante el poder dar a conocer las técnicas de investigación cualitativas en las cuales se podría apoyar la presente investigación, ya que la elección de las técnicas a utilizar cumplen un papel muy importante que va enmarcado de acuerdo al contexto en el que se va a llevar a cabo la investigación, el tiempo del que se dispone, la población que va a ser participe de la investigación y los recursos con los que contamos para llevar a cabo dicha investigación:

La entrevista: de acuerdo a Lanuez y Fernandez (2014) mencionados por Feria, Mantilla y Mantecón (2020) la entrevista es un método empírico, en el cual se establece una comunicación directa entre el investigador y los sujetos de estudio en la búsqueda de información mediante el planteamiento de interrogantes con respecto al tema de que

se desea conocer a profundidad, lo cual permite recabar toda la información necesaria, además de que se puede aclarar preguntas, dudas o interpretaciones erróneas de manera inmediata, es decir que se trata de un instrumento para poder recabar información de manera manejable y abierta, donde podemos utilizar preguntas para entrevistas ya sean estructuradas o semiestructuradas de acuerdo al criterio del investigador en base a las necesidades de la investigación, por ejemplo con esta técnica se pretende lograr un aprendizaje sobre acontecimientos y actividades que no podemos observar de manera directa por cualquier tipo de situación que nos lo limite.

Entonces, para obtener los datos de la investigación emplearemos entrevistas estructuradas con preguntas cerradas y abiertas, con la finalidad de recolectar información del tipo cualitativa enfocados en los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica a 30 adultos de las zonas rurales de la Parroquia San José de Quichinche.

2. Preguntas clave

1. ¿Cuál es el perfil socioeconómico y educativo de la población?
2. ¿Qué servicios de salud mental existen en la zona?
3. ¿Cuáles son las percepciones que tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica?
4. ¿Qué factores influyen en la búsqueda de atención psicológica?

3. Organización y procesamiento de la información

A continuación, se presentan los datos obtenidos tras la aplicación de entrevistas a un total de 30 participantes enfocadas en determinar los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica. Los datos obtenidos nos revelan información relevante sobre las distintas experiencias, dificultades o limitantes que presentan para acceder a los servicios de salud especialmente de salud mental.

7.1. Perfil socioeconómico y educativo que tiene la población.

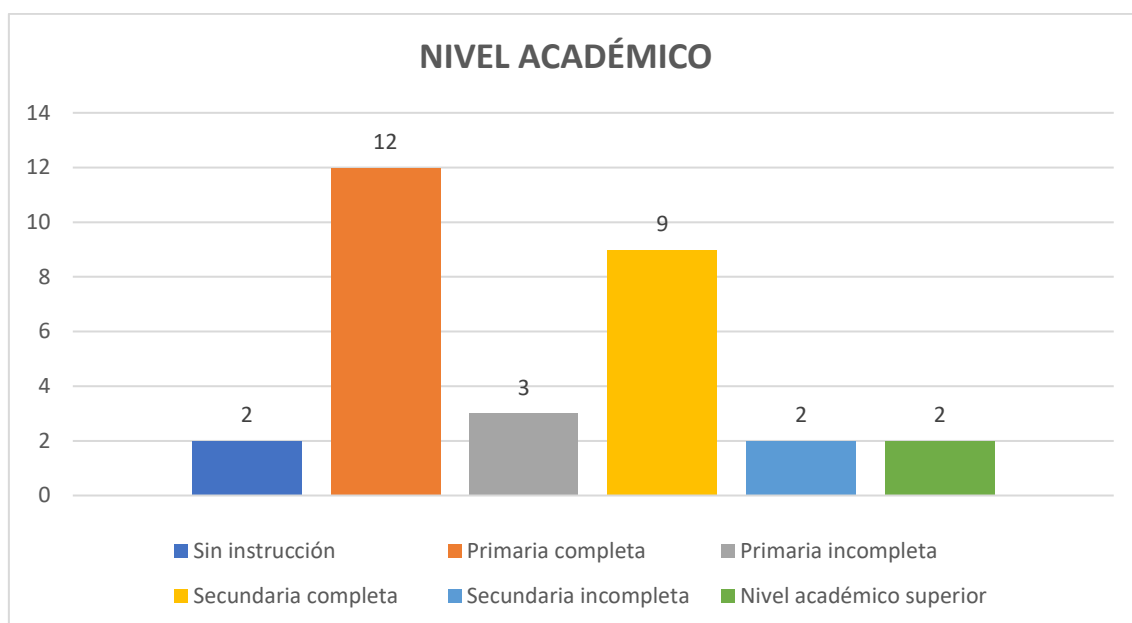
En relación al rango de edades, la muestra se encuentra distribuida a partir de los 20 a los 79 años, de los cuales podemos destacar que los adultos jóvenes se encuentran

en un rango de 20 a 36 años, los adultos están en un rango de 38 a 53 años y los adultos mayores oscilan en un rango de 59 a 79 años respectivamente.

En la muestra analizada se muestra una diversidad étnica, se observa que hay un total de 16 individuos que se identifican como mestizos, mientras que las personas que se identifican como indígenas son 14 en total.

Además, la mayoría de quienes conforman la muestra se han identificado con el género femenino, siendo así que se cuenta con la participación de 16 mujeres y 14 hombres.

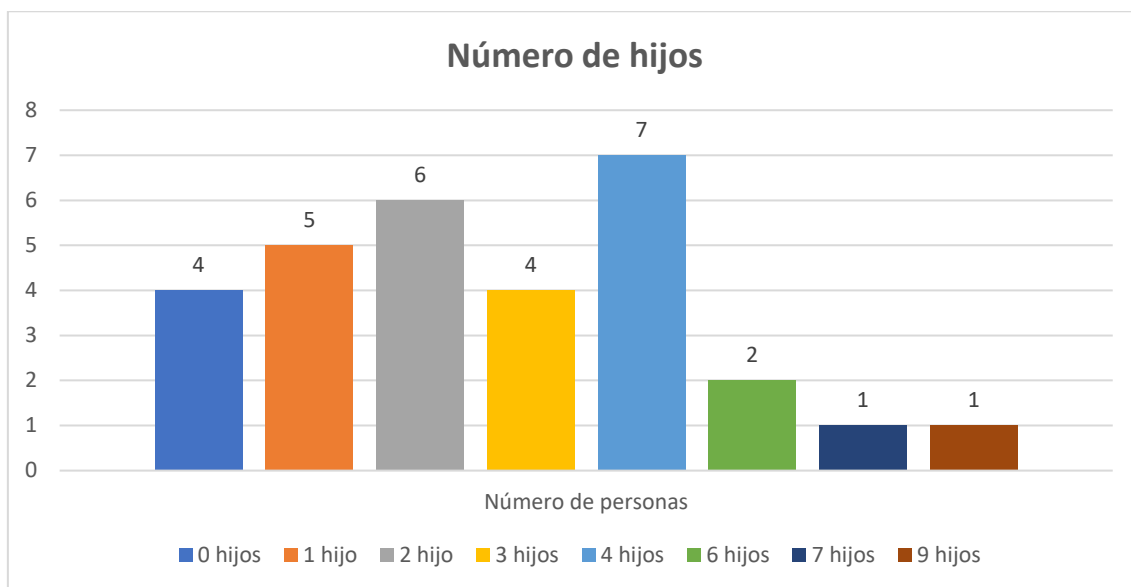
Por otra parte, se observa que la muestra está compuesta por 12 personas que han completado la educación primaria, 9 personas han culminado la educación secundaria, 3 personas no culminaron la educación primaria, mientras que se evidencia que dentro de la muestra se incluye 2 personas con un nivel académico superior, 2 personas con la secundaria incompleta y 2 personas sin instrucción.



Elaborado por: Pazmiño Lady

También, se muestra que 7 personas tienen 4 hijos, indicando familias numerosas. Además, 6 personas tienen 2 hijos, sugiriendo familias de tamaño mediano. Se identifican 5 personas con un solo hijo, lo que refleja familias más pequeñas y posiblemente una atención más enfocada. Por otro lado, 4 personas tienen 3 hijos, implicando familias de

tamaño mediano. Se encuentran también 4 personas sin hijos. Adicionalmente, se destacan 2 personas con 6 hijos, 1 persona con 7 hijos y 1 persona con 9 hijos, indicando familias numerosas. Esta caracterización muestra la diversidad en el tamaño de las familias dentro de la muestra, evidenciando diferentes niveles de responsabilidad parental y estructuras familiares.

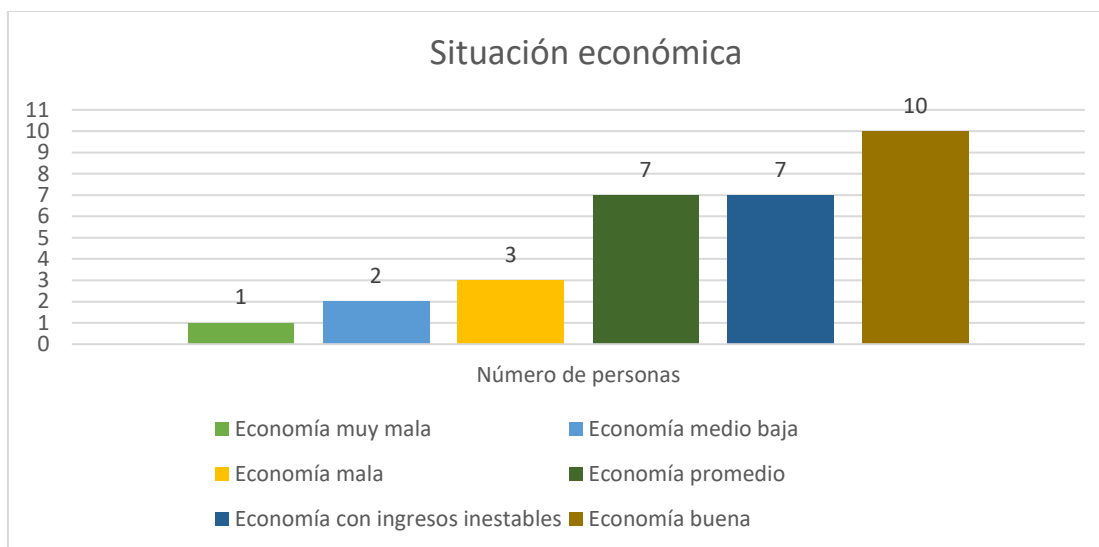


Elaborado por: Pazmiño Lady

Cabe mencionar que 10 personas, refieren que son amas de casa, mientras que 6 personas se desempeñan como comerciantes, se cuenta con 3 personas que ejercen su labor como agricultores. Además, 2 personas son tejedores, en la misma medida, se tiene 2 participantes que son jubilados. También, contamos con un estudiante, un ayudante de mecánica, un promotor de logística, un desempleado, una peluquera, una persona que brinda servicio técnico y alguien que trabaja en construcciones.

En la muestra analizada, 22 personas tienen un ingreso menor al sueldo básico, lo que indica una situación económica desfavorable y dificultades para cubrir sus necesidades básicas. Por otro lado, 7 personas cuentan con un ingreso superior al sueldo básico, reflejando una situación más favorable y mayor capacidad para cubrir sus gastos. Además, se identifica a 1 persona que percibe exactamente el sueldo básico, cumpliendo con el estándar legal, pero sin reflejar necesariamente una situación económica favorable o desfavorable.

Como se puede apreciar aproximadamente 10 personas, presenta una economía con ingresos inestables, es decir, se encuentran en una situación más o menos estable en términos financieros. Mientras que un grupo significativo de 7 personas manifiesta tener una economía regular, lo que indica que sus ingresos se encuentran dentro del promedio en comparación con otros hogares, en el mismo rango, otras 7 personas indican tener una buena economía en su hogar. Sin embargo, 3 personas afirmaron tener una economía mala, 2 personas reportaron una economía medio baja y finalmente 1 persona señala tener una economía muy mala.

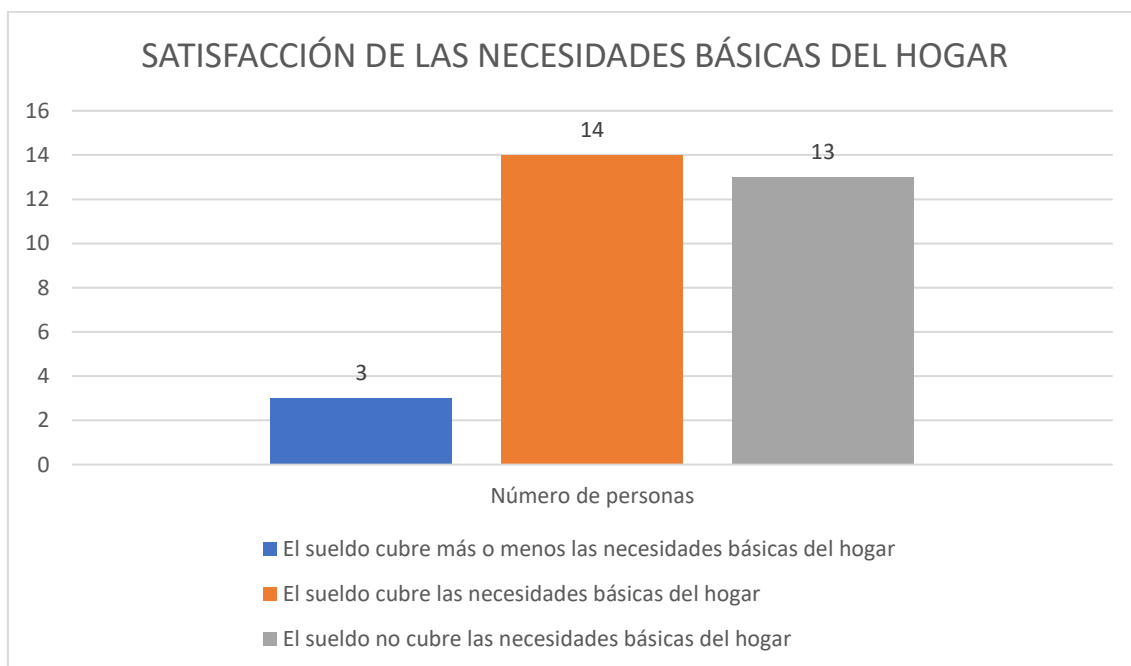


Elaborado por: Pazmiño Lady

Como se observa, 14 personas de la muestra, expresaron que sí les alcanza para cubrir sus necesidades básicas del hogar. Por ejemplo, en la entrevista 12 menciona que ""Para mí solo porque no tengo familia aquí en mi casa. Para mi solito sí. O sea, sí, para un hogar toca ir a buscar trabajo en otro lado" (Pazmiño, 2023), quiere decir que, al no tener familia en su casa, consideran que cuentan con los recursos suficientes para satisfacer sus necesidades esenciales. mientras que en la entrevista 15 se destacó que ""Si alcanza, como quiera toca alcanzar, aunque no tenga su mensual fijo" (Pazmiño, 2023), es decir que, aunque su ingreso no sea estable, logra ajustarse y cubrir sus necesidades.

Por otro lado, 13 personas que manifestaron que no les alcanza para cubrir sus necesidades básicas como se menciona en la entrevista 3 que ""No, no, porque tenemos nuestras hijas que ellas nos apoyan con el resto de necesidades que tenemos" (Pazmiño, 2023), respuesta que indica que estas personas enfrentan dificultades para cubrir sus necesidades básicas y requieren de fuentes adicionales de ingresos o apoyo financiero y

finalmente se menciona que a 3 personas les alcanza "más o menos" para cubrir sus necesidades básicas del hogar.



7.2. Servicios de atención en salud mental en la zona

En la zona existen los siguientes servicios de atención, cuentan con un centro de salud, el cual no presenta atención psicológica, en el caso de presentar algún tipo de enfermedad o emergencia, la gente se dirige al hospital o clínica privada que se encuentran fuera de la Parroquia, movilizándose a la ciudad de Otavalo o Ibarra en busca de una evaluación y tratamiento de profesionales médicos para abordar la enfermedad.

Por otro lado, las personas que se benefician de un seguro social normal o campesino acuden a los servicios de atención médica proporcionados por ese sistema, como los ofrecidos por el seguro de salud público brindados en la ciudad de Ibarra, sin embargo, algunas personas, además de buscar atención médica convencional, también recurren a curanderos como una alternativa para solventar una necesidad médica, por ejemplo, frente al acceso a estos servicios la gente afirma que: "Alguien se enferma me toca el hospital, las curanderas mejor o sino llevarle a particular" (Entrevista 27, Pazmiño, 2023). Por consiguiente, las acciones tomadas cuando un familiar se enferma están influenciadas por diversos factores, como la disponibilidad y acceso mencionada en la entrevista 6 "Asistimos al subcentro de salud, pero si pasa una emergencia me tocaría ir

al hospital porque no atienden en la noche o en las madrugadas en el subcentro" (Pazmiño, 2023).

Con relación a la disponibilidad de atención médica los relatos son varios, están aquellas personas que plantea que el centro de salud no siempre les atiende y cuando lo hacen pueden tener demoras y falta de medicamentos, por lo cual van a clínicas privadas porque la atención es rápida y se puede ser atendido de inmediato como se menciona en la entrevista 16 "No. Sí, nos vamos, pero a veces nos atiende y otras veces no. Porque, como le digo, a veces no tienen medicamentos o no avanzan y dicen, vaya se ha otro lado, vaya se al doctor particular o lo que sea, entonces nos toca ir", sin embargo, hay personas que dicen que, si los atienden en el subcentro siempre, pero con horarios limitados por ello deben acudir a un hospital como evidencia en la entrevista 25 "No. De lunes a viernes sí. Toca ir al hospital, aquí ya los fines de semana, ya no están los del centro de salud y todo eso" (Pazmiño, 2023), incluso consideran que en el hospital la atención es más rápida en situaciones de emergencia como se expresa en la entrevista 2 "digamos por la gravedad que haya habido, le atienden rápido, pero cuando no hay como quien dice alguna complicación, es muy demorosa la atención"(Pazmiño, 2023).

De igual manera, algunas personas dicen que en el seguro social siempre las atienden, pero que se debe tener paciencia y esperar como se describe en las respuestas de la entrevista 13 "No atienden ese rato, tiene que coger el turno, a los cuatro meses, dos meses le sale el turno siendo de ir hacer atender en el seguro" (Pazmiño, 2023).

Adicionalmente, es importante destacar que varios testimonios indican que el subcentro de salud que es el servicio más cercano a la localidad, tiene horarios limitados y solo atiende de lunes a viernes, desde las 8 de la mañana hasta las 5 de la tarde. No se menciona la disponibilidad de atención durante los fines de semana, sin embargo en casos de emergencia se puede asistir al Hospital sobre todo en horarios en que el subcentro ya no atiende. Esto se puede verificar en los siguientes relatos:

"Sí, pero a la hora que estén atendiendo a las cuatro ya para arriba ya no. De nueve a cuatro creo que es. Cuando ya no atienden toca ir al Hospital de emergencia" (Entrevista 13, Pazmiño, 2023). Además, en relación a esa afirmación se menciona: "En horas de la noche al hospital debemos ir, porque el centro de salud no está abierto. En el hospital si saben atender en cualquier horario" (Entrevista 10, Pazmiño, 2023).

Sin embargo, también se menciona que en el Hospital no los atienden en cualquier horario que depende del turno agendado para recibir atención a una hora específica, lo que constatamos en el siguiente relato: "No, porque hay los turnos y toca esperar hasta el otro día" (Entrevista 17, Pazmiño, 2023).

También, hay quienes mencionan que al igual que en el subcentro, en el seguro cuentan con horarios de atención que son entre semana y por ende deben buscar otras alternativas para recibir atención médica en caso de emergencia. Esto se valida mediante el siguiente testimonio: "Depende de los horarios que tengan, en el subcentro y en el seguro si hay turnos ahí también, atienden de 8 a 4 de la tarde igual que en el subcentro de lunes a viernes, fin de semana, cuando está en vacaciones, cuando está feriado, no creo que no atiende, pero en el hospital si atienden 24 horas" (Entrevista 4, Pazmiño, 2023).

Incluso hay personas que afirman que en las clínicas les brindan atención en cualquier horario, siendo así que no tienen dificultades de acceder a servicios médicos: "Si nos atienden en cualquier horario" (Entrevista 7, Pazmiño, 2023).

En este sentido, según las distintas entrevistas realizadas, las opiniones varían en cuanto al trato recibido en los distintos centros médicos. Hay personas que mencionan haber recibido un buen trato en el subcentro y muchas veces es por la cercanía que tienen con los doctores, las cuales afirman que #18 " La verdad me atiende bien, porque como la abuelita de mis hijos trabaja ahí, entonces no tengo dificultad, siempre me han atendido ahí" (Pazmiño, 2023). Sin embargo, hay quienes dicen no haber recibido una buena atención en el centro de salud aludiendo que hay profesionales groseros e incluso que se demoran en brindar la atención y si la brindan es de manera inadecuada como se ratifica en la entrevista 20: "La señorita que sabe estar en la recepción, tiene mal carácter, aparte de eso sabes ser grosera y te dice "tiene que tener su historial", si no tienes historial, tienes que ir a buscar, y si no tienes el historial, no te atienden, y tampoco te dan buscando y tienes que irte tú a donde están todas los almacenes de las historias y buscar uno por uno, porque ellas no tienen tiempo para darte buscando" (Pazmiño, 2023).

En contraste, hay ciertas personas que dicen que en los hospitales, la atención es mala y puede ser lenta debido a la cantidad de personas que necesitan atención, y algunos mencionan experiencias negativas con médicos y enfermeras, lo cual se contrasta en las siguientes narrativas: "Bueno, en el hospital no tan bueno, porque como emergencias hay mucha gente, entonces espero que atiendan los que están más graves y después a la otra persona, entonces no es tan buena" (Entrevista 5, Pazmiño, 2023). Asimismo, en la entrevista 6 se afirma: "Pero, en el hospital es para morir, se enojan, dicen que esperen, o así, porque yo pase con mi hija por esas cosas, que no nos querían atender. Por algo se va por emergencia, yo creo que la atención debe ser, o sea, emergencia. Por algo se va por emergencia" (Entrevista 6, Pazmiño, 2023). En concordancia a las otras opiniones se aseveró que: "O sea, en los hospitales, o sea, la atención, como sabrá, es muy pésima, o sea, no es buena. Pero, o sea, como le digo, yendo a otro lado, ahí sí" (Entrevista 16, Pazmiño, 2023).

En cambio, algunas personas elogian la atención en el seguro campesino y en establecimientos privados aludiendo que: "Es muy bueno. La atención es muy buena, cuando es una transferencia [...]" (Entrevista 22, Pazmiño, 2023).

A parte de eso, hay diferentes percepciones en cuanto a la disponibilidad de recursos y servicios de salud en la zona. Por ejemplo, hay personas que mencionan que en el centro de Salud si cuentan con algunos medicamentos, pero que hay falta de personal y conocimientos del área para una correcta atención y administración de medicamentos, lo cual genera cierta preocupación por parte de los usuarios de dichos servicios médicos. La persona entrevistada afirma: "No, no, no. Algunas medicaciones si te dan las que son dadas por el gobierno, pero son las que, no sé, la verdad, sinceramente, no hay, pero lo que he escuchado que te recetan mal tampoco saben dar bien la medicación. Entonces es medio peligroso coger la medicación que ellos te dan" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023). Por otro lado, se mencionó que: "Si me dieron todo lo que requerían. Profesionales vamos a ver, la doctora, nada más solo eso" (Entrevista 29, Pazmiño, 2023).

Por otro lado, hay quienes dicen que en los hospitales no cuentan con medicamentos, lo que lleva a tener que comprarlos en los exteriores de las instalaciones. Además, consideran que la escasez de medicamentos es preocupante y dificulta el

acceso a un tratamiento adecuado, también expresan su preocupación por la falta de especialistas y la calidad de la atención recibida. Esto lo podemos asegurar de acuerdo a los siguientes relatos: "[...] Eso ca no si no tiene nada, toca todo, toca comprar afuera, no tiene nada, hospitales no tiene nada, todo toca comprar, no hay. Profesionales no, no creo, por eso no atiende breve. Toca esperar a la voluntad, porque aquí hay dos, de esos dos toca esperar cuando nos toque el turno a veces nos toca atrás de 10, 12, a la voluntad de ellos, atiende cuando terminan cada uno de sus pacientes, toca esperar, aquí si no tienen más. Aquí sí no tienen unos especialistas para atender casos que se va de emergencia no tiene, pero no les da la gana de atender. Nos hace esperar" (Entrevista 16, Pazmiño, 2023).

En cambio, otras personas aluden que en su experiencia asistiendo al Hospital ven que si cuentan con los medicamentos suficiente y también profesionales de la salud que brindan una atención adecuada: "Sí, porque ese rato me atendió bien, o sea, rapidito al instante, no me hicieron esperar nada, o sea, como vi ahí siempre fui primera vez. O sea, me atendieron rápidamente" (Entrevista 29, Pazmiño, 2023).

Al contrario, hay personas que afirman que en las clínicas privadas si cuentan tanto con medicamentos como con los profesionales necesarios para cubrir la demanda de los pacientes: "En la clínica si cuentan con los recursos suficientes y también los especialistas de diferentes áreas médicas, pero de psicología no" (Entrevista 23, Pazmiño, 2023).

Del mismo modo, de acuerdo a varios testimonios, se confirma que en el subcentro no se cuenta con servicios de psicología. Aunque se mencionan servicios como ginecología, odontología, medicina general y vacunas, pero no se hace referencia a la presencia de psicólogos, como se corrobora en las siguientes aseveraciones:

En la entrevista 1, se afirma: "En el subcentro no hay psicología, que yo sepa, lo que hay es ginecología, odontología, medicina general y vacunas" (Pazmiño, 2023).

No obstante, los testimonios son mixtos en cuanto a la disponibilidad de psicólogos en el hospital. Algunos afirman que sí hay psicólogos disponibles en el hospital siempre y cuando realice el proceso para agendar una cita correspondiente y han recibido atención psicológica allí: en la entrevista 3, se menciona: "En el hospital si,

mi nieto, estaba con psicólogo" (Pazmiño, 2023). Además, se destaca que: "En el hospital si hay psicología, sí, sí cuentan con psicólogos, pero igual si usted agenda, le hacen la transferencia al psicólogo, si agenda a usted" (Entrevista 19, Pazmiño, 2023). Mientras que otros no están seguros o no han tenido experiencia personal con psicólogos en el hospital, como se refleja en la entrevista 11: "No, no, no. No se mejor dicho porque no me ha pasado nada de eso, no solamente así medicinas generales" (Pazmiño, 2023).

A diferencia de eso, las personas confirman que el seguro de salud cuenta con psicólogos y también psiquiatras, lo que sugiere que los pacientes tienen acceso a servicios de salud mental a través del seguro. Esto se corrobora en la entrevista 1:

"Pero, en el seguro si hay psicólogo y psiquiatra también" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, hay personas que indican que solo cuentan con el servicio de psicología en algunas clínicas médicas particulares. Como se describe en la entrevista 20: "Y ahí sí supongo que cuentan los psicólogos. Algunos no más. Casi la mayoría, no, no. Algunos no más. Porque casi la mayoría son afuera. Clínicas, si igual psicólogos aparte" (Pazmiño, 2023). De acuerdo a los testimonios se indica que la presencia de psicólogos en los servicios de salud varía según el centro de atención.

A su vez, acceder a la ayuda psicológica puede variar dependiendo del contexto y los recursos disponibles. Hay personas que señalan que es fácil obtener acceso a servicios psicológicos en los subcentros porque de ahí los pueden referir a los hospitales para que les brinden el servicio psicológico, y a veces los médicos de los hospitales pueden referir a los pacientes a servicios de psicología: Por ejemplo, en la entrevista 3 se menciona: "Pues sí. Por ejemplo, el mismo médico le dice, váyase a psicología. Entonces dice, tal día se va a psicología, ese turno, el día y todo. Entonces uno se espera la fecha" (Pazmiño, 2023). Igualmente, en la entrevista 4 se expresa: "En el hospital sí, porque le refieren del subcentro, pero no se ha ofrecido a mi" (Pazmiño, 2023).

Contrariamente, muchas personas dicen que puede haber limitaciones en cuanto a la disponibilidad y accesibilidad de estos servicios psicológicos debido a la pobreza, la falta de recursos humanos, capacitaciones para brindar una buena atención o el temor a recibir atención inadecuada o demorosa: En la entrevista 5 se señala: "Bueno

desconozco porque no se ha ofrecido en lo familiar o en lo personal, pero, por comentarios de otras personas, creo que es bastante difícil conseguirlo, además, muchas de las veces la pobreza de la gente, la pobreza, y en los hospitales hablemos a veces del factor humano, que eso se carece. Entonces hay ciertas personas que se limitan a acudir del temor o del miedo de la atención, que no reciben una atención adecuada y pronta. Entonces, creo que eso es uno de los factores que limitan, que asistan no. Entonces el temor es miedo, creo" (Pazmiño, 2023).

Adicionalmente, se muestra concordancia con la entrevista 18 que menciona: "Es un poquito complicado ya que las citas médicas son muy copadas, casi se encuentran a los dos meses, tres meses, una cita médica para psicológica" (Pazmiño, 2023).

Por el contrario, en algunos casos, como en el seguro médico, es posible solicitar una cita previa para recibir atención psicológica. Esto suele requerir sacar turno con anticipación y cumplir con la cita puntualmente: "En el seguro sí, porque una vez cogí cita para mi nena. O sea, previa cita si le dan. No hay ningún inconveniente, mientras saque una cita con tiempo y sea puntual" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023).

En este sentido, la población entiende que se necesita atención psicológica, afirmando que hay desconocimiento sobre el rol del psicólogo, les da vergüenza acceder a ese servicio por miedo a ser etiquetados al pensar que es para los locos y por ende también mencionan que se deben tomar ciertas medidas para poder generar un cambio en la población: algunas personas dicen que debe ser accesible para lo cual se debe ampliar la presencia de psicólogos en áreas rurales y comunidades, donde se desconoce del tema y por ende es difícil su acceso. Sugieren la realización de campañas de sensibilización y educación con respecto a la salud mental, su importancia mediante charlas informativas: en la entrevista 1, se menciona lo siguiente: "Obviamente sí, pero aquí en la parroquia no hay psicólogos, entonces no pueden acceder a ese servicio. Se podría solicitar un subcentro que haya un departamento de psicología, porque en si deberían gestionar el brindar también ese servicio" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023). De igual forma, en la entrevista 30 se menciona: "La verdad sí, debería haber psicólogos en los Centros de Salud, la verdad donde yo vivo no he visto que haya uno. La verdad pienso que dándoles charlas a las personas de las comunidades porque hay muchas

personas que no saben que son los psicólogos, entonces como no saben, en los centros de salud ellos también no ponen psicólogos para que puedan atender a la gente, porque la gente no va porque no sabe que es un psicólogo" (Pazmiño, 2023).

También se plantea que este servicio debe ser accesible debido a que siempre surgen problemas a nivel familiar o externamente y por ende se da la necesidad de una mayor coordinación entre los ministerios de Salud, Educación y otras entidades relevantes para garantizar una atención integral y coordinada en el ámbito de la salud mental y eliminar ciertas barreras que dificultan el acceso y la búsqueda de atención psicológica como se asegura en la entrevista 19: "[...] Sería, yo creo que sería desde los establecimientos educativos que tengan un poquito más de, pongan más atención en hacerles a los estudiantes una evaluación, ¿no? Y así transferirles al subcentro y del subcentro quizá ayuda a una ayuda profesional, o si no a la vez a veces sí tienen psicólogos, pero no hacen uso de eso. Tendrían que mejorar desde la cabeza del Ministerio de Salud, quizá haber más psicólogos profesionales, o quién sabe, de oportunidad a los que están estudiando, hay unos que estudian, ¿no? Inclusive he visto para que hagan sus prácticas, les den más oportunidades a los que están estudiando en la universidad. Podría ser de esa manera, o si no, si socializar a las personas me parecería, socializar a las personas, trabajar con los presidentes de las comunidades o trabajar con los presidentes de los barrios, y hacer, así como hacen esas campañas de vista para todos pueden hacer así y ayudar" (Pazmiño, 2023).

Pese a eso, el costo de asistir a un psicólogo de manera privada como variable y sujeto a diferentes estimaciones es muy variable. Algunas respuestas indican que el precio por consulta podría oscilar entre los 20 y 50 dólares, lo cual les resulta costoso, estas estimaciones se evidencian mediante las siguientes respuestas: "Irse a particular, es creo que vale 40 dólares, 50 dólares, así vale para cada vez que usted asista. Cuesta caro"(Entrevista 16, Pazmiño, 2023), mientras que otras personas admiten no tener conocimiento exacto sobre el costo, lo cual se refleja en la siguiente aseveración "Desconozco, no se ha ofrecido" (Entrevista 5, Pazmiño, 2023). Esta diversidad de respuestas refleja la falta de consenso y la falta de información precisa sobre los precios de las consultas psicológicas privadas.

Por ello, hay personas que mencionan que no gastarían en ayuda psicológica porque desconocen del rol del psicólogo aludiendo, no cuentan con los recursos económicos para pagar dicho servicio, lo cual se asevera en los siguientes enunciados: "No, por que como dije en mi entorno nadie ha asistido a uno, pero más por desconocimiento de que es un psicólogo" (Entrevista 23, Pazmiño, 2023). Por otro lado, en la entrevista 26 dice: "No. No, porque no tengo el dinero para eso. No estoy en el trabajo fijo no se puede pagar" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se muestra que hay personas que están abiertas a invertir en apoyo psicológico si lo consideran necesario para su bienestar mental. Reconociendo la importancia de contar con la guía de un profesional y valoran el impacto positivo que puede tener en su vida. Como se puede ver en las siguientes narraciones: "La verdad si yo necesito ayuda psicológica, yo si gastaría porque para mí si es de gran ayuda que alguien te escuche y te diga sobre los problemas que tienes" (Entrevista 30, Pazmiño, 2023). Igualmente, en la entrevista 22 se plantea: "Sí porque es necesario pues para que mi mente este bien tranquila, o sea lo que yo sufro, el problema que yo tengo quiero hacerle saber a otra persona, pero no a una persona que no sea preparada" (Pazmiño, 2023).

Aun así, también hay personas que expresan que si gastarían, pero que tienen preocupaciones económicas y dificultades para acceder a servicios de ayuda psicológica privados debido a limitaciones financieras. Algunos mencionan la necesidad de servicios de salud mental públicos más accesibles: "No me alcanzaría para gastar, hija, por lo que a veces se tiene lo básico, ¿no? Pero si en alguna cosa necesitaría, sí, gastaría, me hiciera el sacrificio por gastar. Pero qué mejor que fuera público"" (Entrevista 19, Pazmiño, 2023).

Podemos decir que la decisión de gastar en ayuda psicológica depende de diversos factores, como la percepción de la necesidad, los recursos económicos disponibles y las opciones de acceso a servicios profesionales de salud mental. Cada persona tiene su propia perspectiva y circunstancias individuales que influirán en su elección de buscar o no ayuda psicológica y gastar en ella.

Por tanto, ciertas personas sostienen que la ayuda psicológica no ha aumentado, pero la búsqueda de ayuda psicológica ha aumentado en el mundo actual. Hay varias razones que se mencionan para respaldar esta percepción: Hay personas que mencionan que ha aumentado la búsqueda de ayuda psicológica, debido a que existe una mayor conciencia sobre la importancia de la salud mental y la necesidad de buscar apoyo psicológico para abordar problemas emocionales y mejorar el bienestar general, lo que se ratifica con el siguiente comentario: "Sí, pero la búsqueda porque su ayuda mejora y cambia para muchísimo mejor a las personas, llega a la raíz de sus problemas emociones, ha ayudado a muchas personas" (Entrevista 23, Pazmiño, 2023).

Incluso, hay personas que mencionan que los problemas emocionales como la depresión, la ansiedad y el estrés, así como los problemas sociales como el bullying, la delincuencia, la violencia y el abuso, han aumentado en la sociedad actual. Esto ha llevado a un incremento en la demanda de servicios de psicología para enfrentar estos desafíos. Lo cual, contrastamos con los siguientes relatos: "Creo que, si aumentando la búsqueda de ayuda psicológica ay veces que se quedan las personas traumadas por eso, que se necesita, ayuda psicológica" (Entrevista 8, Pazmiño, 2023). En concordancia se dice: "Sí, creo que sí, por esta delincuencia, creo que sí" (Entrevista 9, Pazmiño, 2023). Además, se confirma lo anterior en la entrevista 28 que señala: "La búsqueda de ayuda psicológica si porque a veces yo creo que hay problemas en el hogar. A veces ven maltratos o ven de los padres o tal vez los hijos se vuelven igual agresivos o necios o pueden volver muchos casos, pueden llegar, yo creo, no" (Pazmiño, 2023).

Por ende, algunas personas mencionan que, aunque hay una mayor demanda de ayuda psicológica ya sea por problemas relacionados con el abuso de sustancias, pero que el acceso a servicios de psicología puede ser limitado debido a la escasez de especialistas y la falta de opciones gratuitas o accesibles, por ejemplo, mencionan: "[...] la búsqueda de ayuda psicológica, eso sí aumentado, no le podría decir porque, lo que uno se vive fuera de esos médicos especialistas" (Entrevista 3, Pazmiño, 2023).

De la misma manera otro relato nos confirma lo anterior, al decir: "La ayuda no, porque no hay ayuda. Porque no hay ayuda. Si hubiera más capacitación psicológica. No hubiera tantos jóvenes votados en el bajo mundo de las drogas en la calle, en el alcoholismo. Hace mucha falta de ayuda psicológica. La búsqueda de ayuda si ha

aumentado. Porque ahora hay mucha perdición. Porque los jóvenes están más descarrilados" (Entrevista 17, Pazmiño, 2023). Otro testimonio confirma dicha situación al expresar: "No, solo las personas que tengan dinero pueden acudir a un psicólogo, porque casi la mayoría que hay psicólogos de aquí son pagados, no hay públicos, no hay gratis. La búsqueda de ayuda psicológica si aumentado bastante. Porque los jóvenes de este tiempo han cambiado demasiado. Ahora la drogadicción, todos los problemas que están pasando, hasta cuando se ponen falta por las burlas de los profesores, todo eso" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023).

7.3. Percepciones que tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica

Con relación a los estereotipos tenemos los siguientes datos recopilados:

Las personas perciben y comprenden al psicólogo con un profesional que brinda ayuda emocional y consejo en situaciones problemáticas como violencia física, sexual o psicológica para que puedas mejorar, ayudándote a comprender, cambiar la mentalidad y el comportamiento de una persona para salir adelante, lo cual se confirma con los siguientes testimonios: "Es un profesional del que uno necesita ayuda para salir de cualquier problema emocional que uno se tiene" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se expresa: "Que cuando son maltratados o personas violadas, o tanto, como es tanto en los jóvenes o en los mayores, así como parejas, tal vez viven solo peleando, o esas es cosa, yo he pensado que es eso" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023). También, se menciona: "Alguien que te puede ayudar a cambiar tu mente" (Entrevista 17, Pazmiño, 2023).

Pero, algunos mencionan la idea de que un psicólogo es para conversar y tener una charla, para entender y superar problemas personales o emocionales. Como se evidencia en la entrevista 6: "Cuando yo escucho eso, o sea, que yo digo, vamos a conversar, o sea, tener una charla y hacerme entender tal vez o algo, o sea, que yo me imagino de lo que tal vez yo estoy traumatado de algo, o sea, si yo comenzará, me imagino que me ayudaría bastante" (Pazmiño, 2023).

Sin embargo, también hay quienes dicen tener confusión o falta de conocimiento sobre el papel del psicólogo. Algunas personas piensan que el psicólogo solo trata a personas "locas" o que están mentalmente enfermas o simplemente no saben que pensar porque desconocen del tema, tal como podemos demostrar en las siguientes

aseveraciones: "Que estoy loco, me mandan a donde la psicología, pero si no estoy loco" (Entrevista 3, Pazmiño, 2023). En contraste se menciona: "No lo entiendo, pero nunca me he participado entonces no sé eso de psicólogo" (Entrevista 27, Pazmiño, 2023).

Igualmente, en cuanto a la comprensión sobre aquello que realiza el psicólogo, hay quienes sugieren que los psicólogos son personas que brindan apoyo emocional, ayudan a comprender y superar problemas, dan consejos, motivan, orientan en situaciones difíciles o cambian la mentalidad de una persona, tal como se señala en los siguientes testimonios: "Es una persona quien te brinda ayuda, quien te apoya y también te aconseja y te ayude a salir adelante" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023). De manera similar se menciona: "Da ánimos de sobresalir de los problemas que se tienen" (Entrevista 29, Pazmiño, 2023). Además, se comenta: "Darte ayuda o sea si tú tienes un problema tú le cuentas tu problema y el psicólogo te dice lo que puedes hacer o lo que está mal" (Entrevista 30, Pazmiño, 2023).

Otras personas aluden que los psicólogos tratan enfermedades mentales o estudian el comportamiento y la mente de las personas, en vista de lo cual tenemos los siguientes argumentos: "Tengo entendido que hay que informarle en qué problemas tengo y la de analizar a todo eso, sé que estudia la manera de pensar en el comportamiento de la gente, de la mente todo eso" (Entrevista 9, Pazmiño, 2023). A su vez, se comparte: "El que trata las enfermedades mentales" (Entrevista 7, Pazmiño, 2023).

También hubo respuestas que reflejaron un conocimiento más superficial o incierto sobre el trabajo de un psicólogo. Algunas personas admitieron no tener conocimientos sobre ello, mientras que otras tenían una idea general pero no podían proporcionar detalles específicos, como se plantea en la entrevista 10: "No sé. Ay, sí, no sé. Es que no he entrado con ellos, hay si no podría decir. Me han contado que es un médico que le dirige a la persona, a la persona que le está fallando algo" (Pazmiño, 2023).

Por otra parte, hay personas encuestadas que no han asistido al psicólogo. Algunas de las razones mencionadas incluyen no haber sentido la necesidad, no haber tenido

problemas emocionales o familiares significativos, no haber tenido la oportunidad, no haber tenido la necesidad de ese servicio o conocimiento sobre los beneficios de la terapia psicológica: "No. Como no he tenido mucha necesidad de eso. Es que, o sea, no tengo ni idea de eso, para participar en eso, he oído que hay, pero no se para que es bueno entonces no sé" (Entrevista 27, Pazmiño, 2023). En relación a la idea anterior se indica: "No. Porque no he tenido ninguna. O sea, no ha habido esa oportunidad de irme o tal vez diré no he tenido tiempo o tal vez no tenga algún problema muy grande, no"" (Entrevista 28, Pazmiño, 2023).

Algunas personas también expresaron confianza en su propia capacidad para manejar sus problemas, pero también que es para los "locos", por ende, no asisten: En la entrevista 15, se explica: "No, porque pienso que no le necesito, creo hasta ahora" (Pazmiño, 2023). Mientras que en la entrevista 21 se señala: "No porque no estoy loca, pero si necesitaría" (Pazmiño, 2023).

No obstante, hubo personas que sí han asistido al psicólogo. Los motivos para hacerlo varían, e incluyen problemas familiares, necesidad de orientación, apoyo emocional, recomendación de un médico general, problemas académicos, pérdida de un ser querido o preocupaciones relacionadas con sus hijos, como se refleja en los siguientes enunciados: "Una vezita, una vezita nomas. Porque el doctor de medicina general me dijo que vaya donde un psicólogo, y le dije, bueno, le voy a obedecer" (Entrevista 3, Pazmiño, 2023). En función de lo anterior, se plantea: "Asistido por mis hijos. De ahí yo asistí cuando estuve en el colegio. Pero solo me trataron porque estaba un poquito bajado de notas de cuando estuve en el colegio por problemas de familiares" (Entrevista 18, Pazmiño, 2023). También, se menciona: "Cuando era niña. Porque cuando era niña, mi abuelita se murió, entonces yo estaba mal. Entonces no lo superaba. Entonces ahí me pusieron un psicólogo, pero en el colegio" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023).

De manera correspondiente, hay una diversidad de opiniones en relación con la consideración de ir al psicólogo. Hay personas optarían por ir al psicólogo y mencionan diversos motivos para hacerlo. Algunas de estas razones incluyen buscar orientación, evaluar su propia conducta y estilo de vida, recibir apoyo emocional y contar con una persona externa y confidencial con quien puedan desahogarse y recibir consejos: En la entrevista 5, se afirma: "Me gustaría. Para ver si la actuación de uno está bien.

Porque yo creo que no es solamente sentirse que estamos mal en alguna situación. Yo creo que me gustaría tener una amistad con un profesional y a ver si es que el comportamiento, la conducta de uno, el vivir diario de uno está bien" (Pazmiño, 2023). De hecho, en la entrevista 18 se expresa: "Sí, sí, es considerable ir al psicólogo, porque sí nos ayuda, porque hay veces que incluso necesitamos contar, o sea desahogarnos y ellos nos darían un trato que con familiares es un poquito difícil abrirse y tener una confianza grande" (Pazmiño, 2023).

De todos modos, hay personas que sienten que podrían necesitar ayuda en caso de problemas emocionales, de la mente, conductas conflictivas o que podrían a futuro enfrentar depresión, ansiedad u otros problemas: Por ejemplo, en la entrevista 25 se enuncia: "Puede ser que sí, en un futuro. Dependiendo sí. Digamos como que me caigo en una depresión y todo eso" (Pazmiño, 2023). Por otra parte, se añade: "Si es necesario, claro. Si siento que estoy agrediendo a alguna persona, siento algún malestar en la cabeza, algo" (Entrevista 11, Pazmiño, 2023).

En cambio, algunas personas expresan que no volverían a asistir o que no consideran necesario acudir a un profesional de la psicología. Estas personas argumentan que se sienten más tranquilas, que han superado sus problemas o que confían en buscar ayuda en otras fuentes, como en la religión o en su círculo cercano, lo que podemos corroborar mediante las siguientes narrativas: "De mi parte no. Porque cuando necesitaba la ayuda psicológica no asistí, no pedí ayuda. Yo lo que pedí es ayuda solamente a Dios y nada más" (Entrevista 26, Pazmiño, 2023). En esta misma línea, se afirma: "Por el momento no, porque gracias a Dios ya estoy más tranquila, yo tengo una pérdida grande, pero, ahora gracias a Dios ya todas las cosas uno también tiene que tratar de poner de parte y abrir los ojos a la realidad." (Entrevista 1, Pazmiño, 2023). También, en la entrevista 12 se distingue: "No, porque no necesito yo eso" (Pazmiño, 2023).

De forma similar, sugieren que aquellos que recurren al psicólogo es por diversas razones y situaciones. Se mencionan las siguientes características: Muchos de los entrevistados aluden que van al psicólogo aquellos con problemas emocionales como estrés, depresión, baja autoestima o situaciones difíciles que afectan su bienestar emocional y no saben cómo sobrellevarlo. A cerca de lo cual, se dice: "Las personas que

necesitan ayuda, cuando tienen algún problema emocional de estrés, de depresión, primero al psicólogo para que le oriente y luego él le orientará si necesita o no ha ayuda del psiquiatra" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023). De igual forma, en la entrevista 30 se enuncia: "Las personas que tienen problemas, depresión, tienen muchos problemas en su vida y no saben qué hacer" (Pazmiño, 2023).

De manera distinta hay personas que mencionan que quienes van al psicólogo no son personas locas si no aquellas que van en busca de orientación, charlas y consejos para resolver sus problemas y recibir apoyo, así se manifiesta en los siguientes planteamientos: "No las personas enfermas, sino las personas que necesitan una ayuda psicológica. Una orientación. Una orientación, una. No, porque están enfermos si no, porque necesitan" (Entrevista 17, Pazmiño, 2023). Así pues, en la entrevista 3 se expone: "Yo creo que los, bien es cierto, no, que se puede ir los que estamos necesitando de una charla" (Entrevista 3, Pazmiño, 2023).

Igualmente, se evidenció que hay quienes comentan que aquellos que van al psicólogo son las personas que enfrentan situaciones difíciles: aquellos que atraviesan problemas familiares, abusos, violencia o situaciones traumáticas: a propósito, de lo cual se enfatiza: "Los que tienen esa clase de problemas que es como le digo a las personas maltratados o golpeadas, o si no violadas" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023).

Además, destacaron que van las personas con adicciones o comportamientos problemáticos: Se mencionan casos de personas que luchan contra el alcoholismo, drogadicción, comportamientos delictivos. Como se indica en la entrevista 13: "Por ejemplo, de tipo de personas más o menos, lo más importante para mí es que hay personas que son metidos a la droga. Hay personas así mismos que son, por ejemplo, pongamos que sean unos ladrones y es importante que le den una capacitación, que vayan al psicólogo para que cambie y que no sea así, para mí es eso" (Pazmiño, 2023). Del mismo modo, se expresa: "La gente va al psicólogo. Muchas veces dice que necesitan ayuda, ¿no? Tienen un problema por depresión, por alcoholismo, por drogas" (Entrevista 19, Pazmiño, 2023).

Sin embargo, algunos de los entrevistados afirmaron que al psicólogo asisten aquellos que presentan dificultades emocionales, así como aquellos que padecen

problemas psicológicos graves (problemas mentales), considerados como locos, que necesitan ayuda profesional, de manera que los relatos nos dicen: "Las personas que necesiten están locas, pero también las que tienen autoestimas bajas" (Entrevista 21, Pazmiño, 2023). Coincidiendo con lo mencionado, en la entrevista 8 se afirma: "Los que son la gente que ya estamos locos perdidos la mente" (Pazmiño, 2023).

Por consiguiente, también indican que el motivo para acudir al psicólogo es buscar ayuda y orientación para resolver problemas emocionales, familiares, laborales o personales como el consumo de sustancias. Perciben al psicólogo como un profesional capaz de brindar apoyo y guía en situaciones difíciles: esto se refleja en la entrevista 29: " Eso digo por necesidad de ayuda, o sea por algo que tal vez no estén pasando bien dentro del hogar o fuera del hogar, tal vez pueden tener algún problema de algún consumo de alguna sustancia, yo creo, ¿no?" (Pazmiño, 2023) y de igual forma en la entrevista 16: "Porque la gente va al psicólogo, porque desde yo empezando pensamos que el psicólogo es lo que nos ayudan en las cosas que necesitamos cambiar, necesitamos salir adelante, no sé, pero con guía, ya no con el sentido que uno se piensa mal las cosas, no se tiene cabeza, no, pero, cambiamos y ya son buenas personas. Nos ayuda a reaccionar lo que estamos mal. Entonces por eso siempre pensamos que es una buena solución yendo al psicólogo" (Pazmiño, 2023).

Aunque, la búsqueda de ayuda psicológica también se atribuye a la necesidad de prevenir afecciones mentales y recibir seguimiento para mantener una buena salud mental. Como se constata en la entrevista 11: "Porque se siente mal de la cabeza, no sé de qué, cómo será eso porque no me ha pasado, ya he dicho"" (Pazmiño, 2023) e incluso, se argumenta: "Para hacerles atender, que les dé un seguimiento para no tener la mente dañada y así" (Entrevista 8, Pazmiño, 2023).

Sin embargo, hay quienes mencionan que buscan ayuda psicológica para dar soluciones a problemas específicos, para aprender y sobresalir personalmente, esencialmente para quienes no tienen fe en Dios, aludiendo así: "Las personas que necesitan igual, así como les digo, los que no tienen a Dios y, o sea, tienen la esperanza de poder que le ayude la otra persona pues" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023) y "Porque necesitan que les escuchen y que les den una fuerza para seguir adelante" (entrevista 24, Pazmiño, 2023).

De igual manera, las respuestas reflejan la importancia de acudir al psicólogo para obtener ayuda y resolver problemas emocionales o mentales. Los participantes reconocen que la psicología es una profesión creada para ayudar a las personas en la actualidad, brindando orientación y mediación en la solución de problemas. Se destaca que buscar ayuda psicológica es necesario para mejorar el bienestar y superar dificultades emocionales, lo cual se destaca en la entrevista 20: "Sí. A veces, cuando tú coges un psicólogo, si te hace en vez de ir retrocediendo para atrás, te vas a ir para adelante. Y también cuando tú tienes unas metas frustradas, ellas te vuelven otra vez a que tengas la misma motivación como antes tenías para seguir" (Pazmiño, 2023).

Sin embargo, se menciona que no todas las personas sienten la necesidad de ir al psicólogo y que su importancia depende del grado de problemas o desequilibrios mentales: lo cual se refiere en la entrevista 11: "Si se siente mal claro, como le digo. Para que se aliviane, se compongan de la cabeza o de algo que le está fallando" (Pazmiño, 2023) y se contrasta en la entrevista 7: "Su importancia depende del grado del estado del pensamiento, del estado de la mente, es importante para el que necesite más que todo, bueno hay gente que no necesita entonces no es necesario" (Pazmiño, 2023).

Por tanto, las respuestas muestran una actitud de aceptación y apoyo hacia un amigo que decide acudir al psicólogo, además de reconocer que buscar ayuda es una decisión positiva, enfatizando la importancia de respetar la privacidad de los demás y autonomía de cada uno en cuanto a la decisión de ir al psicólogo como se afianza en las siguientes respuestas: "No sé, eso ya sería como decía de cada uno, podría decir. Porque si esa persona le hace bien o necesita, nosotros no le podemos obligar a decir que no se vaya tan bien" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023). Además de eso, se comenta: "Que está bien, porque es por la ayuda de él, si el algo le está pasando, si debería necesitar una ayuda, ya que nosotros no le podemos brindar" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023).

Igualmente, hay quienes reconocen que buscar ayuda psicológica puede ser beneficioso para el amigo, si se encuentra atravesando por problemas significativos y hay apoyo en su proceso de cambio y crecimiento personal significativamente, por ejemplo, en la entrevista 18 frente a dicha situación afirma "Pues por mí, estaría feliz porque si buscó a psicólogos en verdad los necesitó y estuvo de acuerdo en asistir y no

negarse a esa ayuda" (Pazmiño, 2023). De modo similar, en la entrevista 7 se señala: "Que está bien si es que es un problema grave y le está haciendo bien" (Pazmiño, 2023).

Sin embargo, hay otras personas que mencionan el pensar que van porque están enfermos o locos, pero que depende de las circunstancias, por ejemplo, se dijo que: "Qué se va porque está enfermo, es una enfermedad lo de la mente" (entrevista 22, Pazmiño, 2023). Igualmente, en la entrevista 17 se añadió: "Depende de por qué acudió. Está bien, porque está loco, va a ir a un psicólogo. Y hay gente racional que son locos. Entonces, no solo el loco necesita irse al psicólogo" (Pazmiño, 2023).

Por consiguiente, las opiniones sobre las personas que acuden al psicólogo son variadas. Algunas personas critican o estigmatizan a aquellos que buscan ayuda psicológica, asumiendo que solo van porque están "locos" o tienen problemas mentales graves, sin embargo, destacan que no es así su manera de pensar y que quizá solo opinan desde su falta de conocimiento como se consolida en las siguientes respuestas: "Si si he escuchado algunas críticas que van porque están locos y eso, la verdad son gente que no saben sobre el tema, que tienen la ideología de que si vas al psicólogo es porque estás loco" (Entrevista 30, Pazmiño, 2023). De manera idéntica, en la entrevista 18 se sugiere: "Sí, sí, he escuchado. Porque dice, me mandaron a coger cita con el psicólogo, acaso estoy loco. Pues que están en una idea equivocada, ya que no es por locos que nos envían al psicólogo, si no que como le digo es para nuestro bienestar" (Pazmiño, 2023).

Del mismo modo, hay quienes dicen que no estarían dispuestos a pagar por servicios psicológicos o acceder a dicho servicio porque no están locos o enfermos, como se refleja en el siguiente testimonio: "No. Porque no estoy enferma, porque cuando se estén en alguna cosa se utilizaría un psicólogo. No estoy loca no" (Entrevista 17, Pazmiño, 2023).

No obstante, hay personas que mencionan haber escuchado comentarios positivos, hay quienes defienden y valoran la labor de los psicólogos, reconociendo que su trabajo consiste en brindar evaluaciones, consejos y apoyo a las personas que los buscan, por ejemplo, se menciona: "Si, dicen no la gente que de gana le avisan la vida que ellos van, pero son gente que no tendrán confianza, pero gente que sí ha ido, dicen que sí, les han ayudado. Como hay gente que dicen que sí, hay ventajas y otras

personas, ya saben, la desventaja. Pero si les han de haber salido de algún problema en algún momento, pienso que sí " (Entrevista 9, Pazmiño, 2023).

Además, se plantean críticas relacionadas con la preparación de los profesionales de la salud mental. Algunos consideran que los psicólogos deberían tener una formación más amplia y adaptada a la realidad de cada individuo, teniendo en cuenta sus circunstancias y antecedentes, lo cual lo ratificamos con lo siguiente: "He escuchado tal vez en mal o tal vez que falta algo más de preparación también en ciertos profesionales, de que creo que deben prepararse dependiendo del lugar de donde viene esa persona" (Entrevista 5, Pazmiño, 2023), mientras que hay personas que mencionaron no haber escuchado ninguna crítica.

Así mismo, hay diferentes opiniones sobre quiénes asisten con más frecuencia al psicólogo, si los hombres o las mujeres. Algunos entrevistados opinan que son las mujeres quienes buscan más ayuda psicológica, argumentando que son más sentimentales, comprensivas y están más dispuestas a reconocer y abordar sus problemas emocionales, mientras que los hombres piensan que pueden con todo o tienen actitudes machistas que los llevan a negar o minimizar sus problemas emocionales. También se menciona que las mujeres suelen llevar más cargas emocionales y necesitan apoyo para hacer frente a diversas situaciones, lo cual podemos evidenciar en las siguientes respuestas: "Las mujeres. Porque las mujeres somos, diría yo, más comprensivas, los hombres son más reacios, más, o sea, como que se resisten a aceptar que tienen tal o cual problema" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023). Del mismo modo, en la entrevista 19 se pone de manifiesto: "A las mujeres. Porque a veces los hombres son como machistas, ¿no? Entonces no, dice él, yo siempre son perfectos, le buscan, ¿no? Tú estás mal. Entonces, tú tienes que ir. Entonces, el otro le dice, no, es que yo y debe ser de parte a parte. Por el algo machista podría ser, y a veces uno también dice, bueno, pero uno por ser obediente, dócil, ¿no? Ante el hogar y la familia. Si quiero estar bien, busco ayuda, pero ellos no acceden a eso, por machistas. A veces ignoran de esto, de los psicólogos, o si nos dicen, no, en mis tiempos con la correa no se les puede poner a los niños en rectitud o para educarles bien antes no era el psicólogo, era la psicología, la correa, la ortiga o bañarles" (Pazmiño, 2023).

También se menciona que debe haber prevalencia en los hombres porque son débiles de carácter, tienen malas actitudes y vicios como el alcohol o drogas, por ejemplo, se indica: "Los hombres creo. Porque la mayoría de los hombres son los que están mal, creo más en las drogas o en el maltrato igual así. Yo pienso más en que los hombres se van allá" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023).

A pesar de ello, algunos consideran que tanto hombres como mujeres asisten con la misma frecuencia. Argumentan que ambos géneros pueden enfrentar problemas emocionales y buscar ayuda profesional cuando la necesitan. Se menciona que el sexo no tiene nada que ver y que tanto hombres como mujeres pueden experimentar depresión y requerir apoyo psicológico como se reafirma en la siguiente respuesta: "El sexo no tiene nada que ver, asisten los que tienen más problemas emocionales y también quienes cuentan con recursos económicos porque donde vivimos ese servicio es pagado si se requiere de continuidad y tener buenos resultados" (Entrevista 23, Pazmiño, 2023). Sin embargo, cabe mencionar que todos, independientemente de su género, pueden beneficiarse de la ayuda psicológica cuando la necesitan.

Con relación a las creencias tenemos los siguientes datos:

En cuanto a las creencias las respuestas sugieren que la ayuda psicológica está destinada solo a aquellas personas que enfrentan dificultades o problemas en sus vidas. Por ejemplo, se menciona que es para aquellos que sufren, tienen problemas emocionales o están en un mal camino, depresión, problemas familiares, lo cual se ratifica en los siguientes aportes: "No para todas las personas, si no para los que están en esa, en esa depresión y todo eso" (Entrevista 25, Pazmiño, 2023). Asimismo, en la entrevista 6 se explica: "Me imagino que para ciertas personas debe ser porque, porque las personas que sufren de alguna manera y yo creo que eso necesitamos más" (Pazmiño, 2023).

Además, hay personas que mencionan que la ayuda psicológica es solo para los borrachos y ellos deberían recibir atención psicológica, ya que su vicio puede traer consecuencias en su hogar, por ejemplo, en la entrevista # 3 afirma que debe ser "Para los chumados. Eso es. Sí, en verdad. Estos si fuera bueno que reciban de estas personas un consejo, ¿qué es lo que están haciendo? ¿en qué camino deben estar? ¿cómo esta su

vida o cómo le afecta estar solo andando chumados?, en lugar de que se gaste en trago que se gaste en el hogar, hay mucha gente que en lugar de satisfacer las necesidades del hogar o estar bien prefiere gastar en trago" (Pazmiño, 2023).

En cambio, hay quienes sugieren que la ayuda psicológica es para todas las personas, independientemente de si están experimentando dificultades o no. Se argumenta que todos pueden beneficiarse de la orientación y el consejo de un psicólogo para mejorar y encontrar un sentido de bienestar como se corrobora en la entrevista #30 "La verdad si para todas las personas, yo creo que es para todas las personas porque no es solo porque tienes problemas sino un psicólogo sirve como guía para saber qué hacer con tu vida y eso" (Pazmiño, 2023). Además de eso, en la entrevista 19 se ratifica: " Para todas las personas, porque no es necesariamente estar mal para poder acudir" (Pazmiño, 2023), es decir que todos pueden beneficiarse de ella, incluso si no están experimentando problemas evidentes.

Igualmente, referente a la forma de reaccionar frente a un problema que genera malestar emocional, muchas personas dicen optar por buscar consuelo y tranquilidad al orar a un ser divino, en este caso a Dios, a quien le otorgan un papel fundamental a la fe para el bienestar emocional como se puede corroborar en la siguiente afirmación: "O sea, bueno, yo sí creo en Diosito, a él le encomiendo las cosas, le entrego mis problemas. Me ayuda a sentirme mejor" (Participante 9, Pazmiño, 2023), sin embargo, hay personas que aparte de tener fe deciden buscar apoyo social por medio de su familia o amigos para desahogarse y recibir apoyo emocional, ya que dicen que el conversar les alivia la carga emocional y no se puede costear un psicólogo, lo cual se puede afirmar mediante: " Yo lo único pedir a Dios que no me caiga en alguna cosa. Lo único eso. Si alguna cosa me está afectando pues tengo que estar ahí, conversar con la misma familia tal vez con alguien que se me sepa hacer entender, de ahí para pagar es mucho" (Participante 13, Pazmiño, 2023). En cambio, hay personas que aseguran expresar sus emociones mediante el llanto como lo destacamos en la entrevista #21 "Llorar, me estabilizo yo misma, no ni hablo con nadie" (Pazmiño, 2023).

Por su parte, otras personas mencionan que cuando están tristes prefieren distraerse realizando actividades placenteras como salir a caminar, descansar, disfrutar de la naturaleza o simplemente tomar aire fresco ayuda a despejar la mente y encontrar

tranquilidad apartando los problemas de la mente como se corrobora en la entrevista #3 "Cuando yo me siento mal, nada más que yo me siento, agarro mi perro, me voy a caminar, miro los alrededores y uno se despeja la mente. Entonces, creo que el tiempo y el aire es una psicología para los que la necesitamos. Porque si yo me cierro en el cuarto, ahí sería peor. Entonces, sí, sí, es bueno" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, hay quienes dicen no haber sentido mal, pero que si llegará a pasarles buscarían ayuda psicológica, como se muestra en los siguientes relatos: "No hay no me he sentido triste hasta ahora, pero en ese caso mmm tocaría buscar ese psicólogo" (Entrevista 27, Pazmiño, 2023). Es evidente que las estrategias varían de una persona a otra, y cada individuo encuentra su propio camino para lidiar con los sentimientos negativos.

Sin embargo, hay una diversidad de opiniones sobre si es más importante solucionar los problemas físicos antes que los problemas emocionales. Algunos participantes consideran que ambas son igualmente importantes y que están interrelacionadas, como se aprecia en los siguientes testimonios: "Los dos creo que van de la mano porque los emocionales los llevan a tener problemas físicos también, para el bienestar de la persona, para sentirse bien. Obviamente eso es lo que se busca, sentirse bien" (Participante 1, Pazmiño, 2023). Además de lo anterior, en la entrevista 29 se expone: "Creo que los dos necesitan. Porque física, física tiene que ser apoyado por un profesional y psicólogo también a sí mismo, serían necesarios ambos para tener una buena salud" (Pazmiño, 2023). Estas respuestas reflejan la comprensión de que los problemas emocionales pueden afectar la salud física y viceversa, y que abordar ambos aspectos es fundamental para el bienestar general.

Otros participantes expresan que los problemas físicos tienen mayor prioridad debido a su naturaleza tangible y la posibilidad de recibir atención médica y tratamiento específico, además de sentir una autosuficiencia para dar solución a sus problemas: "Creo que a los problemas físicos. Porque creo que muchas de las veces lo que creemos, lo que vemos o lo que se nos presenta, eso es un problema, pero eso no es así" (Participante 4, Pazmiño, 2023). De igual modo, en la entrevista 21 se pone en manifiesto: "Físicos pienso yo, los emocionales me los quedo yo, yo misma me recupero. Los físicos porque es lo que los demás ven" (Pazmiño, 2023). Sugieren que

los problemas físicos pueden ser más urgentes y requieren una atención médica inmediata.

Por otra parte, algunos participantes consideran que los problemas emocionales son más importantes debido a su impacto en el bienestar mental y emocional, como se verifica en la siguiente aseveración: "Emocionalmente, ya que a veces la gente cuando se siente muy mal opta por quitarse la vida y es mejor que vayan a una ayuda psicológica" (Participante 30, Pazmiño, 2023).

Incluso, podemos apreciar que los participantes piensan que la ayuda psicológica es buena y beneficiosa. Algunos de los testimonios que respaldan esta afirmación son: "Si es buena, ayuda bastante" (Participante 1, Pazmiño, 2023), "Yo creo que es buena, pero como le digo siempre y cuando se necesite" (Participante 2, Pazmiño, 2023). De igual forma, se menciona: "La ayuda psicológica si es buena, sí" (Participante 3, Pazmiño, 2023).

Así pues, cabe mencionar que algunas personas consideraban la ayuda psicológica como buena porque puede proporcionar alivio, claridad y cambios positivos en la vida de las personas, por lo mismo debería ser implementada en todo lugar para mayor accesibilidad, lo cual se respalda con estas afirmaciones: "Me parece una manera muy buena, porque así puedes más desahogarte, también no, te sientes más tranquila" (Participante 20, Pazmiño, 2023). Asimismo, se respalda lo anterior con el siguiente enunciado: "Sí, me parece que sí debería haber en las instituciones, no solo en el hospital, sino en instituciones. En cualquier ámbito debería de haber lo psicológico" (Participante 17, Pazmiño, 2023).

Además, se enfatiza que la atención psicológica si es buena, pero que se debe dar importancia a la continuidad en la ayuda psicológica para que se pueda abordar efectivamente las diferentes necesidades de las personas: Por ejemplo, en la entrevista 11 se manifiesta: "Tiene que ser continua también" (Pazmiño, 2023).

A su vez, se puede apreciar la población considera que es necesario pedir ayuda psicológica para poder estar bien, especialmente es útil cuando se tiene problemas o se tiene una vida complicada para poder mejorar el bienestar emocional y resolver

problemas. Algunas citas que respaldan con el siguiente postulado: "Yo creo que es importantísimo, al menos en el medio que cada cual nos desenvolvemos, pues creo que es necesario en realidad solicitar una ayuda" (Participante 5, Pazmiño, 2023). Esta afirmación es respaldada por el Participante 3, quien expresó: "Sí, sí, sí se puede pedir. Porque diga usted, si yo estoy viviendo en una cosa, por decir, en mi hogar, en mi hogar mal, con mis hijos, mis nietos y yo me estoy sintiendo mal, entonces necesito de un psicólogo que me guíe que es lo que debo hacer, para estar bien" (Pazmiño, 2023). Asimismo, en la entrevista 26 se comentó: "Sí. Para que le ayude, le ayuden según el problema, le ayuden a salir adelante" (Pazmiño, 2023).

Cabe mencionar que hay personas que dicen que, si se debe pedir ayuda, pero que sería factible en caso de que sea accesible en el lugar donde viven para poder asistir como se puede apreciar en el siguiente planteamiento: "De pedir, bueno fuera, pero alguien que hubiera alguien por ahí, que hubiera algunos psicólogos, les digo que viniera para, como dicen el dicho, a veces dicen, podemos ir a la casa a dar una charla, pero no es verdad que solo dicen nomás, ¿qué van a venir? digo, fueran para que entiendan es bueno. Si alguna cosa me está afectando pues tengo que estar ahí, conversar con la misma familia tal vez con alguien que se me sepa hacer entender, de ahí para pagar es mucho" (Entrevista 13, Pazmiño, 2023).

Siendo así que, en cuanto a la valoración de la ayuda psicológica, algunos consideran que es buena y efectiva, debido a que puede ayudar a prevenir situaciones de riesgo, por lo cual es valorada con un nivel alto. Como lo expresó uno de los participantes: "Pues la ayuda psicológica lo valoraría en un grado muy alto ya que se podría evitar muchos problemas como son actualmente los suicidios de los jóvenes que no pueden conllevar algunos problemas de bullying. Entonces, si se trataría a tiempo, podría evitarse todos esos problemas" (Entrevista 18, Pazmiño, 2023).

Otros participantes destacaron la importancia que tiene la calidad del trabajo del psicólogo evaluando la utilidad y los resultados de la ayuda psicológica para poder valorarlo de manera positiva. Por ejemplo, en la entrevista 7 se mencionó: "Si está realizando un buen trabajo, se valoran bien" (Pazmiño, 2023). En la misma línea, en la entrevista 23 se expresó: "Depende a como me sentiría después de asistir" (Pazmiño, 2023).

En relación a quienes acceden al servicio psicólogo, existen distintas opiniones. Algunos participantes señalaron que cualquier persona, sin importar su origen étnico, puede acudir al psicólogo. Según lo expresado en la entrevista número 22: "Todos los que necesitamos, todos deberían ir, nadie específico porque todos somos humanos y tenemos problemas en nuestras casas y en nuestros hogares" (Pazmiño, 2023). Además, otras personas consideran que son aquellos que enfrentan desafíos en diferentes áreas de su vida, ya sea en el ámbito familiar (como maltrato intrafamiliar, abusos o falta de recursos), laboral o emocional, considerando que el apoyo profesional es importante en momentos de dificultad. Según se menciona en la entrevista número 1: "Las que, como le dije anteriormente, tienen problemas, dificultades y ya mismo no pueden salir por sí solas, no pueden con sus problemas" (Pazmiño, 2023).

En cambio, hay personas que dicen que aquellos que van al psicólogo son aquellos que tienen problemas relacionados con el consumo de alcohol o que son catalogados como "locos" o enfermos. Esta perspectiva se refleja en la entrevista 3 "Los borrachos nomas creo yo" (Pazmiño, 2023) y en la entrevista #6, donde se afirma: "Eso le digo a las personas que tienen problemas. Que todo en general, no creo que se vayan a un psicólogo, por alguna cosa que tenga un problema, que están enfermos" (Pazmiño, 2023).

Sin embargo, es importante señalar que hay personas que sostienen que acudir al psicólogo no se limita únicamente a aquellos considerados como "locos", si no también pueden solicitar ayuda frente a situaciones difíciles que hayan surgido a lo largo del desarrollo o en la actualidad, tales como la depresión. Según se destaca en la entrevista 17 "Creo que muchas personas, porque no todas, no solo van al psicólogo por, porque están locos o porque están algo, sino porque a veces entran en una depresión, a veces les pasó alguna infancia, a veces, por muchas razones que entran piden ayuda psicológica" (Pazmiño, 2023).

En este contexto, en relación a los problemas que aborda un psicólogo, la población reconoce que el psicólogo puede tratar problemas como: la depresión, ansiedad, angustia vértigo, un divorcio, la pérdida de un ser querido, de problemas familiares, como se evidencia en la entrevista 1: "La depresión, problemas emocionales,

por ejemplo, en una pareja, un divorcio, una separación, la pérdida de un ser querido. Son problemas que a uno le afectan y le golpean duro” (Pazmiño, 2023).

También, señalaron que los psicólogos pueden abordar problemáticas como la drogadicción, el alcoholismo, situaciones difíciles por las cuales atraviesa el ser humano como el seguir un camino perjudicial, casos de maltrato físicos o psicológico. En la entrevista 15 se destaca la siguiente opinión: "No sé cómo le dije, he de esos que le dije que están mal viven tal vez solo peleando o maltratados así, personas drogadas, o del alcohol de todas estas cosas" e incluso, hay quienes menciona que los psicólogos brinda atención a personas que presentan un trastorno mentales, como se especifica en la entrevista 8: "Sería como problema sexual y de cuando se dice que uno se está loco" (Pazmiño, 2023).

Asimismo, la población resalta que los psicólogos pueden brindar apoyo en situaciones de tipo sexuales como niños con traumas tras violaciones o problemas no resueltos tal como se indaga en la entrevista #17 "Creo que muchos. Creo que ayudan a los niños que han violado y no se recuperan psicológicamente, ayudan a drogadictos, ayudan a muchas personas" (Pazmiño, 2023).

Por último, es importante mencionar que algunas personas aseguran no tener conocimiento sobre la variedad de problemas que puede tratar un psicólogo, como se evidencia en la entrevista 11: "No, no. Ya le digo, no me ha pasado. Entonces, no puedo darle razón de eso" (Pazmiño, 2023).

4. Análisis de la información

A partir de los datos recopilados en las entrevistas realizadas a los 30 participantes, se ha realizado un proceso de análisis categorial, que es una técnica de análisis de contenido que se utiliza para examinar y organizar los datos recopilados en una investigación. Se basa en el análisis de datos textuales, descomponiendo el texto en unidades y agrupándolas en categorías con base en criterios de similitud o diferencias. Este enfoque se utiliza para identificar temas específicos en el contenido textual, centrándose en declaraciones directas y manifiestas. El proceso consta de tres etapas consecutivas y recursivas: preanálisis, codificación y categorización facilitando su comprensión y presentación (Cabrera, 2009). El cual se lleva a cabo a partir de los

objetivos planteados para identificar y comprender aquellos factores que influyen en la población adulta en relación a la búsqueda de atención psicológica. Para lograrlo, se han planteado preguntas orientadas a los distintos objetivos y la delimitación de categorías de investigación. A través de la organización y sistematización de la información, se busca brindar una perspectiva amplia y fundamentada sobre este tema de relevancia en el ámbito de la salud mental.

Análisis en función de los objetivos

Situación socioeconómica

La población entrevistada tiene un rango de edades que oscila a partir de los 20 a los 79 años, de los cuales podemos destacar que los adultos jóvenes se encuentran en un rango de 20 a 36 años, los adultos están en un rango de 38 a 53 años y los adultos mayores oscilan en un rango de 59 a 79 años respectivamente. La inclusión de estos diferentes grupos etarios permite considerar las perspectivas y experiencias de personas en distintas etapas de la vida. Esto enriquece la comprensión de la valoración y alcance de la ayuda psicológica, ya que los distintos grupos pueden tener necesidades, preocupaciones y expectativas particulares en relación a este tipo de apoyo.

La muestra se compone tanto por hombres como mujeres, que en el proceso de identificación se autoidentifican como mestiza e indígena, no obstante, para recabar información fue más accesible la población autoidentificada como mestiza que quienes se autoperceben como indígenas a pesar de tener mayor presencia en la zona, según datos del INEC (2010 citado por Leiva, 2018, p.41) se dice que “el 77,1% de la población se autoidentifica como indígena, el 21,9 como mestizo y el 1% se reparte entre blancos, montubios y afroecuatorianos”.

La muestra nos dice que la mayoría de la población ha culminado tanto la educación primaria como secundaria, mientras que hay una minoría sin instrucción, con una educación primaria y secundaria incompleta y, por otro lado, se ve una minoría equivalente a quienes tienen una formación académica superior. Lo cual puede influir en su nivel de conocimiento sobre las opciones de tratamiento con una mentalidad más abierta en cuanto a la salud mental, por ende, en la manera de conllevar una salud física y mental adecuada como lo menciona Williams (2023) el nivel de educación alto se ha

asociado con beneficios en la salud mental debido a factores como el mayor control sobre la vida y mayor seguridad, además de que tienen mayores oportunidades económicas dándoles más opciones para tener una mejor salud mental.

También, se revela una diversidad en el tamaño de las familias dentro de la muestra analizada. Se incluyen familias numerosas donde tienen 9, 7, 6, 4 hijos, lo cual implica una carga significativa en términos de crianza y apoyo económico, de tamaño mediano donde tienen 2 o 3 hijos, estas familias pueden lograr un equilibrio entre las necesidades individuales de los hijos y los recursos disponibles, pequeñas que constan de familias con 1 hijo, así como personas sin hijos, estas familias se caracterizan por ser más pequeñas en tamaño y pueden brindar una atención más enfocada al único hijo o a la satisfacción de sus propias necesidades. Esta caracterización evidencia diferentes niveles de responsabilidad parental y estructuras familiares, reflejando la variedad de situaciones familiares que existen dentro de la muestra analizada, su interrelación con los recursos económicos que pueden repercutir en la satisfacción de necesidades como educación, salud y cuidado, es decir que repercute en la crianza de los hijos.

Cabe mencionar que la muestra analizada presenta una diversidad de ocupaciones y de acuerdo a ello diferentes situaciones económicas entre los participantes. Se identifican diferentes roles laborales, como amas de casa, comerciantes, agricultores, tejedores, jubilados, estudiantes, ayudantes de mecánica, promotores de logística, desempleados, peluqueras, servicio técnico y trabajadores en construcciones, mostrándonos así la variedad de ocupaciones en una zona rural.

En cuanto a las situaciones económicas, se puede observar la mayoría de la población tienen un ingreso menor al sueldo básico, esto sucede en condiciones rurales porque en el Ecuador en la ruralidad hay mayor índice de pobreza, lo cual indica una situación económica inestable, baja o desfavorable, lo que conlleva la generación de dificultades para cubrir las necesidades del hogar al contar con recursos limitados, por ende no podrían costear otros servicios que sean necesarios fuera del hogar, mucho menos si tienes una carga familiar numerosa. También hay una minoría que recibe un sueldo básico, por lo cual tienen una economía regular, es decir que está dentro del promedio que les permite cubrir las necesidades básicas del hogar.

Por otro lado, hay quienes tienen un ingreso superior al sueldo básico, reflejando una situación más favorable y una economía estable. Estos individuos tienen una mayor capacidad para satisfacer sus necesidades económicas y disponer de recursos adicionales para invertir en su bienestar y desarrollo personal.

Es decir que hay disparidad en cuanto a la situación económica, influyendo en la dinámica familiar y en el acceso a los distintos servicios de manera significativa, así como lo menciona Rojas (2007) las personas pertenecientes a estratos socioeconómicos más bajos tienen una menor representación en la recepción de atención hospitalaria o profesional tanto para la salud física como para la salud mental.

Servicios de salud públicos

A continuación, se presentarán los servicios de salud tanto en el ámbito público como en el privado, con un enfoque en el Centro de Salud, Hospital, Seguro social y Clínicas privadas.

Centro de Salud

Los datos recopilados revelan limitaciones en el acceso a servicios de salud en la zona. En la zona el servicio de salud más cercano es el centro de salud, pero la atención que brindan no es la más favorable para los usuarios. En ciertos casos no siempre les atiende y cuando lo hacen experimentan demoras, mientras que en otros casos sí los atienden siempre, pero con horarios limitados que se dan entre semana y descartando las fechas festivas.

Además, las opiniones en cuanto al trato recibido en dicho establecimiento de salud son variadas. Por ello quienes han recibido un buen trato en el subcentro de salud, lo relacionan a la cercanía que tienen con los doctores y personal médico, tal cual se menciona en la entrevista #18 " La verdad me atiende bien, porque como la abuelita de mis hijos trabaja ahí, entonces no tengo dificultad, siempre me han atendido ahí" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, hay casos de personas que no han recibido una atención adecuada en el centro de salud. Quienes han expresado que los profesionales tienen actitudes groseras y a parte de eso se experimentan demoras en la atención. Además, señalan que

cuando finalmente los atiende, no lo hacen de manera adecuada, por ejemplo, se menciona que, aunque el centro de salud cuenta con algunos medicamentos, lo cual resulta beneficioso, se destaca la falta de personal y conocimientos técnicos o específicos en ciertas áreas, lo cual han generado dificultades para algunas personas en la atención recibida en el centro de salud. Como se afirma: "No, no, no. Algunas medicaciones si te dan las que son dadas por el gobierno, pero son las que, no sé, la verdad, sinceramente, no hay, pero lo que he escuchado que te recetan mal tampoco saben dar bien la medicación. Entonces es medio peligroso coger la medicación que ellos te dan" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023).

En relación a los servicios de psicología, en el subcentro de salud, se evidencia que no se brindan dicho servicio, a diferencia de otras especialidades como ginecología, odontología, medicina general y vacunación. Lo cual representa una limitación para quienes requieren y buscan atención en el ámbito de la salud mental.

Entonces al ser el único servicio de Salud cercano, pero no ser tan adecuado en cuanto a la atención brindada, en el caso de presentar algún tipo de enfermedad o emergencia, se menciona que buscan otras alternativas como el ir al hospital o clínica privada que se encuentran fuera de la Parroquia movilizándose a la ciudad de Otavalo porque la atención se da en cualquier horario, cuentan con los recursos necesarios y puede ser atendido de inmediato, como se plantea en la en la entrevista 6: "Asistimos al subcentro de salud, pero si pasa una emergencia me tocaría ir al hospital porque no atienden en la noche o en las madrugadas en el subcentro" (Pazmiño, 2023). Igualmente, en la en la entrevista 16 se expresa: "No. Sí, nos vamos, pero a veces nos atiende y otras veces no. Porque, como le digo, a veces no tienen medicamentos o no avanzan y dicen, vaya se ha otro lado, vaya se al doctor particular o lo que sea, entonces nos toca ir" (Pazmiño, 2023).

Hospital

En cuanto al servicio de salud secundario, se destaca que el hospital siempre brinda atención, especialmente en casos de emergencia porque tiene una disponibilidad horaria de 24 horas, por ello es considerado como una alternativa favorable para recibir atención médica en situaciones urgentes en caso de que no haya disponibilidad de acceder a la atención primaria.

Sin embargo, la atención en los hospitales puede ser ineficiente y lenta por la alta demanda de pacientes, generando demoras y dificultades en la calidad del servicio. Además, se mencionan experiencias no gratas con médicos y enfermeras, es decir que no siempre los encuentros con el personal de salud en los hospitales resultan positivos, tal como se evidencia en el siguiente comentario: "Bueno, en el hospital no tan bueno, porque como emergencias hay mucha gente, entonces espero que atiendan los que están más graves y después a la otra persona, entonces no es tan buena" (Entrevista 5, Pazmiño, 2023).

Además de lo mencionado anteriormente, se refleja una falta de disponibilidad en cuanto a recursos y servicios de salud en la zona, lo cual se evidencia en la escasez de medicamentos en los hospitales, lo que obliga a los pacientes a adquirirlos fuera de las instalaciones. También, se expresa inquietud por la escases de especialistas y la calidad de la atención recibida debido a la falta de profesionales capacitados y especializados en determinadas áreas de la salud, lo cual implica limitaciones en cuanto a la capacidad de brindar una atención de alta calidad a los pacientes. Generando descontento entre los usuarios de los servicios de salud. Tal cual se resalta en la entrevista 16: "[...] Eso ca no sí no tiene nada, toca todo, toca comprar afuera, igual ni aquí en subcentro no tiene nada, hospitales no tiene nada, todo toca comprar, no hay. Profesionales no, no creo, por eso no atiende breve. Toca esperar a la voluntad, porque aquí hay dos, de esos dos toca esperar cuando nos toque el turno a veces nos toca atrás de 10, 12, a la voluntad de ellos, atiende cuando terminan cada uno de sus pacientes, toca esperar, aquí sí no tienen más. Aquí sí no tienen unos especialistas para atender casos que se va de emergencia no tiene o no les da la gana de atender. Nos hace esperar" (Pazmiño, 2023).

En cambio, es importante mencionar que existen testimonios que contradicen esta percepción, algunas personas reportan haber tenido experiencias positivas al recibir atención en el hospital, mencionando que sí se encontraron con una disponibilidad adecuada de medicamentos y que los profesionales de la salud brindaron una atención satisfactoria.

En relación a la disponibilidad de psicólogos en el hospital, hay una diversidad de opiniones. Algunos testimonios afirman que en el hospital cuentan psicólogos

disponibles, siempre y cuando se realice el proceso para agendar una cita correspondiente, lo afirman, debido a que han tenido la experiencia de recibir atención psicológica en dicho establecimiento, lo cual indica que el servicio está disponible y accesible para quienes requieren de apoyo psicológico, como se afirma en la entrevista 19: "En el hospital si hay psicología, sí, sí cuentan con psicólogos, pero igual si usted agenda, le hacen la transferencia al psicólogo, si agenda a usted" (Pazmiño, 2023).

Pero, también hay quienes no están seguros o no han tenido una experiencia personal con psicólogos en el hospital. Esto puede dar una pauta para creer que la información sobre la disponibilidad de psicólogos en el hospital no es clara o que la atención psicológica puede no ser ampliamente difundida y por ende es poco conocida o utilizada por todos los pacientes.

Instituciones de Salud del Seguro social

Las personas que están afiliadas a un seguro social normal o campesino utilizan los servicios de atención médica que son ofrecidos por el seguro de salud pública en la ciudad de Ibarra. Los testimonios recopilados presentan variabilidad en cuanto a la atención brindada. Hay quienes han tenido una experiencia positiva y una atención oportuna, mientras que otras pueden enfrentar dificultades y demoras en el acceso a los servicios.

Por un lado, algunas personas afirman que cuando van a dicho servicio de salud siempre las atienden adecuadamente, lo que sugiere un nivel de satisfacción con la calidad y disponibilidad de los servicios. Sin embargo, también se menciona la necesidad de tener paciencia y saber esperar el turno otorgado en dicho sistema, lo que revela la presencia de posibles demoras o tiempos de espera prolongados para recibir atención médica, como se describe en las respuestas de la entrevista 13 "No atienden ese rato, tiene que coger el turno, a los cuatro meses, dos meses le sale el turno siendo de ir hacer atender en el seguro" (Pazmiño, 2023).

Cabe mencionar los horarios de atención son entresemana, lo que puede generar dificultades para aquellos que requieren atención médica en caso de una emergencia

fuera de esos horarios, lo cual implica que las personas busquen alternativas para poder dar solución a las afecciones que se presenten.

Además, se confirma que en el seguro de salud si se puede acceder a servicios de salud mental tanto con psicólogos como psiquiatras, lo cual garantiza una atención óptima, brindando un apoyo integral a los pacientes en relación a su bienestar emocional y mental, lo que se alude en la entrevista 1: "Pero, en el seguro si hay psicólogo y psiquiatra también" (Pazmiño, 2023).

Clínicas privadas:

Se ha evidenciado que las clínicas privadas son consideradas una buena opción para tratar afecciones en la salud porque brindan una atención de calidad a los pacientes sin limitaciones en cuanto a los horarios de atención. Lo cual implica que las personas que acuden a las clínicas privadas no tienden a enfrentar dificultades para acceder a servicios médicos como ocurre en los servicios de salud pública o en otros sistemas que brinden atención médica.

Además, cuentan con disponibilidad tanto de medicamentos como profesionales especializados en distintas áreas, permitiendo cubrir las demandas del paciente, es decir que las clínicas están equipadas con recursos suficientes para satisfacer las necesidades médicas de los pacientes, sugiriendo una experiencia positiva en términos de atención y tratamiento, así como se menciona en la entrevista 23: "Me atienden muy bien porque es un establecimiento privado, no accedemos al servicio público porque es malo" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se menciona que hay clínicas médicas particulares que cuentan con servicios de psicología, pero no todas disponen de este servicio. Lo cual implica que la disponibilidad de psicólogos en las clínicas privadas puede ser limitada y depende de la clínica específica a la que se acuda evidenciándolo en la entrevista 20: "Y ahí sí supongo que cuentan los psicólogos. Algunos no más. Casi la mayoría, no, no. Algunos no más. Porque casi la mayoría son afuera. Clínicas, si igual psicólogos aparte" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, además de buscar atención médica convencional, también recurren a curanderos como una alternativa para solventar una necesidad médica, esto se da debido a la falta de confiabilidad en los servicios y los profesionales médicos, por ejemplo, frente al acceso a estos servicios la gente afirma que: "Alguien se enferma me toca el hospital, las curanderas mejor o sino llevarle a particular" (Entrevista 27, Pazmiño, 2023).

Atención psicológica

La recurrencia de entrevistas donde la gente habló de los servicios psicológicos de manera aislada de los centros médicos convencionales públicos y privados me lleva a hablar de la atención psicológica como un elemento fundamental.

En relación a la accesibilidad a la atención psicológica, se pudo observar que hay diferentes opiniones, hay quienes destacan el acceder a la atención psicológica es fácil a través de los subcentros de salud, al ser referidos a hospitales, donde los médicos pueden referir a los pacientes a servicios de psicología, facilitando el acceso a una atención adecuada, como se expresa en la entrevista 4: "En el hospital sí, porque le refieren del subcentro, pero no se ha ofrecido a mi" (Pazmiño, 2023).

Además, se destaca la posibilidad de solicitar citas previas para recibir atención psicológica mediante el seguro médico. Esto implica el solicitar un turno con anticipación e ir puntualmente a las citas, garantizando el acceso a los servicios psicológicos necesarios y sin ningún tipo de inconveniente.

Contrariamente, se expresa que hay limitaciones como la pobreza, la falta de recursos humanos capacitados, la falta de formación adecuada, el temor a recibir atención inadecuada o demorada pueden actuar como una barrera para buscar ayuda psicológica.

Por ello para mejorar la accesibilidad, se plantea la necesidad de ampliar la presencia de psicólogos en áreas rurales y comunidades donde existe un desconocimiento sobre la salud mental. Se sugiere la realización de campañas de sensibilización y educación para informar sobre la importancia de la salud mental y promover la búsqueda de ayuda psicológica. Además, se resalta la importancia de una mayor coordinación entre los ministerios de Salud, Educación y otras entidades

relevantes. Esto busca garantizar una atención integral y coordinada en el ámbito de la salud mental, eliminando el estigma asociado a la búsqueda de atención psicológica. Se reconoce la necesidad de superar los prejuicios y estereotipos que limitan el acceso a estos servicios, evidenciando la existencia de obstáculos en cuanto a la accesibilidad a los servicios psicológicos, pero también resaltan la importancia de tomar medidas para superar estas barreras y garantizar un acceso equitativo a la atención psicológica para todos. Tal cual se evidencia en la entrevista 19: "[...] Sería, yo creo que sería desde los establecimientos educativos que tengan un poquito más de, pongan más atención en hacerles a los estudiantes una evaluación, ¿no? Y así transferirles al subcentro y del subcentro quizá ayuda a una ayuda profesional, o si no a la vez a veces sí tienen psicólogos, pero no hacen uso de eso. Tendrían que mejorar desde la cabeza del Ministerio de Salud, quizá haber más psicólogos profesionales, o quién sabe, de oportunidad a los que están estudiando, hay unos que estudian, ¿no? Inclusive he visto para que hagan sus prácticas, les den más oportunidades a los que están estudiando en la universidad. Podría ser de esa manera, o si no, si socializar a las personas me parecería, socializar a las personas, trabajar con los presidentes de las comunidades o trabajar con los presidentes de los barrios, y hacer, así como hacen esas campañas de vista para todos pueden hacer así y ayudar" (Pazmiño, 2023).

Por otra parte, al hablar del costo de asistir al psicólogo la mayor parte de las personas aluden que es un precio elevado, en general, la decisión de invertir en ayuda psicológica está influenciada por diversos factores, como la percepción de recibir ayuda psicológica, los recursos económicos disponibles y las opciones de acceso a servicios de salud mental. Cada individuo tiene su manera de concebir dichos factores, lo que influye la búsqueda o no ayuda psicológica y en su disposición a invertir en ella.

En primer lugar, se hace énfasis en la falta de recursos económicos como un obstáculo para acceder a estos servicios, además del desconocimiento del papel del psicólogo por lo cual no ven necesario el pagar por dicho servicio. Como se dice en la entrevista 26: "No. No, porque no tengo el dinero para eso. No estoy en el trabajo fijo no se puede pagar" (Pazmiño, 2023).

También se identifica un grupo de personas que están dispuestas a invertir en apoyo psicológico si consideran que es necesario para su bienestar mental. Reconocen

el valor de contar con la guía de un profesional y aprecian el impacto positivo que puede tener en sus vidas, pero que sería más factible que se instauren servicios de salud mental públicos debido a las limitaciones financieras.

Por tanto, en general se informa que la búsqueda de ayuda psicológica ha experimentado un aumento en la sociedad actual debido a la creciente conciencia sobre la importancia de la salud mental y la necesidad de abordar problemas emocionales para mejorar el bienestar general. Además, lo que ha contribuido a la demanda de servicios de psicología es el aumento evidente en los problemas emocionales y sociales, como la depresión, la ansiedad, el estrés, el bullying, delincuencia y la violencia. Sin embargo, a pesar de esta mayor demanda, existen limitaciones en el acceso a la ayuda psicológica debido a la escasez de especialistas y la falta de opciones gratuitas o accesibles. Es necesario abordar esta brecha para garantizar que aquellos que buscan ayuda puedan recibirla de manera adecuada y oportuna.

Tal cual lo menciona Redondo (2013) a pesar del creciente aumento de los problemas de salud mental en la población, se observa una falta de organización en las iniciativas que abordan esta problemática. No existe un programa integrado y sólido que tenga como base el primer nivel de atención en salud. Además, se evidencia un bajo interés y prioridad en la atención de la salud mental por parte de los servicios de salud, sumado a esto está la falta de recursos técnicos y financieros, lo cual limitan la capacidad para brindar una atención adecuada en dicho nivel de atención.

Percepciones que tiene la población sobre la búsqueda de atención psicológica

De acuerdo a los datos recopilados se reflejan diversas percepciones sobre el psicólogo y su rol. En general, ven al psicólogo como un profesional que brinda ayuda emocional y consejo en situaciones problemáticas, como la violencia física, sexual o psicológica, con el objetivo de promover el crecimiento personal y el bienestar. Se enfatiza su capacidad para ayudar a comprender, cambiar la mentalidad y el comportamiento de una persona, facilitando así su proceso de superación y progreso.

Por otro lado, también consideran al psicólogo como alguien con quien se puede tener conversaciones y charlas, para comprender y superar problemas personales o

emocionales. Esta perspectiva evidencia la importancia del apoyo emocional y del diálogo como una herramienta que permite brindar un apoyo adecuado al paciente.

Sin embargo, también se observa una falta de conocimiento o confusión en relación al papel del psicólogo en algunas respuestas. Algunas personas asocian al psicólogo con el tratamiento de las personas consideradas "locas" o que padecen enfermedades mentales, demostrando así una falta de comprensión sobre las áreas de tratamiento e intervención que puede brindar un psicólogo, como se menciona en la entrevista 3: "Que estoy loco, me mandan a donde la psicología, pero si no estoy loco" (Pazmiño, 2023). Siendo evidente la falta de conocimiento sobre el tema, lo que implica la necesidad de educar y difundir información precisa sobre la labor del psicólogo para superar estos estigmas y conceptos erróneos.

Los datos recopilados revelan distintas comprensiones referentes a la labor del psicólogo en cuanto a sus funciones y los alcances de la profesión. Por un lado, destacan el papel del psicólogo como un proveedor de apoyo emocional, capaz de ayudar a comprender y superar problemas, brindar consejos, motivar y orientar en situaciones complicadas. Estas respuestas reflejan la importancia del trabajo terapéutico y la capacidad que tiene el psicólogo para generar cambios en la mentalidad y el comportamiento de las personas, así como se muestra en el siguiente comentario: "Es una persona quien te brinda ayuda, quien te apoya y también te aconseja y te ayude a salir adelante" (Entrevista 20, Pazmiño, 2023).

Por otro lado, asocian el rol psicólogo principalmente con el tratamiento de enfermedades mentales o con el estudio del comportamiento y la mente del ser humano. Lo cual muestra una comprensión más amplia relacionada con los aspectos clínicos de la psicología. Pero, también se pudo evidenciar que hay un conocimiento superficial o incierto sobre la labor del psicólogo. Algunas personas admiten no tener conocimientos sobre el tema, lo que sugiere una falta de información o experiencia previa en el campo de la psicología, como se plantea en la entrevista 10: "No sé. Ay, sí, no sé. Es que no he entrado con ellos, hay si no podría decir. Me han contado que es un médico que le dirige a la persona, a la persona que le está fallando algo" (Pazmiño, 2023).

Algunas personas muestran confianza en su capacidad para manejar sus problemas por lo cual no asisten al psicólogo, es decir que no ven la necesidad de

recibir ayuda de terceras personas para solucionar las situaciones conflictivas por las cuales atraviesan como lo menciona CSME (2021) muchas personas cuando nos enfrentamos a dificultades emocionales, es común que tengamos la creencia de que podemos manejarlas por nuestra cuenta o que el simple transcurso del tiempo mitigará el malestar.

Además, consideran que la atención psicológica es solo para aquellos que están "locos" por lo cual no ven necesidad de asistir, por ejemplo, en la entrevista 21 se señala: "No porque no estoy loca, pero si necesitaría" (Pazmiño, 2023). Sin embargo, hay quienes sí han acudido al servicio psicológico por diversos motivos, como problemas familiares, necesidad de orientación, apoyo emocional, recomendación médica, dificultades académicas, pérdida de seres queridos y preocupaciones relacionadas con sus hijos. Lo que revela razones para buscar ayuda psicológica o no y la existencia de la demanda de este servicio en diferentes aspectos de la vida.

De manera correspondiente, la información recopilada revela una diversidad de opiniones en relación a la consideración de acudir al psicólogo que va desde problemas emocionales, problemas de la mente, situaciones difíciles de sobrellevar hasta adicciones, conductas conflictivas y problemas psicológicos graves, tal cual se señala en la entrevista 19: "La gente va al psicólogo. Muchas veces dice que necesitan ayuda, ¿no? Tienen un problema por depresión, por alcoholismo, por drogas" (Pazmiño, 2023). Así mismo hay quienes considerarían ir a un psicólogo en busca de orientación, evaluar su propia conducta y recibir apoyo emocional. Estas personas reconocen la importancia de contar con la ayuda de un profesional para abordar problemas emocionales y mentales.

También se menciona que no ven la necesidad de acudir a un psicólogo porque se sienten tranquilos o porque confían en buscar otras alternativas distintas para dar solución a sus problemas, como la religión o su círculo cercano como su familia o amigos. Estas personas pueden tener creencias arraigadas sobre cómo enfrentar sus dificultades y optan por otras alternativas en lugar de buscar ayuda profesional, como se evidencia en el siguiente relato: "Las personas que necesitan igual, así como les digo, los que no tienen a Dios y, o sea, tienen la esperanza de poder que le ayude la otra persona pues" (Entrevista 15, Pazmiño, 2023).

Luego de analizar los datos, se puede observar que hay diferentes opiniones referentes a quienes acuden al psicólogo. Principalmente se evidencia que consideran que acuden al psicólogo quienes presentan problemas emocionales, como el estrés, la depresión, la baja autoestima y otras situaciones difíciles de sobrellevar que afectan el bienestar emocional, buscando así en el psicólogo apoyo, orientación, charlas, consejos para enfrentar y superar estas dificultades, mejorando su salud mental en general dando importancia a la ayuda profesional. Además, otro grupo mencionado son aquellas personas que enfrentan situaciones difíciles en su vida, como problemas familiares, abusos, violencia o traumas, además, se destaca la presencia de personas que acuden al psicólogo debido a adicciones o comportamientos problemáticos, como el alcoholismo, la drogadicción o comportamientos delictivos, reconociendo a la terapia psicológica como una herramienta eficaz para lidiar con el impacto emocional de estas experiencias y encontrar maneras adecuadas para afrontarlas. Así se manifiesta en los siguientes planteamientos: "Las personas que necesitan ayuda, cuando tienen algún problema emocional de estrés, de depresión, primero al psicólogo para que le oriente y luego él le orientará si necesita o no ha ayuda del psiquiatra" (Entrevista 1, Pazmiño, 2023). Del mismo modo, se expresa: "La gente va al psicólogo. Muchas veces dice que necesitan ayuda, ¿no? Tienen un problema por depresión, por alcoholismo, por drogas" (Entrevista 19, Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se menciona un grupo de entrevistados que asocian la visita al psicólogo con personas que enfrentan problemas psicológicos graves o enfermedades mentales. Aunque esta percepción puede estar relacionada con una falta de información o estigmatización, es importante mencionar que las personas con problemas de salud mental también pueden beneficiarse de la terapia psicológica y encontrar apoyo en el psicólogo.

Basándome en los datos, se observa una variedad de motivos por los cuales las personas buscan ayuda psicológica. En primer lugar, reconocen al psicólogo como un profesional capaz de brindar apoyo emocional, orientación y consejos para superar problemas, considerándolo como un recurso valioso para abordar situaciones difíciles, como problemas familiares, laborales o personales como las adicciones, así como para

manejar problemas emocionales. Además, se destaca la importancia de contar con un espacio que sea seguro y confidencial para que la gente pueda expresarse y recibir apoyo emocional.

Asimismo, se aprecia que algunos entrevistados tienen una comprensión más limitada o estereotipada del papel del psicólogo. Asocian erróneamente la terapia psicológica con enfermedades mentales graves o consideran que solo es necesaria para personas con desequilibrio mental etiquetadas coloquialmente como “locos” porque así los psicólogos darán solución, seguimiento o se podrá prevenir problemas mentales. Lo cual se afirma en la entrevista 8: "Los que son la gente que ya estamos locos perdidos la mente" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se mencionan otros motivos para buscar ayuda psicológica, como el deseo de adquirir nuevas habilidades, aprender a sobresalir personalmente o recibir apoyo en situaciones específicas, es decir que consideran que la terapia psicológica puede ser beneficiosa para mejorar el bienestar general y prevenir posibles problemas emocionales en el futuro, pero mencionan que solo los buscan aquellos que no tienen otra alternativa como la fe en Dios, por ejemplo Teresa (2015) indican que las personas que tienen creencias y experiencias religiosas profundamente arraigadas encuentran en ellas un significado personal que les brinda una formación psicológica para enfrentar de manera coherente situaciones estresantes. Estas creencias les otorgan una motivación sólida impulsada por la fe, lo que guía sus acciones de manera significativa.

Luego de analizar las respuestas recopiladas, se puede observar una actitud generalizada de aceptación y apoyo hacia un amigo que decide acudir al psicólogo. La mayoría de los participantes reconocen que buscar ayuda profesional es una decisión positiva y valiente, especialmente cuando alguien está enfrentando problemas significativos en su vida. Se enfatiza la importancia de respetar la privacidad y autonomía de cada individuo, entendiendo que la elección de acudir al psicólogo es personal y no debe ser juzgada porque es necesario en su proceso de cambio y crecimiento personal.

No obstante, se menciona que algunas personas todavía tienen la idea de que ir al psicólogo está asociado con estar "enfermo" o "loco". Asimismo, de acuerdo a Rodríguez, Ferrín y Durán (2018) dice que algunos psicólogos entrevistados señalan la

existencia de una brecha en el ámbito de la salud mental, donde prevalecen modelos mentales que etiquetan a las personas que buscan ayuda profesional para problemas psicológicos como "locos".

Las opiniones sobre las personas que acuden al psicólogo reflejan varias perspectivas. Por ejemplo, critican y estigmatizan a quienes buscan ayuda psicológica, asociándolos con el padecimiento de problemas mentales graves o una supuesta "locura". Pero, es evidente que esa percepción puede estar basada en la falta de conocimiento o estereotipos, y no refleja la realidad de quienes buscan apoyo psicológico.

Por otro lado, existen personas que han escuchado comentarios positivos sobre la labor de los psicólogos y valoran su trabajo. Reconocen que los psicólogos pueden realizar evaluaciones, brindar consejos y apoyo. Estas opiniones destacan la importancia de contar con profesionales capacitados en salud mental para proporcionar el apoyo necesario a las personas que lo necesitan.

Algunas críticas también se relacionan con la preparación de los profesionales de la salud mental. Algunas personas consideran que los psicólogos deberían tener una formación más amplia y adaptada a las circunstancias y antecedentes de cada individuo, reconociendo la importancia de considerar la diversidad y singularidad de cada persona en su proceso terapéutico.

Así mismo, las opiniones sobre quiénes asisten con mayor frecuencia al psicólogo presentan distintas perspectivas. Algunos entrevistados sostienen que las mujeres buscan más ayuda psicológica, argumentando que son más abiertas a expresar sus emociones, comprensivas y dispuestas a abordar sus problemas emocionales. Se destaca que las mujeres suelen cargar con más cargas emocionales y buscan apoyo para hacer frente a diversas situaciones.

En contraste, algunas opiniones perciben que algunos hombres pueden ser más reacios a buscar ayuda debido a actitudes negativas o machistas, teniendo la idea de que pueden solos con sus problemas, minimizando o negando el atravesar por problemas emocionales, pero hay quienes dicen que si requieren porque están más expuestos a problemas específicos como el consumo de alcohol o drogas, así como lo menciona

Bacigalupe, Cabezas, Baza, y Martín (2020) dicen que la expresión de masculinidad rechaza la debilidad, dependencia emocional y la búsqueda de ayuda profesional, lo cual lleva a que los hombres enfrenten dificultades para expresarse y buscar apoyo frente al malestar psicológico, conlleva a menudo a que los hombres recurran a síntomas físicos o expresiones como la agresividad o el consumo de sustancias frente al malestar. Ocultando las tasas más bajas de depresión o ansiedad en los hombres, ya que tienden a disfrazar su malestar emocional mediante comportamientos distintos

No obstante, se reconoce que tanto hombres como mujeres pueden enfrentar desafíos emocionales y buscar ayuda psicológica según sus necesidades individuales, sin que el género sea un factor determinante.

Con relación a las creencias tenemos los siguientes datos:

En cuanto a las creencias en torno a la ayuda psicológica reflejan una diversidad de perspectivas. En primer lugar, sugieren que la ayuda psicológica está dirigida solo a ciertas personas, como aquellas que enfrentan dificultades, problemas emocionales o se encuentran en una situación desfavorable. Se menciona específicamente a individuos que sufren de depresión, problemas familiares o que están involucrados en comportamientos perjudiciales, como el alcoholismo, por ejemplo, en la entrevista 6 se explica: "Me imagino que para ciertas personas debe ser porque, porque las personas que sufren de alguna manera y yo creo que eso necesitamos más" (Pazmiño, 2023).

Por otro lado, se argumenta que la ayuda psicológica es necesaria para todas las personas, independientemente de si están pasando por dificultades o no. Se sostiene que todos pueden beneficiarse de la orientación y el consejo de un psicólogo para mejorar su bienestar emocional y encontrar un sentido de equilibrio en sus vidas.

Las respuestas recopiladas muestran que no existe un criterio unificado en cuanto a la forma de reaccionar frente a un problema que genera malestar emocional. Cada persona tiene una respuesta individual. Hay quienes optan por buscar consuelo y tranquilidad a través de la fe, orando a un ser divino como Dios. La fe desempeña un papel fundamental en su bienestar emocional, pero también suelen buscar apoyo social en su familia o amigos, compartiendo sus preocupaciones y recibiendo apoyo emocional.

Consideran que el acto de hablar y desahogarse alivia la carga emocional, y en muchos casos, prefieren esta opción por no poder costear la ayuda de un psicólogo, lo cual se puede afirmar mediante: " Yo lo único pedir a Dios que no me caiga en alguna cosa. Lo único eso. Si alguna cosa me está afectando pues tengo que estar ahí, conversar con la misma familia tal vez con alguien que se me sepa hacer entender, de ahí para pagar es mucho" (Participante 13, Pazmiño, 2023).

Además, se encontró que hay quienes expresan sus emociones llorando, permitiéndoles liberar tensiones y encontrar cierto alivio. Otros prefieren distraerse y encontrar tranquilidad realizando actividades placenteras como caminar al aire libre, descansar o disfrutar de la naturaleza, son actividades que les ayudan a despejar la mente y apartarse de los problemas emocionales. En contraste, algunas personas mencionaron que no han experimentado malestar emocional significativo, pero estarían dispuestas a buscar ayuda psicológica en caso de que lo necesitaran en el futuro.

En relación a la importancia de solucionar los problemas físicos frente a los problemas emocionales, se muestra distintas opiniones. Hay quienes enfatizan que ambas dimensiones son igualmente importantes y están interrelacionadas. Reconocen que tanto la salud física como mental son componentes fundamentales del bienestar general de una persona.

Por otra parte, otorgan mayor prioridad a los problemas físicos debido a su naturaleza tangible y la posibilidad de recibir atención médica y tratamiento específico. Consideran que sienten ser autosuficientes frente a la solución de problemas emocionales. No obstante, también hay quienes enfatizan la importancia de abordar los problemas emocionales. Desde esta perspectiva, se sostiene que estos problemas tienen un impacto en el bienestar general de una persona, lo cual implica correlación con la salud física y mental. Siendo crucial para el funcionamiento óptimo en diferentes áreas de la vida, como se evidencia en la siguiente aseveración: "Emocionalmente, ya que a veces la gente cuando se siente muy mal opta por quitarse la vida y es mejor que vayan a una ayuda psicológica" (Participante 30, Pazmiño, 2023).

Incluso, podemos apreciar que la mayoría de los participantes perciben positivamente la ayuda psicológica, reconociendo que es buena, forja beneficios y efectos

positivos en la vida de las personas. Destacan que puede brindar alivio, claridad y generar cambios significativos. Algunos sugieren que debería estar ampliamente disponible para asegurar su accesibilidad y continuidad, solventando las distintas necesidades o circunstancias de las personas de manera efectiva.

En cuanto a la valoración de la ayuda psicológica, la mayoría de los participantes coincide, dicen que es buena y efectiva. Algunos destacan su capacidad para prevenir situaciones de riesgo al igual que la calidad de la atención recibida de acuerdo a la satisfacción del individuo lo que contribuye a otorgarle un alto nivel de valoración.

A su vez, en cuanto a la necesidad de buscar ayuda psicológica se expresa su necesidad para alcanzar un bienestar óptimo, especialmente en situaciones difíciles de sobrellevar o cuando se enfrentan a problemas en sus vidas. Consideran que la ayuda psicológica es útil y beneficiosa para abordar dificultades emocionales y encontrar soluciones, por lo cual debería ser accesible cerca del lugar donde se reside para poder aprovecharla.

La percepción sobre quiénes asisten al psicólogo varía entre los participantes. Algunos consideran que cualquier persona, independientemente de su identidad étnica, puede acceder al servicio de psicología, ya que todos enfrentamos diversos problemas en la vida. Sin embargo, existen opiniones que asocian la asistencia al psicólogo con ciertos estereotipos, como la idea de que solo acuden personas "locas" o enfermas. Tal cual lo menciona Rodríguez, Ferrín y Durán (2018) dice que algunos psicólogos entrevistados señalan la existencia de una brecha en el ámbito de la salud mental, donde prevalecen modelos mentales que etiquetan a las personas que buscan ayuda profesional para problemas psicológicos como "locos".

Así como aquellos con problemas relacionados con el consumo de alcohol. Además, mencionan que también van personas que experimentan depresión, desamor, intensidad emocional e incluso jóvenes que enfrentan dificultades como el acoso escolar. Estas opiniones reflejan la diversidad de percepciones sobre quiénes buscan ayuda psicológica y los motivos que los llevan a hacerlo.

En cuanto a los problemas tratados por los psicólogos, se evidencia una amplia diversidad de situaciones mencionadas por los participantes. Algunas personas reconocen que los psicólogos pueden abordar problemas como la depresión, ansiedad, angustia, vértigo, divorcio, pérdida de seres queridos y dificultades familiares. Además, se mencionan problemas relacionados con adicciones, como drogadicción y alcoholismo, así como situaciones en las que las personas se encuentran en un mal camino o son víctimas de maltrato físico o psicológico.

También se destaca el papel del psicólogo en brindar apoyo en problemas de índole sexual, como niños que han sufrido traumas por abuso sexual o situaciones no resueltas en esta área. Sin embargo, se evidencia que aún hay quienes tienen desconocimiento sobre los problemas que pueden ser tratados por un psicólogo. Estas respuestas reflejan la amplitud de áreas en las que los psicólogos pueden intervenir y la importancia de su papel en la atención de diversos problemas emocionales y de salud mental.

SEGUNDA PARTE: Refiere los siguientes aspectos a ser tomados en cuenta ya sea para prácticas de intervención o de investigación:

5. Justificación

La atención psicológica en nuestro país ha ido teniendo un progresivo reconocimiento como una dimensión importante dentro de la Salud de la Población, aunque todavía persisten dificultades porque el estado central no considera a la salud mental como prioritaria en su totalidad, limitando el acceso de ciertos grupos poblacionales a estos servicios. Como señala el MSP (2021) el país no cuenta con una política ni un marco legal específico referente a la salud mental, como ocurre en otros países de la región, generando así ausencia de un modelo de atención y gestión, que facilite normas y protocolos nacionales para la atención integral de la salud mental de la población.

Así la búsqueda de atención psicológica se encuentra determinada por una multiplicidad de factores, por lo cual es fundamental que se puedan modificar estas dinámicas de funcionamiento a nivel de salud, por ejemplo, hay un limitado acceso a servicios y profesionales de salud mental: El porcentaje de accesibilidad a los servicios

de salud mental, según la OMS (2010) está ubicada en el 20%, muy por debajo en relación a otros servicios (OMS, 2021).

Además, dentro de la revisión bibliográfica se puede evidenciar que en las zonas rurales de Brasil se ha realizado uno de los pocos estudios con respecto a la atención psicológica, la cual en dichas zonas no es considerada como una necesidad fundamental a cubrir, ya que, hay determinantes de salud muy marcados, manteniendo inequidades sociales que han moldeado la vida en el campo, donde los problemas psicosociales de estos grupos no suelen abordarse por los sistemas nacionales de salud, por ello para muchas personas solucionar o salir de ciertos problemas es muy complicado cuando carecen de habilidades y competencias necesarias de afrontamiento, además de que están aislados de los servicios de salud necesarios, afectando significativamente en distintos ámbitos de la vida. En dichas zonas rurales hay condiciones decisivas en el proceso salud-enfermedad y que se deben considerar en la producción de la atención (Costa y Dimenstein, 2017).

Por lo tanto, se demuestra que las investigaciones realizadas sobre la búsqueda de atención psicológica son escasas y más aún aquellas que se relacionan con los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica dentro de las zonas rurales.

Finalmente, es fundamental mencionar que los resultados que se obtendrán con nuestra investigación adquirirán gran relevancia, puesto que nos permitirán conocer aquellos factores que influyen o no en la búsqueda de atención psicológica en una zona rural. Por lo tanto, podemos afirmar que su contribución estará dirigida a generar mejores condiciones dentro del ámbito rural en cuanto a la salud mental y la instauración de políticas públicas que permitan dar lugar a una vida de completo bienestar.

6. Caracterización de los beneficiarios

La parroquia San José de Quichinche, se ubica en el cantón Otavalo, en la provincia de Imbabura. Además, “la población de acuerdo al último censo del año 2010 es de 8476 habitantes y representa el 8,08% de la población total del cantón de Otavalo.

La parroquia tiene 25 comunidades y una cabecera parroquial que tiene 6 barrios” (GAD, 2015).

La muestra para el proyecto de investigación es no probabilística o dirigida, la cual es fundamental cuando no se requiere una “representatividad” de elementos de una población, sino una cuidadosa y controlada elección de casos de interés para el investigador y que son representativos para la recolección y análisis de datos (Hernández, Collado y Baptista, 2010).

El tipo de muestreo será por punto de saturación, por lo cual la amplitud de la muestra alcanza el tamaño mínimo requerido para el estudio, como menciona Mejía (2008) en este tipo de muestra se debe tener en cuenta que una menor cantidad de individuos a evaluar nos darían una visión incompleta de información, mientras que una mayor cantidad nos permitida obtener datos con repetibilidad logrando el proceso de saturación con éxito.

El rango de edades de los sujetos de estudio va a partir de los 18 años, este muestreo está compuesto tanto por hombre como mujeres tanto indígenas como mestizas sin instrucción en algunos casos y otros con niveles académicos de educación primaria, secundaria y superior, de los cuales habrá adultos jóvenes, adultos, padres de familia y adultos mayores, quienes serán los beneficiarios directos de la investigación. El nivel socioeconómico de la población va desde nivel socioeconómico bajo, medio, medio bajo y medio alto.

Al ser una población amplia a investigar, el muestreo no probabilístico por punto de saturación, nos permite alcanzar el mínimo de individuos requeridos para poder obtener información significativa. Por tanto, tendremos una muestra general compuesta por 30 personas adultas de una zona rural de la Parroquia San José de Quichinche del Cantón Otavalo.

7. Interpretación

A partir de este análisis puedo decir que los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica son:

El perfil socioeconómico. Este, al parecer abarca varios factores determinantes en cuanto a la accesibilidad a servicios psicológicos, como, por ejemplo:

1. **Edad:** los diferentes grupos etarios entrevistados presentan necesidades, preocupaciones y percepciones distintas frente a la atención psicológica. Los adultos jóvenes, adultos y adultos mayores enfrentan desafíos específicos en su vida que los llevan a buscar apoyo psicológico o no, por ejemplo, los adultos que tienen su familia reconocen que su bienestar emocional influye en su capacidad para desempeñarse de manera efectiva en sus roles familiares y cumplir con sus responsabilidades, mientras que algunos adultos jóvenes dicen no necesitar de ayuda psicológica frente a sus problemas.
2. **Nivel de educación:** el nivel de educación influye en la disposición y el conocimiento sobre las opciones de tratamiento psicológico. Aquellas personas con una educación más alta están más informadas sobre la importancia de la salud mental y tienen una mentalidad más abierta hacia la búsqueda de ayuda psicológica frente a los distintos problemas que atraviesan, mientras que quienes tienen menor nivel de educación tienen una idea errónea sobre la ayuda psicológica debido a que no conocen del tema, por lo cual para dar solución a sus problemas buscan otras alternativas como hablar con la familia, amigos, tener fe o desahogarse con recursos propios.
3. **Identidad étnica:** la autoidentificación étnica tiene un impacto en la búsqueda de atención psicológica. En el caso mencionado, la población mestiza tiene más accesibilidad y familiaridad sobre los servicios de ayuda psicológica, teniendo una idea diferente respecto a la salud mental en comparación con la población indígena. Ya que la población indígena tiene más arraigada su ideología referente a la manera de solucionar sus afecciones en la salud ya sea físicos o psicológicos, ya que la cultura kichwa tiene otros saberes, creencias ancestrales y formas de dar solución a los distintos problemas, teniendo un sesgo o desconocimiento sobre la atención psicológica, además de no tener un criterio propio, ya que muchos solo se basan en lo que han escuchado de personas allegadas que han tenido que acceder a dicho servicio.

4. **Responsabilidades familiares:** la estructura y el tamaño de las familias de esta zona repercute en la búsqueda de atención psicológica. Al parecer pasa esto porque de acuerdo a los datos aquellas personas con responsabilidades familiares significativas, especialmente en familias numerosas, tienen dificultades para priorizar su propia salud mental y buscar apoyo profesional, ya que no les alcanza ni para cubrir sus necesidades básicas, mientras que las personas que no cuentan con familias numerosas pueden ajustarse un poco en cuanto a sus necesidades básicas y costear ayuda psicológica en caso de ser necesario.

5. **Situación económica:** en esta zona la situación económica es un factor determinante en la búsqueda de atención psicológica. Aquellas personas con ingresos limitados priorizan la satisfacción de necesidades básicas como alimentación, vivienda y educación llevando a que los gastos en salud mental sean relegados o pospuestos, especialmente cuando no se percibe una urgencia inmediata en la atención psicológica.

Los servicios de salud conllevan factores que influyen en la búsqueda o no de atención psicológica en la zona como, por ejemplo:

1. **Acceso limitado a servicios de salud mental:** en la zona la falta de acceso o acceso limitado a servicios de salud mental se da debido a, la falta de centros de servicios de salud cercanos y a que la demanda de atención supera los servicios disponibles, lo cual dificulta la búsqueda y acceso a la atención psicológica. Por lo cual debido a que los servicios no están disponibles o son difíciles de obtener, las personas no tienen conocimiento sobre dichos servicios y mucho menos ven la necesidad o la opción de acceder a ellos.

2. **Disponibilidad horaria y de profesionales de la salud mental:** se evidencio que hay una falta de disponibilidad horaria y de profesionales de atención en los centros médicos lo cual es una barrera para buscar atención psicológica, ya que no pueden acceder a este servicio en caso de emergencia e incluso en caso de recibir atención no es continua y los turnos otorgados pueden demorarse horas o días dependiendo de la disponibilidad.

3. **Costo de los servicios:** puedo afirmar que el costo de los servicios de salud mental es un factor determinante para muchas personas de la zona rural, ya que para acceder a servicios psicológicos de manera privada resulta costoso y no todos están cubiertos por el seguro de salud, por lo cual la mayoría de las personas se ven impedidas de buscar atención psicológica debido a limitaciones financieras.
4. **Calidad y confiabilidad de los servicios:** se puede poner de manifiesto que la percepción de la calidad y confiabilidad de los servicios de salud mental puede influir en la búsqueda de atención. Ya que muchas de las personas tienen dudas sobre la efectividad de los tratamientos o han escuchado experiencias negativas sobre determinados servicios, por lo cual son más reacias en buscar ayuda.
5. **Calidad de la atención recibida:** se puede señalar que, de acuerdo a experiencias previas de las personas con profesionales de la salud mental, ya sean positivas o negativas, influyen en su disposición para buscar atención psicológica en el futuro. Si han tenido experiencias positivas, es más probable que busquen ayuda nuevamente.
6. **Familiarización sobre la importancia de la salud mental:** el nivel de conocimiento y conciencia sobre la importancia de la salud mental y los servicios disponibles incide en la búsqueda de atención psicológica. Aquellas personas que están informadas sobre los beneficios de la ayuda psicológica y conocen los recursos disponibles son más propensos a buscar ayuda cuando la necesitan y no ponen barreras para acceder a dicho servicio.

Las percepciones que tiene la población repercuten en la búsqueda de atención psicológica, tales como:

1. Se han evidenciado creencias planteados por parte de la población que influyen en que se busque o no ayuda profesional frente a los distintos problemas emocionales, ya que pueden llevar a las personas a postergar la búsqueda de atención psicológica, lo que puede prolongar su sufrimiento y dificultar la recuperación, puede llevar a que los síntomas de los trastornos emocionales empeoren y se vuelvan más difíciles de manejar:

- a) Creen que solo asisten atención psicológica quienes tienen problemas graves o trastornos mentales.
 - b) Creen que deben ir al psicólogo quienes tienen problemas con el abuso de sustancias como las drogas y conductas problemáticas como la violencia.
 - c) Creen que la ayuda psicológica es para quienes sufren de bullying o baja autoestima.
 - d) Creen que van al psicólogo quienes tienen problemas emocionales tales como la depresión.
 - e) Creen que solo van al psicólogo aquellas personas que han sido víctimas de violación.
 - f) Creen que pueden sobrellevar por si solos los problemas emocionales.
 - g) Creen que los problemas emocionales se pueden resolver dentro de la familia.
 - h) Creen que el psicólogo atiende borrachos.
 - i) Creen que no requieren ayuda profesional porque tienen una alternativa de apoyo en la religión.
2. Es evidente que los estereotipos son un factor influyen en la búsqueda de ayuda externa, ya que hay estereotipos arraigados que impiden la búsqueda de ayuda externa, los estereotipos negativos sobre la búsqueda de atención psicológica llevan a que las personas internalicen la estigmatización y desarrollen un autoestigma, lo que dificulta su disposición a buscar ayuda, aquí se muestran estereotipos identificados dentro de la zona:
- a) Estereotipo de género que considera que la búsqueda de ayuda profesional es signo de debilidad.
 - b) Estereotipo de que las personas "locas" o "desequilibradas mentalmente" requieren de ayuda psicológica.
 - c) Estereotipo de que los borrachos requieren atención psicológica.
 - d) Estereotipo de que solo las mujeres necesitan apoyo psicológico, mientras que los hombres deben ser fuertes y reprimir sus emociones.

8. Principales logros del aprendizaje

Mi proyecto de investigación sobre los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica me dio la oportunidad de poner en práctica los conocimientos teóricos adquiridos durante mi formación académica. A través de la recopilación y análisis de datos, porque me permitió aplicar métodos de investigación rigurosos y utilizar herramientas adecuadas para obtener resultados confiables. Esta experiencia me permitió fortalecer mis habilidades en la implementación de un proceso de investigación estructurado, desde la formulación de preguntas de investigación hasta la interpretación de los hallazgos.

Además, durante mi investigación, pude desmitificar algunas concepciones erróneas relacionadas con la búsqueda de atención psicológica. Al profundizar en los factores que influyen en esta decisión, pude evidenciar la influencia de estigmas, barreras socioeconómicas, limitado acceso a los servicios de salud y falta de conciencia sobre la importancia de la salud mental, siendo evidente de que se requiere de políticas públicas, mayor conciencia y educación en torno a la salud mental.

9. Conclusiones y recomendaciones

9.1. Conclusiones:

Podemos establecer entonces que con relación al objetivo general el acceso a servicios psicológicos sigue siendo un desafío para muchas personas debido a una variedad de factores en esta población son los socioeconómicos, que incluye factores como: la edad, el nivel de educación, las responsabilidades familiares, la etnia, los recursos económicos, también factores relacionados con los servicios de salud tales como: el acceso limitado a servicios de salud mental, la disponibilidad horaria y la escasez de profesionales de la salud mental, el costo de los servicios, la calidad y confiabilidad de los mismos, así como la calidad de la atención recibida.

De acuerdo a los datos corroborados podemos afirmar que hay percepciones erróneas sobre el papel del psicólogo y los estereotipos de género, los cuales contribuyen a dificultar el acceso a la ayuda psicológica. Estas creencias y estereotipos, como la idea de que solo las personas que han sido víctimas de violación, bullying o violencia, las personas con depresión, los borrachos o drogadictos, y aquellos

considerados como “locos” que tienen problemas graves o trastornos mentales necesitan la ayuda de un psicólogo, limitan aún más la disposición de las personas a buscar atención psicológica.

En base a la evidencia presentada, la falta de acceso a los servicios de salud mental es especialmente desafiante en las zonas rurales. La ausencia de centros de salud mental cercanos, la escasez de profesionales capacitados y los altos costos de los tratamientos dificultan la búsqueda y obtención de atención psicológica en estas áreas.

A partir de los datos podemos decir que perfil socioeconómico de las personas tiene un impacto significativo en su acceso y búsqueda de servicios psicológicos. Factores como la edad, el nivel de educación, la identidad étnica, las responsabilidades familiares y la situación económica influyen en la disposición y la percepción de las personas hacia la atención psicológica.

En base a los hallazgos existe una disparidad en la accesibilidad a los servicios psicológicos entre diferentes grupos socioeconómicos. Aquellos con más dinero, mejor educación y más información sobre salud mental tienen más probabilidades de buscar y recibir ayuda profesional. Por otro lado, quienes tienen menos recursos económicos o desconocen los servicios disponibles, pueden tener dificultades para priorizar su salud mental debido a otras preocupaciones o por creer que no lo necesitan.

Teniendo en cuenta lo anterior podemos concluir que el acceso a los servicios de salud mental es un desafío significativo en la zona rural. La falta de centros de salud mental cercanos, la atención inadecuada o déspota y la escasez de profesionales disponibles dificultan la búsqueda y obtención de atención psicológica. Esto se debe a la falta de recursos, políticas públicas y la sobredemanda de servicios en comparación con la oferta existente.

En base a los argumentos expuestos, el costo de los servicios de salud mental es una barrera importante para muchas personas en la zona rural. Los altos costos de los tratamientos psicológicos y la falta de cobertura por parte de los seguros de salud dificultan el acceso a la atención psicológica, especialmente para aquellos con recursos

limitados. Esto puede resultar en la postergación o la falta de búsqueda de ayuda debido a limitaciones financieras.

Podemos concluir en relación al tercer objetivo que las creencias arraigadas en la sociedad pueden llevar a la postergación de la búsqueda de ayuda psicológica. Por ejemplo, la creencia de que solo las personas con problemas graves o trastornos mentales necesitan atención psicológica puede impedir que otros individuos que podrían beneficiarse de estos servicios busquen ayuda a tiempo.

Para concluir podemos afirmar que los estereotipos negativos en torno a la búsqueda de ayuda psicológica pueden generar barreras significativas. Estos estereotipos pueden incluir la idea de que buscar ayuda es una señal de debilidad, por ende, solo deben asistir las mujeres o que solo las personas "desequilibradas" o con problemas graves necesitan atención psicológica. Estos estereotipos contribuyen a la estigmatización de la salud mental y pueden dificultar que las personas busquen el apoyo que necesitan.

13.2 Recomendaciones

Se recomienda ampliar los estudios sobre los factores que influyen en la búsqueda de atención psicológica, con el objetivo de comprender mejor las barreras y determinantes que enfrentan las personas al buscar ayuda mental. Esto permitirá mejorar los servicios y la accesibilidad a la atención psicológica, promoviendo un mayor bienestar emocional y mental.

Se recomienda ampliar el estudio a zonas rurales y urbanas, lo cual permitirá evidenciar las diferencias en la búsqueda de atención psicológica. Considerar factores como disponibilidad de servicios, barreras geográficas y aspectos socioeconómicos y culturales, cruciales para abordar estas disparidades.

Es recomendable enfocar los esfuerzos en generar insumos y políticas públicas específicas para las zonas rurales, con el objetivo de mejorar el acceso a la atención psicológica en estas áreas. Esto implica abordar los factores que han dificultado la búsqueda de este servicio en dichas zonas, con el fin de promover una mayor calidad de vida y bienestar mental para la población rural.

Referencias

- Bacigalupe, A., Cabezas, A., Baza, M., & Martín, U. (2020). El género como determinante de la salud mental y su medicalización. Informe SESPAS 2020. *ScienceDirect*, 34(1), 61-67. Obtenido de ScienceDirect: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0213911120301813#bibl0005>
- Borjas, V., Colina, M., Brunela, G., & Morales, Y. (Octubre de 2014). Investigación. Venezuela: Fondo Editorial UNERMB. Obtenido de <https://ingvb.files.wordpress.com/2015/03/trabajo-investigacic3b3n-comunitaria.pdf>
- Cabrera, I. (2009). El análisis de contenido en la investigación educativa: Propuesta de fases y Procedimientos para la etapa de evaluación de la información. *Revista Pedagogía Universitaria*, 14(3), 71-93. Obtenido de <https://cmapspublic3.ihmc.us/rid=1TFDCLVCH-V5X10D-1HZ3/Cabrera%20El%20an%C3%A1lisis%20de%20contenido%20en%20la%20investigaci%C3%B3n%20educativa-%20propuesta%20de%20fases%20y%20procedimientos%20para%20la%20etapa%20de%20evaluaci%C3%B3n%20de%20la%20informaci>
- Canvis Centro Psicológico. (12 de Mayo de 2022). *Ir al psicólogo: ¿Un tema tabú?* Obtenido de <https://www.canvis.es/es/ir-al-psicologo-un-tema-tabu/>
- Confederación SALUD MENTAL ESPAÑA. (2021). Salud mental. *Revista Encuentro*(2), 1-16. Obtenido de <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Revista-encuentro-n2-2021.pdf>
- Del Valle, G. (2015). Búsqueda de ayuda profesional en personas con trastornos mentales: una decisión compleja. Valencia. Obtenido de <https://core.ac.uk/download/pdf/71041269.pdf>
- Delgado, E., Fábregas, F., & Guillén, A. (2021). Salud mental y pobreza, una curva peligrosa. (O. e. Área de Comunicación, Ed.) *Revista Encuentro*, 1-16. Obtenido de <https://www.consaludmental.org/publicaciones/Revista-encuentro-n2-2021.pdf>

- GAD (2015). Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial de la Parroquia San José de Quichinche. Recuperado de:
https://app.sni.gob.ec/snmlink/sni/PORTAL_SNI/data_sigad_plus/sigadplusdocumentofinal/1060019280001_PDOT%20SAN%20JOSE%20DE%20QUICHINCHE_27-10-2015_17-58-43.pdf
- Guerrero López Benjamín. (03 de Julio de 2021). *unam.mx*. Obtenido de unam.mx:
https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2021_559.html#:~:text=En%20el%20caso%20de%20los,ver%20con%20fortaleza%20y%20debilidad.
- Hernández Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. México: McGRAW-HILL / INTERAMERICANA EDITORES, S.A. DE C.V. Recuperado de: <https://www.icmujeres.gob.mx/wp-content/uploads/2020/05/Sampieri.Met.Inv.pdf>
- Leiva, T. (2018). Identidad y trabajo agropecuario: una mirada hacia los que vuelven. (*Tesis de maestría*). Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales, Quito, Ecuador. Obtenido de
<https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/15242/8/TFLACSO-2018TILG.pdf>
- Luciana, R. (2014). ¿Por qué hablar de género y salud mental? *Salud Ment*, 37(4), 275-281. Obtenido de
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252014000400001#:~:text=De%20este%20modo%2C%20en%20general,los%20aqueja%20alg%C3%BAAn%20malestar%20emocional.
- Monje, A. (2011). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa*. Colombia: Editorial USCO. Obtenido de
<https://www.uv.mx/rmipe/files/2017/02/Guia-didactica-metodologia-de-la-investigacion.pdf>
- Montero, I., Aparicio, D., Gómez, M., Moreno, B., Reneses, B., Usali, J., & L., J. (2004). Género y salud mental en un mundo cambiante. España. Obtenido de
<https://scielo.isciii.es/pdf/gsv/v18s1/05saludmental.pdf>

- Redondo, D. (2013). Rol del profesional de psicología en atención . *Rev. electrónica de estudiantes Esc. de psicología*, 8(1), 61-80. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4942674.pdf>
- Rojas, A. (2007). *Probreza y Estrategias de afrontamiento*. (E. Ibero, Ed.) México. Obtenido de <http://www.bib.uia.mx/tesis/pdf/014899/014899.pdf>
- Salinas, N., Baeza, M., Escobar, B., & Coloma, J. y. (Junio de 2018). Predictores culturales y psicológicos de la búsqueda de ayuda psicológica en estudiantes universitarios. *Scielo*, 28(1), 79-101. doi:<http://dx.doi.org/10.7770/0719-2789.2018.cuhso.01.a03>
- Salinas, N., Baeza, N., Escobar, M., Coloma, B., Javiera, & Carreño, M. (Junio de 2018). Predictores culturales y psicológicos de la búsqueda de ayuda psicológica en estudiantes universitarios. *Cultura-hombre-sociedad*, 28(1), 79-101. Obtenido de <https://dx.doi.org/10.7770/0719-2789.2018.cuhso.01.a03>
- Teresa, G. (2015). Psicología, salud y religión. *Psicologia para América Latina*(4), 0-0. Obtenido de http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-350X2005000200006&lng=pt&tlng=es.
- Williams, Dra. Nicola. (2023, 06 de abril). ¿Cómo afecta la educación a la salud mental?. Noticias-Médica. Recuperado el 04 de julio de 2023 de <https://www.news-medical.net/health/How-does-Education-Affect-Mental-Health.aspx>.