

Dossier

Medicina basada en la AFECTIVIDAD

Ecología Emocional aplicada al Ecosistema Salud



Salud

*Salud: Forma de vida autónoma, solidaria y dichosa.
Doctor Jordi Gol*

Hace tiempo que somos conscientes de que somos organismos holísticos integrados por dimensiones diferentes: física, psíquica, emocional, social y espiritual que funcionan como un todo. Así, quien padece una enfermedad física **puede estar humanamente sano y no convertir toda su vida en enfermedad**, mientras que alguien aparentemente sano puede estar enfermo si depende emocionalmente de otras personas, vive egoístamente o no es capaz de gozar de su vida. La salud ha pasado de ser definida como "ausencia de enfermedad" a ser **"un estado de equilibrio entre las diferentes dimensiones que componen nuestro Todo."** Ahora bien, hay un paso más que pensamos que es importante incorporar: **Autonomía, solidaridad y gozo...** una mirada diferente al mundo de la salud y de la enfermedad. Esta definición del doctor Jordi Gol encaja perfectamente con la mirada de la Ecología Emocional y debería ser nuestro gran objetivo social en el nuevo milenio. Incorporar esta tríada en la definición de salud marca un punto de diferencia.

Salud Emocional: Psicoafectividad

*"La salud es principalmente una medida de la capacidad de cada persona de hacer o convertirse en lo que quiere ser"
René Dubos*

La salud, según la Organización Mundial de la Salud, **"es el estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de infecciones o enfermedades"**. Si extendemos esta definición a nuestra **Salud Emocional** desde el marco de la Ecología Emocional, podríamos decir que **es el estado de completo bienestar emocional**, manteniendo el eje de coherencia **Pensamiento - Emoción - Acción** (PEA) en equilibrio y ocupándose de uno mismo, de los demás y del mundo, y **no solo la ausencia de desequilibrio, crisis o basuras emocionales**.



Ecosistema Salud

*"Ser capaz de prestarse atención a uno mismo es requisito previo para tener la capacidad de prestar atención a los demás; sentirse a gusto con uno mismo es la condición necesaria para relacionarse con otros"
Erich Fromm.*

Los profesionales de la salud se ven constantemente expuestos a situaciones de crisis que les exigen la constante adaptación y puesta en práctica de sus recursos: intelectuales, psicológicos, y de manera especial, **emocionales**. En el caso de que no consigan aplicar las estrategias necesarias para adaptarse positivamente a dichas situaciones, pueden llegar a desequilibrarse emocionalmente y como consecuencia, ser incapaces de realizar una de sus más importantes funciones: **acompañar y cuidar al enfermo y su familia en su viaje emocional**.

Las **emociones** son esenciales para el ejercicio de la razón. Pensamiento y sentimiento pueden trabajar capacitándose o incapacitándose mutuamente. Si no existe armonía entre la mente y el corazón, entre nuestra parte cognitiva y nuestro ámbito emocional, toda la persona se resiente y ve afectada. **Las perturbaciones emocionales afectan la salud**. El hecho de gestionar bien las emociones fuertes y complejas y de aprender a vivirlas equilibradamente, puede potenciar nuestro sistema inmunológico y cardiovascular, a la vez que nos convierte en personas más serenas y con un mejor nivel de calidad de relaciones y de vida.

Ser conscientes de las propias emociones (**autoconocimiento**) y de las de los demás (**empatía**), y ser capaces de expresarlas, en todos sus matices y de una forma asertiva y adecuada, son algunas de las **Competencias Emocionales** que todos los profesionales de la salud deberían potenciar y aplicar. **Son habilidades indispensables en la relación de ayuda**. Quien no se conoce a sí mismo y no mantiene un buen equilibrio afectivo no podrá ser capaz de establecer una correcta relación de ayuda con otro ser humano.



¿Qué pasa en las profesiones sanitarias?

- Existe un elevado contacto con factores estresantes.
- La comunicación es la base de las relaciones interpersonales con el enfermo, la familia y el equipo.
- La comunicación forma parte del proceso terapéutico.
- La población atendida demanda y necesita una alta calidad técnica y una alta calidad emocional de los profesionales.
- Existe una lucha entre la implicación emocional y la neutralidad afectiva.
- Pueden aparecer incongruencias entre los valores del profesional, su propio posicionamiento ético y las demandas de la organización.



para transmitir esperanza, consuelo y apoyo a los enfermos y familiares con los que tratarán. Para utilizar algo es necesario conocerlo. **El autoconocimiento es la base que nos permite enfrentarnos exitosamente a las situaciones de crisis que ponen a prueba nuestro equilibrio psicológico y emocional, nuestra capacidad de adaptación al entorno, nuestra profesionalidad y nuestra humanidad.**

Los profesionales de la salud deben tener clara la **importancia de las actitudes, los valores y la afectividad en la relación con personas que sufren; ya que la cuestión fundamental reside en cómo trabajar y fomentar estas dimensiones y muy especialmente, cómo aplicarlas para conseguir humanizar realmente el ecosistema hospitalario o de atención a la persona enferma y sus familiares.**

La Ecología Emocional ofrece un modelo de gestión ética y emocional mediante el cual a partir de la mejora de todas y cada una de las personas que participan en un ecosistema sanitario también mejora la calidad emocional y ética de dichas organizaciones, **pero sobre todo la atención integral al paciente y familiares.**

¿Porqué Ecología Emocional para el Ecosistema Salud?

- Para contribuir al bienestar de profesionales y equipos.
- Porque el modelo de intervención de la Ecología Emocional hace un paralelismo entre la ecología ambiental y el mundo afectivo, lo cual resulta fácil de entender e integrar.
- Porque la Ecología Emocional aporta una rápida aplicabilidad.
- Por sus valores clave: la responsabilidad 100% y la conciencia del impacto global.

Conscientes de que además de proporcionar el mejor contexto tecnológico, científico, cuidado del medio ambiente, arquitectura...etc; **es clave** que los servicios de salud estén gestionados y sean dados por profesionales que sean modelos de excelencia ética y emocional en la atención médica, de enfermería, así como en el trato y la calidad de vínculos con sus pacientes y sus familias.

Todo profesional lleva consigo también un bagaje de **elementos intangibles**, la gestión de los cuales condicionará su rendimiento y también su capacidad de dar la mejor respuesta ante situaciones de pérdida, sufrimiento o crisis. Ellos deben ser capaces de gestionar adaptativamente su propio mundo emocional y poner en juego sus conocimientos, experiencias de vida, razón, valores, actitudes y aptitudes,

En los momentos actuales, la tecnología y los avances científicos no son suficientes. En un mundo incierto – **y el mundo de la enfermedad y la pérdida lo es especialmente** – la respuesta se halla en fomentar la confianza, la esperanza, la compasión y la ternura hacia nosotros mismos y los demás.

Es fundamental el trabajo y apoyo a la mejora y el **crecimiento personal** de los profesionales de la medicina y la enfermería, reforzando sus capacidades para gestionar las emociones caóticas que les conectan con el dolor y que pueden ser fuentes de desequilibrio y estrés si no son encauzadas adaptativamente. Se trata de que estén en las mejores condiciones para ofrecer una atención excelente a las personas que se hallan en un difícil paisaje emocional.

¿Qué aporta la EE?

- **Incrementar la calidad emocional y ética de los profesionales y como consecuencia de toda la organización.**
- **Ayudar a los profesionales a crecer en valores y a mejorar la gestión de su mundo emocional.**

Porque cuando mejora la persona, mejora el ecosistema en el que participa y cuando el profesional gestiona mejor su mundo emocional estará en las mejores condiciones de acompañar y ayudar a quien se halla en un momento difícil de enfermedad o pérdida. Y cuando una organización mejora colabora además en el aumento de los niveles de bienestar, salud y armonía de **toda la colectividad**.

Beneficios para los profesionales

La adquisición de competencias de gestión emocional y ética permite:

- Responsabilizarse de la gestión de sus emociones y valorar el impacto de sus acciones cuando dan respuesta a situaciones de conflicto y caos.
- Mejorar la confianza en sus propios recursos emocionales.
- Promover, atender, proteger y hacer posible el desarrollo saludable de las personas más vulnerables dando una atención de excelencia emocional.
- Desarrollar las dimensiones "saber ser y saber estar" necesarias para prestar una atención de calidad a los pacientes.
- Promover actitudes que potencien las buenas prácticas emocionales y éticas dentro de la organización.
- Fomentar la higiene emocional diaria.
- Ayudar a los profesionales a tomar conciencia y dar mejores respuestas a las situaciones de conflicto y riesgo emocional.
- Prevenir y mejorar las respuestas en situaciones de estrés.
- Aumentar la creatividad y el compromiso en la mejora del ecosistema hospitalario.

Conseguir una vida emocional más sostenible, trabajando las 4 'R':



Es urgente **Reducir** el nivel de tóxicos y contaminantes emocionales que emanamos, **Reutilizar**, **Reciclar** y **Recuperar** capacidades y habilidades adormecidas y **Reparar** las heridas emocionales.



Vivir una vida emocionalmente sostenible:

Un mundo interior y exterior emocionalmente más ecológico no se improvisa. Hay que tomar conciencia de que formamos parte de un ecosistema humano y natural, en el cual todos somos piezas importantes y que influimos en el conjunto. De que nuestras acciones y nuestra pasividad tienen un impacto en el clima emocional global, haciendo que aumente el desequilibrio, el sufrimiento, la enfermedad y la destructividad, o el equilibrio, la armonía, el bienestar y la creatividad.

Un manejo Emocionalmente Ecológico

- Se trabaja con **Modelo Ecología Emocional**, eficaz para el desarrollo humano a nivel de gestión emocional y ética.
- Se apuesta por una estrategia de **Calidad Emocional y Ética**.
- Promuever el desarrollo de una persona **CAPA: Creativa, Afectiva, Proactiva y Autónoma**.

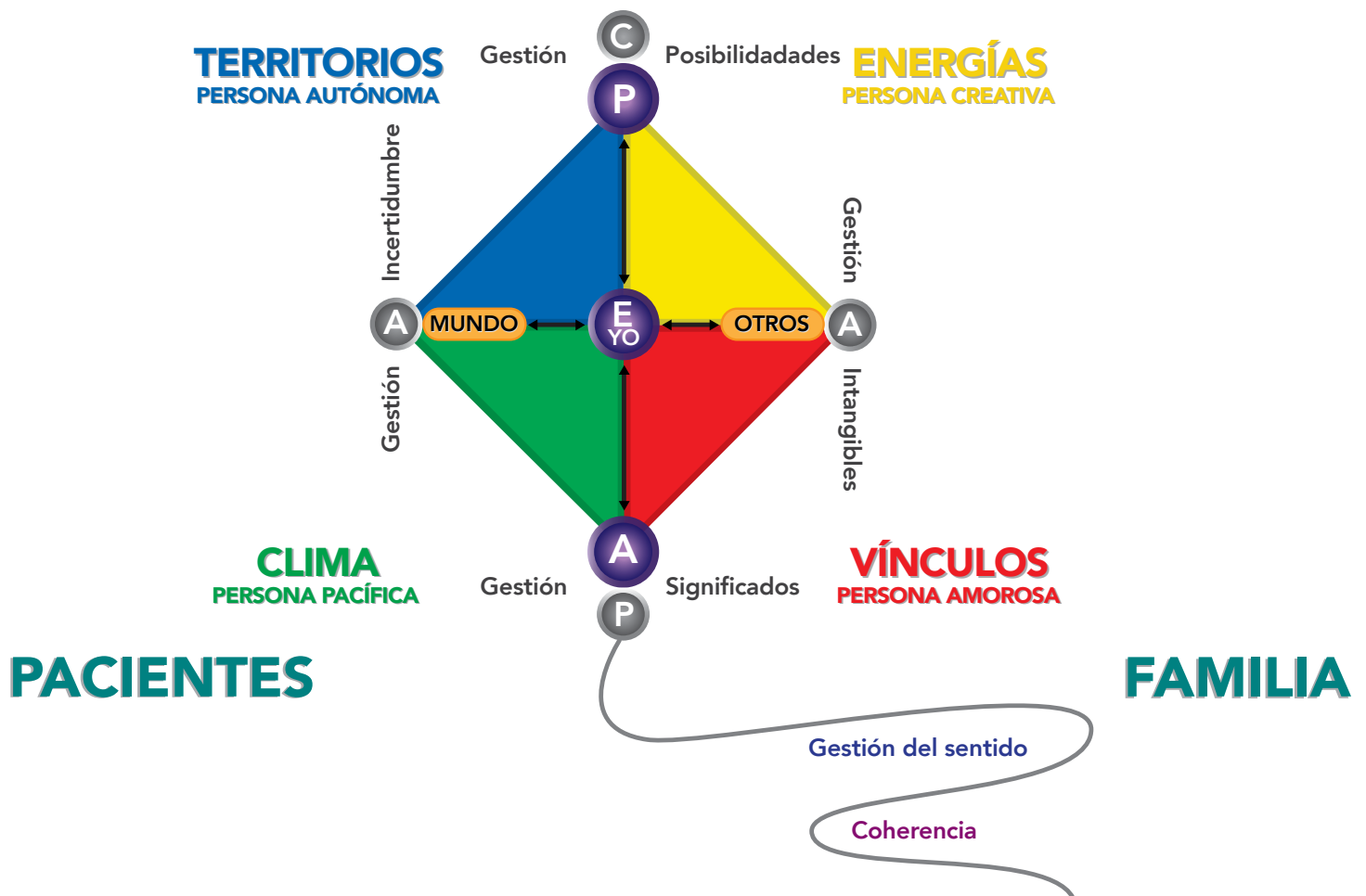
Valores que se trabajan

- Altruismo • Amor • Austeridad • Autonomía • Belleza
- Bondad • Coherencia • Compasión • Conciencia
- Conservación • Creatividad • Dignidad • Diversidad
- Equilibrio • Generosidad • Honestidad • Libertad • Lucidez • Nobleza • Paz • Provisionalidad • Reciprocidad
- Respeto • Responsabilidad • Sostenibilidad • Ternura
- Voluntad • Vulnerabilidad



Modelo Ecología Emocional y el Ecosistema Sanitario

PROFESIONALES



Algunos casos de éxito

Mejores prácticas y reconocimientos

Modelo Ecología Emocional

aplicado al
Ecosistema Sanitario



HOSPITAL CLÍNIC DE BARCELONA

Una Organización Emocionalmente Ecológica y Ética

Aplicación del modelo Ecología Emocional en el ecosistema sanitario



Acompañada por Fundació Ecología Emocional y Cátedra Ethos de la Universidad Ramon Llull

Dirección: Mercè Conangla y Francesc Torralba

Periodo: 2015 – 2021. Todo el proyecto se incorporó al PLAN ESTRATÉGICO de Hospital Clínic como una de las líneas prioritarias.

2015. Dirección para las personas inicia una prueba piloto con los mandos del departamento. Fue un éxito y se decide llevar a término el proyecto de incorporar el modelo de Ecología Emocional para la mejora de la calidad ética y emocional del hospital.

2016. El Comité Ejecutivo inicia la formación para, a partir de aquí, poder generalizar a toda la organización la propuesta.

Se eligen como valores-acción a implantar: **confianza – gratitud – generosidad.**

El diseño para lograrlo se estructura en tres grandes áreas:

1. FORM-ACCIÓN. Resumen de los campos cubiertos con la form-acción:

Formación EE para Comité ejecutivo | Formación en liderazgo enfermero (**5 ediciones**) | Formación para médicos jefes de servicio (**12 ediciones**) | Grupos generales de Ecología Emocional (**60 ediciones**) | Postgrado en Executive Advanced programme (OEE) (**3 ediciones**) | EE para médicos residentes (**13 ediciones**) | Máster en Ecología Emocional (2016-2017 para **18 personas**) | Formación de equipos

RESULTADOS. En total se ha llegado a un foco de influencia de **1567 personas** directamente con un total de **27121 horas**

2. MICROPROYECTOS: Son la forma de pasar a la acción a partir de lo aprendido y vivido y la mejora forma para evaluar lo realizado de cara a la obtención del sello OEE.

- De esta experiencia surgieron 62 microproyectos que se implantaron en las áreas y contextos que cada uno especificaba.
- Cada microproyecto estaba vinculado a uno o varios de los valores elegidos por la organización.
- Cada proyecto era evaluado por una comisión interna formada por integrantes del propio centro.

3. MANUAL / GUÍA DE LOS VALORES A LAS BUENAS PRÁCTICAS

- **2016.** Elección de los tres valores acción
- **Enero 2016 – junio 2017.** Se crea el primer borrador del Manual BBPP
- **Junio 2017 – diciembre 2017.** Revisión del documento por una comisión de profesionales
- **Diciembre 2017.** Aprobación del documento por parte del Institut Ecología Emocional
- **Enero 2018 – marzo 2018.** Acceso al documento por parte de 300 profesionales y recepción de comentarios y enmiendas.
- **Abril 2018** Presentación de la Guía al Comité Ejecutivo
- **Septiembre 2018.** Presentación oficial de la Guía de BBPP
- A partir de ahí... divulgación, poster, y material para colgar en las diferentes estancias del hospital
- Diseño e implementación de **3 semanas dedicadas a cada uno de los valores:** Semana de la gratitud (Junio 2019). Semana de la generosidad (diciembre 2019) Semana de la confianza (aplazada por COVID)

OTORGAMIENTO DEL SELLO OEE EN 8 DE JULIO DE 2021 EN UN EMOCIONANTE ACTO EN EL AULA MAGNA DE LA UNIVERSIDAD DE BARCELONA

HOSPITAL CLÍNIC DE BARCELONA (II)

Una Organización Emocionalmente Ecológica y Ética

VALORACIÓN

Alguno de los comentarios:

“Sólo podemos expresar nuestra gratitud a Fundació Ecología Emocional a través de la cual pudimos implementar el modelo de persona CAPA (Creativa, Amorosa, Pacífica y Autónoma) y hacia todos los profesionales que hicieron, hacen y estamos convencidos que seguirán haciendo que este recorrido no tenga fin”.

“El objetivo ha sido: ser mejores personas para ser mejores profesionales. Gracias a esta experiencia nuestros profesionales se enorgullecen de formar parte de una familia en la que la excelencia en la técnica y la investigación no sea lo único que les identifique. Excelencia es escuchar al otro, hacerle preguntas para conocerle mejor, agradecer su compañerismo, ayudarle en lo que verdaderamente necesita”

“El Hospital Clínic” es una historia.

Las personas que forman parte de ella son sus capítulos.

Personas sensibles, organizaciones con corazón.



EL SELLO OEE®



- El Sello OEE® de calidad ética y emocional nace para reconocer el compromiso de las organizaciones en proceso de convertirse en territorios éticos y emocionalmente ecológicos.
- Busca potenciar, resaltar y reconocer la mejora continuada de la calidad ética y emocional en las organizaciones, componentes clave para generar la confianza que nos permita crear entornos profesionales donde todas las personas que interactúan puedan desarrollar sus máximas potencialidades éticas y emocionales.

¿Para qué un Sello de Calidad Emocional?

Es un reconocimiento público a una organización comprometida activamente en la mejora ética y emocional, como un paso más allá de la responsabilidad social corporativa.

Se llevan a cabo acciones efectivas y creativas para:

1. Pasar de los valores-pensados a los valores-vividos dentro de la organización.
2. Mejorar la gestión emocional que incide en la mejora de la comunicación y de los vínculos entre las personas.
3. Reducir el ausentismo laboral.
4. Mejorar el clima laboral.
5. Integrar la diversidad.
6. Aumentar la creatividad y los niveles de compromiso con la misión de la organización.
7. Generar sinergias y prevención de riesgos psicosociales.

Para lograr el **Sello OEE®** de calidad ética y emocional, la organización deberá implementar un programa de **Form-Acción**, realizar **acciones de mejora** del ecosistema organizacional vinculadas a cada una de las áreas que se trabaje, a través de **microproyectos** propuestos, implementados y evaluados por profesionales de la propia organización. Para finalizar el proceso, se deberán recuperar las buenas prácticas identificadas en la implementación de los microproyectos en el documento **Manual de Buenas Prácticas**.



OTROS CASOS DE ÉXITO EN ECOSISTEMA SANITARIO

España

Intervención en Postgrado GESAPH

(IL3. Universidad de Barcelona) para gestores y líderes del sector hospitalario aportando el modelo de liderazgo CAPA y estrategias y buenas prácticas para la prevención y gestión de conflictos.



Ecología Emocional en el HOSPITAL PARC TAULÍ de Sabadell

- Ha sido el primer hospital catalán donde se inició el piloto de aplicación de Ecología Emocional con mucho éxito. Esto nos permitió generalizar su aplicación y desplegar el sello OEE en Hospital Clínic.
- Más de 20 años aplicándolo en diferentes niveles de profesionales para dar respuesta a los retos que se les van presentando.
- En 2022-2023 se está aplicando a la dirección y coordinaciones de enfermería el programa: "La palabra al servicio de un liderazgo con corazón: Recursos para un liderazgo de enfermería emocionalmente más ecológico y ético"



Aplicación de Ecología Emocional en diferentes formatos y niveles profesionales (a modo de ejemplo):

- Hospital de l'Esperit Sant (2005)
- Vedrunas Salud (2006) -
- Hospital de Sant Boi (2009) -
- Unió Catalana de Hospitals -
- Centre Hospitalari de Manresa (2008) -
- Fundació Josep Carreras (2019) -
- Parc Sanitari Pere Virgili (2020) -
- Corporación Sanitaria de Terrassa (2021)



Bibliografía Ecología Emocional



Colección Niños



Cuadernos Expresión Creativa



Los Creadores del Modelo Ecología Emocional



Jaume Soler I Lleonart

Fundador y Presidente honorario de Fundació Ecologia Emocional (www.fundacioecologiaemocional.org) Dirige el Instituto de Investigación en Ecología Emocional y Crecimiento Personal (IREECP), ente formado por personas curiosas, con capacidad de sorprenderse y de interrogarse; con espíritu crítico y voluntad de buscar las mejores buenas prácticas en la educación, organizaciones y acompañamiento de personas en su camino de crecimiento personal. Este Institut mide el pulso a lo que sucede en la sociedad y tiene impactos emocionales en las personas. Cada año abren líneas nuevas de estudio sobre temas candentes: salud emocional en jóvenes y adolescencia; fenómenos como el bullying, el mobbing, el suicidio, la soledad, el cambio climático emocional vinculados a los retos que tenemos que afrontar en el siglo XXI... realizando socioescáneres y divulgando sus resultados.

También es el promotor y director del Institut de la Bondat en Acció, que en la actualidad se despliega en dos Observatorios de la Bondad, uno en Barcelona y otro en México. Su objetivo principal es detectar indicios de bondad, hacerlos visibles, ponerlos en valor e iniciar una ola de acciones bondadosas que mejoren todos los ecosistemas en los que participamos: familia, escuela, salud, sociedad, política, empresas. La Escuela de la Bondad es uno de los proyectos que se inician en 2022.

Es conferenciante, escritor y creador con Maria Mercè Conangla del modelo de Ecología Emocional y de veintisiete libros que lo desarrollan y promueven su aplicación. Sus últimos libros publicados son "Desobediencia emocional" y "Bondad en Acción" (Editorial Amat), así como "Emocuentos: Un corazón repleto de emociones (Ediciones Parramon).

Jaume Soler es un experto en dinámica y facilitación de grupos. Se ha graduado en psicología, en las especialidades de empresa y clínica. Ha realizado varios másteres y cursos de posgrado (Recursos Humanos, Personal Growth and Group Dynamic, Psicoterapia Gestáltica, Coaching, Neuro- Linguistic Programming, entre otros). Tiene la licencia como business Practitioner of NLP por Richard Bandler Certifications PCC Coaching ICF. A nivel profesional se ha especializado en consultoría y desarrollo de equipos directivos y recursos humanos en empresas tanto del sector industrial y sanitario como de servicios, y tanto en compañías nacionales como multinacionales.

En 2020 recibe nombramiento como miembro honorario de la Academia Mexicana de Educación y se le otorga la presea Atenea otorgada anteriormente solo dos veces, por la aportación a la educación mundial del Modelo Ecología Emocional.

Actualmente se dedica a actividades sin lucro, a ayudar a crecer a personas y proyectos dedicados al bien común y a la mejora del mundo interior y exterior, además de continuar escribiendo y compartiendo todo aquello que ha aprendido en su camino de vida.

Mercè Conangla Marin

Fundadora con Jaume Soler de Fundació Ecologia Emocional (1996). Ella la preside desde 2016. Es asesora pedagógica del IREECP (Instituto de Investigación en Ecología Emocional y Crecimiento Personal) y del Instituto de la Bondad en Acción, ambos dirigidos por Jaume Soler.

Es creadora con Jaume Soler del modelo de Ecología Emocional (2002) y del máster que lleva este nombre; también del sello "OEE" (Organizaciones Éticas y Emocionalmente Ecológicas) que potencia el compromiso hacia la calidad ética y emocional de las mismas.

Psicóloga con especialidad clínica y educativa, enfermera y escritora. Se ha especializado en Educación Emocional, entrenamiento en competencias de liderazgo y comunicación no verbal y en el diseño de proyectos de Transform-Acción organizacional.

Colabora con diversas universidades y medios de comunicación, como ponente o conferenciante. Ha dirigido el proyecto que ha finalizado con la otorgación del sello OEE para Hospital Clínic de Barcelona y también ha elaborado los materiales que, sobre Ecología Emocional, se imparten en la Educación General Básica de la Comunidad de Navarra (España). Actualmente con Jaume Soler dirigen la nueva Escuela de Bondad en Acción.

En 2020 recibe nombramiento como miembro honoraria de la Academia Mexicana de Educación y se le otorga la presea Atenea otorgada anteriormente solo dos veces, por la aportación a la educación mundial del Modelo Ecología Emocional.

Conferenciante internacional. Con Jaume Soler imparte conferencias en España y Latinoamérica.

Conjuntamente han escrito veintisiete libros que despliegan el modelo Ecología Emocional, algunos de los cuales han sido traducidos en francés, inglés, portugués, italiano y búlgaro. Sus últimos libros son "Bondad en Acción" (Editorial Amat), publicado en marzo 2020 y "Emocuentos: Un corazón repleto de emociones (Ediciones Parramon).

En el momento actual dirige su energía intelectual y emocional hacia el proyecto social de Fundación Ecología Emocional, casa madre del modelo. Junto con Jaume Soler se están volcando en la investigación y en la aplicación de todo lo aprendido y generado durante los 25 años de existencia de la misma, para mejorar el bienestar personal, emocional y social, así como un mayor y mejor cuidado del planeta.



Equipo Internacional de Facilitadores, Tutores y expertos

Este es el INTERSOMOS Ecología Emocional



Menú de programas disponibles

Máster en Ecología Emocional

Comunidades Educativas CAPA

Diplomado en Gestión Emocional Sustentable

Diplomado en Liderazgo Emocionalmente Ecológico

Diplomado en Sexualidad y Ecología Emocional

Organizaciones Emocionalmente Ecológicas

Ecología Emocional aplicada al Ecosistema Salud

EcorporalMente Ecología Emocional y Corporalidad

Gimnasios Emocionales

Reforestar Nuestros Corazones

Programas diseñados de manera personalizada



M. MERCÈ CONANGLA MARIN

@EcoEmocional

Co-creadora del Modelo Ecología Emocional®
Fundadora y Presidenta
Fundació Àmbit Ecologia Emocional

JAUME SOLER I LLEONART

Co-creador del Modelo Ecología Emocional®
Fundador y Presidente Honorario
Fundació Àmbit Ecologia Emocional


DULCE CAMARILLO MESH


Directora General Global
Institut Internacional Ecologia Emocional

✉ dcamarillo@ecologiaemocionalmx.org

 www.ecologiaemocional.org

CONTACTO

 +52 (55) 8135-3421

 +52 (55) 5536-6444

✉ contacto@ecologiaemocionalmx.org

Equipo de profesionales

El Intersomos de Ecología Emocional
Consulta de semblanzas, programas y más información del Modelo EE

 Institut Internacional
Ecología Emocional

 @EcoEmocionalMx

 @Institutecologiaemocional

 Institut Internacional
Ecología Emocional

 @EcologiaEmocionalMX

