

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

COLEGIO DE HUMANIDADES Y CIENCIAS SOCIALES

LICENCIATURA EN COMUNICACIÓN Y CULTURA

**Plan comunicativo para reducir la práctica del *cutting* en adolescentes
de 12 a 16 años**

TRABAJO RECEPCIONAL

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE

LICENCIADAS EN COMUNICACIÓN Y CULTURA

P R E S E N T A N

BELEN PEDRAZA MONTER

YADERI SAUCEDO VÁZQUEZ

XITLALI YESURI CRUZ NOLASCO

D I R E C T O R A

Mtra. Fabiana Grisel Medina Núñez

Ciudad de México, mayo 2018.

SISTEMA BIBLIOTECARIO DE INFORMACIÓN Y DOCUMENTACIÓN



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE LA CIUDAD DE MÉXICO COORDINACIÓN ACADÉMICA

RESTRICCIONES DE USO PARA LAS TESIS DIGITALES

DERECHOS RESERVADOS[©]

La presente obra y cada uno de sus elementos está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor; por la Ley de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, así como lo dispuesto por el Estatuto General Orgánico de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México; del mismo modo por lo establecido en el Acuerdo por el cual se aprueba la Norma mediante la que se Modifican, Adicionan y Derogan Diversas Disposiciones del Estatuto Orgánico de la Universidad de la Ciudad de México, aprobado por el Consejo de Gobierno el 29 de enero de 2002, con el objeto de definir las atribuciones de las diferentes unidades que forman la estructura de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México como organismo público autónomo y lo establecido en el Reglamento de Titulación de la Universidad Autónoma de la Ciudad de México.

Por lo que el uso de su contenido, así como cada una de las partes que lo integran y que están bajo la tutela de la Ley Federal de Derecho de Autor, obliga a quien haga uso de la presente obra a considerar que solo lo realizará si es para fines educativos, académicos, de investigación o informativos y se compromete a citar esta fuente, así como a su autor ó autores. Por lo tanto, queda prohibida su reproducción total o parcial y cualquier uso diferente a los ya mencionados, los cuales serán reclamados por el titular de los derechos y sancionados conforme a la legislación aplicable.

Agradecimientos

Me gustaría que estas líneas sirvieran para expresar mis más profundos y sinceros agradecimientos a todas aquellas personas que con su ayuda han colaborado en la realización del presente trabajo, en especial a la Mtra. Fabiana Grisel Medina Nuñez directora de esta investigación, por la orientación, el seguimiento y la superación continúa de la misma, pero sobre todo por la motivación y el apoyo recibido a lo largo de estos años, por siempre confiar en nosotras cuando creíamos que todo estaba perdido.

Especial reconocimiento merecen nuestros lectores: Mtro. Martín Hernández González, Mtra. Luciana Bandoli, Dr. Héctor Ángel Unzueta Granados y Dr. Mariano Marco Andrade, por realizar las observaciones y sugerencias adecuadas a la investigación.

Quisiera hacer extensiva mi gratitud a mis amigos y compañeros: Arlen, Daniel, Lourdes e Iliana, por su apoyo incondicional a lo largo de la Licenciatura y sobre todo a mis compañeras de tesis Yaderi y Yesuri, porque entre todos conformamos un excelente equipo de trabajo, una gran amistad y deseo que todas sus metas siempre se cumplan.

Un agradecimiento especial a la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, porque entre sus paredes aprendimos lo más importante de esta vida, ser personas críticas, analíticas, pensantes, humanas, que luchan por sus ideales, que defienden sus ideas, porque gracias a eso somos muy diferentes a los chicos de otras universidades, porque nada nos detiene, gracias UACM por forjar en nosotros mejores seres humanos, por el apoyo económico brindado a lo largo de mi carrera y para el empastado e impresión de la presente tesis.

Finalmente quiero agradecer a mi familia, a mi madre Juana Monter Hernández que desde el cielo guía mis pasos, a mi padre Armando Pedraza Pérez que siempre me enseñó a realizar las cosas por el buen camino, a mi hermana Jeni Lizbeth Pedraza Monter por ser siempre mi compañera de aventuras, a mis sobrinas Samantha, Jade y Madi por alegrar mi vida, pero sobre todo a mi compañero de vida Rogelio Cervantes Salazar que siempre me incita a salir adelante, por acompañarme en mis noches de desvelo, por siempre darme ánimos cuando sentía que ya no podía más, por siempre creer en mí y por amarme tal y como soy. Los amo.

A todos ellos muchas gracias

Belen Pedraza Monter

Agradecimientos

Sin preámbulos, al primero que quiero mencionar es a Dios, ya que fue quien me dio un propósito y una visión clara de lo que tenía que hacer con mi vida y parte de eso era formarme en el área académica, ya que el conocimiento nos ayuda a crecer y es una parte esencial para mantener una mente sana, crítica y humana, de manera que él tiene mi eterna gratitud al impulsarme a concluir esta etapa de mi vida.

También quiero extender un agradecimiento especial a mis compañeras de trabajo, Belen y Yesuri, ya que fueron pacientes y perseverantes en toda la travesía que tuvimos que recorrer para dar término a este proyecto, a ellas les deseo el mayor de los éxitos, ya que son mujeres inteligentes, integra, bondadosas e incansables trabajadoras, premio su presencia en mi vida, porque no estamos unidas solamente por el trabajo, ya que nuestro lazo es la amistad.

Continúo con nuestra directora, la profesora Fabiana Griselda Medina Núñez, por su insistencia para que un simple trabajo de clase se convirtiera en un Plan Comunicativo y por supuesto por sus indicaciones, correcciones y sugerencias que nos encaminaron para concluir dicho trabajo.

De la misma manera, quiero hacer mención de los profesores que colaboraron como lectores del trabajo: el Mtro. Martín Hernández González, Mtra. Luciana Bandoli, Dr. Héctor Ángel Unzueta Granados y Dr. Mariano Marco Andrade quienes apartaron tiempo para revisar nuestro trabajo y contribuyeron para afinar la versión final.

También quiero agradecer a mi familia, a mis padres, Ivonne y Marco Antonio por su apoyo económico y moral, a mi hermano Allan por mantenerme despierta mientras escribía dicho trabajo y a mi hermana Dafne por apoyarme en la aplicación de uno de nuestros instrumentos de medida, les reconozco, porque cada uno aportó para que concluyera este periodo de mi vida.

Por último, quiero reconocer a la Universidad Autónoma de la Ciudad de México, ya que dentro de ella se encuentran profesores comprometidos con su profesión que nos compartieron sus conocimientos y nos desafiaron para salir de nuestra área de confort y sobre todo porque se enseña que *Nada Humano me es Ajeno*.

Todos tienen mi agradecimiento

Yaderi Saucedo Vázquez

Agradecimientos

Primeramente, doy gracias a Dios por darme la oportunidad de vivir, de experimentar, de aprender, de fijar metas y por su voluntad irlas logrando, por darme la sabiduría, el conocimiento y todas las herramientas que necesite para concluir esta etapa de mi vida académica.

Agradezco a cada una de las personas que de alguna manera han sido parte de este proceso, empezando por mi familia, a mi madre Silvia Nolasco Evangelista por su esfuerzo y su apoyo, a mi hermana Zuri Shaday por ser mi compañera, por su apoyo, cariño y darme ánimos, a mis tíos y primos que estuvieron al pendiente. Agradezco especialmente a Miguel Guerrero López por su apoyo incondicional, por su paciencia y amor.

Extiendo mi gratitud a cada uno de mis amigos, por esos aprendizajes, trabajos en equipo, experiencias, por el apoyo y los ánimos brindados. A Yaderi y Belen por formar parte no solo de este trabajo y licenciatura sino por ser parte de mi vida, gracias por sus esfuerzos y dedicación, por compartir conocimientos, ideas, altas y bajas, por ser las personas que son; les deseo a cada una el mayor de los éxitos en todo lo que se propongan, se merecen lo mejor. A todos gracias, los amo.

Así mismo, agradezco a la Mtra. Fabiana Grisel por querer ser nuestra directora de este trabajo, por su motivación, confianza, orientación y corrección. A cada uno de los profesores que revisaron este trabajo, al Dr. Mariano Marco Andrade B., a la Mtra. Luciana Bandoli, al Mtro. Martín Hernández González y al Dr. Héctor Ángel Unzueta Granados, por su apoyo, tiempo, corrección y sugerencias que nos proporcionaron.

Agradezco a la Universidad Autónoma de la Ciudad de México por abrir sus puertas y brindarme la oportunidad de estudiar en la misma. Por ser la casa de estudios que me enseñó a ser una persona crítica, humana y comprometida. Porque realmente existe en ella la *autonomía, educación y libertad*.

Mucho agradezco a todos.

Xitlali Yesuri Cruz Nolasco

Índice de contenido

| | |
|---|----|
| Introducción..... | 1 |
| Capítulo 1 | |
| Protocolo de investigación..... | 5 |
| 1.1 Enunciación del problema..... | 5 |
| 1.2 Justificación Social..... | 7 |
| 1.3 Justificación desde lo Comunicativo..... | 12 |
| 1.4 Preguntas de investigación..... | 18 |
| 1.5 Actores involucrados..... | 21 |
| 1.6 Metodología a implementar..... | 26 |
| 1.7 Presupuesto/Viabilidad..... | 29 |
| Capítulo 2 | |
| Desarrollo de la investigación para la elaboración del Plan Comunicativo..... | 35 |
| 2.1 Aproximación conceptual desde donde se aborda el problema..... | 35 |
| 2.2 Registro del fenómeno..... | 63 |
| 2.3 Causas de los síntomas..... | 64 |
| 2.4 Antecedentes de la situación..... | 69 |

| | |
|---|----|
| 2.5 Delimitación del sistema..... | 70 |
| 2.6 Definición de los perfiles..... | 76 |
| 2.7 Construcción conceptual..... | 88 |
| 2.8 Determinación de macros y micros del sistema..... | 92 |
| 2.9 Análisis ambiental..... | 93 |
| 2.10 Antecedentes de información..... | 94 |

Capítulo 3

| | |
|--|-----|
| Estrategia metodológica del Plan..... | 100 |
| 3.1 Objetivo de la estrategia metodológica seleccionada..... | 102 |
| 3.2 Métodos de investigación..... | 103 |
| 3.3 Técnicas para la obtención y producción de datos..... | 105 |
| 3.4 Fuentes de información..... | 116 |
| 3.5 Instrumentos de investigación..... | 116 |
| 3.6 Resultados obtenidos del sondeo..... | 130 |
| 3.7 Conclusiones de los resultados obtenidos (sondeo)..... | 172 |
| 3.8 Resultados obtenidos de las entrevistas..... | 173 |
| 3.9 Conclusiones de los resultados obtenidos (entrevista)..... | 185 |
| 3.10 Resultados obtenidos durante la etnografía digital..... | 190 |

| | |
|--|-----|
| 3.11 Análisis de datos obtenidos durante la etnografía digital..... | 205 |
| 3.12 Conclusiones de los resultados obtenidos durante la etnografía digital... | 206 |
| 3.13 Análisis FODA..... | 211 |

Capítulo 4

| | |
|---|-----|
| Propuesta del Plan Comunicativo..... | 214 |
| 4.1 Selección y justificación de la estrategia a implementar..... | 215 |
| 4.2 Relación estrategia/técnica e ideas a comunicar..... | 218 |
| 4.2.1 Idea general de mensaje por táctica a implementar..... | 255 |
| 4.3 Cronograma del plan táctico..... | 260 |
| 4.4 Recursos humanos, materiales y económicos..... | 261 |
| 4.5 Implementación de las tácticas..... | 264 |

Capítulo 5

| | |
|---|-----|
| Seguimiento y evaluación del Plan Comunicativo..... | 267 |
| 5.1 Objetivos del seguimiento y evaluación..... | 268 |
| 5.2 Diseño de estrategia metodológica..... | 270 |
| 5.3 Evaluación del Plan Comunicativo..... | 274 |

Capítulo 6

Reflexiones finales

6.1 Alcances y limitaciones del Plan propuesto.....278

6.2 Apreciaciones éticas del Plan Comunicativo.....278

Bibliografía.....280

Anexos en CD

INTRODUCCIÓN

La elección del tema *cutting* para el presente trabajo recepcional y la obtención del título de Licenciadas en Comunicación y Cultura, se debe principalmente a que en la actualidad y a partir de las nuevas formas de establecer lazos con las personas que nos rodean y los contextos, se han ido incrementando distintos problemas sociales, culturales e individuales que reflejan el momento social en el que estamos viviendo, en el cual en ocasiones se naturaliza la violencia. Y es aquí donde entra la práctica del *cutting* en los adolescentes, que en ocasiones éstos llegan a considerar como algo normal el autolesionar sus cuerpos simplemente por no saber comunicar todo aquello que les daña, que les duele y que quienes les rodean no perciben con claridad.

Partiendo de la idea de que las señales de autolesión en el cuerpo de los practicantes de *cutting* comunican a todos aquellos con los que interactúan, pretendemos encontrar o de algún modo, marcar el camino de cómo se deben de tratar y mirar estos casos en los adolescentes, porque aunque parezca algo muy lejano y fuera del contexto familiar, sólo se debe ser un poco observador para darse cuenta que existe un problema que se está haciendo más grande.

Así, el presente trabajo recepcional tiene como objetivo la realización de un Plan Comunicativo que permita generar estrategias de comunicación que favorezcan la inhibición de una práctica nociva para la salud como lo es el *cutting*, así como promover el desarrollo de los adolescentes.

Para el diseño de dicho Plan, se investigan primero las inquietudes de los adolescentes en relación con el manejo de las emociones, el uso de los medios y

tecnologías de la comunicación a través de un sondeo aplicado en tres secundarias públicas de la zona de Iztapalapa y Tláhuac de la Ciudad de México; la aplicación de tres entrevistas semiestructuradas a practicantes de *cutting* y a especialistas en el tema (psicólogos y pedagogos); y finalmente el análisis de tres blogs dedicados a esta práctica mediante la realización de una etnografía digital de dichas blogs con respecto a las publicaciones realizadas entre los meses de octubre y noviembre del año en curso (2016), aplicando para ello técnicas como el análisis de contenido (a partir de las categorías descritas por Krippendorf), análisis de la imagen (a partir de la propuesta de Roland Barthes), la psicología del color y la música.

El presente trabajo consta de 6 capítulos. En el capítulo 1 se enuncia el protocolo de investigación desarrollado a partir de un conocimiento previo del tema, estableciendo así nuestra justificación (social y comunicativa), las preguntas de investigación y las del plan comunicativo a crear, los actores involucrados en la problemática, la metodología a implementar a grandes rasgos y posibles instituciones con las que se puede trabajar en conjunto para llevar a cabo el Plan Comunicativo y poder obtener un presupuesto.

En el capítulo 2 se enuncia el desarrollo del tema, se da a conocer la problemática de la práctica del *cutting* de lo general a lo particular, lo cual permitirá ver las dimensiones de la situación a investigar.

Así en el capítulo 3 se menciona la metodología a implementar, el cuestionario, las guías para las entrevistas y la etnografía digital, así como el análisis de nuestros instrumentos de investigación.

Posteriormente el capítulo 4 explica la propuesta del Plan de comunicación, tomando en cuenta los resultados arrojados en cada una de las técnicas metodológicas, de manera que la selección de la estrategia esté justificada, así como la relación entre la

misma y las tácticas e ideas a comunicar. Del mismo modo se hará uso de un diagrama del Plan Táctico para especificar cada forma de maniobrar y finalmente la lista de los recursos humanos y materiales necesarios para llevar a cabo dicho Plan.

En el capítulo 5 se aborda la implementación de lo mencionado en el capítulo anterior, es decir, lo teórico se lleva a cabo al terreno físico, pues en este capítulo se desarrolla la forma en la que se efectúan cada una de las tácticas del Plan Comunicativo.

Finalmente el capítulo 6 muestra las ventajas y desventajas de la aplicación del Plan Comunicativo, así como las cuestiones éticas a reflexionar en trabajos donde se interactúa con adolescentes y sus entornos.

CAPÍTULO 1

PROTOCOLO DE LA INVESTIGACIÓN

1.1 Enunciación del problema

Para hablar de la problemática objeto de este estudio, es necesario explicar en qué consiste la práctica del *cutting*, que desde su nombre, traducido del inglés *cortar*, cuya concepción ha logrado que con el tiempo sólo lo vean como un método que utilizan los adolescentes únicamente para lacerar sus cuerpos, como lo menciona la editora y psicóloga Consuelo Hernández (Salud180, 2005) quien señala que el *cutting* consiste en hacer cortes en la piel con algún instrumento filoso y generalmente, dichos cortes, se hacen en los brazos y en las muñecas, pero es sabido que también se pueden realizar en otras partes del cuerpo, como explica la psicoanalista Marisol Cortez Montero (2011): el *cutting* es una serie de cortes superficiales que el adolescente se realiza con diferentes objetos (no necesariamente cuchillos o navajas) como medio de descarga de un dolor emocional que les parece completamente insoportable e incontrolable, dicha psicoanalista es parte de CAPI (Clínica de Atención Psicológica Integral), clínica que se encarga de manejar problemáticas en dos niveles individual y grupal (familia y empresas).

Un artículo de La Jornada llamado *“Desahogan adolescentes su dolor síquico, con lesiones en la piel”*, menciona, en una entrevista realizada a especialistas de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), que dicha práctica consiste en infligirse heridas en la piel, lo cual, afirma la académica Emilia Lucio Gómez-Maqueo (2013), es una práctica que debe atenderse a tiempo pues se corre el peligro de que el *cutting* se practique hasta la edad adulta.

Sin embargo dichas definiciones son limitadas para la problemática, ya que dejan fuera de contexto factores como lo social y lo cultural, enfocándose sólo en cuestiones psicológicas y biológicas de los adolescentes que se ven involucrados en la práctica del *cutting*.

Es aquí donde surge la problemática en cuanto al tema, pues un sujeto está inmerso dentro de tres esferas: biológica, psicológica y social, las tres deben entrar en consideración para tratar el *cutting*, por lo cual creemos necesario que se debe dar un nuevo enfoque a la problemática, pues esta práctica no debe reducirse únicamente a que los chicos se corten, sino que detrás de esos cortes se encuentra un llamado de parte de los adolescentes al entorno con el que se relacionan diariamente.

Lo anterior, es una aproximación limitada de lo que trata la problemática, pues se ve desde el área psicológica, sin embargo para abordar el Plan Comunicativo se debe trabajar en conjunto con todas las áreas posibles de estudio, que permitan hacer más amplio el enfoque de la investigación, tomando en cuenta que el *cutting* no es el problema raíz, sino un síntoma que esconde la verdadera problemática y al identificar que está relacionado con un aspecto psicológico-social del adolescente, es imprescindible detectar la fuente o fuentes que provocan tal práctica.

Tomando en cuenta que el *cutting* es una problemática que afecta al individuo, recordamos que este no está aislado, sino que a diario interactúa con otros sujetos y en distintos contextos, ya que la propia condición humana se refleja en sociedad por lo que el *cutting*, no se puede ver en lo individual únicamente, pues carga consigo manifestación que proviene de lo social, por lo cual, es necesario analizar los sistemas que rodean al

actor involucrado, en este caso los adolescentes, para determinar posibles causas de dicho comportamiento, recordando que éste siempre va a ser variado y que dependerá de cada caso.

1.2 Justificación Social

Como se explicó en el planteamiento del problema, no somos seres que se desarrollen de manera individual, por lo que podemos decir que el ser humano está expuesto a interactuar en distintos sistemas, como lo son: la familia, la religión, las instituciones, compañeros de escuela, tribus urbanas, redes sociales, etc.

Al hablar de sistemas, también hay que mencionar las significaciones que giran en torno a éstos, ya que es otro aspecto importante dentro de la comunicación, que se conoce como enfoque sistémico, del cual, se debe retomar el Interaccionismo Simbólico, término acuñado por Herbert Blumer y la Escuela de Palo Alto, también conocida como el Colegio invisible. “Las dos corrientes orientan sus reflexiones e investigaciones desde un punto de partida básico: las definiciones de las relaciones sociales son establecidas interactivamente por sus participantes, de modo que la comunicación puede ser entendida como base de toda relación” (Rizo, 2006^a).

De la corriente ya mencionada cabe destacar al autor Erving Goffman quien acuñó el concepto de “*ritual*” como la cotidianidad que genera significado, cuya característica es el no ser algo extraordinario y que forma parte de la vida cotidiana; con relación a la problemática, la práctica del *cutting* se vuelve para los adolescentes un ritual que va dotando de sus propios significados personales y va tomando importancia en sus vidas, así que lo fundamental en este aspecto sería saber la manera en qué los adolescentes

dotan de significado esta práctica, para no permitirles darse cuenta a ellos como practicantes, que algo anda mal con respecto a ese actuar.

Por otro lado, los padres de los adolescentes que se ven involucrados en esta práctica tampoco se percatan de la problemática, pues normalmente se realiza en privado y la idea no es mostrar a las personas que los rodean que se autolesionan, lo que hace al *cutting* imperceptible, para los padres y la sociedad.

El concepto ritual, se deriva de dos ideas importantes: la primera se refiere a “la relación a los rituales con el proceso de comunicación, pues los rituales se ubican en la categoría de actos humanos expresivos, en oposición a los instrumentos” (Rizo, 2006b:48) ya que además de ser un código de conducta, también es un conjunto de símbolos que transmiten información significativa para otros, así que los adolescentes toman este tipo de práctica para comunicar y expresar algo que no pueden hablar directamente, pero que lo manifiestan a partir de la laceración de sus cuerpos.

“La segunda consiste en relacionar los rituales con la comunicación no verbal (kinésica y proxémica), en el sentido de que la ritualización actúa sobre el cuerpo produciendo la obligatoriedad y asimilación de posturas corporales específicas en cada cultura” (Centro de Gestión hospitalaria, s.f.).

Otro concepto importante que debemos retomar de Goffman, es el de “fachada” que es entendido “como una dotación expresiva que constituye a fijar la definición de la situación que intenta dar. La fachada abarca fundamentalmente dos elementos: el medio, lo que está al margen de la persona; y la fachada personal compuestas por insignias del cargo o rango, el vestido, el sexo, la edad, las características raciales, el tamaño y el

aspecto, el porte, las pausas del lenguaje, las expresiones faciales, los gestos corporales y otras características semejantes” (Goffman, 1956:35).

No hay que olvidar que Goffman ve la realidad social como un acto, donde las interacciones entre individuos se dan a partir de roles, que cumplen un papel relevante en la vida cotidiana de los actores, sin embargo estos roles no contienen la verdad, ya que es posible que en ocasiones los actantes no estén de acuerdo con el rol que están representando ante su contexto y es ahí donde se crea un conflicto, entre el individuo y la sociedad que los rodea.

Es posible que socialmente los adolescentes no estén del todo conformes con el rol que les está tocando representar ante la sociedad y de algún modo tienen que expresar esa inconformidad, al no encontrar la manera correcta de pedir un cambio en el rol que está jugando, es posible que mediante estos cortes muestren su rechazo.

Y es ante esta inconformidad y la manera en la que marcan sus cuerpos que también es relevante hablar del término “estigma”, que es utilizado para hacer inferencia en un atributo desacreditador. El estigma conlleva una doble perspectiva: los desacreditados, que se relacionan con la minusvalía o diferencias en el cuerpo y los desacreditables, que es relacionada por aquello que a la vista no es perceptible y es dentro de este rango que entran los adolescentes practicantes del *cutting*, pues si bien sus marcas no son evidentes, al ser identificados entran en el rango de desacreditables.

Además de tomar en cuenta lo anterior, es importante señalar que se cuentan con cifras que demuestran el aumento de casos entre los adolescentes, no ignorando el hecho de que no es fácil decir en qué momento inicio la práctica del *cutting* y el lugar

específico, pero lo que sí podemos notar de acuerdo a las estadísticas, es su visibilidad en la sociedad, posiblemente por el uso excesivo de las redes sociales que hoy en día manejan los adolescentes, ya que existen diversas páginas en internet, en donde expresan abiertamente que practican el *cutting* e incluso comparten fotografías y videos de sus heridas.

El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (2015), con motivo del día Internacional de la Juventud de 2011, menciona que “el 7.2% de los varones entre 15 y 29 años muere a causa de lesiones auto-infringidas intencionalmente en cambio la población femenina representa el 6.2%” (INEGI, 2015) y aunque el *cutting* no es una práctica que necesariamente tenga como fin el suicidio, vale la pena considerar estos datos, pues analistas científicos de dicha universidad explican que “se trata de un acto compulsivo en el que incurren personas con alguna inestabilidad emocional, con la finalidad de liberar dolor, enojo, presión, ansiedad o como una forma de llamar la atención” (La Jornada, 2013). Considerando los factores anteriores, éstos guardan relación con las características de una persona que está propensa a cometer suicidio, no se asevera que terminen suicidándose todos los que practican *cutting*, pero es un factor de riesgo que se debe tomar en cuenta, ya que se reporta que: “Un porcentaje significativo de quienes ingresan a un hospital por intentar quitarse la vida, se han infringido laceraciones con anterioridad, alertó Emilia Lucio Gómez-Maqueo, académica de la Facultad de Psicología de la UNAM” (Gómez, 2012).

Lo anterior se refiere a un factor de riesgo, pero los siguientes datos hablan de cifras generales en cuanto a la práctica del *cutting* por parte de los adolescentes en México.

Un reportaje realizado en Tabasco expone que uno de cada 100 jóvenes practica *cutting*, en este trabajo se entrevistó a Julio Sarracino Pérez, quien es psicólogo y especialista en el tema, el cual trata la dependencia emocional, ansiedad, depresión, estrés, en niños, adolescentes y adultos, por medio de la Psicoterapia Humanista Integrativa, quien hace la presentación de una página dedicada a apoyar a los adolescentes que practican el *cutting* (autolesión.com), pues asevera que es una problemática que está creciendo, sin embargo al revisar dicha página nos pudimos percatar que no es llamativa para el público al que desea llegar, pues carece de fotografías y videos, además de que la fuente y presentación es muy llana, siendo que estos elementos son importantes para que al público adolescente les provoque interés.

Otra página de internet perteneciente al periódico La Razón, ratifica que uno de cada diez adolescentes se autolesionan, exponiendo que:

De acuerdo con la Secretaría de Salud la autolesión o síndrome de cutting, como es conocido en Estados Unidos y Europa, inició en la década de los noventa en nuestro país. “La autolesión lleva muchísimos años pero no estaba documentada, a partir de 2004 mucha gente se empezó a acercar para pedir ayuda.” (La Razón, 2012)

Mientras que el periódico Zócalo expone que “Estadísticas extraoficiales señalan que uno de cada 10 pacientes con depresión o síndrome de la personalidad se autolesiona” (Zócalo Saltillo, 2013).

Otro estado de la República en el que se han detectado casos de *cutting* es en Quintana Roo (Cancún):

Cuatro de cada 10 pacientes entre 12 y 17 años que son atendidos en la Unidad de Especialidades Médicas del Centro Integral de Salud Mental (UnemeCisame),

practican las cortadas, principalmente en las muñecas, como una sustitución del dolor sentimental a lo que especialistas le denominan *cutting* (Novedades Quintana Roo, 2014).

Aunque los datos anteriores sólo sean específicos para dicha región, aun así, sirven para entender cómo se va expandiendo esta problemática en México, de manera que es importante realizar un análisis de esta problemática para dar el diagnóstico más acertado y proporcionar una solución.

1.3 Justificación desde lo comunicativo

En cuanto al área de la comunicación se tomará en cuenta la propuesta del Grupo hacia una Comunicología Posible (GUCOM), del que es parte Jesús Galindo Cásares, Tanius Karam, Marta Rizo, entre otros autores, que desde el año 2001 han trabajado en darle una nueva concepción a la comunicación mirándola desde una ciencia con un enfoque sistémico, en el que no sólo se vean inmersos los medios de difusión, sino se tomen a consideración las relaciones interpersonales y la interacción social.

Este grupo define cuatro niveles de la comunicación: difusión, estructuración, expresión e interacción, mencionando que hasta hace algunos años, en el campo académico sólo se habían “atendido fundamentalmente objetos de estudio que tienen que ver con la difusión (los medios) y la estructuración (la relación entre la comunicación y otras dimensiones de la vida social). Sin embargo la interacción (la que retoma la aceptación originaria del término comunicación) ha sido escasamente estudiada” (Rizo, 2009).

Es por ello que para la realización del Plan Comunicativo se tomarán como puntos fuertes de trabajo, las dimensiones de interacción y estructuración. La interacción es el

nivel más importante, ya que es una actividad que realiza el ser humano durante toda su vida, manteniendo diversas relaciones intersubjetivas, desarrollando afectos y apegos con cada una de las personas con las que se encuentran alrededor.

Ahora, tomando en cuenta que el *cutting* no es el problema raíz; sino un síntoma y con síntoma nos referimos a una manifestación que sólo es percibida por el individuo que la padece, es algo subjetivo, que se ve y se define únicamente por las personas que se ven involucradas dentro de la práctica del *cutting*, un síntoma lo define el propio sujeto, el cual no está aislado; será necesario analizar el contexto del practicante para determinar qué sistema es el que no está funcionando de manera correcta y afecta un desarrollo sano en el individuo.

Por otro lado tenemos la estructuración, que tiene que ver con los roles sociales, los saberes, los códigos y la identidad, siendo ésta un concepto importante en la etapa de la adolescencia, ya que es una fase del desarrollo de todo individuo y se sufren diversos cambios en lo biológico, lo psicológico y lo social, tal como lo explica la maestra de psicoanálisis Sandra Posadas Pedraza de la Clínica de Atención Integral del Niño Maltratado del Instituto Nacional de Pediatría:

En estos últimos se acentúa la crisis porque de por sí viven un momento de intensos cambios internos. La transición entre la infancia y la adolescencia. Ya no son niños y ahora sus padres los tratan de manera diferente y ellos mismos han cambiado. No quieren cerca a sus papás, pero a la vez los necesitan. Es un momento de crisis, muchas veces incomprendido por los adultos... (La Jornada, 2014)

Dentro de los niveles de estructuración y la interacción, se debe de mencionar la estrecha relación que tiene con la comunicación, la sociedad y la cultura, pues los

adolescentes a diario se ven inmersos en diferentes contextos como lo son las instituciones de educación, sus hogares, sus grupos de compañeros o amigos, etc., en los cuales se van desarrollando de distintas maneras, que dependerá del ambiente que se vean rodeados y las personas con las que interactúen.

Así que para ello es necesario tomar en cuenta, que dentro de lo comunicativo la corriente que se encarga de estos aspectos es el Enfoque Sistémico que “en un sentido amplio, es que la teoría general de los sistemas se presenta como una forma sistemática y científica de aproximación y representación de la realidad y al mismo tiempo, como una orientación hacia la práctica estimulante para las formas de trabajo interdisciplinario” (Enfoque Sistémico, s.f.) que se caracteriza por su perspectiva holística e integradora, ve a la realidad como un todo, como un sistema que se integra por diferentes componentes que sí trabajan bien en conjunto, el resultado será el indicado, sin embargo si algún elemento del sistema falla, el resultado no será el esperado.

Lo anterior con relación al *cutting*, pone a los adolescentes como un componente de la sociedad, pero no sólo de la sociedad, sino que a su vez estos adolescentes que realizan esta práctica, están interactuando consigo mismos en dos aspectos; lo biológico y lo psicológico y si algún elemento del sistema está fallando de acuerdo a su función, el sistema se ve deteriorado.

Partiendo de la idea de que todo comunica y en relación a la práctica del *cutting* diremos que las laceraciones que los adolescentes se infringen son señales de que algo se desea comunicar pero hay factores tanto individuales, que pueden ser: problemas personales, depresión, ansiedad, cambios de humor, etc., que los chicos no desean

hablar con las personas que los rodean, limitando la interacción; como problemas sociales, que pueden ser: la violencia, la competencia diaria, vivir de una manera acelerada, que impiden a los adolescentes tener una relación sana con la sociedad, siendo esto lo que deseamos encontrar.

Sin embargo, también es posible que las marcas sean señal de algo que no se está comunicando de la manera “correcta” y de algún modo se debe encontrar la forma de que los adolescentes por medio de sus interacciones comuniquen de manera “sana” todo aquello que están guardando: emociones, sentimientos, frustraciones, falta de atención, etc.

Las aportaciones fundamentales de la escuela de Palo Alto, antes ya mencionada, son los conceptos de “*sí mismo*” al que George Herbert Mead, uno de los autores más importantes de la corriente, divide en dos: “*el Yo*” como sujeto, es decir, lo que yo pienso y cómo es que actúo, básicamente es la idea de quién soy como sujeto interactuante de un sistema; y “*el Mi*” como objeto, que es lo que piensan de mi al momento en el que actúo en determinado contexto: ambos aspectos forman lo que Mead define como el “*self*”, precisada como la capacidad de ponerse en el lugar de otros y adaptarse a la interacción.

En este caso, cuando un adolescente tiene deteriorado “*el Yo*”, ve otra imagen de sí mismo y puede que este se cree imágenes falsas de la realidad, que posiblemente son implantadas en ellos/as mediante ideologías que los rodean diariamente en sus interacciones en contextos diferentes, lo cual puede llegar a causar confusión en la formación de su identidad como individuo y al ponerse como “*el Mi*” en una sociedad es

cuando este comienza a existir; es posible que se sienta aislado, diferente, incomprendido, pues con la definición de este autor, el individuo existe siempre y cuando los demás lo noten, pues al no ser notado por quienes los rodean seguramente se sentirán fuera de contexto.

Además de los factores sociales, de los que hemos estado hablando, donde intervienen las interacciones con los sujetos que lo rodean en sus determinados contextos, también encontramos los factores biológicos y los psicológicos, por lo que la construcción de la identidad en esta etapa del ser humano es un momento decisivo para el óptimo desarrollo del individuo, debido a que el eje de la estructuración es vital para poder determinar el rol que juega el adolescente afectado y qué impacto tiene lo cultural en la vida de éste, pues el eje de lo social, es el único donde podemos intervenir directamente, ya que en los biológico y lo psicológico no podemos incidir, porque son aspectos que dependerán de cada persona.

Los ejes anteriores son los que nos permitirán realizar un diagnóstico, pero los ejes de la expresión y de la difusión servirán como herramientas básicas para el Plan Comunicativo, pues el primero tiene que ver con el mensaje, es decir, cómo reciben la información los adolescentes. El eje de la expresión se puede apoyar de la difusión, pues los canales usados determinan las herramientas y siendo adolescentes el público al que va dirigido dicho plan, el internet es viable para la difusión de los mensajes, pues los involucrados son los usuarios más comunes de acuerdo con la estadística de la AMIPCI (La Asociación Mexicana de Internet), la cual proporciona los siguientes datos:



(IMCO, 2014)

Estos datos nos permiten actuar a conciencia, respecto al medio que se puede utilizar, es decir, el internet, usando todas las herramientas disponibles, por ejemplo: facebook, blogs, páginas web, youtube, etc., haciendo uso de videos, imágenes, test y la misma escritura.

Además este medio lo utilizan los jóvenes para expresar libremente que practican el *cutting*, en esos sitios cuentan su historia y suben videos realizando dicha práctica, por lo que se aprovechó esta situación para hacer contacto con algunos usuarios para usar la información que nos puedan proporcionar y poder darle sustento al Plan Comunicativo.

1.4 Preguntas de la investigación

Pregunta general de la investigación:

¿Qué se esconde detrás de la práctica del cutting?

Preguntas particulares de investigación:

Para realizar las preguntas particulares de la investigación se tomaron en cuenta los cuatro niveles de la comunicación.

Expresión

1. ¿Qué es el *cutting* para los adolescentes?
2. ¿Qué significa cortarse?

Estructuración

3. ¿Con qué se identifican los adolescentes?
4. ¿Qué ideas manifiestan?
5. ¿Qué sentido tiene para los adolescentes autolesionarse?

Difusión

6. ¿Qué tipo de información manejan?
7. ¿Qué canales usan con mayor frecuencia?

Interacción

8. ¿Qué tipo de interacciones tienen los adolescentes?
9. ¿Qué tipo de vínculos forman?

1.4.1 Preguntas y objetivos del Plan

| Pregunta General del Plan | Objetivo General del Plan | Metodología, Técnica y Tácticas estratégicas |
|---|--|---|
| 1. ¿Cómo reducir la práctica de <i>cutting</i> en adolescentes de 12 a 16 años de edad? | 1. Implementar estrategias comunicativas para reducir la práctica de <i>cutting</i> en adolescentes de 12 a 16 años de edad. | *Metodología Cualitativa y Cuantitativa *Diversas técnicas *Diversas Tácticas |
| Preguntas Particulares | Objetivos Particulares | Metodología, Técnica y Tácticas estratégicas |

| | | |
|--|--|---|
| <p>Expresión</p> <p>2. ¿Qué tipo de mensajes se pueden implementar para que los adolescentes los perciban en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>Expresión</p> <p>2. Implementar mensajes conforme a la percepción de los adolescentes para establecer formas de expresión en función del Plan Comunicativo.</p> | <p>*Metodología Cuantitativa Sondeo</p> <p>*Metodología Cualitativa Etnografía digital Análisis semiótico Análisis de imagen videos mensajes escritos y de audio</p> |
| <p>Estructuración</p> <p>3. ¿Cómo usar las formas socioculturales (música, pintura, escritura, action Paint, etc.) que atraen a los jóvenes de manera que se sientan identificados con el propósito del Plan Comunicativo?</p> | <p>Estructuración</p> <p>3. Usar las formas socioculturales que atraen a los jóvenes de manera que se sientan identificados con el propósito del Plan Comunicativo</p> | <p>*Metodología cualitativa Entrevista y etnografía digital Adaptar el lenguaje de los adolescentes a los mensajes, de la misma manera crear una identidad con la que se asemejen para manejar su mismo código.</p> |
| <p>Difusión</p> <p>4. ¿Cómo usan los canales de comunicación los adolescentes para que sirvan como aliados en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>Difusión</p> <p>4. Utilizar los canales que usan los adolescentes para que sirvan como aliados al Plan Comunicativo</p> | <p>*Metodología cuantitativa Sondeo</p> <p>*Metodología Cualitativa Etnografía digital Internet *Radio *Institución médica, escolar y asociaciones.</p> |
| <p>Interacción</p> <p>5. ¿Cómo utilizar las interacciones que tienen los adolescentes de manera que sean un apoyo en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>Interacción</p> <p>5. Utilizar las interacciones que tienen los adolescentes de manera que sean un apoyo en función del Plan Comunicativo</p> | <p>*Metodología cualitativa Entrevista y etnografía digital *Talleres *Terapia sistémica breve *Terapia cognitiva conductual</p> |

1.4.2 Preguntas y resultados esperados del diagnóstico

| PREGUNTAS PARTICULARES | RESULTADOS ESPERADOS DEL DIAGNÓSTICO | ACTIVIDADES A IMPLEMENTAR (TÁCTICAS) |
|-------------------------------|---|---|
| Expresión | Se espera que mediante la aplicación de la etnografía | El uso de: imágenes |

| | | |
|---|--|--|
| <p>2. ¿Qué tipo de mensajes se pueden implementar para que los adolescentes los perciban en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>digital a un grupo selecto de blogs y páginas dedicadas a usuarios practicantes del <i>cutting</i>, podamos tomar referencias de los tipos de mensajes que los practicantes atienden o que ellos emiten, para utilizarlos a favor del Plan Comunicativo.</p> | <p>videos mensajes escritos y de audio</p> |
| <p>Estructuración</p> <p>3. ¿Cómo usar las formas socioculturales que atañen a los jóvenes de manera que se sientan identificados con el propósito del Plan Comunicativo?</p> | <p>Se espera que mediante la aplicación de la entrevista, la etnografía digital y la historia de vida, se reconozcan los códigos que manejan los adolescentes así como con aquello con lo que se sienten identificados para lograr un mayor vínculo y captar la atención de nuestro público meta.</p> | <p>*Adaptar el lenguaje de los adolescentes a los mensajes, de manera que se sientan identificados, mediante el uso de sus mismos códigos.</p> |
| <p>Difusión</p> <p>4. ¿Cómo utilizar los canales que usan los adolescentes para que sirvan como aliados en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>Se espera que mediante la aplicación de la etnografía digital se logre usar el internet, la radio, la institución médica y la institución educativa como un canal en favor del plan comunicativo, tomando en cuenta los resultados arrojados de las preguntas anteriores para hacer un uso inteligente y efectivo para la difusión de dicho plan.</p> | <p>Usar los medios de comunicación, para la transmisión de los mensajes, de manera que sean un complemento uno del otro para generar mayor efectividad.</p> |
| <p>Interacción</p> <p>5. ¿Cómo utilizar las interacciones que tienen los adolescentes de manera que sean un apoyo en función del Plan Comunicativo?</p> | <p>Se espera que mediante la entrevista, la historia de vida y la etnografía digital, se puedan recoger datos que permitan identificar como usar las interacciones que tienen los adolescentes, así como algunas características de éstas, que nos permitan elaborar actividades</p> | <p>Implementar las siguientes actividades de forma metódica, de acuerdo a la institución utilizada y a la gravedad de los casos:</p> <ul style="list-style-type: none"> a) Talleres (cultural) b) Terapia sistémica breve c) Terapia cognitiva conductual |

| | | |
|--|---|--|
| | pertinentes para usar dichas interacciones a favor del Plan Comunicativo. | |
|--|---|--|

1.5 Actores Involucrados

| Actores | Descripción |
|------------------------------|---|
| Adolescentes de 12 a 16 años | Éstos son los actores principales: adolescentes expuestos a cambios biológicos, psicológicos y sociales. |
| Padres de familia | Éstos son actores involucrados y parte del sistema primario en el que deben interactuar los adolescentes, siendo los encargados de cuidar, instruir, guiar y sustentarlos. Además de proveer de costumbres, tradiciones, hábitos, apegos y relaciones afectivas o conflictivas. |
| Amigos | Éstos son actores secundarios involucrados con los principales, pero de gran importancia, pues comparten la misma edad (no siempre), pero los unen intereses y gustos en común. |
| Compañeros de clase | Éstos son actores terciarios que se involucran de manera esporádica con los principales, pero es importante tomar en cuenta este tipo de interacciones, ya que pueden entrar en conflictos con compañeros de clase. |

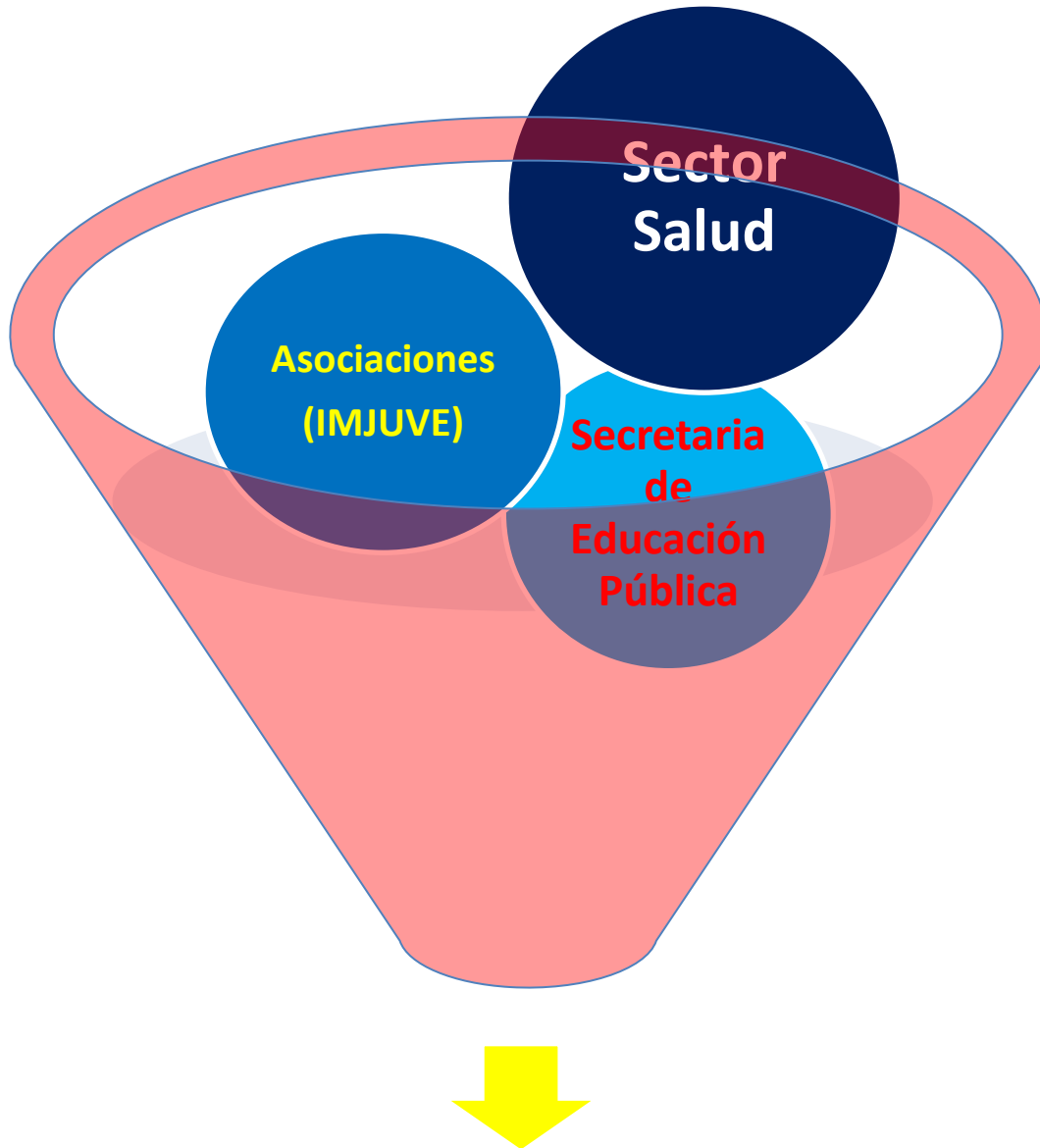
| | |
|---|--|
| Profesores | Éstos al igual que los anteriores son actores terciarios que se involucran de manera directa, sin embargo puede que esta relación se vea limitada, por considerar a los profesores como una figura de autoridad cuando los adolescentes están dentro de las instituciones escolares. |
| Factores | Descripción |
| Institución Sector Salud | Es importante tomar en cuenta al Sector Salud, ya que es la institución principal de la cual se puede obtener apoyo e información práctica, pues ya cuentan con experiencia en programas de ayuda y cuentan con una estructura que se puede aprovechar para optimizar un Plan Comunicativo. |
| Asociaciones | Es importante tomar en cuenta a las distintas asociaciones que se preocupan por problemas juveniles, pues cuentan con experiencia y utilizan estrategias creativas que toman elementos culturales y que se pueden aprovechar para atraer a los adolescentes, pues éstos necesitan dinamismo para atraer su atención una de ellas es el Instituto Mexicano de la Juventud (IMJUVE). |
| Instituciones de Educación (SEP) | Es importante tomar en cuenta el sector educativo, pues en las escuelas secundarias hay asesores que están |

| | |
|------------------|--|
| | para orientar a los adolescentes cuando detectan algún tipo de problema, por lo que se puede aprovechar este servicio para la detección y canalización de los adolescentes que presenten dicho síntoma. |
| Canales | Descripción |
| Internet y radio | Es importante tomar en cuenta el uso del internet, ya que éste, contiene diversas herramientas que se puede utilizar a favor del Plan Comunicativo, así como tiene su contra, pues es aquí donde los adolescentes refuerzan o se sienten apoyados al saber que hay otros adolescentes que practican el <i>cutting</i> . Además la radio es un medio que se puede utilizar para reforzar los mensajes y su difusión masiva. |

a) ACTORES

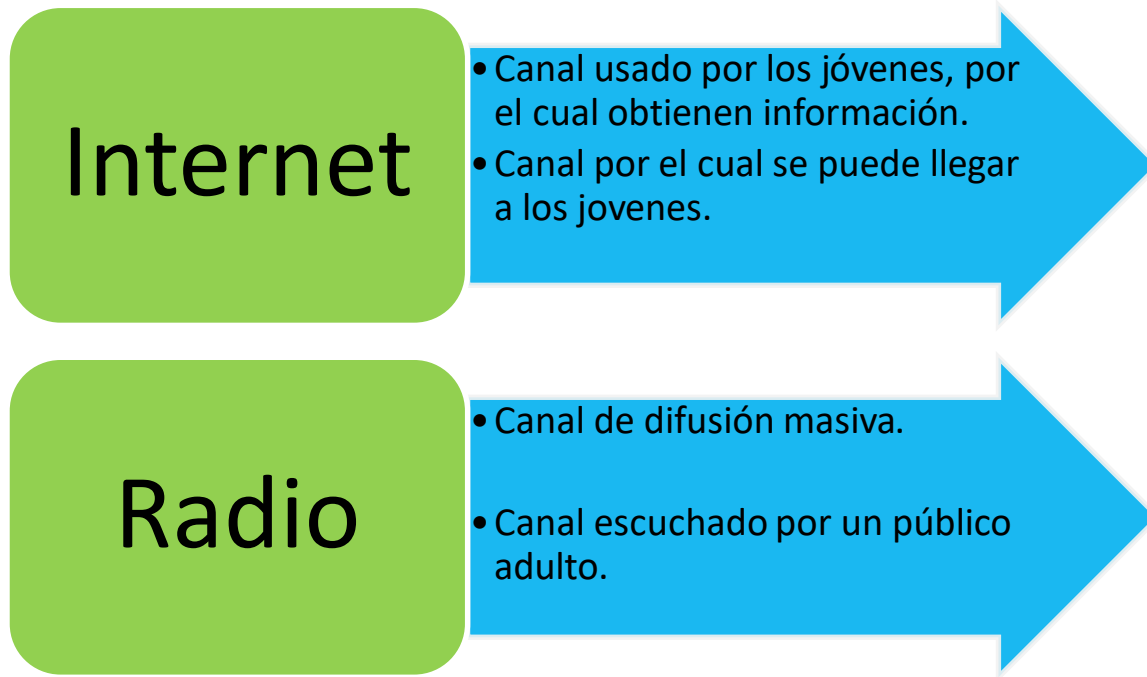


b) FACTORES



Trabajo en conjunto para cubrir tres espacios que ocupan los adolescentes, el principal es la escuela, en donde interactúan con amigos, compañeros y profesores, después tenemos las asociaciones, por ejemplo, el IMJUVE, el cual puede cubrir el tiempo libre del adolescente para inmiscuirlo en diversas actividades y finalmente está el Sector Salud, el cual abarca principalmente a los padres de familia, los cuales son los actores más próximos a los adolescentes practicantes del *cutting*.

b) CANALES



1.6 Metodología a implementar

La estrategia metodológica a implementar será mixta, ya que se complementan ambos enfoques cuantitativo y cualitativo, lo que nos permitirá realizar un trabajo más amplio y abrir nuestras perspectivas y visiones en cuanto a la problemática.

La metodología cuantitativa utiliza la recolección de datos para su análisis, de manera que se pueden responder las preguntas de investigación a través de la medición numérica, el conteo y el uso de estadísticas para establecer patrones en el comportamiento de la población a la que fue dirigida.

Mientras que la metodología cualitativa se enfoca en la descripción de las cualidades de un fenómeno, busca las múltiples visiones de la realidad e involucra a todos los actores dentro de una problemática, sus características principales de este tipo de metodología es que es inductiva y tiene una perspectiva holística, esto quiere decir que considera el fenómeno como un todo e involucra personas, escenarios grupos, etc., una característica que consideramos importante es que la investigación se realiza por medio de la interacción con los sujetos, ya que aun siendo investigadores, no dejamos de ser parte del contexto social y parte de la problemática y como método de investigación es flexible, puesto que nos permite incorporar hallazgos que no se tenían previstos.

Dentro de la investigación, se debe recalcar que tiene más peso el enfoque cualitativo y no es porque sea menos importante la metodología cuantitativa, pero es necesario especificar que el punto fuerte de la investigación está destinado al campo del sujeto, sus interacciones, significados, contextos, etc., siendo éste, del que se implementaran más instrumentos.

Una vez establecida la metodología a implementar es importante mencionar la selección del diseño dentro de este enfoque.

En cuanto a las técnicas e instrumentos para la recolección de información, se implementarán los siguientes:

- Sondeo: Para poder trabajar bajo un sondeo, es necesario realizar un cuestionario “que consiste en un listado de preguntas estandarizadas (leídas literalmente y siguiendo el mismo orden al entrevistar a cada informante). Su formulación es idéntica para cada encuestado (cita), dicha estructura nos permite abarcar todos

los aspectos importantes a tomar en cuenta dentro de la investigación, entre sus características definitorias se encuentran las siguientes:

1. La información se obtiene de una observación indirecta, por lo que siempre cabe la posibilidad de que la información que se obtiene no refleje la realidad.
2. La información abarca un amplio abanico de cuestiones. Puede incluir aspectos objetivos (hechos) y subjetivos (opiniones y actitudes) del presente y pasado.
3. La información debe recogerse de una manera estructurada, agrupada y posteriormente analizada (cita).

Ya que deseamos obtener opiniones y actitudes, nuestro cuestionario se realizó mixto, pues aunque en su mayoría las preguntas son cerradas con opciones de respuesta, también lo conforman preguntas abiertas, que no limitan a los informantes a expresar lo que desean.

- Etnografía digital “los dispositivos no son sólo instrumentos, sino que son elementos mediadores que transforman las prácticas, entidades y sujetos” (De la Etnografía antropológica a la Etnografía virtual, s.f.), esta puede observar con detalle las formas en que se experimenta el uso de una tecnología, entendiendo que el Internet no es el objeto de estudio, sino la herramienta donde se puede obtener una gran cantidad de información. (Etnografía virtual y el análisis en la sociedad digital, s.f.) Dicha técnica será implementada dentro de los blogs, redes sociales y chats identificados, pues han incluido una nueva forma para las relaciones interpersonales, que van en aumento, incluyendo otros elementos que

en cierta forma han hecho cambiar la manera en que los adolescentes se interrelacionan, con el fin de captar información que nos permita enriquecer el Plan Comunicativo.

- Entrevistas semi-estructuradas: la utilización de este tipo de entrevistas es principalmente porque es flexible, abierta y se utiliza una guía que nos ayuda a dar camino a la investigación; se efectúa mediante conversaciones y eso sirve para crear un vínculo con los entrevistados, y así la información que nos proporcione el sujeto será más relevante para la investigación.

Un punto importante dentro de esta técnica, es que a los sujetos les gusta ser escuchados y una entrevista nos puede facilitar este aspecto.

1.7 Presupuesto/viabilidad

El presupuesto del proyecto está de la mano con la Secretaría de Salud del Distrito Federal, principalmente, pues es un trabajo en conjunto con esta institución y como ésta tiene consigo otras instituciones como: Centros de salud, el Instituto Mexicano de Seguro Social (IMSS), el Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) y el Seguro Popular, que cumplen con la responsabilidad de brindar ayuda en cuestiones de salud a los trabajadores y a sus familias, tal y como se menciona en el artículo cuarto de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos: “Toda persona tiene derecho a la protección de la salud. La ley definirá las bases y modalidades de acceso a los servicios de salud y establecerá la concurrencia de la federación y las entidades federativas en materia de salubridad general, conforme a lo que dispone la fracción XVI del artículo 73 de esta Constitución”(Unicef, s.f.), este fragmento fue adicionado mediante decreto publicado en el Diario Oficial de la Federación el 3 de

febrero de 1983, sin embargo la UNICEF pide especificar en este artículo la importancia que tienen la salud y el cuidado de esta para los niños, así que bajo la presidencia de Ernesto Zedillo (1994-2000) el artículo queda de la siguiente manera:

La comisión permanente del Congreso General de los Estados Unidos Mexicanos, en uso de la facultad que le confiere el artículo 135 constitucional y previa aprobación de la Cámara de diputados y de senadores del Congreso de la Unión, así como la mayoría de la honorable legislatura del Estado, declara reformado el artículo 4° de la Constitución Política de los Estados Unidos Mexicanos. Artículo único: Se reforma y adiciona el artículo cuarto, el último párrafo de la Constitución General de la República para quedar como sigue: Los niños y niñas tienen derecho a la satisfacción de sus necesidades de alimentación, salud, educación y sano esparcimiento para su desarrollo integral. Los ascendentes, tutores y custodios tienen el deber de preservar estos derechos. El Estado proveerá lo necesario para proporcionar el respeto a la dignidad de la niñez y el ejercicio de sus derechos. El Estado otorgará facilidades a los particulares para que se coadyuven al cumplimiento de los derechos de la niñez (Unicef, s.f.)

Así que, para lograr lo establecido en dicho artículo, la Secretaría de Salud cuenta con programas que dan financiamiento a proyectos de salud anuales, a los que llaman “Operación del Sistema”, estos proyectos son financiados de manera solidaria, mediante impuestos, por parte de la federación, las entidades federativas y los beneficiarios (derechohabientes), por una cuota social llamada Aportación Solidaria Federal que son la fuente de recurso para solventar los gastos que integran el Programa Operativo Anual, esto pensando que el Plan Comunicativo está diseñado para realizarse en tiempo promedio de un año y que a su vez se divide en tres etapas: lanzamiento, mantenimiento y declive, recordando que la etapa de mantenimiento es en la cual se utilizará la mayoría de los recursos otorgados.

El Programa Operativo Anual, tiene como objetivo, proporcionar a los regímenes estatales de protección social en salud, los elementos normativos y criterios presupuestales, para su elaboración como instrumento de planeación de los recursos humanos, materiales y suministros, servicios generales, bienes, muebles y obra pública necesarios para la operación del sistema.

Existen cuatro tipos de financiamiento de proyectos: Proyecto de Gasto Operativo del Régimen Estatal, Proyecto de Gasto Operativo de los Módulos de Afiliación y Orientación, Proyecto de Gasto Operativo de los Módulos de Afiliación y Orientación tipo Nudo y el último, Proyecto de Gasto Operativo de los Gestores del Seguro Popular.

Ahora bien, en cuanto al Instituto Mexicano de la Juventud IMJUVE, también propone un presupuesto para lo que llama “Ayudas sociales” en donde se incluyen los diferentes servicios que la dependencia ofrece, entre ellos se encuentran los siguientes:

| Servicios |
|--|
| ▶ Condusef Joven 2016 |
| ▶ Condusef Joven 2015 |
| ▶ Atención Psicológica |
| ▶ Premio Nacional de la Juventud |
| ▶ Emprendedores Juveniles |
| ▶ Becas Académicas |
| ▶ Bufete Juridico |
| ▶ Servicio Social |
| ▶ Equidad y Género |
| ▶ Bolsa de Trabajo |
| ▶ Derechos Humanos: derechos que tenemos a pesar de lo que sea |
| ▶ Desintoxicate del Bullying |
| ▶ Manual de Organización y de Procedimientos del IMJUVE |
| ▶ Servicios de otras secretarías para jóvenes |
| ▶ Centro de Documentación Cendoc-Imjuve 2016 |
| ▶ Espacio Joven |

Así, el presupuesto que se maneja para las “Ayudas sociales” correspondió a la cantidad de \$2,669,427.00 en 2016. Donde, además de los servicios antes mencionados, también se integran campañas, programas, cursos, talleres, pláticas y conferencias para padres, foros y cine debates que proporcionan la ayuda para los jóvenes y proporcionan las herramientas para contribuir en los servicios que el IMJUVE brinda, ya que esta dependencia cuenta con diversos instrumentos de investigación, de los que se vale para saber qué piensan, cómo se ven o cuáles son las necesidades a responder de los jóvenes (IMJUVE, 2015).

| | 2016-03 | 2015-03 |
|--|---------------|----------------|
| SIN DEFINIR | | |
| SIN DEFINIR | | |
| Efectivo y sus equivalentes | 1,088,454.57 | -1,725,913.84 |
| Derechos a Recibir Efectivo o Equivalentes | 77,508.56 | 4,571,861.73 |
| Depreciación, Deterioro y Amortización Acumulada de Bienes | 144,157.88 | -663,262.46 |
| Activos Diferidos | 0.00 | -31,264,846.98 |
| Cuentas por Pagar a Corto Plazo | -684,842.16 | 3,226,771.08 |
| Pasivos Diferidos Corto Plazo | 0.00 | 31,264,846.98 |
| Resultado del Ejercicio (Ahorro/Desahorro) | -1,706,647.38 | -2,567,234.89 |
| Resultados de Ejercicios Anteriores | 0.00 | 2,567,234.89 |
| Transferencias, Asignaciones, Subsidios y Otras Ayudas | 13,358,886.71 | -65,309,220.12 |
| Servicios Personales | 4,730,279.87 | 15,384,602.14 |
| Materiales y Suministros | 113,645.44 | 1,478,648.93 |
| Servicios Generales | 3,994,729.12 | 31,872,873.24 |
| Subsidios y Subvenciones | 0.00 | 3,959,800.00 |
| Ayudas Sociales | 2,669,427.00 | 6,040,576.84 |
| Transferencias al Exterior | 0.00 | 500,000.00 |
| Estimaciones, Depreciaciones, Deterioros, Obsolescencia y Amortizaciones | 144,157.88 | 663,262.46 |
| TOTAL SIN DEFINIR | 0.00 | 0.00 |
| FLUJOS NETOS DE EFECTIVO DE LAS SIN DEFINIR | 0.00 | 0.00 |

Así, consideramos al IMJUVE una pieza importante para la elaboración de este plan comunicativo, ya que la dependencia puede apoyarnos con aportes a nuestra investigación, pero más que nada, podría brindar el apoyo ofrecido en cuanto a las asesorías psicológicas, a la prevención de adicciones, las demandas de salud y hasta la inclusión de los adolescentes. De esta manera podemos englobar los tres factores que se mencionaron al inicio: la SEP, el Sector Salud y alguna Asociación, que en este caso es el IMJUVE.

CAPÍTULO 2

DESARROLLO DE LA INVESTIGACIÓN PARA LA ELABORACIÓN DEL PLAN DE COMUNICACIÓN

Una vez definido el protocolo del Plan Comunicativo se puede iniciar con los aspectos que se desean investigar, así que antes de poder realizar un diagnóstico adecuado, es importante conocer todas las implicaciones de la problemática del *cutting*, pues como investigadores no somos expertos en el tema, sin embargo sí somos el enlace, un intermediario, entre una institución y la sociedad.

2.1 Aproximación conceptual desde donde se aborda el problema

La construcción del marco conceptual, nos permitirá abordar el tema desde una perspectiva concreta, para evitar confusión en cuanto a los múltiples conceptos que se han desarrollado en torno a la problemática, ya que se han encontrado con diferentes nombres como lo son: *self-injury*, *rissuca* y *autolesión* con sus derivados, los cuales se explicarán más adelante.

Es importante resaltar que el término *cutting* es usado en países de habla hispana; por lo cual es necesario establecer que en esta investigación nos hemos enfocado únicamente en usar este concepto, primero como una acción que significa cortar y posteriormente como un síntoma que esconde aspectos más profundos que se relacionan con el sujeto, como pueden ser: los trastornos alimenticios (bulimia y anorexia) o trastornos mentales como: la esquizofrenia, los trastornos de personalidad, la depresión, ansiedad, bajo autoestima, etc.

Retomando la expresión autolesión, es necesario realizar aclaraciones respecto a ello, ya que están considerados diferentes niveles y aun el suicidio figura en la

clasificación retomada del libro “*Healing the hurtwithin: Understand self-injury and self-harm, and heal the emotional wounds* (Sutton, 2007), ya que existe un término llamado autoagresión deliberada (autoagresión), conocida también como suicidio o intento de suicidio, pero en cuanto a la autoagresión, se usan otros dos términos: autolesión y automutilación, a su vez, de éstos dos se desprende la siguiente lista: auto herirse, cortarse, violencia auto infligida, auto cortarse, comportamiento auto lesivo, autoabuso y comportamiento autodestructivo.

Dentro de este libro, hay un capítulo que da una breve historia de cómo y cuándo fueron apareciendo los términos, pero sólo nos centraremos en lo que es la autolesión, pues es, el que más se acerca a nuestro referente, el *cutting*.

La palabra que se describe dentro de este rango (autolesión) es la automutilación, denominada como: “destrucción deliberada o alteración del tejido corporal de uno sin intención suicida” (Favazza, 1996: xviii-xix), también se describen lo que son los comportamientos auto-lesivos como “todo comportamiento que involucra infligirse deliberadamente daño físico directo al propio cuerpo sin intención de morir como consecuencia del comportamiento” (Simeón y Favazza 2001:1) y finalmente la violencia auto infligida, definida como: daño intencional hacia el propio cuerpo sin intención de suicidio consciente” (Alderman, 1997:7).

De acuerdo con Miller y Smith (2008), la autolesión sin intencionalidad suicida (*cutting*) se ha convertido en “la epidemia más reciente a evaluar y tratar”. Definida como un acto intencional y autoinfligido que conlleva un daño corporal de baja letalidad, efectuado con el fin de aminorar el dolor emocional. Estos autores señalan que la

autolesión tiene como función, en la mayoría de los autolesionadores, un mecanismo rápido y efectivo de regulación emocional (Klansky, 2009). Otro aspecto importante es que “la autolesión es una conducta que suele presentarse en la adolescencia” (Nock y Mendes, 2008) y es generalmente mantenido en secreto por quien lo realiza (Whitlock, et. al., 2006).

Estos conceptos son de utilidad para entender que el *cutting* presenta las anteriores características, pero aun así hay discrepancia en sólo hacer uso de un término, porque algunas autolesiones están ligadas a suicidios, pues antes de que la persona tomara la decisión de acabar con su vida, había lastimado su cuerpo, por lo que existe relación entre autolesión y suicidio.

Dentro del área del psicoanálisis, se debe tomar a consideración lo trabajado por Jaques Lacan, quien retoma el trabajo realizado por Freud en relación al término “actingout” que se relaciona con el concepto de repetición-repetición de lo repetido, donde el sujeto actúa aquello que por la represión de los significantes no puede recordar. Es decir el actingout está del lado del sentido, del sentido reprimido: hay un significante enlazado (Lacan, 1999).

Así que el actingout podría tener más que ver como un acto tal cual, en relación al corte, ya que hay un marco del mensaje que va dirigido a otros, es la identificación de un sujeto con un significante, donde entra en juego el ser y el goce pero sin perder de vista en ningún momento la relación con el otro.

Entendido de esta manera, los cortes que se realizan los adolescentes involucrados en la práctica del *cutting* buscan de algún modo comunicar un significante a

las personas que los rodean y pueden ser representaciones de algo que no se está comunicando de manera correcta, un acto que el joven desea que sea descubierto para poder ser observado por los demás en su entorno social.

¿Qué es el *cutting*?

La práctica del *cutting* consiste en hacer heridas superficiales en diferentes partes del cuerpo, como pueden ser: los brazos, las muñecas y en algunos casos las piernas y el ombligo. “Se trata de un acto compulsivo en el que incurren personas con alguna inestabilidad emocional, con la finalidad de liberar el dolor, enojo, presión, ansiedad o como una forma de llamar la atención de la gente que los rodea” (Vanguardia, s.f.), la académica Emilia Lucio Gómez relaciona estrechamente los factores sociales y culturales como posibles detonantes del *cutting* esto es porque el entorno en el que viven actualmente los adolescentes se encuentra lleno de competencias por conseguir ser mejor que el de enfrente, estereotipos de belleza, violencia, etc.

La clasificación del *cutting*

Los psiquiatras infantiles Favazza y Rosenthal de la Universidad de Massachusetts clasifican el *cutting* en relación al diagnóstico de la siguiente manera:

1. Automutilación mayor: se asocia a un desorden psicológico severo, pacientes con patología psiquiátrica severa.
2. Automutilación estereotípica: se asocia a un desorden o a un trauma psicológico.
3. Automutilación superficial: es el tipo más observado comúnmente (se cree que un 1.4% de la población lo ha realizado) (Favazza y Rosenthal, s.f.).

Con base a la clasificación anterior, podemos definir que el tipo de *cutting* que se presenta entre los adolescentes es la automutilación superficial, pues su intención no es causar un daño severo y poner en riesgo su vida, sino mediante estos cortes superficiales, esconder de algún modo lo que verdaderamente desencadena esta práctica, independientemente de que la autolesión guarde un significado para quien la realiza, y que entre los adolescentes pueda haber un reforzamiento social de la conducta (Heilbran y Prinstein, 2008), sin embargo, esta conducta no es aceptada o alentada por la sociedad a la que pertenece el individuo, por lo que se concluye que: la autolesión es una acción secreta que entraña sentimiento de culpa y vergüenza.

Un aspecto importante al tratar este tipo de situaciones, es que se debe de tener mucho cuidado en relación a cómo definir la práctica de *cutting*, ya que la definición puede mal interpretarse, dependiendo del enfoque que se le desea dar y crean un conflicto o confusión aún más grande en los adolescentes que lo practican, no se puede generalizar ante las causas que los adolescentes señalan como detonantes porque cada uno de ellos tendrá sus propias razones que los llevan a autolesionarse.

Se recomienda, en caso de que no sea un adolescente que presente algún trastorno psicológico (como lo pueden ser trastorno de la personalidad, psicosis, esquizofrenia, etc.), tomar en cuenta las siguientes alertas, ya que pueden ser factores que desencadenen la práctica del *cutting*:

- a) Antecedentes de autoagresiones
- b) Duelo reciente
- c) Alteraciones cognitivas
- d) Altos niveles de angustia
- e) Manejo inadecuado de los impulsos (Autolesión, s.f.)

***Cutting* desde lo psicológico**

Para realizar el Plan Comunicativo es necesario que no sólo se tomen en cuenta las cuestiones relacionadas con la Comunicación y la Cultura, sino que es de gran importancia que todas las disciplinas trabajen en conjunto, para poder dar un amplio aspecto a esta problemática y para ello se necesita hacer un grupo de trabajo multidisciplinario que nos permitirá dar diferentes puntos de vista a esta situación y del mismo modo poder presentar las múltiples visiones con relación a un problema, pues la realidad en ningún momento se fracciona y por eso se deben tomar en cuenta otras disciplinas como la Psicología y Pedagogía que están estrechamente relacionadas con el tema.

Una vez reconocido el problema, existen maneras diferentes de tratarlo y para ello es necesario acudir con un psicoterapeuta calificado y con experiencia en el tema, pues nosotros como comunicólogos no somos especialistas, sino que únicamente fungimos como mediadores ante la problemática y somos el punto de unión entre el problema y la solución.

En cuanto a lo psicológico, el *cutting* puede considerarse una enfermedad o ser sólo un síntoma de alguna otra cuestión psicológica en el adolescente, como algún trastorno de la personalidad (Esquizofrenia, Bipolaridad, Manía, Depresión, etc.), y es importante mencionar que al practicar *cutting*, no significa que el practicante padezca una enfermedad mental, sino que estos trastornos sólo son considerados como posibles causas, es por ello que se debe de tener un amplio cuidado en la forma que se maneja

el tema desde lo psicológico, para no etiquetar o dar por sentado un diagnóstico equivocado.

Así que es necesario darse una idea de cómo es que ven los psicólogos el *cutting* en diferentes aspectos y como cada uno de ellos le da un poco de su propia interpretación.

La Psicóloga Clínica Ivanna Julbe, que trabaja en la ciudad española de Barcelona, explica estos casos de la siguiente manera: “autolesionarse es una forma de externalizar su dolor emocional que, a priori, les sirve para sentirse aliviados. Esta pena que sienten la sustituyen por un sufrimiento físico, y eso, de momento, les tranquiliza y alivia. También puede verse como un intento de mostrar cómo se sienten esas personas y de pedir ayuda” (El Independiente Baja California Sur, 2014).

Según esta especialista, quienes se autolesionan “tratan de controlar su amargura emocional provocada por la infinidad de conflictos que acontecen en cierta etapa de la vida, especialmente la adolescencia, como son problemas de relación con los padres, conflictos en la escuela, soledad, aislamiento, depresión, estrés, ansiedad por pérdida o separación, etc. En definitiva, pretenden sentir que controlan su vida” (El Independiente Baja California Sur, 2014).

El psiquiatra Mario Torruco Salcedo argumenta con cuatro puntos de vista:

1º. El ser humano conoce desde hace muchísimos años la delgadísima frontera entre dolor y placer; esto se debe principalmente a que cuando algo nos hace daño, el cerebro libera ciertas sustancias que disminuyen el dolor, es decir, algo así como analgésicos ‘naturales’. Estos mismos son los que se liberan cuando tenemos una sensación placentera, por lo tanto, al hacernos daño se liberan estos

analgésicos y, en un momento dado, puede disminuir otro tipo de sufrimiento, como el emocional o psicológico (Psiquiatría, Psicoterapia Médica y Tratamiento de Adicciones, s.f.)

De acuerdo a esta definición, podemos decir que Torruco encuentra un causante en lo biológico, en el funcionamiento normal del cerebro ante una situación de dolor.

2º. El enojo, la frustración, la ansiedad y la tristeza, como cualquier emoción, debe 'descargarse', es decir, debe ser expresada para que podamos liberarnos de ella. Cuando lo hacemos, nos sentimos relajados, como si 'nos hubieran quitado un peso de encima'. De esta manera, el hacernos daño puede liberar ese enojo, frustración, ansiedad o tristeza y hacernos sentir mejor

3º. Cuando 'distraemos' nuestra atención de un dolor, generalmente se nos 'olvida' y disminuye su intensidad. Así, si tenemos una pena emocional muy grande y nos producimos un dolor físico, el emocional disminuirá (Psiquiatría, Psicoterapia Médica y Tratamiento de Adicciones, s.f.)

Este segundo detonante, bien puede estar relacionado al aspecto psicológico del adolescente, pues toma en consideración los sentimientos y las emociones y cómo es que éstas buscan ser descargadas de alguna manera, siempre y cuando buscando que esta descarga sea de la mejor manera y no cortando el cuerpo.

4º. "Y por último, y lo más probable, es que en las personas que se autolesionan ocurran las tres circunstancias mencionadas anteriormente, y todas ellas produzcan que, el dañarse, sea más 'placentero' que el enojo, frustración, tristeza o ansiedad".

Finalmente este psiquiatra engloba los tres aspectos mencionados relacionados con el *cutting*: los factores biológicos, psicológicos y sociales, así como estos elementos se interrelacionan para poder desencadenar esta problemática.

Tratamiento del *cutting* desde lo psicológico

El tratamiento psicológico del *cutting* puede llevarse a cabo de forma individual (terapeuta-practicante) o grupal (terapeuta-practicantes), generalmente está dirigido a tratar la dificultad emocional, el trauma o el trastorno subyacente. También puede incluir terapia cognitiva conductual, que es una “forma de entender cómo piensa uno acerca de sí mismo, de otras personas y del mundo que los rodea, y cómo lo que hace, afecta a sus pensamientos y sentimientos” (Timms, 2007). Esta terapia ayuda a cambiar la forma en la que se piensa y cómo es que se actúa entre diferentes situaciones que afectan la manera en la que los adolescentes reaccionan, pues se centra en el aquí y el ahora.

Otro tipo de tratamiento contra la autolesión puede incluir la ingesta de medicamentos como: antidepresivos, antipsicóticos, calmantes, etc., de manera previa a la evaluación médica y es importante señalar que la efectividad del tratamiento depende de la disponibilidad (la aceptación que el adolescente tenga en cuanto a respetar horarios de la medicación), del practicante.

Sin embargo, existen ocasiones en las que el problema no mejora pese al tratamiento, por lo cual el psiquiatra Mario Torruco menciona que “en caso de que no podamos con determinada situación que está afectando emocionalmente a nuestros hijos, no sintamos miedo o pena de buscar ayuda profesional tan pronto como sea posible” (Salcedo, s.f.) pues una autolesión no es una enfermedad como tal.

Podemos ver que en el área psicológica y psiquiátrica se han hecho avances, los cuales, en combinación con otras áreas pueden ser complementarios para formar un plan comunicativo eficaz para confrontar este problema, pues pese a que es un fenómeno

relativamente nuevo, esto no impide usar lo que ya se conoce de las áreas antes mencionadas y hacer un mejor uso de los elementos y herramientas proporcionadas por éstas.

En relación con el área de la psiquiatría, el hospital infantil Dr. Juan N. Navarro de la Ciudad de México realizó un estudio sobre la autolesión entre los años 2005 y 2011, tomando el rango de edad de 12 a 17 años y la muestra la conformaron 556 pacientes, dicho estudio arrojó los siguientes resultados:

Cuadro 1. Características demográficas y clínicas de la muestra

| Característica | % | N = 556 |
|-------------------------------|------------------|---------|
| Sexo femenino | 76.30 | 424 |
| Ocupación: | 77.20 | 429 |
| • Estudiantes | 3.40 | 18 |
| • Empleados | 19.20 | 106 |
| • Ninguna | | |
| Nivel socioeconómico bajo | 71.20 | 396 |
| Religión católica | 80.00 | 445 |
| Constitución familiar: | | |
| • Ambos padres | 47.30 | 263 |
| • Sólo la madre | 38.70 | 215 |
| • Otros familiares/casa hogar | 14.00 | 78 |
| Disfunción/violencia familiar | 83.50 | 464 |
| Abuso sexual | 49.50 | 275 |
| Edad promedio | 29.70 | 65 |
| Escolaridad promedio | 14.46 ±1.50 años | |
| | 7.70 ±1.65 años | |
| Diagnósticos | | |
| • Trastorno afectivo | 67.10 | 373 |
| • Trastorno de conducta | 23.00 | 128 |
| • Abuso de sustancias | 21.80 | 121 |
| • Trastorno de ansiedad | 13.10 | 73 |
| • Personalidad | 9.20 | 51 |
| • Trastorno de alimentación | 6.70 | 37 |
| • Retraso mental | 5.80 | 32 |
| • Esquizofrenia | 3.10 | 17 |
| • Epilepsia | 2.50 | 14 |
| • Trastorno de eliminación | 1.80 | 10 |
| • Tricotilomanía | 1.30 | 7 |

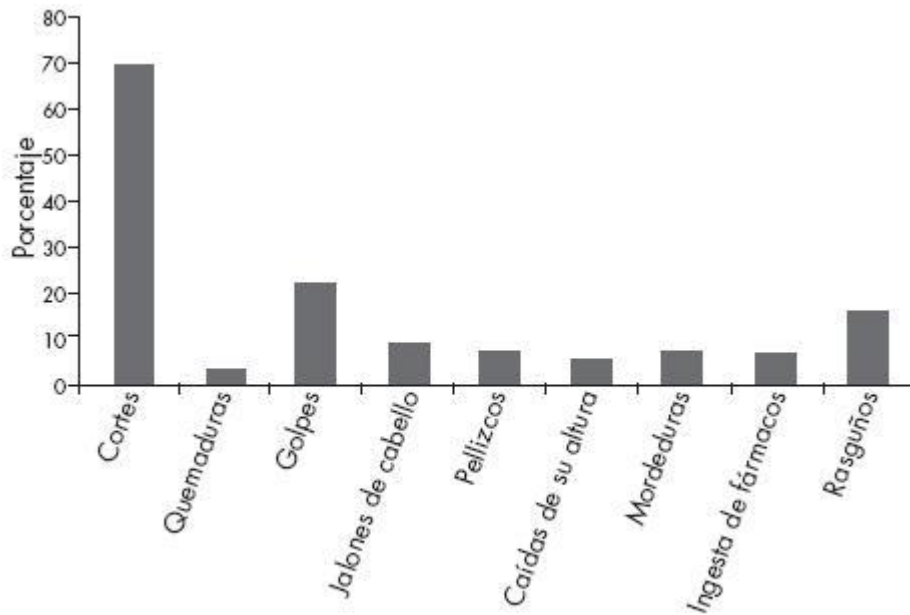


Figura 1. Frecuencia de los diferentes tipos de autolesiones

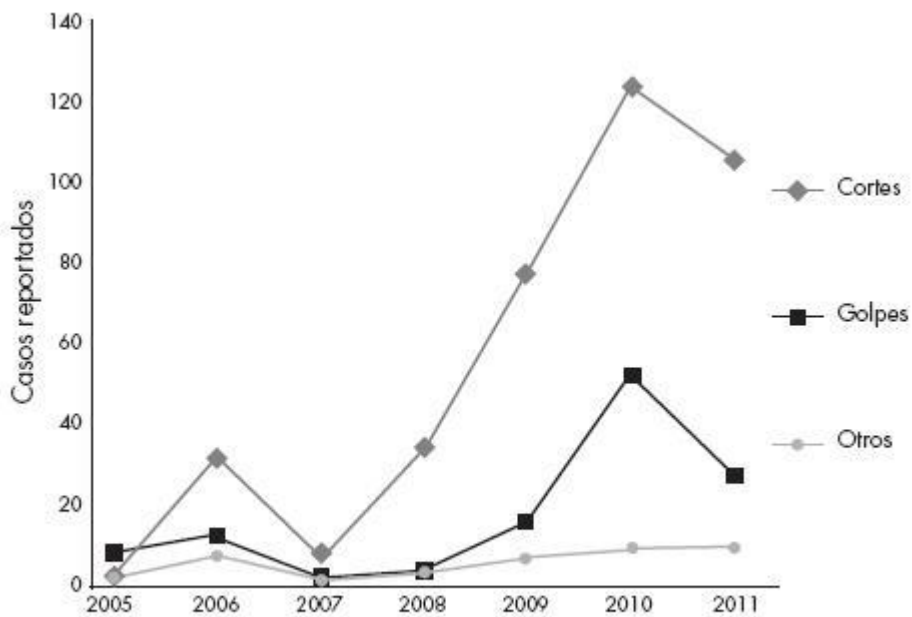


Figura 2. Frecuencia de autolesiones por año

Fuente: (Aldair Cabrera y Gabriela López

en:http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-33252013000500010)

Al hacer un análisis de las gráficas anteriores, podemos ver que los cortes no son la única manera de autolesionarse, también están los rasguños, las quemaduras entre otros, así como desórdenes o trastornos mentales, alimenticios; hablando de este estudio en específico, pues no se puede afirmar que todos tienen el mismo problema raíz, ya que la personalidad, la depresión y el entorno familiar son otros factores que se deben considerar.

El *cutting* visto como una adicción

Es necesario definir primero qué es una adicción, para poder establecer por qué el *cutting* puede ser considerado dentro de éstas, mencionando que para realizar este plan comunicativo en ningún momento se tomará como tal, ya que al igual que en lo psicológico, puede generar en el público al que va dirigido, una confusión y causar en los afectados: rechazo, burlas, segregación, etc.

Tomado de la Organización Mundial de la Salud, una adicción es “una enfermedad física y psico-emocional que crea una dependencia o necesidad hacia una sustancia, actividad, o relación” (Conadic, 2008) se caracteriza por una serie de signos y síntomas que involucran factores biológicos, genéticos, psicológicos y sociales, sin embargo para que se le reconozca como una adicción, también debe definirse el concepto de droga, resaltando la idea de que en el caso del *cutting*, los practicantes no consumen ningún tipo de sustancia, sino que al cortarse, su cerebro genera sustancias químicas naturales del cuerpo humano, que causan el mismo efecto que produce una droga al ser ingerida.

Nuevamente retomaremos a la OMS, quien define droga como “toda sustancia que introducida en el organismo vivo puede modificar una o varias de sus funciones alterando

los pensamientos, emociones, percepciones y conductas en una dirección que pueda hacer repetir la experiencia, pudiendo provocar mecanismos de tolerancia y dependencia” (Conadic, 2008).

El *cutting* visto desde lo social

Para poder tratar el *cutting* en todos los aspectos, bio-psico-social, es necesario retomar ciertos elementos que se ven involucrados en la problemática en cuanto a lo social, pues los adolescentes interactúan con estos en su vida cotidiana. El primero es el concepto de moda, pero no únicamente visto como una cuestión de repetir lo que los amigos hacen o de vestir lo que usan las modelos, traer el celular más moderno, etc., ya que hay algunos psicólogos del Centro A&M Psicología Andújar C.B. (A & M Psicología Andújar, 2015), que ven el *cutting* como una moda que se está popularizando, sin embargo la moda, según Gilles Lipovetsky, muestra aspectos deteriorados de la sociedad “es la modificación a la representación de los cuerpos, angustia de la edad, obsesión por la salud, por la línea, por la higiene, rituales de control y de mantenimiento, cultos sociales y terapéuticos, súper consumo de los productos que muestran del *self* corporal” (A & M Psicología Andújar, 2015).

Retomando esta idea del *self* de Mead y entendiéndolo de manera que el individuo existe como tal, siempre y cuando los que lo rodean lo noten, pues de nada sirve salir a la calle vestida (o) con la ropa más cara del mundo, si las personas con las que se va interactuar a lo largo del día en diferentes sistemas (familia, amigos, escuela, trabajo, etc.), no se dan cuenta de esta cuestión.

Del mismo modo Lipovetsky menciona que “el ser humano ya no se suicida, se deprime” (Lipovetsky, 1986:64) y esto lo identifica principalmente por lo que sucede en la sociedad, una sociedad cambiante, inestable, deteriorada, en crisis, que muestra de una manera cruda como las relaciones humanas son cada vez más crueles y conflictivas y es por eso que la moda no debe de ser relacionada a una cuestión meramente de vestimenta.

La moda es una “forma específica del cambio social que no se haya unida al objeto determinado, sino que ante todo dispositivo social caracterizado por una temporalidad particularmente breve, por virajes más o menos antojadizos, pudiendo afectar o muy diversos ámbitos de la vida colectiva” (Lipovetsky, 1986:64), la moda visto como algo cambiante que de algún modo se va modificando de acuerdo a como va cambiando la sociedad.

Es por ello que el *cutting* se debe ver como moda, pero no como una moda de repetir lo que los amigos hacen o lo que el artista favorito hace, sino que debe ser un reflejo de la sociedad y todas las problemáticas sociales, son el reflejo actual de una sociedad estereotipada, violenta, competitiva, dañada y es por eso que Lipovetsky esgrime el fenómeno de moda asociado a su contexto y significado social.

Y es aquí donde podemos relacionar la manera de pensar de Lipovetsky con la de Zygmunt Bauman y su libro *Modernidad líquida*, donde menciona que dicha modernidad, “es una figura del cambio y de la transitoriedad: los sólidos conservan su forma y persisten en el tiempo: duran, mientras que los líquidos son informes y se transforman constantemente: fluyen” (Bauman, 2003), con lo anterior podemos hacer una conexión,

pues si lo miramos de esta manera, la sociedad se ha vuelto líquida, no tiene forma, no es constante, cambia, fluye conforme a lo que se va dando, y como la sociedad es líquida, los individuos que interactúan con ella serán un reflejo de dicha sociedad, personas sin forma, sin identidad, cambiantes, “el otro tipificado como extraño por el desconocido es un portador innato de incertidumbre, de potencial peligroso, siendo, tal vez, su mayor amenaza, el atentar contra la clasificación misma que sostiene el orden del espacio social en el que se inscribe el mundo” (Bauman, 2004:171), entre personas se desconocen, las interacciones se han ido modificando tanto que hoy en día hay personas que prefieren tener relaciones sentimentales por medio del internet; en el caso del *cutting*, es mediante diferentes páginas en internet que los adolescentes hablan de sus problemas, de su vida y de cómo se sienten en el momento en el que deciden lastimar sus cuerpos.

Así pues, las lesiones pueden crear entre los practicantes del *cutting* una identidad social como lo menciona Erving Goffman, en cuanto al estigma, utilizado principalmente como un atributo descalificador, un factor que te hace diferente ante la mayoría, el autor lo retoma con las deformaciones físicas, los defectos del carácter y los estigmas triviales de raza, que son aspectos que de alguna manera el individuo no puede controlar.

Sin embargo, bajo esta idea retomamos estigma como una marca que te hace salir de la normalidad y esa marca será la autolesión “el estigma conlleva una doble perspectiva: la de los desacreditados cuya `calidad de diferente´ es conocida o resulta evidente en el acto (señales en el cuerpo o minusvalía o diferencias) y la de los desacreditables cuya `diferencia´ no es conocida ni inmediatamente perceptible” (Goffman, 2006), ante lo desconocido evadimos la realidad, perdiendo de vista las problemáticas. Con esto, podemos decir que los que practican el *cutting*, entrarían en la

clasificación de los desacreditables, pues no siempre los cortes que se realizan son visibles.

El *cutting* en América Latina

Para conocer más sobre la problemática del *cutting*, se debe comenzar a trabajar desde un contexto macro-social, para estar al tanto de los factores, causas y consecuencias principales que desencadenan dicha práctica en diferentes lugares del mundo, por lo cual es necesario considerar el trabajo que se ha desarrollado sobre el tema a nivel mundial en los últimos años, haciendo un registro adecuado del fenómeno, en relación a esta práctica, donde es necesario mencionar de forma clara y concisa los síntomas que manifiesta dicha situación, es decir, las señales que son manifiestas de la problemática y de las cuales es necesario buscar las causas.

Hay que tomar en cuenta que la práctica del *cutting*, puede ser un síntoma que esconde el verdadero problema y, que, a su vez, éste oculta otros que no son visibles físicamente, pero que se pueden inducir, debido a la magnitud de esta señal, que es auto-lastimarse o lesionarse, esto sin duda, puede relacionarse con el aspecto psicológico de la persona, pero aun así no es la fuente del problema, como lo menciona Beatriz De los Ríos Torres, autora del artículo *Jóvenes que se autolesionan*:

Este tipo de conductas están destinadas al fracaso ya que al evadir, solo se está tratando de aliviar un síntoma pero no se está tratando el origen del problema y si no se atiende el origen, el síntoma solo cambiará pero no se resolverá nada (De los Ríos, 2014)

Sin embargo, se debe mencionar que debido a que es una práctica relativamente actual y poco analizada, la información obtenida sobre el tema es muy diversa y puede variar dependiendo del área de estudio que esté tratando la problemática.

A continuación, se presenta información recopilada en diferentes páginas de internet que hablan del *cutting* en los adolescentes y así poder rescatar de éstas, las coincidencias que existen entre la práctica del *cutting* en diferentes lugares del mundo y cómo se relacionan con México.

El hecho de que Latinoamérica carezca de investigaciones formales referentes al *cutting*, señala una alerta. La búsqueda de ayuda que una cifra creciente de practicantes realiza a través de internet, el prejuicio que la sociedad tiene hacia la afectación, así como la escasa capacitación que posee el personal médico y de salud mental para evaluar y tratar estos casos, justifican el deber de la comunidad científica mexicana (y de Latinoamérica) de desarrollar esta importante investigación en todos sus ámbitos de estudio.

Argentina

En Argentina, la psicóloga, psicoanalista y especialista en conflictos sociales y culturales Mirta Goldsten, menciona en su artículo *Cutting: una práctica de nuestro tiempo*, que:

La violencia contra sí mismo es característica de las sociedades en las cuales ser diferente es ser inadaptado o en las cuales la competitividad es una virtud, luego quien no quiere o no puede estar a la altura de las exigencias siente que no hay espacio social para él. (Letras urbanas al borde del olvido, 2014).

Lo anterior tiene relación con lo que Erving Goffman define como estigma, relacionado con atributos y estereotipos dentro de los adolescentes, donde estos se

vuelven individuos inhabilitados ante una sociedad de la cual se sienten rechazados, diferentes a los demás que los rodean, ya que es la sociedad la que de algún modo establece los medios y las categorías donde cada individuo debe de encajar, sin embargo, no siempre se puede acoplar en esas categorías sociales y es cuando los adolescentes al estar en la etapa en donde buscan su identidad y al no conectar en ninguna, se sienten como personas desadaptadas.

Mirta Goldstein mira la problemática desde un enfoque social-cultural, poniendo como principales factores: la presión social, la posible pérdida de un futuro, los estereotipos, la aceptación social, primordialmente, pero también pone en segundo lugar factores psicológicos como aquel deseo que tienen los jóvenes de mutilar sus cuerpos para sustituir el dolor psicológico, como la tristeza, la angustia, la depresión, etc.

Colombia

En Colombia, Noticias Caracol, una de las cadenas televisivas más importantes de ese país, publicó el 14 de mayo del año pasado, en su página de internet www.noticiascaracol.com, un artículo llamado: *Cutting: una peligrosa tendencia juvenil*, donde menciona que en Cali, capital de Valle del Cauca, en el mes de abril se detectaron 14 casos de adolescentes que practicaban *cutting* y que cuatro de ellos tuvieron que ser remitidos a unidades de salud mental por la gravedad de los casos (Cutting: una peligrosa tendencia juvenil, 2015).

Andrés Santamaría encargado del Ministerio Público de Cali resalta que:

Entre las causas hay varias, pero es importante saber que las instituciones educativas de la ciudad no saben cómo abordar y hacer acompañamiento sobre el

tema. “Queremos alertar a las diferentes autoridades para que actúen y busquen solución al problema, ya que este se está presentando con mayor frecuencia en los adolescentes” (Cutting: una peligrosa tendencia juvenil, 2015).

Una parte importante que se debe resaltar de este artículo, es que socialmente el *cutting* aún se desconoce entre las personas y por tal motivo no sé sabe cómo tratar a los adolescentes que se ven involucrados dentro de esta situación, sin embargo, se debe buscar la manera en la que se trate con ellos de una forma en la que comprendan que hay un problema y que se tiene que tratar. Del mismo modo señala que la familia es responsable de estar pendiente de sus hijos para poder detectar señales como cambios de humor y en la vestimenta, por ejemplo, playeras de manga larga, sudaderas, guantes, pulseras que cubran gran parte de las muñecas, pues es ésta parte del cuerpo donde se presentan con mayor frecuencia los cortes.

La psicóloga colombiana Stefany Cortés aseveró que el contexto escolar es un factor importante para desencadenar la práctica del *cutting*, pues las instituciones educativas son lugares en los que los adolescentes pasan gran parte de su tiempo y donde los amigos y compañeros de clase se vuelven ejemplos a seguir. Ella ha detectado casos en los que los jóvenes se identifican por sufrir violencia familiar, acoso escolar, sus padres se encuentran en proceso de divorcio, problemas que tienen relación a la alimentación y al peso, estos problemas causan una identificación entre los adolescentes y de algún modo crean lazos afectivos.

Otro aspecto importante a destacar dentro de este artículo, es que menciona que en internet existen comunidades de grupos donde promueven a los adolescentes a la autoagresión, menciona Santamaría: “Hemos encontrado que hay grupos en Facebook,

a nivel nacional que promueven este tipo de comportamientos que generan daño al cuerpo”.

Del mismo modo detectan que no es una situación que atañe a la conducta personal, pues está ligada al desarrollo pleno de la personalidad y la integridad física. Dentro de esta publicación podemos destacar el factor social y emocional, así como la importancia que tienen los medios de comunicación, como el internet, como principales medios para promover o exteriorizar la práctica del *cutting*.

Ecuador

Ecuador muestra en su portal de noticias Expreso el artículo escrito por Pamela Vera Concha en noviembre del 2014 llamado *El cutting, una “moda” peligrosa en los adolescentes*”, donde se menciona que esta práctica llegó al país hace aproximadamente 10 años, pero que actualmente es más frecuente; ya que se registran mínimo dos casos por mes, lo cual, significa que al año, veinticuatro adolescentes están presentando este problema.

En este país, la psicóloga y especialista en terapia familiar Victoria Silva, señala que dentro de los factores que desencadenan esta práctica se encuentra el entorno familiar, la violencia y el maltrato infantil, del mismo modo establece un rango de edad de 12 a 17, esto en los casos que ella ha tratado en el último año, sin embargo reveló que ha detectado casos donde la autolesión es presente hasta los 30 o 40 años (*El cutting, una “moda peligrosa en adolescentes, 2014*).

Otro aspecto a resaltar dentro de este artículo es, que los casos de *cutting*, se presentan más en las mujeres que en los hombres; aclarando que no se tiende al suicidio,

sin embargo, hay que aprender a manejarlos con cautela, ya que pueden ser indicios o llamadas de atención que los adolescentes usan para ser vistos por las personas que los rodean.

Nuevamente, en este artículo se menciona el uso del internet como medio para conseguir información, pero se le agregan, los programas de televisión y tomar como ejemplo a algunos de sus artistas favoritos, posiblemente este sea el motivo por el cual en Ecuador se considera más el *cutting* como una moda entre los adolescentes que como un problema de salud social.

Estados Unidos

Estados Unidos es el único país que ha publicado textos científicos con respecto al tema y se creó que junto con Reino Unido y Canadá, fueron de los primeros países que iniciaron con la práctica de la autolesión con finalidad de cambiar el dolor físico por el psicológico, sin embargo no nos enfocaremos ampliamente en este país ya que lo que nos interesa es conocer más la problemática en México.

Con respecto a este país, el Blog Salud Mental menciona que, en zonas con población mayoritariamente caucásica, como Estados Unidos, Canadá y Europa, la autolesión sin intención de suicidarse (NSSI) es un fenómeno en rápido aumento, especialmente entre los jóvenes. (Salud Mental, 2014)

Así mismo Samantha Gluck escritora e investigadora del tema, aporta en su artículo *SelfInjury, Self Harm Statistics and Facts* estadísticas de esta práctica en Estados Unidos, las cuales se muestran a continuación:

- Cada año, 1 de cada 5 mujeres y 1 de cada 7 hombres se autolesionan.
- Las mujeres constituyen el 60 por ciento de quienes practican la autolesión.
- Alrededor del 50 por ciento de quienes se dedican a la automutilación comienzan alrededor de los 14 años y continúan hasta sus 20 años.
- Aproximadamente dos millones de casos son reportados cada año en los EE.UU.
- Muchos de los que se autolesionan aprenden cómo hacerlo de amigos o sitios web pro de autolesiones (HealthyPlace, 2012).

Estas estadísticas, muestran la gran población de adolescentes que inicia al año la práctica de *cutting*, siendo esta una acción cada vez más recurrente y expuesta por los mismos jóvenes mediante el uso de diferentes plataformas de internet.

México

En México los especialistas e investigadores de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), en un artículo publicado por el periódico la Jornada en su página de internet llamado *Cutting, práctica usada por los jóvenes para sustituir el dolor psicológico por el físico* (La Jornada, 2013), menciona que esta práctica se trata de un acto compulsivo en el que incurren los adolescentes para liberar el dolor psicológico, al no poder comunicar de manera correcta que hay un problema, es una forma de llamar la atención de quienes los rodean.

Las investigaciones de la Facultad de Psicología de la UNAM, aseguran que por lo general “estas lesiones no ponen en riesgo la vida, aunque pueden ser una alerta sobre el intento de suicidio. Datos del sistema de salud muestran que un alto porcentaje de quienes ingresan a los hospitales por intentar quitarse la vida, se han autolesionado con

anterioridad” (Vanguardia, s.f.). Lo que quiere decir que es posible que un adolescente que se haya lesionado anteriormente pueda reincidir (tener una recaída).

De acuerdo a las estadísticas que realizó el INEGI en el 2011 con motivo del Día Internacional de la Juventud, donde menciona que “el 6% de los varones entre 15 y 29 años mueren a causa de autolesiones, mientras que la incidencia en mujeres es de 5.1%” (Gaceta parlamentaria, 2011). Gracias a estas estadísticas se puede detectar como una problemática a nivel nacional, por lo cual era necesario que legislativamente se implementarán medidas para disminuir dicha incidencia, así que ese año (2011), la diputada Diva Hadamira Gastélum del Grupo Parlamentario del Partido Revolucionario Institucional (PRI), reestructura el artículo 21 de la Ley para la Protección de los Derechos de Niñas, Niños y Adolescentes, el cual quedó de la siguiente manera:

Artículo 21. Niñas, niños y adolescentes tienen el derecho a ser protegidos contra actos u omisiones que puedan afectar su salud física o mental, su normal desarrollo o su derecho a la educación en los términos establecidos en el artículo 3o. constitucional, recibir apoyo psicológico para quienes reincidan en la práctica de lesiones no suicidas, mejor conocida como “*cutting*”. Las normas establecerán las formas de prever y evitar estas conductas. Enunciativamente, se les protegerá cuando se vean afectados por:

A. El descuido, la negligencia, el abandono, el abuso emocional, físico y sexual, la difusión de material que atente contra la integridad física y psíquica, y la reincidencia en la realización de esta práctica.

B. La explotación, el uso de drogas y enervantes, el secuestro y la trata.

C. Conflictos armados, desastres naturales, situaciones de refugio o desplazamiento, y acciones de reclutamiento para que participen en conflictos armados” (Gaceta parlamentaria, 2011).

Anteriormente el autolesionarse era reconocido sólo de esta manera, pues era una práctica poco popular, sin embargo, en la actualidad esta práctica, ahora denominada *cutting*, va ganando popularidad en los últimos años, tanto a nivel nacional como mundial. En cuanto a nivel nacional lo podemos ver claramente en la siguiente información:

Ángela Herrera, directora del Centro de Atención Psicológica Integral (CAPPSI), ha indicado que la falta de atención psicológica hacia los jóvenes ha creado problemas preocupantes en Chihuahua, como lo es el bullying o una relativamente nueva modalidad, el “cutting” (Almazan, 2012).

La coordinadora de la Clínica de Adolescencia del Instituto Nacional de Psiquiatría (INP), Liz Sosa, mencionó que se tienen contabilizados alrededor de 5 millones de niños y adolescentes que se cortan o se queman brazos, piernas y tobillos para “controlar el dolor emocional” por cursar con trastorno depresivo mayor de déficit de atención, obsesivo compulsivo, bipolar, así como intentos de suicidio, actitudes disociales que pueden derivar en actos delictivos y ansiedad. (Valadez, Autolesion.com, 2012). Esto nos hace reflexionar sobre la cantidad de adolescentes que practican *cutting* en nuestro país y el aumento que se ha producido en los últimos años.

Así mismo, en el Hospital Psiquiátrico Infantil Dr. Juan N. Navarro, el aumento en la prevalencia de estas actitudes pasó del 0.4 al 5.7 por ciento en el país en seis años, señaló Rosa Elena Ulloa, investigadora de dicho nosocomio, haciendo énfasis en que ha sido el mayor registro de casos, sin embargo, se dice que esto no significa necesariamente que haya ascendido la incidencia, sino que más jóvenes acuden a pedir atención médica a diferencia de años pasados, dijo. (Autolesion.com, 2014).

En México se registran cada vez más casos de esta práctica, principalmente en Chihuahua y otros en Tabasco, los casos en ambos estados de la República se han presentado con más frecuencia en escuelas secundarias, donde se comenzaron a implementar estrategias para hacerle frente a la problemática, incluso si algún alumno presenta este problema llaman a los padres para confrontar esta situación y brindarles ayuda, pero los casos aumentan y no en todas las escuelas se atiende el problema.

Con respecto al estado de Chihuahua, una nota publicada por el periódico *Crónica*, deduce las causas que provocan el aumento de esta práctica y lo describe de la siguiente manera:

En el estado de Chihuahua se han reportado varios casos de la modalidad del “cutting” en escuelas de primaria y secundaria, atribuidos a la falta de atención y desintegración en la familia.

La práctica de “cutting”, se refiere a generarse el daño innecesario, por lo general en las muñecas, de una forma no tan profunda, pero si lo suficientemente para hacer marcas y sentir un supuesto alivio o placer momentáneo.

Hacerse “cutting” –cortes con instrumentos filosos-, puede convertirse en un hábito, incluso se ha tornado en una práctica “de moda” entre los adolescentes.

Los adolescentes desvirtúan esa delgada línea entre el placer y el dolor, pues el cerebro empieza a “asimilar” que aquello que lo lastima es el estímulo perfecto para “aliviar su dolor” (Redacción Notimex, 2012).

Esta información busca encontrar similitudes entre las causas que inducen a los jóvenes a efectuar el *cutting*, en este caso se habló del estado de Chihuahua, pero no ha sido el único estado de la república donde se ha manifestado este problema o como lo especifican ellos mismos, pudo haberse puesto de “moda”.

Al presentarse tantos casos en el estado de Chihuahua, se tomaron medidas más drásticas, por lo que el congreso del estado instituyó un Acuerdo para la atención de casos de *cutting*:

La propuesta del Grupo Parlamentario del Partido Nueva Alianza para que se atienda el problema de salud pública que se está presentando en jóvenes al autolesionarse en el llamado “cutting” (*ASeFo, autolesion.com*).

Dicha propuesta consiste en solicitar a los gobiernos Federal y Estatal, que por medio de sus Secretarías de Salud, se han diseñado y efectuado programas para disminuir la práctica del *cutting*, tanto en niños como en adolescentes, además pide que se hagan los convenios necesarios con las Secretarías de Educación Pública y de Educación, Cultura y Deporte, para que esos programas se implementen en los centros educativos y piden la colaboración con los sistemas para el Desarrollo Integral de la Familia y se persiguen los siguientes objetivos: “acciones de prevención, detección, canalización y atención de los casos de infantes y adolescentes con comportamiento autolesivo” (*ASeFo, autolesion.com*).

De manera que no se puede ignorar que esta práctica está cobrando fuerza y va en aumento, por lo que es necesario prevenir, pues aunque se le dé mayor importancia en el estado de Chihuahua, no quiere decir que no pase en otros estados, la diferencia radica en que los casos son visibles y eso hace que se tomen estas medidas.

Y no sólo es el congreso de Chihuahua el que está pidiendo implementar estrategias, sino también el Centro de Atención y Prevención de Adicciones, Temazcalli y el IMES (Instituto de las Mujeres del Estado), se han encargado de idear una estrategia para capacitar en el tema de la autolesión a jóvenes en 2016, la cual consiste en visitar

diversas escuelas y proporcionarles información con respecto a la autolesión para tener el mayor alcance de adolescentes (Soledad de Graciano Sánchez en planoinformativo.com).

También Ramiro Vélez Sagarnaga, el director de una asociación llamada Centros de Interacción Juvenil (CIJ) destaca que un 20% de los menores entre 12 y 18 años podría practicar el *cutting*, explicando que las mujeres son el triple de pacientes con respecto a los hombres y al ver que dicha problemática se expande, la asociación inició una capacitación a docentes, orientadores, prefectos y trabajadoras sociales de secundaria y de bachillerato para poder identificar comportamientos que apunten a que el adolescente se autolesiona (Heidi Rodríguez 19/11/2015 para Omnia.com.mx).

No sólo las cifras se ven reflejadas en las escuelas, sino también en la ayuda que se pide vía telefónica, como es el caso de la fundación ANAR, la cual, expone las siguientes cifras:

| | |
|------|--------------------|
| 2013 | 176 llamadas |
| 2014 | 344 llamadas |
| 2015 | 507 llamadas |
| | El 82% son mujeres |

El siguiente es un apartado de lo que ofrece dicha fundación:

El Teléfono ANAR de Ayuda a Niños y Adolescentes funciona desde 1994 para dar una respuesta rápida y eficaz a los problemas de la infancia.

600 50 51 52

Teléfono ANAR del Adulto y la Familia dirigido a adultos que necesitan ser orientados en temas relacionados con niños/as y jóvenes.

116 000

Teléfono ANAR para Casos de Niños Desaparecidos: fugas, secuestro parental, menores inmigrantes no acompañados, pérdida y secuestro criminal (www.anar.org).

En la página web de la Fundación ANAR existe un formulario para rellenar donde se puede enviar un mensaje con el motivo de la consulta.

Son gratuitos y funcionan las 24 horas del día. Un equipo de profesionales (psicólogos, trabajadores sociales y abogados) presta ayuda anónima y confidencial (María José Pérez Barco para Abc.es).

La siguiente información fue tomada de la página de internet de *Por Esto!*

En la Secundaria República de México también se presentan casos, lo mismo que en la llamada “Pato”, que se ubica en el Poniente de la ciudad. Alumnas de estas escuelas señalaron que en cada salón de clases hay por lo menos 10 jovencitas que se cortan, incluso hay casos que hasta figuras hacen en sus muñecas con las “cortaditas” que se van infligiendo (Martínez, s.f.).

2.2 Registro del fenómeno

Para conocer la problemática del *cutting* de manera más amplia se debe realizar la exploración adecuada del fenómeno en relación a esta práctica, donde es necesario mencionar de forma clara y concisa los síntomas que manifiesta dicha situación, es decir, las señales que son visibles de la problemática y de las cuales es necesario buscar las causas.

Hay que tomar en cuenta que la práctica del *cutting*, puede ser un síntoma que esconde el verdadero problema y que a su vez este síntoma oculta otros que no son visibles físicamente, pero que se pueden teorizar, debido a la magnitud de esta señal,

que es auto-lastimarse o lesionarse, esto sin duda, puede relacionarse con el aspecto psicológico de la persona, pero aun así no es la fuente del problema. Así que es necesario, para poder establecer un registro del fenómeno, conocer casos relacionados con el *cutting* para que de esta manera se puedan establecer una serie de síntomas que se presentan de manera constante en los adolescentes practicantes del *cutting*, de entre los cuales se pueden destacar los siguientes:

- a) No es un intento de suicidio
- b) Antecedentes de autoagresiones anteriores
- c) Duelo reciente
- d) Adolescentes entre 11 y 25 años (SALUD180, 2015)
- e) En su mayoría son mujeres
- f) Influencia por parte de medios masivos como el internet, específicamente páginas en pro del *cutting*

2.3 Causas de los síntomas

Una vez reconocidos los síntomas base del fenómeno, es necesario hacer un primer acercamiento a una posible respuesta de esa situación, por lo cual es de importancia establecer las causas de esos síntomas, para poder definir el camino que lleva la investigación.

a) *¿Por qué no es un intento de suicidio?*

Debido a que los cortes son puramente superficiales y en partes de las extremidades (muñecas, piernas, abdomen, brazos y con menos frecuencia detrás de los oídos y alrededor del ombligo) que no contienen anatómicamente venas o arterias que puedan

causar desangramiento, se piensa que esta práctica no tiene como intención acabar con la vida del practicante, sino es un medio para ocultar un problema.

Por ello, es necesario indagar qué provoca a nivel biológico la laceración del cuerpo, pues si no se busca la muerte, es lógico pensar que se pretende que suceda otra reacción, por ejemplo, lo que ocurre en el sistema límbico cuando el cuerpo sufre un tipo de daño, siendo este accidental u ocasionado:

Las encefalinas y endorfinas son péptidos opioides endógenos que se encuentran en una variedad de lugares en el cerebro (sistema límbico), también son producidos por la glándula pituitaria y liberados como hormonas. Están involucradas en la reducción del dolor, aumentan la secreción ácido gástrico, relajan la musculatura del estómago e íleon (sección final del intestino delgado), bloquean la secreción exocrina pancreática de insulina y glucagón, inhiben la somatostatina y estimulan liberación de dopamina (Tovar, s.f.).

De acuerdo a la definición anterior, podemos notar que los adolescentes que recurren a cortarse, pueden experimentar una sensación placentera, debido a la liberación del neurotransmisor llamado *dopamina*, ya que ésta ayuda a estimular el movimiento, la memoria, la recompensa agradable, comportamiento y cognición, atención, inhibición de la producción de la prolactina, sueño, humor y aprendizaje (News Medical, LifeSciences& Medicine, s.f.). Con esto se debe resaltar que fisiológicamente, el cuerpo al liberar estas sustancia produce naturalmente un tipo de analgésico para calmar el dolor, esto esclarece el por qué se recurre a la práctica del *cutting*, ya que genera placer y alivio al auto-lastimarse, pero la cuestión es saber por qué recurrir a estos extremos.

b) ¿Influye el hecho de que haya antecedentes de autoagresiones?

Si ya hubo autoagresiones anteriormente (no necesariamente el *cutting*), es más probable que se siga recurriendo a dicha práctica, si no se ha atendido el verdadero problema o si la persona no ha logrado superar algún trauma psicológico, la baja autoestima etc., por lo que puede tener una recaída (impre.com, 2012).

c) ¿Por qué estar en duelo reciente provoca que las personas se auto-lastimen?

El apego que el adolescente pueda tener a una persona o cosa influye para no aceptar el fallecimiento o la pérdida de aquel elemento que resultaba muy importante en su vida y de alguna manera busca la forma de sobrellevar el dolor que produce la pérdida, pero el duelo se vive de diferente manera debido a la etapa en la que se encuentre, pues en psicología, la pérdida de un ser querido pasa por un proceso que siempre será diferente dependiendo de las personas, por ejemplo, en la adolescencia:

...puede sentir mucha rabia, miedo, impotencia, y preguntarse por qué y para qué vivir.

Muchas veces se pide al adolescente que sea fuerte, debido a que se le considera ya mayor. Pero éste se ve bajo la presión de ser maduro cuando está en una etapa llena de incertidumbres e inseguridad. Incluso considera que si manifiesta abiertamente el dolor que siente, puede tomarse como señal de debilidad (Alberto, s.f.).

Esto podría ser una explicación del por qué no siempre el duelo se puede llevar de manera sana, especialmente en la adolescencia y éste tenga que recurrir a otros métodos para sobrellevar el dolor infringiéndoselo el mismo para obtener alivio momentáneo.

d) ¿Por qué se manifiesta en adolescentes que oscilan entre los 12 años y llegan hasta los jóvenes de 25 años?

Como ya se explicó, al ser afectado un individuo en su etapa de desarrollo como lo es la niñez, las reacciones vienen consecutivamente y pueden permanecer los síntomas sino se detecta y se da una solución al verdadero problema.

e) *¿Por qué afecta más a las mujeres?*

De acuerdo al análisis realizado por el psiquiatra chileno Marco Antonio De la Parra, señala que: *“las mujeres se deprimen más que los hombres, y no es por ser más débiles, sino porque enfrentan mucho más estrés”*(Parra, 2009), enfocándolo específicamente a los adolescentes a los cuales su contexto y las relaciones que se llevan dentro de éste, afecta de una manera más notable a las mujeres, pues se sienten más presionadas por su entorno social y cultural, ya sea por estándares de belleza impuestos, lidiar con la discriminación, la violencia intrafamiliar, etc.

También hay que tomar en cuenta algunos aspectos biológicos, como que el cerebro de una mujer trabaja de diferente manera al de un hombre, pues mientras en el cerebro femenino predomina el hemisferio derecho (emociones y creatividad), en el masculino, el hemisferio izquierdo (pensamiento lógico y racional), por lo que entendemos por qué una mujer es más emocional que un hombre y por lo tanto sus reacciones ante situaciones que las amenazan pueden ser, en su mayoría, emocionales debido a la configuración del cerebro, sin tomar en cuenta que es difícil tener dominio sobre las emociones sino esta la persona consciente de que estas pueden dominarse, lo cual es difícil y lleva tiempo. (Moda y Belleza, 2014).

f) *¿Cómo influyen los medios masivos como el internet, específicamente páginas en pro del cutting para realizar dicha práctica?*

En la actualidad existen infinidad de páginas, blogs y perfiles de Facebook que promueven la práctica del *cutting* y además son explícitas, pues suben fotografías y videos detallados, asimismo cuentan sus vivencias, lo que sienten cuando se cortan, algunos se dan aliento para seguir y otros para detenerse, pero lo cierto es que difícilmente están en condiciones de ayudarse los unos a los otros, tomando en cuenta que ni ellos saben la razón por la cual lo hacen. También algunos videos musicales muestran dicha práctica, pues algunos cantantes y artistas practican el *cutting*, por lo que pueden marcar una tendencia o moda entre los adolescentes, tomando en cuenta el grado de fanatismo, por ejemplo, el grupo *Pastilla* con su canción titulada *colores*:

ya es muy tarde no es tan tarde, espera un poco
Espera un ratito, dame tu mano
Nada importa, estamos solos y estas mojada

(Coro)

Cuando todo es de color, el azul es el mejor
Cuando quieras descubrir y tu piel quieras abrir
Cuando todo te va mal, piensa solo en mi voz
Toma solo una navaja y córtate las venas

Por la mañana, abres los ojos y te levantas
Tomas un baño, llama a un taxi, hacia el estudio
Todos te esperan y están enojados

(coro x 2)

y córtate las venas
y córtate las venas

Aunque la canción no incita por sí sola a la práctica del *cutting*, si expresa de forma imperativa “córtate las venas”, la reacción de cada individuo será diferente de acuerdo a su contexto y vivencias.

2.4 Antecedentes de la situación

Actualmente el *cutting* es un problema que ha tomado fuerza entre los adolescentes, sin embargo, no se sabe lo suficiente de dicha problemática, pues no se tiene idea de cuándo exactamente se inició con este tipo de prácticas, aunque puede llegar a ser relacionado con las escarificaciones “que básicamente consisten en dibujos hechos en la piel por medio de cortes en la misma. Las técnicas pueden ser variadas: raspando, grabando o quemando la piel. El resultado queda en el cuerpo de por vida” (Pino, s.f.) es algo similar a un tatuaje, aún más doloroso, pero a diferencia del *cutting*, las escarificaciones pueden ser con una finalidad estética.

La práctica del *cutting* consiste en hacer heridas superficiales en diferentes partes del cuerpo, como lo pueden ser los brazos, las muñecas y en algunos casos las piernas y el ombligo. “Se trata de un acto compulsivo en el que incurren personas con alguna inestabilidad emocional, con la finalidad de liberar el dolor, enojo, presión, ansiedad o como una forma de llamar la atención de la gente que los rodea” (Vanguardia, s.f.), retomando a la académica Emilia Lucio Gómez quien relaciona estrechamente los factores sociales y culturales como posibles detonantes del *cutting*.

Este entorno en el que se desenvuelven nos lleva a pensar que los adolescentes practicantes del *cutting* pueden presentar baja autoestima, depresión, ansiedad, han padecido algún tipo de violencia, acoso o sentirse rechazados, sin embargo como cada individuo es único, no se puede definir con exactitud qué causa que los adolescentes inicien con esta práctica de auto-lesión. En algunos la práctica del *cutting* es un síntoma que nos lleva a otros trastornos aún más peligrosos, como los alimenticios (la bulimia y anorexia) sin embargo, tratar estos trastornos nos desviarían del tema, pues éstos tienen su propio tratamiento y problema raíz.

Los adolescentes buscan por medio de la auto-lesión sustituir el dolor psicológico por el dolor físico, pues al cortarse el cuerpo, el cerebro libera sustancias como la endorfina y adrenalina que tienen el mismo efecto que una droga, por esta razón, posiblemente, se vuelva algo recurrente para olvidar los problemas.

Lo anterior, es un breve resumen de la presencia del *cutting* en nuestra sociedad, pero es importante contar con datos estadísticos que indiquen la situación del problema, empezando por lo macro y terminando en lo micro.

2.5 Delimitación del sistema

Para delimitar el sistema nos concentraremos en trabajar de la mano con la Secretaría de Salud del Distrito Federal y primordialmente con los centros de salud, cuya función fundamental es la prevención, ya que es el primer nivel de atención de las problemáticas en salud y tomando en cuenta que el Distrito Federal es uno de los seis estados de la república que cuenta de un 65.6% a un 69.2% de cobertura en cuanto al sistema de salud (MEXICO HEALTH METRIC, 2005). De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) los objetivos finales, básicos o intrínsecos de los sistemas de salud son tres: i) mejorar la salud de la población, ii) ofrecer un trato adecuado a los usuarios de los servicios de salud, y iii) garantizar seguridad financiera en materia de salud (OMS, 2000).

Es importante mencionar que la Secretaría de Salud realiza trabajo en conjunto con el Centro Nacional para la Salud de la Infancia y la Adolescencia (CeNSIA), para llevar a cabo la Semana Nacional de Salud de la Adolescencia (SNSA) que se realizó del 21 al 25 de septiembre del 2015.

Esta semana se utiliza como estrategia para coordinar esfuerzos institucionales para brindar servicios de salud a la comunidad, como información y orientación para adolescentes de 10 a 19 años(SS, s.f.), con el objetivo de que conozcan los servicios a los que tienen derecho dentro del sector de primer nivel de atención en las 32 Entidades Federativas, manejando el lema “*Ser adolescente es bueno, pero adolescente y sano es mejor*”, este fue el único spot de radio que se difundió en todas las estaciones, en ambas frecuencias y aproximadamente una o dos veces por hora, durante dos meses, sin embargo en cuanto a los carteles que se manejaron para la publicidad terrestre, únicamente se pudieron encontrar dentro de los centros de salud y no fuera de estos.

Dentro del programa se tiene pensado que los adolescentes acudan al servicio de salud más cercano, reciban su Cartilla Nacional de Salud, donde contiene información sobre el cuadro de vacunación que debe ser aplicado durante la adolescencia, así como talla, peso, embarazos, problemas de alcohol y drogas, entre otros datos, además reciben información, orientación o consejería sobre los siguientes temas:

1. Higiene Personal
2. Alimentación Correcta
3. Actividad Física
4. Salud Bucal
5. Salud Sexual y Reproductiva
6. Salud Mental
7. Prevención de Adicciones
8. Prevención de Violencia
9. Prevención de Accidentes
10. Entornos Favorables a la Salud
11. Responsables con animales de compañía
12. Incorporación a Grupos de Ayuda Mutua

13. Cáncer
14. Otros (Tuberculosis) (SS. s.f.)

Es importante mencionar que dentro de los temas de salud mental ponen atención en el aspecto del suicidio, manejando un tríptico únicamente para esa problemática, sin embargo, no manejan nada relacionado al *cutting*, a menos de que se presenten casos, se habla del tema con los psicólogos del centro de salud, si es que se cuenta con ese servicio, en caso de que no sea así, es canalizado a un lugar adecuado.

Aunque no haya programas dedicados a la práctica del *cutting*, existen otros que pueden ser un área de oportunidad, ya que toman en cuenta aspectos como: la Salud Mental y si bien, no estamos dando por sentado que se trate solamente de algo psicológico, es importante abordar el tema desde esta perspectiva. También está el tema de la Prevención de Adicciones, el cual puede servir como soporte, ya que a nivel biológico se puede considerar el *cutting* como una práctica adictiva, debido a los neurotransmisores que intervienen en el proceso cuando se está causando la herida y finalmente el tema de Prevención de Violencia, pues dicha práctica puede estar involucrada con relaciones personales y amorosas en las que está inmiscuida la violencia, ya sea familiar, de noviazgo, compañerismo, etc.

Sin embargo dentro de esta delimitación encontramos un problema que consideramos fundamental, las personas que más acuden a los centros de salud son adultos de los 29 a 60 años, lo cual es un aspecto que limita el trato del tema con el público al que deseamos llegar y únicamente podríamos tener el trato directo con los padres de los adolescentes, pero no directamente con ellos, así que para contrarrestar esta situación y poder hacer llegar la información a los adolescentes, se utilizará el

internet como sistema en el cual los adolescentes buscan y consiguen información de todo tipo y por ello deseamos trabajar por medio de las redes sociales, los chats y los blogs.

De la misma manera, podemos involucrar al IMJUVE, ya que es una dependencia del Gobierno Federal, destinado a construir políticas públicas a favor de los jóvenes mexicanos para que estos cuenten con las herramientas necesarias en cuanto a la educación, salud, empleo y participación social.

Este Instituto trabaja con jóvenes mexicanos de 12 a 29 años, en diferentes programas y servicios que atienden a sus necesidades, pues esta dependencia cuenta con diversos instrumentos de investigación, de los que se vale para saber qué piensan, cómo se ven o cuáles son las necesidades de los jóvenes.

El IMJUVE proporciona asesoría psicológica, jurídica, prevención de adicciones y difusión de actividades culturales, con el fin de responder a las demandas de los jóvenes.

En cuanto a la Atención psicológica que brinda la dependencia, se busca ayudar a estar bien consigo mismo, para ello se les pide agendar una cita al Teléfono 1500 1300 Ext. 1470, la atención es de Lunes a Viernes de 10 a 6 de la tarde; y la encargada de la Atención es la Asesora Psicóloga Irma Morales Alvarado (imjuve, 2016)

Los requisitos para recibir este servicio son:

- * Edad de 12 a 29 años

* Traer original y copia de su identificación, en caso de ser menores, deben presentar la identificación oficial de sus padres, de la misma manera los pacientes mayores de edad, para que se les permita el acceso al Instituto y para anexar a expedientes.

* Menores de edad venir en compañía de padre, madre o tutor.

Ahora bien, en cuanto a la prevención de Adicciones, el IMJUVE ha tratado casos de alcoholismo y drogadicción primordialmente, esto por medio de campañas, programas, cursos, talleres, pláticas y conferencias para padres, foros y cine debates. Pero la problemática del *cutting* no lo ha trabajado, sin embargo, la dependencia confirma tratar problemas de manejo de emociones, y situaciones de crisis donde se canaliza a los jóvenes a instituciones como el Consejo Nacional contra las Adicciones y el Centro Nacional para la Prevención y Control de Adicciones, Centros Nueva Vida, instituciones especializadas en la atención a jóvenes, donde se les proporciona atención psicológica (imjuve, 2012)

Esto podría ser una limitante, que no se ha trabajado específicamente en casos de *cutting*, pero tiene relación con el manejo de emociones, con las adicciones y situaciones de crisis de las que sí se ha abordado en los programas del IMJUVE, además de la atención psicológica que brinda la misma dependencia.

Una vez establecidos nuestros límites, podemos enfocarnos en aspectos como: las relaciones de los adolescentes, tanto en su entorno familiar como social y poder detectar de algún modo qué papel es el que juegan en estas interacciones, en su vida cotidiana y cómo es que esta afecta la manera en que los adolescentes interactúan con su contexto.

Ya detectado el problema, además de existir poca información para tratarlo, se debe mencionar que el rango de edad en la que se presenta la práctica del *cutting* es de los 12 a los 16 años, esencialmente cuando los adolescentes se encuentran aún en su educación básica en el periodo de secundaria, por lo que se consideró importante tomar en cuenta este aspecto, así que nuestro trabajo gira en torno hacia la investigación realizada en dos escuelas secundarias de la Ciudad de México, donde se detectaron casos de jóvenes que auto-lastiman sus cuerpos.

2.6 Definición de los perfiles

Demográficos

Información general de la delegación Iztapalapa

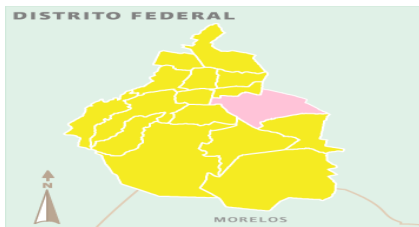
Para realizar la investigación es importante conocer aspectos generales del lugar donde se trabajó, como lo son: número de habitantes que hay en la delegación, características de sus viviendas, actividades económicas, habitantes económicamente activos, violencia, entre otras cuestiones de relevancia que nos ayudan a conocer de manera general el contexto amplio del lugar donde estamos trabajando.

Es necesario mencionar que estos datos fueron tomados de la página del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI), y del Instituto Nacional de Información Municipal y su trabajo conjunto con el Sistema Nacional para el Federalismo y el

Desarrollo Municipal (SNIM), todo esto obtenido de acuerdo al último Censo de Población y Vivienda realizado a nivel nacional durante el año 2010, rescatando los siguientes datos de la delegación Iztapalapa:

Colinda al norte con la delegación Iztacalco, al sur con Xochimilco y Tláhuac, al norte con el Estado de México, al poniente con Coyoacán y al norponiente con Benito Juárez.

| | |
|---|------|
| Porcentaje de población de 15 a 29 años, 2010 | 26.8 |
| Porcentaje de población de 15 a 29 años hombres, 2010 | 26.8 |
| Porcentaje de población de 15 a 29 años mujeres, 2010 | 26.7 |



(INEGI, 2010).

Tiene una extensión de 105.8 kilómetros cuadrados, un 7.5% de la superficie del Distrito Federal, de acuerdo al censo poblacional Iztapalapa ocupa el primer lugar de los 10 municipios más poblados del país, durante el 2010, con un total de 1, 815, 786 habitantes, de los cuales: 880, 988 son hombres y 934, 788 mujeres (<http://www.snim.rami.gob.mx>).

Dentro de este listado también ocupa el primer lugar a nivel nacional con mayor número de viviendas particulares que cuentan con los servicios básicos (agua, luz, drenaje) con un total de 443, 920 viviendas en estas condiciones.

Del mismo modo menciona que ocupa el primer lugar dentro de los 10 municipios con más población económicamente activa con un total de 792, 297, de los cuales 491, 236 son hombres y 301, 061 mujeres.

Económicos

La delegación Iztapalapa es una de las más pobladas del Distrito Federal y por ende una de las más productivas económicamente, sin embargo, esto no tiende a reflejarse en la manera en que viven sus habitantes.

Es de las pocas delegaciones que cuentan aún con un sistema de agricultura, utilizada para la siembra de maíz y frijol. Iztapalapa cuenta con un potencial considerable de empresas industriales, colocándola dentro del sector y subsector de la actividad económica, en un parámetro importante de producción. Entre los que destacan la actividad minera, industria manufacturera e imprentas de edición, entre otras actividades.

Cuenta con la crianza de ganado bovino, una producción de leche, huevo y carne. Pero también es importante mencionar que esta delegación tiene un gran número de comercio ilegal, en los mercados sobre ruedas, tianguis y comercios ambulantes. Donde el comercio legal y organizado sólo representa el 16% del total del sector comercial.

Iztapalapa es una de las principales delegaciones en la venta de mayoreo, ya que está asentada la Central de Abastos, que da sustento económico a trabajadores de pequeña, mediana y grande empresa.

El sector comercio genera el 11.8% del personal ocupado en dicho sector. En términos generales, Iztapalapa es la segunda delegación más importante del Distrito Federal, y en algunos sectores es la única.

Datos específicos de la colonia Jardines de San Lorenzo

La colonia Jardines de San Lorenzo Tezonco, corresponde a la unidad territorial: 07-074-1, de la delegación Iztapalapa, de acuerdo con el Programa Integrado Territorial para el Desarrollo Social, cuya fecha de última actualización es 2001-2003, señala que la colonia se conforma por 52 manzanas, donde están ubicados 2,335 hogares, con un aproximado de 9,876 habitantes, con un alto grado de marginación (véase anexo 1).

Datos generales de Escuela Secundaria Técnica No. 89 Francisco Arroyo Luna (Iztapalapa)

La Escuela Secundaria Técnica No. 89 Francisco Arroyo Luna se encuentra ubicada en Prolongación hortensias y pirul S/N, colonia Jardines de San Lorenzo, teléfono: 58-45-77-10, código postal: 09940.



Nota: en el cuadro se marca la ubicación exacta de la escuela.

Lugares cercanos a la escuela secundaria

De acuerdo a lo observado, se pudo detectar que la secundaria se encuentra rodeada por:

Un jardín de niños: Tlaquetziqui (justo enfrente).

Un mercado: Rio de las flores (costado izquierdo del jardín de niños).

Un local de panadería y materias primas (una cuadra a la derecha).

*Un local de abarrotes y licores (cuadra y media a la derecha).

*Por la puerta de salida (parte de atrás de la escuela) está el Skate Park Molino.

*Un centro de desarrollo comunitario (al costado izquierdo de la escuela), dentro de este se encuentra un espacio que se acondiciona como canchas de futbol, basquetbol y volibol, así como una lechería de Liconsá.

En la contra esquina hay una capilla: El divino verbo.

Una farmacia (enfrente del centro comunitario).

Observaciones relevantes

Es de llamar la atención la cercanía que tiene con la Escuela Secundaria Técnica 101 y el Conalep Iztapalapa IV, ya que entre las tres escuelas se detectaron enfrentamientos, que han terminado con chicos y chicas golpeadas, sin embargo, también se pudo notar que se buscan para organizar fiestas, reuniones, salidas de pinta, etc.

Otro aspecto que se debe de tener en cuenta, es la cercanía que tienen los estudiantes con la vinatería que está abierta las 24 horas, todos los días de la semana y que al preguntarle al encargado de las ventas, qué si los alumnos de la secundaria compraban alcohol en su local, no quiso contestar, por lo cual suponemos que sí lo hace, aun siendo prohibida la venta de bebidas embriagantes a menores de edad.

Datos específicos de la Escuela Secundaria Técnica No. 89 Francisco Arroyo Luna

Alumnos pertenecientes únicamente al turno matutino.

Población de:

512 niñas

388 niños

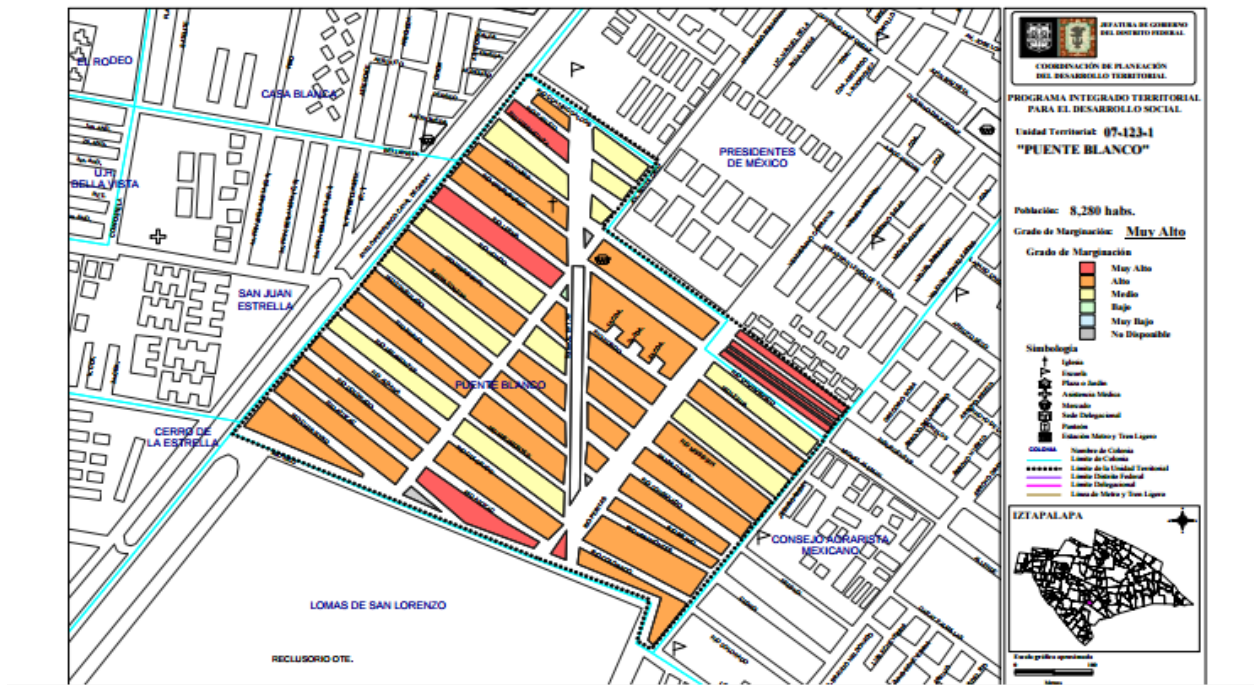
900 totales

Además:

120 profesores, 20 suplentes, 6 prefectos, 1 directora, 1 subdirectora, 3 secretarías, 1 médico y personal de intendencia.

Datos específicos de la colonia Puente Blanco (segunda secundaria a analizar)

Puente Blanco es una colonia perteneciente a la unidad territorial 07-123-1 de la Delegación Iztapalapa, que cuenta con 51 manzanas y tiene una población aproximada de 8,280 personas. El grado de marginación es muy alto. (Sideso, 2003)



Datos generales de la Escuela Secundaria Diurna No. 319 Cuauhtémoc

La ubicación de la Escuela Secundaria Cuauhtémoc, se encuentra en la demarcación de la Colonia Puente Blanco, Delegación Iztapalapa, entre las calles Fresno y Jesús

Garibays/n Código Postal 09770. Con clave 09DES0319C, número telefónico 56903579 y su Director es José Rubén Mitre Ramos.



Lugares cercanos a la escuela secundaria

Enfrente: dos carnicerías y una papelería

Costado Derecho: Unidad Habitacional Fase II Venustiano Carranza

Costado Izquierdo: Estacionamiento

A una cuadra: Escuela Secundaria Diurna No. 275 José María Velasco

Una cuadra a la derecha y una enfrente: Reclusorio Varonil Preventivo Oriente

A cuatro cuadas: un Parque pequeño.

Observaciones relevantes

La escuela se encuentra rodeada por unidades habitacionales, sin embargo, es un área peligrosa, porque se reúnen grupos de jóvenes fuera de la escuela, por lo que han reportado varios vecinos la venta de drogas y actos delictivos en la zona. De la misma manera, el Reclusorio Varonil Preventivo Oriente se encuentra muy cerca.

La escuela secundaria #275 está a una cuadra y la hora de salida entre ambas escuelas tiene una diferencia de 10 minutos, debido a esto, se dan muchos casos de peleas entre los estudiantes.

Datos específicos de la Escuela Secundaria Diurna No. 319 Cuauhtémoc

Alumnos pertenecientes únicamente al turno matutino

Población total de alumnos: 670

Personal Total: 59

Grupos: 15

Aulas para clase: 15

Sala de cómputo: 1

Con Patio

Todos los servicios

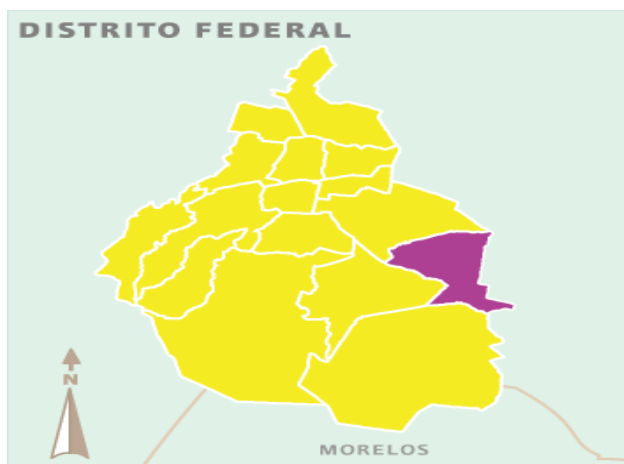
Sanitarios: 7

Tazas sanitarias: 28

Información general de la delegación Tláhuac

Demográficos

Tláhuac es un topónimo de origen náhuatl. Es aféresis de Cuitláhuac, el nombre que tuvo originalmente San Pedro Tláhuac, la cabecera delegacional, y aparece registrado en numerosas fuentes históricas. Se han propuesto varias interpretaciones del topónimo. Carlos Montemayor dice que Cuitláhuac significa Lugar de los que tienen desechos o "En el lugar de quien cuida el agua".



La Delegación Tláhuac se localiza al sureste del Distrito Federal, a 60 kilómetros del Zócalo capitalino colindando al norte y noreste con la Delegación Iztapalapa, al oriente con el municipio Valle de Chalco Solidaridad del Estado de México, al poniente con la Delegación de Xochimilco

y al sur con la Delegación Milpa Alta. (ifed, s/f)

La Delegación cuenta con una población de 360 265 habitantes aproximadamente, las viviendas particulares habitadas son alrededor de 91 242, de las cuales sólo el 77.3% cuenta con agua entubada dentro de la vivienda, el 98.7% con drenaje, el 99% con servicio sanitario y el 99.5% con electricidad.

De acuerdo con datos proporcionados por la INEGI del año 2010, en cuanto a tecnologías de información y comunicación, se reporta que el 63.5% de la población en dicha delegación cuenta con teléfono, el 71.3% con celular, el 37.9% con computadora y el 26.4% con internet.

En el área de la educación para el año 2010 eran 92 243 habitantes de la población de 5 años y más con primaria, para el año 2011 eran 104 de personal docente en educación especial y el total de escuelas para educación básica y media superior es de 305. En salud, el número de personas derechohabientes era de 211 530, dicha cifra corresponde al año 2010, el número de personal médico era de 289 para el año 2011 y en ese mismo año se contaban con 25 unidades médicas.

En cuanto a la cuestión económica, la población activa es de un 53.9% del cual el 71.8% son hombres y el 37.7% mujeres y en el 2014 hubo 266 conflictos relacionados con lo laboral.

Datos específicos del Barrio Santa Ana Centro

El Barrio Santa Ana Centro, es parte de la demarcación de la Delegación Tláhuac, su código postal es 13300, sin embargo este código es compartido con las colonias: Barrio Santa Ana Poniente, Unidad habitacional Manuel M López III, Barrio Santa Ana Norte, Barrio Santiago Centro y Barrio Santiago Norte. (vivemx.com, s/f).

Datos generales de la Escuela Secundaria No. 126 Tlahuizcalli

La Escuela Secundaria No. 126 Tlahuizcalli está ubicada entre las calles Ricardo Flores Magón, esq. Av. Tláhuac, en el Barrio de Santa Ana Centro, Zapotitlán, pertenece a la Delegación Tláhuac.

Con clave 09DES0126O, código postal 13300 y su número telefónico 58414110, el director de la escuela es David Alva Ceniceros.



Escuela Secundaria 126 "Tlahuizc...

Lugares cercanos a la escuela secundaria

Enfrente se encuentran una serie de papelerías.

Pasando la avenida se encuentra una vinatería y una cafetería.

A cinco cuadras de la secundaria se encuentra un centro cultural.

Atrás de la escuela se encuentra una primaria, es decir, en la calle Ricardo Flores Magón, como se puede ver en la imagen y pasando la avenida un jardín de niños.

En los alrededores hay un mercado (calle Francisco Jiménez), un deportivo, tiendas, establecimientos donde venden celulares, café internet, buffet chino y un local de comida chatarra.

Observaciones relevantes

La escuela está situada en una avenida principal, pero eso no evita que haya rumores de que afuera de la escuela se venda droga, además de que es de dominio

público, el hecho de que el deportivo de Zapotitlán es un punto de reunión para que los usuarios de drogas se reúnan en el frontón que se encuentra dentro de éste.

A través de la observación, se puede constatar que a la hora que salen los alumnos, hay diversos jóvenes, principalmente van en motocicleta, que esperan a las alumnas, algunas son novias de éstos y otras veces sólo se les puede ver cortejando a las jovencitas.

En el aspecto económico, es importante resaltar que hay muchos comerciantes, pues a lo largo de la calle Francisco Jiménez, además de encontrarse el mercado, también está lleno de puestos ambulantes, entre los que destacan puestos de comida, sin descartar puestos de ropa y accesorias de zapatos y ropa interior. También hay un tianguis, su entrada está en la misma calle Francisco Jiménez, que abarca cuatro cuadras, el cual se encuentra todos los días miércoles y dos más que se establecen los días viernes. Otro aspecto a resaltar es el gran número de *mototaxis* (medio de transporte constituido por una calandria ensamblada a una motocicleta) y carros de golf, los cuales laboran a los alrededores de la secundaria.

Datos específicos de la Escuela Secundaria No. 126 Tlahuizcalli

Alumnos pertenecientes únicamente al turno matutino

Número de alumnos: 696

Total de personal: 68

Grupos: 18

Aulas para clase: 19

Sin sala de cómputo

Cuartos para baños sanitarios: 1

Tazas sanitarias: 10

2.7 Construcción conceptual

En esta investigación, como se ha estado manejando, nos enfocamos únicamente en el término *cutting*, que a lo largo del desarrollo de este trabajo ha sido definido, primero como una acción que significa cortar y posteriormente como un síntoma que esconde aspectos más profundos.

Podemos decir que la práctica del *cutting* se presenta en la etapa de la pubertad y se acentúa en la adolescencia, aunque esto no quiere decir que no haya casos en niños menores de 10 años y en algunas ocasiones se sigue presentando hasta la etapa adulta, mayores de 25 años, por lo cual es necesario establecer que esta investigación está enfocada en la etapa de la adolescencia, que es la etapa donde se presenta con mayor frecuencia dicha práctica.

Por ello es de gran importancia establecer la definición de adolescencia tomada de la Organización Mundial de la Salud (OMS), que es la encargada de coordinar el accionar sanitario de las Naciones Unidas, “es responsable de desempeñar una función de liderazgo en los asuntos de investigación en cuestiones de salud, establece normas, articular opciones de políticas, presentar apoyo técnico a los países y vigilar las tendencias sanitarias mundiales (OMS, s.f.) y muchas organizaciones retoman ese concepto para definir a los adolescentes, por ejemplo, el Fondo de las Naciones Unidas

para la Infancia (UNICEF) fundación que tiene como labores prioritarias realizar “trabajos dirigidos a garantizar la vigencia de los derechos intrínsecos de la infancia a un nivel básico de vida, fundamenta su acción en los resultados de su experiencia y las investigaciones sobre los factores que constituyen a que los niños y niñas comiencen una vida de la mejor manera posible, a que sobrevivan y progresen, especialmente en las situaciones de emergencias (Unicef, s.f.).

Otra institución que del mismo modo también retoma estas definiciones es la Secretaria de Salud en el caso de México y es por ello que se decide tomar dicha definición:

Definición de adolescencia (OMS):

La adolescencia es una etapa entre la niñez y la edad adulta, que cronológicamente se inicia por los cambios puberales y que se caracteriza por profundas transformaciones biológicas, psicológicas y sociales, muchas de ellas generadoras de crisis, conflictos y contradicciones. No es solamente un periodo de adaptación a los cambios corporales, sino una fase de grandes determinaciones hacia una mayor independencia psicológica y social (Manual de Prácticas Clínicas para la atención... en la adolescencia, s.f.).

La definición anterior es importante ya que retoma todos los factores que componen a cada persona, que son los aspectos biológicos, psicológicos y sociales, que la OMS define como la triada perfecta para un bien estar (todo esto en cuestión de salud). Dicha organización también establece que esta etapa se divide en dos periodos:

De acuerdo a los conceptos convencionales aceptados para la OMS, la adolescencia es la etapa que transcurre entre los 10 y 19 años, considerándose dos fases: la adolescencia temprana (10-14 años) y la adolescencia tardía (15-19 años) (Informa Joven, s.f.)

Es importante mencionar que ambas etapas cuentan con sus propias características, que las hacen diferentes en todos los aspectos, lo cual, permite identificarlas. La adolescencia temprana se describe:

...por el crecimiento y desarrollo somático acelerado, inicio de los cambios puberales y de los caracteres sexuales secundarios (son aquellos que se notan exteriormente, el crecimiento del vello, el cambio de la voz en los hombres, el crecimiento de los senos en las mujeres, etc.). Preocupación por los cambios físicos, torpeza motora, marcada curiosidad sexual, búsqueda de la autonomía e independencia, por lo que los conflictos con la familia, maestros o cualquier figura adulta son más que marcados. Es también frecuente el inicio de los cambios bruscos en la conducta y emotividad (Manual de Prácticas Clínicas para la atención... en la adolescencia, s.f.).

Por otra parte las características de la etapa tardía son:

...parte del crecimiento y desarrollo, el adolescente va tener que tomar decisiones importantes en su perfil educativo y ocupacional. Se ha alcanzado un mayor control de los impulsos y maduración de la identidad, incluyendo su vida sexual, ya que se está a punto de ser un adulto joven (Manual de Prácticas Clínicas para la atención... en la adolescencia, s.f.)

Por todos los cambios sufridos en dicha etapa, en aspectos psicológicos y sociales, el problema del *cutting* se convierte en un tema que requiere cierta y cuidadosa atención, porque hay en los adolescente cambios en su autoestima e imagen personal, que están relacionadas con el auto concepto, así como también la imagen corporal y finalmente la parte emocional, relacionada con los sentimientos y emociones, como lo menciona el psicólogo argentino Paul Maussen:

Los procesos de la maduración dan lugar a una rápida aceleración del crecimiento físico, al cambio de las dimensiones del cuerpo, a modificaciones hormonales y a unos impulsos sexuales más fuertes, al desarrollo de las características sexuales

primarias y secundarias, así como a un nuevo crecimiento y diferenciación de las capacidades cognitivas (Maussen et. al., 1991)

Es importante mencionar que el *cutting* se encuentra relacionado con otras cuestiones que rodean a los implicados en esta práctica, pues es necesario conocer y trabajar en aspectos psicológicos, biológicos, sociales y las implicaciones culturales así como lo emocional, para englobar todo tipo de situaciones que puedan, de alguna manera, desencadenar la práctica del *cutting*.

En cuanto a la conducta social, esta se verá muy marcada por las relaciones que establezcan con las personas que los rodean, que va desde el entorno familiar, hasta el escolar o laboral y así cambiando de sistema, dependiendo el contexto, según el psicólogo argentino Hidalgo Sánchez quien define conducta de la siguiente forma: “respuestas de un organismo vivo a su medio; adaptación que realiza un individuo a las condiciones y cambios del mundo que lo rodea” (Sánchez, 1982). Dicho autor menciona que el individuo reacciona ante tres clases de estímulo: lo que proviene del exterior (frio, calor, luz, sonido, presión, etc.) lo que se origina en su medio interno (indispensables para mantener la homeostasis o sea lo que relación con el organismo) y finalmente retoma las exigencias del medio social donde entran las presiones familiares, influencias culturales y raciales, actividades sociales, entre otros.

Estos estímulos bien pueden compararse con los establecidos por la OMS en cuanto a la triada que relaciona a una persona saludable: lo biológico, lo psicológico y lo social, establecido en un adolescente.

2.8 Determinación de macros y micros del sistema

Poder colocar la problemática del *cutting* en un contexto específico, ayuda a visualizar las circunstancias y las razones por la que se ejerce dicha práctica de autolesión.

Por lo que podemos decir que las circunstancias macro, pueden ser, en este caso, la situación económica, la situación familiar y la situación biológica de los adolescentes; puesto que son circunstancias que no están en nuestras manos, ya que la economía no la podemos cambiar, lo mismo pasa con su situación familiar y en relación a la situación biológica, esa dependerá de cada adolescente involucrado en la práctica del *cutting*, sin embargo, a pesar de dichas circunstancias a nivel macro, debemos intervenir en el problema.

Ahora bien, en cuanto a las circunstancias a nivel micro, podemos encontrar la falta de información sobre lo que es y sobre las consecuencias al llevar a cabo la práctica del *cutting*, también la exposición y el manejo de información que se encuentra en las páginas de internet, en las relaciones de amistad o grupos en los que se envuelven los adolescentes.

2.9 Análisis ambiental

Después de hacer un recorrido desde lo macro hasta lo micro, encontramos que es una práctica que se está haciendo visible en países de América Latina, EU y Canadá, pero el que nos interesa es México, en el cual ya se han presentado casos de adolescentes que practican el *cutting*, además algunas secundarias, en donde se han detectado casos, han tomado algunas medidas para ayudar a estos jóvenes, por ejemplo, comunicarles a los

padres de familia la situación para ayudarles o canalizarlos para que se les brinde ayuda profesional, entre otras iniciativas por parte de asociaciones dedicadas al sector joven.

Con respecto al estado de Chihuahua, una nota publicada por el periódico Crónica deduce las causas que provocan el aumento de esta práctica y lo describe de la siguiente manera:

En el estado de Chihuahua se han reportado varios casos de la modalidad del “cutting” en escuelas de primaria y secundaria, atribuidos a la falta de atención y desintegración en la familia.

La práctica de “cutting”, se refiere a generarse el daño innecesario, por lo general en las muñecas, de una forma no tan profunda, pero si lo suficientemente para hacer marcas y sentir un supuesto alivio o placer momentáneo.

Hacerse “cutting” –cortes con instrumentos filosos-, puede convertirse en un hábito, incluso se ha tornado en una práctica “de moda” entre los adolescentes.

Los adolescentes desvirtúan esa delgada línea entre el placer y el dolor, pues el cerebro empieza a “asimilar” que aquello que lo lastima es el estímulo perfecto para “aliviar su dolor” (Redacción Notimex, 2012).

Además en el área psicológica y psiquiátrica se han hecho avances, los cuales, en combinación con otras aéreas pueden ser complementarios y formar así un plan comunicativo eficaz para confrontar este problema, pues pese a que es un fenómeno relativamente nuevo, esto no impide usar lo que ya se conoce de las áreas antes mencionadas y hacer un mejor uso de los elementos y herramientas proporcionadas por éstas.

2.10 Antecedentes de información

En cuanto a la información que se sabe de la problemática y los distintos enfoques que se le han dado, podemos mencionar que, en los últimos años, en México se han publicado diferentes noticias relacionadas con el tema, por ejemplo, en la página del periódico *La Razón*, hay un artículo que lleva por título “En México uno de cada 10 adolescentes se autolesiona” (La Razón, 2012), de acuerdo a éste, en el país se comenzó a manifestar el problema en la década de los noventa, pero fue hasta el año 2004 cuando la gente se acercó a pedir ayuda, según explica la Secretaria de Salud.

El mismo artículo señala que: “La Secretaria de Educación Pública del Distrito Federal y el Centro de Atención al Alumno Vulnerable de Secundarias Técnicas del DF se acercaron a ALía, asociación civil creada por la investigadora Santos, porque detectaron muchos casos y pidieron capacitar a sus 211 orientadores”. (La Razón, 2012)

De acuerdo a los datos estadísticos proporcionados por *La Razón*, es un problema que se está presentando en todo el país, con sus variantes en algunos Estados, como es el caso de Chihuahua, ya mencionado con anterioridad, y la Ciudad de México.

Al final de la publicación también se despliega información que proporciona datos para las personas que conocen o presentan este problema:

El link ALía es una asociación, sin fines de lucro dedicada a informar y sensibilizar al público en general sobre la conducta, capacitar a los profesionales de la salud mental, maestros y voluntarios en cómo ayudar a la persona que se autolesiona.(La Razón, 2012)

Otro artículo publicado en la revista *Zócalo Saltillo*, indica que esta práctica también se está llevando a cabo en Coahuila, a la vez que menciona el caso de

Chihuahua. Dicho artículo comienza con un testimonio de un joven que se autolesionó, sólo para demostrarle su cariño a su novia y posteriormente relata su historia.

Mientras el reloj avanza, Ramón cuenta sus laceraciones, “son 16 letras, 4 palabras”, al recordarle la reportera que le faltaban unas cuantas realizadas en la muñeca respondió “esas no valen, sólo son cortaditas que no tienen mucho fondo, son como raspadas”(Zócalo Saltillo, 2013).

Al final, el artículo sólo da un consejo dirigido hacia los padres, por parte de los que conocen el tema, donde se les pide que tengan cuidado con los medios y la información que manejan sus hijos en cuanto a la problemática, para evitar que esta práctica se manifieste en los adolescentes:

Expertos en la materia coincidieron en señalar que como padre de familia se deben controlar los medios y la información que llega a los hijos, pues en internet se pueden ver videos que han sido apreciados miles de veces, también hay fotografías en donde se muestran diversas formas de realizar estos cortes(Zócalo Saltillo, 2013)

Del mismo modo, el Diario Presente también publicó un artículo en donde declara que autoridades del ayuntamiento de Benito Juárez, Quintana Roo, han detectado casos de *cutting* en estudiantes de nivel secundaria, por lo que la Coordinadora de Servicios educativos y Complementarios (SEyC) Angélica del Carmen Sierra Serna advirtió que:

de no atenderse las heridas provocadas por cutting los alumnos pueden presentar graves afectaciones y reveló a la prensa local que en el ciclo escolar 2012-2013 se detectaron en nivel de secundarias a grupos completos de amigas que se auto lastimaban con esta práctica, pero no precisó cuántas eran”[sic.] (Diario Presente, 2013)

En dicho plantel, al detectar el problema los jóvenes fueron canalizados con un psicólogo, poniendo también en alerta a los padres de familia para que mantengan vigilados a sus hijos y no reincidan.

Por todo lo anterior, se puede deducir que la práctica del *cutting* ha ido en aumento, puesto que, existen estadísticas a nivel nacional al igual que en algunos estados se ha manifestado esta problemática con más regularidad. *Hoy Juárez*, publicó un artículo en internet titulado “Aumenta práctica del ‘*cutting*’ en secundarias”(Hoy Juárez, s.f.), por lo que es preciso buscar estrategias que ayuden a la resolución de dicha problemática, como señala:

Eso se tiene que trabajar de una forma tripartita entre los maestros, los padres de familia y el sector Salud y en este caso la Comisión de Salud que representa (Hoy Juárez, s.f.).

Este aspecto es de suma importancia para el Plan Comunicativo ya que se están tomando en cuenta tres factores que se mencionan en los actores involucrados en la problemática, que son: los profesores, los padres y madres de familia, el sector salud y la asociación del IMJUVE, sin embargo, en esta investigación también se consideran otros actores (revisar cuadro de actores involucrados) pues se desea que se involucren todos los aspectos del adolescente: lo biológico, lo psicológico y lo social.

Así mismo el periódico *La Jornada* publicó el primero de abril del 2013 el artículo “*Cutting*, práctica usada por los jóvenes para sustituir el dolor psicológico por el físico” en donde menciona que las personas que practican el *cutting* se caracterizan por tener baja autoestima, depresión o ansiedad, todo esto establecido por una especialista Emilia Lucio Gómez-Manqueo, académica de la Facultad de Pedagogía de la UNAM.

Explicó que este proceder deriva por factores sociales y culturales, ya que el actual entorno es más exigente con los adolescentes por la competencia en el trabajo y/o en la escuela, lo que causa cierto sufrimiento. Además del contexto de violencia (La jornada, 2013).

Lo anterior se debe tomar en consideración con respecto a la problemática, pues uno pensaría que los problemas de autoestima, depresión, ansiedad, entre otros, nada tienen que ver con la manera en la que se comporta la gente, sin embargo es todo lo contrario, la sociedad en los adolescentes y en todo tipo de personas tienen mucho que ver con la manera en que la gente vive y es por eso que se vuelve un aspecto muy importante dentro de la investigación.

Debido al incremento de casos de *cutting* en todo el mundo y para dar a conocer factores relevantes de esta problemática, hasta el momento, se han publicado tres libros que hablan del tema, estos toman la experiencia e historias de tres mujeres que practicaron el *cutting* y comparten como factor detonante la pérdida de un familiar. Los libros llevan por títulos: “Cut” (2000) por Patricia McCormick, “SarpObjects” (2006) por GillianFlynn y “Willow” (2009) por Julia Hoban. Es importante mencionar que los tres están escritos en inglés y pese a que ya tienen años de circulación, han tenido poca difusión.

Además los tres manejan un solo detonante, la ausencia o pérdida, y en esta problemática se deben de tomar en cuenta otros factores que desencadenan la práctica del *cutting* y no generalizar, porque cada caso tendrá su propia historia.

CAPÍTULO 3

ESTRATEGIA METODOLÓGICA DEL PLAN

Primero hay que definir qué es una estrategia, para poder entender qué es lo que se busca explicar en este apartado:

La planeación estratégica se puede definir como el arte y ciencia de formular, implantar y evaluar decisiones internacionales que permitan a la organización llevar a cabo sus objetivos. (Plan Estratégico, 2009)

Por lo anterior, entendemos que una cosa es la estrategia y otra, son las tácticas, pues nuestra estrategia en dicho Plan Comunicativo va ligada al objetivo general.

| Objetivo General | Estrategia |
|---|---|
| <p>1. Implementar estrategias comunicativas para reducir la práctica de <i>cutting</i> en adolescentes de 12 a 19 años de edad.</p> | <p>1. Hacer uso de los canales, los actores y factores en los que se ven inmersos los jóvenes que practican el <i>cutting</i> para llegar a ellos de forma directa.</p> |

Así como se ha planteado en el cuadro anterior, si se desea reducir la práctica del *cutting*, es necesario interactuar con los afectados, haciendo uso de los canales que éstos mismos utilizan, pues pensamos que una campaña que brinde sólo información sobre las causas y consecuencias de dicha práctica, tanto a los adolescentes practicantes, como a los padres, no sería efectiva por sí misma, puesto que no se puede llevar un registro, ni un control con respecto a los casos que se estén dando, porque no existe un vínculo que pueda proporcionar ésta información, además de que la información por sí sola, no puede generar un cambio en las conductas o en la manera de resolver conflictos, esto sólo se logra mediante un trato directo, haciendo uso de los canales y sistemas que giran en torno a los sujetos perjudicados.

Además hay que tomar en cuenta que se trabaja con adolescentes, los cuales están en el proceso de formación y se encuentran pasando por diversos cambios biológicos y psicológicos (principalmente), y que están inmersos dentro de una sociedad

que está pasando por grandes modificaciones en cuanto a la comunicación, donde se ha vuelto de gran importancia hacer uso de las nuevas formas de interacción que proporciona internet mediante las redes sociales, pues éstas generan una identidad virtual, nuevos grupos y vínculos sociales, sentimiento de pertenencia, juego de roles en los adolescentes, etc., por lo que es un aspecto que no se debe pasar por alto, pues resulta trascendente para lograr alcanzar la estrategia establecida para conseguir el objetivo del Plan Comunicativo.

En cuanto a la estrategia metodológica a implementar, se ha mencionado que será bajo una metodología mixta, trabajada de la mano con un enfoque sistémico, ya que ambos nos proporcionan herramientas y estrategias importantes para la realización de este Plan Comunicativo cuyo objetivo es la reducción de la práctica del *cutting* en los adolescentes.

Es así que se complementan ambos enfoques, es decir, el cualitativo y el cuantitativo, el primero busca conocer las opiniones, las conductas, las predisposiciones y actitudes de nuestros actores principales, en este caso hablamos de los adolescentes que practican el *cutting*.

Pues la metodología cualitativa se enfoca en la descripción de las cualidades de un fenómeno, busca las múltiples visiones de la realidad e involucra a todos los actores dentro de una problemática, sus características principales de este tipo de metodología es que es inductiva y tiene una perspectiva holística, esto quiere decir que considera el fenómeno como un todo e involucra personas, escenarios grupos, etc., una característica que consideramos importante es que la investigación se realiza por medio de la

interacción con los sujetos, pues aun siendo investigadores, no dejamos de ser parte del contexto social y de la problemática, además como método de investigación es flexible, puesto que nos permite incorporar hallazgos que no se tenían previstos.

Mientras que la cuantitativa utiliza la recolección de datos para su análisis, de manera que se pueden responder las preguntas de investigación a través de la medición numérica, el conteo y el uso de estadísticas para establecer patrones en el comportamiento de la población a la que fue dirigida.

Dentro de la investigación, se debe recalcar que tiene más peso el enfoque cualitativo y no es porque sea menos importante la metodología cuantitativa, pero es necesario especificar que el punto fuerte de la investigación está destinado al campo de lo cualitativo, siendo éste del que se implementaran más instrumentos.

3.1 Objetivo de la estrategia metodológica seleccionada

Anteriormente se explicó la estrategia metodológica, es decir, lo que se quiere lograr, pero el objetivo de la estrategia está ligado a la pregunta ¿qué se quiere conseguir? es decir, qué pretendemos lograr al seguir dicha estrategia.

| Objetivo de la estrategia |
|---|
| 1. Tener una interacción directa con los adolescentes, tomando en cuenta actores, factores y canales para brindarles una ayuda más acertada y efectiva, de manera que la puedan aplicar a su situación. |

Lo anterior explica de forma sintetizada la coherencia que debe guardar la estrategia y el objetivo de ésta, pues si esto no se establece, sería difícil saber qué tanto se está consiguiendo y qué cosas están fallando.

Ahora bien, el objetivo que se busca, es la interacción directa, pero tomando en cuenta los demás ejes de la comunicación (expresión, estructuración y difusión), pues sin ellos, no se lograría alcanzar el objetivo del Plan Comunicativo, ya que la interacción no basta sin un análisis previo de los códigos que manejan los adolescentes, así como las formas más apropiadas para la elaboración de los mensajes, para que éstos se sientan identificados.

3.2 Métodos de investigación

En cuanto a los métodos de investigación a utilizar, como se ha mencionado a lo largo de este trabajo, van en dirección de un enfoque cualitativo sistémico y cuantitativo, ya que son ambos los que proporcionan las herramientas necesarias para llevar a cabo cada una de las técnicas y estrategias para lograr satisfactoriamente dicho Plan Comunicativo, en busca de la reducción de la práctica del *cutting*.

La metodología cualitativa es pertinente en cuanto a las posibilidades de ir más allá en la información, ya que entre sus características destaca el encontrar un cómo o porqué de las cosas, en este caso de las actitudes, actos, significados, interacciones, opiniones y aspectos personales.

Por otro lado la metodología cuantitativa nos ayuda a sacar patrones, estadísticas, detectar casos, puesto que es predictiva, pero necesita o requiere de unidad de medida y elementos predeterminados.

Su principal característica es que busca representatividad, pues se encarga de medir resultados de manera objetiva, es decir, procura no inferir ni dar nada por sentado, sino que extrae tal cual las respuestas de los informantes y trabaja con los hechos, lo que nos permitiría usar los resultados para sustentar alguna táctica implementada al Plan.

En cuanto al enfoque sistémico, se puede decir que es relevante para este Plan, por la forma en que se puede proporcionar ayuda, posibles soluciones, puesto que los jóvenes conviven en diversas esferas denominadas sistemas y si estos tienen alguna falla, entran una decadencia que afecta a todos los que conforman dicho sistema.

Es importante recordar que el sistema del que estamos hablando específicamente en esta investigación, forman parte los adolescentes practicantes y no practicantes del cutting, sus familias, sus diferentes contextos sociales y la sociedad, así que es de utilidad conocer casos de los jóvenes afectados para brindarles herramientas que les permitan mejorar su condición emocional.

3.3 Técnicas para la obtención y producción de datos

Así como ya se planteó la estrategia y su objetivo, ahora es necesario determinar que tácticas se van a implementar de acuerdo con el enfoque elegido, es decir, el mixto, en las siguientes técnicas:

- a) Sondeo: Nos permite obtener resultados representativos que nos ayuden a entender cuáles son las tendencias de los jóvenes con respecto a la práctica del

cutting y además conocer sus opiniones en cuanto a la posible solución que se les plantea en dicho cuestionario.

- b) Etnografía Digital: Nos ayuda a difundir masivamente y dar mayor alcance a la población adolescente sobre la información del *cutting*, desde lo qué es, hasta cómo prevenir dicha práctica, además de obtener información sobre el comportamiento, actitudes e incluso emociones de los adolescentes dentro de las páginas de internet donde interactúan practicantes del *cutting*.

Nos ayuda también a identificar grupos de pertenecía, significaciones, la manera en la que se hablan entre ellos, el uso que le dan a este tipo de lugares para tener relaciones y crean un lazo de identificación a partir de las interacciones por medio de un ordenador.

Para realizar un análisis más complejo de la etnografía digital y que ésta no quede únicamente como mera descripción, que es lo que deseamos evitar, es necesario implementar un análisis semiológico y de contenido para las imágenes y videos que se encuentren en las páginas de internet seleccionadas, donde interactúan practicantes de *cutting*, para poder detectar su estructura, si tienen similitudes en su composición, específicamente la escritura, ya que es la manera con la que se relacionan con más frecuencia.

Recordando que en estas páginas web es donde se comunican con mayor continuidad mediante el lenguaje escrito, la textualidad es la manera en la que interactúan dentro de estas, aunque en la mayoría de ellas existe contenido multimedia y fotográfico.

Del mismo modo tomar en cuenta que por medio de estas páginas, se facilita comunicarse con otros y crear grupos de pertenencia con personas que están pasando por la misma situación, no importando que sean de México o de otros países, mientras el código en el que se comuniquen sea similar o igual.

Análisis semiológico

Para el análisis en cuanto a estructura, imagen, fotografía o video, es necesario mencionar que nos basaremos en el trabajo realizado por Roland Barthes en su libro “*Lo obvio y lo obtuso*” del cual utilizaremos la información del capítulo “Retorica de la imagen”, donde señala que la imagen está compuesta por tres mensajes:

1. *El mensaje lingüístico*: que se refiere principalmente al texto que acompaña a la imagen y hace referencia a esta, cumple con dos funciones, una de anclaje que es denominativa, de sentidos denotados y remite a la representación de la imagen, para que no haya otro tipo de interpretaciones, así que podríamos decir que esta función representa de manera escrita lo que la imagen está mostrando. Y la función de relevo, que por el contrario de la anterior, esta da información extra, dando a conocer algo que la imagen en sí no está mostrando dentro de su contenido y por ello es necesario que el texto de un camino a seguir para que la imagen se entienda de la manera en que se desea.
2. *El mensaje icónico no codificado*: es la imagen misma y sus componentes, en este mensaje pueden intervenir aspectos como la composición de la imagen, los objetos que salen en ella, los colores, aspectos estéticos y todo lo que tenga que ver en cuanto al diseño de la imagen. En otras palabras se podría decir que es la primera lectura que realiza el receptor, sin que intervengan aspectos connotados.
3. *El mensaje icónico codificado*: por el contrario del anterior ya es un mensaje connotado en el cual ya intervienen aspectos culturales, de historia, contexto de

cada individuo receptor, en otros tres aspectos, lo que involucra una lectura más profunda de la imagen. “En resumen, ésta, es una lectura más comprometida. Es el cómo la sociedad lee el mensaje en la imagen y su composición. La imagen se vuelve simbólica, connotando el significado” (27, 2013).

Psicología del color

Dentro de las categorías a utilizar, es importante mencionar que el elemento del color es indispensable en el análisis, ya que juega un papel importante en la composición artística de los blogs, por lo que será necesario indicar el significado de los colores utilizados desde un enfoque psicológico, tomando en cuenta el aspecto cultural para tener un estudio integro.

De acuerdo con Johann Wolfgang von Goethe, un científico y poeta alemán, existe una relación entre la mente humana y el color, así que escribe un tratado denominado “*Teoría del color*”, donde explica que la percepción del individuo es vital en la forma en que mira un objeto. Basada en el tratado de Goethe, Eva Heller escribe la obra *La Psicología del color*, en donde explica la relación entre el estado de ánimo y el color.

La obra muestra una tabla con el color y la gama de sentimientos que se asocia a este, por ejemplo, el azul, según su tabla, denota simpatía, armonía, amistad, confianza etc., el negro indica finalizado, duelo, egoísmo, infidelidad, misterioso, magia, introversión, maldad, el gris revela, soledad, vacío, inseguridad, indiferencia, conformismo etc. Y el rojo expresa amor, odio fuerza, agresividad, deseo, ira... Por supuesto que hay una gama de colores y diversas emociones asociadas a éstos, pero sólo se tomaron en cuenta los más usados dentro de los blogs con temática del *cutting*.

Psicología musical

Otra categoría relevante es el elemento musical, ya que se encuentra dentro de la composición de los blogs y de acuerdo a un artículo publicado en la revista *Muy Interesante* titulado ¿Cómo afecta la música tu estado de ánimo? Revela que las respuestas neuronales son diferentes, dependiendo del tipo de música que se esté escuchando, las cuales, afectan la regulación de las emociones de la persona. El artículo hace mención de algunos musicoterapeutas clínicos que reconocen que la música puede tener influencia en las emociones de las personas, ya que ésta la han utilizado en pacientes con trastornos como la ansiedad y la depresión.

Además señala que se hizo una investigación donde se buscó la relación entre salud mental y las preferencias musicales de un grupo de personas, monitoreando la actividad neuronal. Los resultados fueron publicados en el *Frontiers in Human Neuroscience*, entre lo destacado, descubrieron que algunos géneros de música tienen efectos a largo plazo en el cerebro, por ejemplo, la música triste o agresiva era escuchada por personas con problemas de ansiedad y neurosis.

Lo anterior, nos ayudará para sustentar la relación que existe entre la música que utilizaron los creadores de los blogs y el estado de ánimo que prevalece en ellos, así como en los usuarios que los visitan.

Análisis de contenido

El análisis de contenido es una técnica sistemática y replicable que examina los símbolos de la comunicación, se les asigna un valor numérico de acuerdo con las reglas de medición válidas y analiza las relaciones que influyen valores sobre métodos estadísticos

para describir la comunicación, dibuja inferencias sobre su significado o inferencias desde su contexto de producción y consumo. (Riffe, Lacy y Fico: 1988, p.20).

Pese a que el análisis de contenido es una técnica cuantitativa, es importante señalar que la estamos usando como complemento de la etnografía digital que es una técnica cualitativa, esta es de gran ayuda porque nos permite analizar grandes cantidades de información a partir de una muestra representativa, de la cual pueden hacerse generalizaciones del universo.

Lo anterior, nos permite analizar una amplia cantidad de páginas que se relacionan con el *cutting*, sin embargo, en la investigación únicamente se trabaja con páginas que contengan información relevante con respecto a la problemática, que tengan algunas similitudes en cuanto a estructura, composición, público interactuante, etc.

Krippendorff define el análisis de contenido como “una técnica de investigación destinada a formular, a partir de ciertos datos, inferencias reproducibles y válidas que puedan aplicarse en su contexto (Krippendorff, 1990, p.28).

Mientras que Berelson la define como “una técnica de investigación para la descripción objetiva, sistemática y cuantitativa, del contenido manifiesto de la comunicación” (Berelson, 1984, p.18).

Berelson incorpora el atributo de que el contenido sea manifiesto para asegurar que la codificación de los datos obtenidos en el análisis sean confiables y fiables (Krippendorff: 1990, p.29), y es quien distingue seis características fundamentales para el análisis de contenido (Berelson: 1984, p.15):

1. Aplica sólo a generalizaciones de las ciencias sociales.
2. Aplica sólo o principalmente en determinación de los efectos de la comunicación.
3. Aplica sólo a las dimensiones sintácticas y semánticas del lenguaje.
4. Debe ser objetivo. Esto es que las categorías de análisis puedan aplicarlas al mismo cuerpo de contenido y tener los mismos resultados.
5. Debe ser sistemático. Esto significa que si alguna parte ocurrente de la categoría es tomada en consideración sin un cuerpo específico del contenido, entonces toda ocurrencia debe hacer que todo el problema cambie. El análisis debe ser diseñado para asegurar la información relevante del problema científico o una hipótesis.
Parafraseando el punto anterior, quiere decir que sí las categorías se establecen de la manera correcta, tomando en cuenta toda consideración, las categorías no deben cambiar, sin embargo sí es necesario que estas se modifiquen, algo en la investigación debe de cambiar.
6. Es meramente cuantitativo.

Es importante mencionar que la utilización del análisis de contenido se establece conforme a los objetivos de la investigación y sitúa a esta en una posición concreta frente a su realidad (Krippendorff: 1990, p. 35).

Por su parte Berelson distingue algunos usos fundamentales del análisis de contenido, los cuales son (Krippendorff: 1990, p. 46):

- Describir tendencias en el contenido de la comunicación.
- Mide la legibilidad de los mensajes.
- Determina el estado psicológico de personas o grupos.

- Refleja actitudes, intereses y valores de grupos.
- Verifica si el contenido de la comunicación cumple con sus objetivos.
- Averigua qué dice, cómo se dice y a quién se dice.
- Averigua por qué se dice algo y con qué efectos se dice algo.

Para poder realizar un análisis de contenido adecuado se debe establecer la manera en la que se define y de qué población se desea extraer la información, específicamente en nuestro caso, se señala en qué páginas se va a realizar el análisis y en qué características nos vamos a basar, ya que debe hacerse explícito el contexto en el que se analizan los datos, para nuestra investigación es un contexto online (en línea), donde tomamos en cuenta aspectos de las mismas páginas de internet.

Es importante mencionar que el análisis de contenido se lleva a cabo por medio de la codificación, proceso por el cual las características del contenido de un mensaje son transformadas a unidades que permitan su descripción y análisis. (Sampieri: 2003).

Para poder realizar de una manera práctica el análisis de contenido, es necesario crear unidades de análisis de los mensajes y éstos surgen de la interacción entre la realidad y su observador; son la fusión de hechos empíricos, de las finalidades de la investigación y de las exigencias que plantean las técnicas y se distinguen tres tipos de unidades (Krippendorff: 1990, p.81 a 85):

1. Unidades de muestreo: Son aquellas porciones de la realidad observada, o de la secuencia de expresiones de la lengua fuente, que se consideran independientes unas de otras. Las unidades de muestreo son fundamentales ya que de estas se extrae el contexto general.

2. Unidades de registro: Se consideran parte de la unidad de muestra analizada de forma aislada. Holsti define una unidad de registro como “el segmento específico de contenido que se caracteriza al situarlo en una categoría determinada” (Krippendorff citado a Holsti: 1969, p. 166).
3. Unidades de contexto: El investigador reconoce y explica el hecho de que los símbolos codeterminan su interpretación y de que extrae sus significados del medio en que se presentan. Las unidades de contexto no necesitan ser independientes, ni descriptibles de forma aislada, pueden suponerse y contienen unidad de registro.

Por otra parte Krippendorff (1982) señala cinco tipos de categorías para la realización del análisis de contenido (Hernández, Fernández, Baptista: 1995, p. 307):

1. De asunto o tópico: Se refiere a cuál es el asunto, tópico o tema tratado en el contenido (de que trata el mensaje o la comunicación).
2. De dirección: Estas categorías se refieren a cómo es tratado el asunto. (¿positiva o negativamente?, ¿favorable o desfavorable?, etc.).
3. De valores: Se refiere a categorías que indican qué valores, intereses, metas, deseos o creencias son revelados.
4. De receptores: Estas categorías se relacionan con el destinatario de la comunicación (¿a quién va dirigido el mensaje?).
5. Físicas: Son categorías para ubicar la posición y duración o extensión de una unidad de análisis.

Dichas categorías deben de cumplir con ciertos requisitos:

1. Las categorías y subcategorías deben ser exhaustivas, es decir, abarcar todas las posibles subcategorías de lo que se va a codificar.
2. Las subcategorías deben ser mutuamente excluyentes, que una unidad de análisis puede caer en una y sólo una de la subcategorías de cada categoría.

Las categorías y subcategorías deben derivarse del marco teórico y una profunda evaluación de la situación.

Para poder establecer categorías y subcategorías en el caso de la investigación en línea, es necesario primero conocer el contexto, posteriormente establecer categorías que abarquen todos los aspectos fundamentales que necesitamos trabajar y obtener información, en nuestro caso es importante saber:

1. Estructura
2. Composición
3. Tiempo que lleva en línea la página
4. Imagen
5. Color
6. Música
7. Si hay o no uso de videos
8. Usuarios
9. Seguidores
10. Temas
11. Textualidad

A grandes rasgos, para poder realizar el análisis de contenido de una manera exitosa, se debe de seguir una serie de pasos, que ahora se resumirán:

1. Formular las interrogantes de la investigación
2. Definir a la población en cuestión
3. Seleccionar una muestra apropiada de la población
4. Seleccionar y definir una unidad de análisis
5. Construir las categorías del contenido que se desean analizar

Una vez definidos los anteriores, con el equipo de investigación se debe llegar a un acuerdo para poder:

6. Establecer un sistema de cuantificación de datos obtenidos
7. Codificación
8. Análisis
9. Llegar a una conclusión y obtener indicadores

El paso 2, 3 y 4, se desarrollan en el siguiente cuadro:

| | | | |
|-------|-----------|---------|---------------------|
| Tema: | Universo: | Muestra | Unidad de análisis: |
|-------|-----------|---------|---------------------|

| | | | |
|--|--|--|--|
| <p>La práctica del <i>cutting</i> en adolescentes de 12 a 16 años.</p> | <p>Buscar en línea blogs que estén conformados mayormente por un público adolescente y traten el <i>cutting</i>.</p> | <p>Tres blog que tengan únicamente interactuantes que practiquen el <i>cutting</i>, durante el mes de octubre del año en curso.</p> <p>1.-http://cicatrices--abiertas.tumblr.com/</p> <p>2.- http://paradiseandsmiles.blogspot.mx/</p> <p>3.-http://a-u-t-o-l-e-s-i-o-n.tumblr.com/</p> | <p>Publicaciones dentro de los blogs que hablen del <i>cutting</i> e imágenes relacionadas a este.</p> |
|--|--|--|--|

Conforme a lo anterior, se establecieron las categorías mostradas en la guía de observación en línea, descrita más adelante.

- c) Entrevistas semi-estructurada: Nos permite conocer las opiniones y las conductas de los actores principales para detectar las áreas de oportunidad que se tienen y aprovecharlas para el éxito del plan comunicativo, estas se aplicaron tanto a especialistas como a practicantes del *cutting*, para poder hacer un mejor cruce de datos.

3.4 Fuentes de información

Las fuentes a las cuales recurriremos, en gran parte, serán orales, pero también haciendo uso de fuentes escritas y visuales.

Orales en cuanto a las entrevistas y pláticas vía internet, escritas, en tanto se encuentran notas de periódicos, libros y documentos que abordan el problema y visuales por los blogs, programas de televisión, videos e imágenes de internet.

3.5 Instrumentos de investigación

Metodología cuantitativa

En cuanto a la técnica para la recolección de datos en el enfoque cuantitativo, se implementó sólo el sondeo, el cual consiste en realizar un cuestionario dirigido a nuestro público meta, con las preguntas pertinentes que nos permitan establecer patrones que abarquen diversas áreas, por ejemplo, el aspecto social, psicológico, económico y conductual. Así mismo, entender que el sondeo es diferente a la encuesta, pues sólo toma una pequeña parte de la población, a saber, cincuenta individuos y en el caso de la encuesta es necesario hacer un cálculo matemático para establecer el número de individuos exactos para que se considere una muestra representativa.

En la investigación, para poder realizar el sondeo, se llevó a cabo una prueba piloto para poder detectar errores en el instrumento antes de realizar en sondeo final.

Prueba piloto

La prueba piloto es la mejor manera de descubrir si un instrumento de medida ha sido diseñado adecuadamente, realizar una prueba piloto tiene como propósito, verificar que el cuestionario quede redactado correctamente, que el formato sea el adecuado y no se le complique al encuestado resolver las interrogantes.

Se decidió aplicar una pequeña muestra, la cual se basó en 5 pruebas piloto, con el fin de saber si el cuestionario se diseñó correctamente, utilizando el siguiente:

“Los datos que se proporcionen son para fines académicos y estadísticos, los informes serán estrictamente confidenciales y bajo ninguna circunstancia Serán utilizados para otro fin que no sea el señalado”.

UACM

Universidad Autónoma
de la Ciudad de México

Nada humano me es ajeno

Género: H M

Edad: a) 12-13 años b) 14-15 años c) 16-17 años

1.- ¿Con quién vives? (Puedes marcar más de una opción)

- a) Papá b) Mamá c) Hermanos d) Abuelos e) Papá, mamá y hermanos
f) Otros ¿quién?_____

2.- ¿Quién sustenta económicamente tu casa? (Puedes marcar más de una opción)

- a) Papá b) Mamá c) Hermanos d) Otros ¿Quién?_____

3.- Aproximadamente ¿Cuántos focos hay en tu casa?

- a) 1-3 b) 4-8 c) 9-12

4.- ¿Con cuáles de los siguientes servicios cuentas? (Puedes marcar más de una opción)

| Agua | Luz | Teléfono | Gas | Televisión de paga | Internet |
|------|-----|----------|-----|--------------------|----------|
| | | | | | |

5.- ¿Cuentas con teléfono celular propio?

- a) Sí b) No

6.- ¿Tu celular tiene Wi-fi?

- a) Sí b) No

7.- ¿Cuántas horas pasas en internet al día?

- a) 1 a 3 horas b) 4 a 6 horas c) 7 a 10 horas

8.- ¿Cuántas horas al día accedes a tus redes sociales?

- a) 1 a 3 horas b) 4 a 6 horas c) 7 a 10 horas

9.- ¿Cuántas horas convives en un día con tu familia?

- a) 1 a 3 horas b) 4 a 6 horas c) 7 a 10 horas

10.- ¿Cómo es la relación que llevas con tus hermanos? (en caso de no tener hermanos (as) saltar esta pregunta)

- a) Buena b) Más o menos c) Casi nunca convivimos d) Muy buena e) Pésima

11.- ¿Por qué?

12.- ¿Con que frecuencia platicas con tus padres?

- a) Siempre b) De vez en cuando c) Frecuentemente d) Nunca

13.- ¿Por qué?

14.- ¿Qué tipo de programas te gusta ver en la Tv?

- a) Series b) Telenovelas c) Caricaturas d) Deportes e) Otros ¿Cuál? _____

15.- ¿Te gustan las series dedicadas a los adolescentes? (si tu respuesta es Sí, pasa a la siguiente pregunta)

- a) Sí b) No

16.- ¿Cuáles?

17.- ¿Te gusta estar tiempo a solas?

- a) Sí b) No

18.- ¿Por qué?

19.- ¿Qué situaciones te ponen feliz?

- a) Salir con mi familia b) Salir con mis amigos c) Ir de compras
d) Saber que me veo bien e) Otras _____

20.- ¿Qué situaciones te entristecen?

- a) Peleas b) Malas noticias c) Críticas hacia mi persona

d) Lo que pasa a mí alrededor e) Otras_____

21.- ¿Qué tipo de música te gusta escuchar?

a) Reggaetón b) Pop c) Banda d) Rock e) Salsa f) Hip-hop g) Reggae

h) Otro_____

22.- ¿Cómo eliges a tus amigos?

a) Por su popularidad b) Por su forma de vestir c) Por tener algo en común

d) Otro_____

23.- ¿Qué te gusta de ti físicamente?

a) Mis ojos b) Mi cuerpo c) Mis manos d) Mis piernas e) Mi cabello

f) Otro_____

24.- ¿Qué cambiarías de tu cuerpo?

a) Mi nariz b) Mi estatura c) Mi color d) Mis medidas e) Me quedaría igual

b) Otro_____

25.- ¿Te gusta asistir a fiestas? (si tu respuesta es sí pasa a la pregunta 26, de lo contrario pasa a la pregunta 27)

a) Sí b) No

26.- ¿Por qué Sí?

a) Me gusta divertirme b) Me gusta salir c) Me siento libre d) Otro _____

27.- ¿Por qué no?

a) No me gusta salir b) No me gustan las fiestas c) Nunca me invitan d) Otro_____

28.- ¿Prefieres estar en?

a) Tu casa b) En la escuela c) En casa de algún amigo d) En la calle e) Otro_____

29.- ¿Cuántos días a la semana te sientes...? (señala con el número de días)

a) Sol@ __ d) Triste __ g) Culpable __ j) Otro ¿Cuál?_____

b) Deprimid@ __ e) Con coraje __ h) Angustiad@ __

c) Aislad@ __ f) Con miedo __ i) Estresad@ __

30.- ¿Sientes que no puedes expresar tus sentimientos?

- a) Sí b) No

31.- ¿Por qué?

32.- ¿Sabes o tienes una idea de lo que es el Cutting?

- a) Sí b) No

33.- ¿Conoces a alguien que se...?

- a) Corte Sí__ No__ d) Rasguñe Sí__ No__
b) Pellizque Sí__ No__ e) Electrocute Sí__ No__
c) Queme Sí__ No__ f) Otros ¿Cuáles?_____

*Si contestaste que Sí en alguna de las opciones de la pregunta anterior responde a lo siguiente:

34.- ¿Qué haces?

- a) Nada b) Le pregunto por qué lo hace c) L@ incito a pedir ayuda
d) Trato de ayudarle e) Me alejo de él/ella f) Otro_____

35.- ¿Sabes a donde recurrir si tú te lastimaras?

- a) Sí b) No

36.- ¿Te gustaría que en tu escuela existiera un grupo de ayuda donde pudieras hablar y compartir tus problemas libremente?

- a) Sí b) No

37.- ¿Por qué?

- a) Me interesa b) Es incomodo c) No tiene caso d) Es importante

38.- ¿Qué es lo primero que sientes al ver estas imágenes?



a) Amor b) Mentira c) Felicidad d) Otra _____



a) Enojo b) Gord@ c) Ayuda d) Otra _____



a) Tristeza b) Reflexión c) Yo mism@ d) Otro _____



a) Enojo b) Yo mism@ c) Gracioso d) Otra _____

39.- Has un dibujo de ti:

Al realizar la prueba piloto, nos percatamos que el cuestionario, además de ser muy amplio, confundía en ciertas preguntas a los jóvenes, por lo cual se tuvieron que hacer cambios que nos permitieran solucionar ese problema, cambiando la estructura y reorganizando las preguntas nuevamente (el cuestionario final se encuentra en anexos).

Metodología cualitativa

En cuanto a las técnicas e instrumentos cualitativos para la recolección de información, se implementarán los siguientes:

a) Etnografía digital “los dispositivos no son sólo instrumentos, sino que son elementos mediadores que transforman las prácticas, entidades y sujetos” (De la Etnografía antropológica a la Etnografía virtual, s.f.) esta puede observar con detalle las formas en que se experimenta el uso de una tecnología, entendiendo que el Internet no es el objeto de estudio, sino la herramienta donde se puede obtener una gran cantidad de información (Etnografía virtual y el análisis en la sociedad digital, s.f.).

Dicha técnica será implementada dentro de los blogs, redes sociales y chats identificados para extraer la mayor información posible, para implantar tácticas que hagan factible el Plan Comunicativo.

La Etnografía Digital nos permite poder ser parte de la comunidad a la que deseamos estudiar, por lo cual se debe crear una identidad que genere vínculos en los demás interactuantes, para que ellos a su vez se sientan atraídos a nuestro caso en particular, para ello es necesario primero detectar aquellos sitios web que tengan mayor

número de visitantes y de interactuantes, lo que de alguna manera permite que la recopilación de información sea más amplia y obtener un mejor análisis al realizar el cruce de datos.

Se analizaron tres portales diferentes:

1.- <http://cicatrices--abiertas.tumblr.com/>

2.- <http://paradiseandsmiles.blogspot.mx/>

3.- <http://a-u-t-o-l-e-s-i-o-n.tumblr.com/>

Estos fueron escogidos por las siguientes características:

- Fecha de última publicación
- Estructura y contenido (música, imágenes, palabras clave, colores, videos, etc.)
- Interacción en cuanto a comentarios realizados dentro de la pagina
- Integrantes
- Seguidores
- Número de visitas
- Antigüedad de la página

El análisis se realizó por un tiempo determinado de un mes, tres horarios diferentes al día: mañana, tarde y noche y para decodificar la información recopilada nos basamos en los siguientes puntos.

Mediante la observación online se crea:

- Interacciones
- Identidad

- Vínculos sociales
- Grupos sociales
- Detectar patrones causantes de la práctica del *cutting*
- Observar posturas frente a la problemática
- Solución de conflictos
- Experiencias
- Vivencias

*Nota: cualquier otro elemento que sea detectado durante la investigación será agregado.

Guía de observación online

La guía se dividió en tres categorías base: semiótica, contenido y las categorías propias que se consideraron importantes dentro de la investigación y que no están dentro de las categorías establecidas por los autores mencionados en la metodología. Considerando aspectos importantes para analizar, puesto que la mayoría de las páginas web que contienen información sobre el *cutting* y cuentan con un público que se relaciona con la problemática, están compuestos por los siguientes elementos: imagen, multimedia (vídeos), música, contenido (parte escrita) y consideramos que el tiempo que los jóvenes interactúan en este tipo de páginas, se ve muy relacionado con su actuar cotidiano, ya que si los adolescentes se pasan aproximadamente de 5 a 10 horas en un contexto online, la interacción con su contexto offline puede resultar deteriorado.

Para trabajar la etnografía digital se realizó la siguiente guía de observación:

| Categorías | Observaciones |
|--|--|
| Semiótica: 1. Mensaje lingüístico 2. Mensaje denotado 3. Mensaje connotado 4. Psicología del color | Elementos gráficos Estructura y composición de las páginas de internet analizadas. Se observarán el tipo de imágenes que suben los miembros y las imágenes que están incorporadas en las páginas seleccionadas. Elementos de multimedia |

| | |
|---|--|
| | <p>Se observará el tipo de videos que suben, su estilo y si tienen variables y constantes, de manera que aprovechemos esos aspectos para lograr el objetivo del plan.</p> <p>Se observarán y analizan los colores que componen la imagen.</p> |
| <p>Contenido:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. De asunto o tópico: Se refiere a cuál es el asunto, tópico o tema tratado en el contenido (de que trata el mensaje o la comunicación). 2. De dirección: Estas categorías se refieren a cómo es tratado el asunto. (¿positiva o negativamente?, ¿favorable o desfavorable?, etc.). 3. De valores: Se refiere a categorías que indican qué valores, intereses, metas, deseos o creencias son revelados. 4. De receptores: Estas categorías se relacionan con el destinatario de la comunicación (¿a quién va dirigido el mensaje?). 5. Físicas: Son categorías para ubicar la posición y duración o extensión de una unidad de análisis. | <p>1. Elementos escritos:</p> <p>Se observará el tipo de escritura para detectar la manera en la que interactúan los adolescentes dentro de las páginas seleccionadas, para poder crear una familiaridad e identidad.</p> |
| <p>Propias:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Elementos auditivos (música) <ul style="list-style-type: none"> • Psicología musical 2. Factor tiempo | <ol style="list-style-type: none"> 1. Se escucharán las melodías que vengán incorporadas a las páginas, blogs, etc. o la música que ellos mismos se recomiendan para usarlas a favor del plan y crear vínculos con los adolescentes mediante sus propios gustos. 2. Se observará cuánto tiempo están interactuando los adolescentes dentro de las páginas, para poder establecer la importancia de su vida offline/online. |

b) Entrevistas semi-estructuradas: La utilización de este tipo de entrevistas es por su flexibilidad, apertura y se utiliza una guía que nos ayuda a dar camino a la investigación, se efectúa mediante conversaciones y eso nos ayuda a crear un vínculo con los entrevistados, así la información que nos proporcione el sujeto será más relevante para la investigación.

Del mismo modo se recurrió a los medios digitales para realizar entrevistas, por medio del correo electrónico y el WhatsApp, esto por cuestiones de distancia y para facilitar la obtención de las respuestas, pues es un proceso más rápido para recopilarla información.

Un punto importante dentro de esta técnica, es que a los sujetos les gusta ser escuchados o leídos y una entrevista nos puede facilitar este aspecto.

Guía de entrevista

Para realizar la guía de entrevista tomamos como consideración los siguientes aspectos:

Las entrevistas se realizaron a tres especialistas en el tema: Psicólogos y Pedagogos. Del mismo modo y para lograr mayor cruce de datos, se realizaron tres entrevistas a practicantes del *cutting* y finalmente una entrevista online a una practicante

y creadora de un blog, por lo cual fue necesario realizar tres guías que nos permitirán trabajar de una manera correcta con nuestros informantes.

Guía de entrevista a especialistas (Psicólogo-Pedagogo)

1. Nombre:
2. ¿Cuál es su especialidad?
3. De acuerdo a su especialidad ¿Cómo define el *cutting*?
4. ¿Se le han presentado casos de adolescentes practicantes de *cutting*?
5. ¿Qué factores consideras que desencadenen esta práctica?
6. ¿Cuánto tiempo atiende a los adolescentes?
7. ¿Ha encontrado una posible solución? ¿Cuál?
8. ¿Ha obtenido los resultados esperados de acuerdo al tratamiento que implementó?
9. Cuando termina el tratamiento del adolescente ¿Le da seguimiento a los casos para evitar una recaída?

Guía de entrevista a practicante de *cutting*

| PREGUNTAS | RESPUESTA | ANÁLISIS |
|--|-----------|----------|
| 1. ¿Cómo te llamas? | 1. | |
| 2. ¿Cuántos años tienes? | 2. | |
| 3. ¿Cómo te sientes? | 3. | |
| 4. Si tuvieras que dar ahora una calificación de tu persona del 0 al 10 ¿Cuál sería? | 4. | |

| | | |
|--|-------------------------|--|
| 5. ¿De qué forma sacas tu tristeza, enojo, frustración, soledad u otros sentimientos? | 5. | |
| 6. ¿Qué haces con lo que escribes, pintas o dibujas? | Pregunta de complemento | |
| 7. ¿Cómo te sientes cuando sacas tu tristeza, enojo, frustración, soledad u otro? | 7. | |
| 8. ¿Qué sentimiento es el que más te cuesta expresar? | 8. | |
| 9. ¿Desde cuándo practicas el <i>cutting</i> ? | 9. | |
| 10. ¿Por qué practicas el <i>cutting</i> ? | 10. | |
| 11. ¿Qué sientes cuando te autolesionas? | 11. | |
| 12. ¿Conoces las consecuencias de esta práctica? | 12. | |
| 13. ¿Alguien está al tanto de que practicas el <i>cutting</i> ? | 13. | |
| 14. ¿Sólo te hiciste lesiones en los brazos o también en alguna otra parte de tu cuerpo? | 14. | |
| 15. ¿Has buscado ayuda profesional? | 15. | |
| 16. ¿Estarías dispuesto (a) a aceptar ayuda? | 16. | |
| 17. ¿Qué reflexión haces en estos momentos con las preguntas anteriores y lo que has vivido? | 17. | |

Guía de entrevista a la creadora de un blog y practicante de *cutting*

1. ¿Por qué hacer un blog que trate de *cutting*?
2. ¿Qué es lo que más te gusta publicar en él? y ¿Por qué?
3. ¿Por qué utilizas imágenes de estilo anime, modelos o artistas?
4. ¿Qué es lo que quieres dar a conocer con las fotos que subes?

5. ¿Qué género de películas ves? y ¿Por qué?
6. ¿Quién es tu modelo a seguir?
7. ¿Por qué se llaman princesitas?
8. ¿De qué manera te gusta que te hablen? ¿Por qué?
9. ¿Cómo le hablas tú a las personas?
10. ¿Qué tipo de música te gusta?
11. ¿Esa música causa algo en ti? explica
12. ¿Cambias de gustos musicales de acuerdo a tu estado de ánimo? si es así
¿Por qué?
13. ¿Por qué ponerle un fondo musical al blog?
14. ¿Cada cuándo te conectas al blog? y ¿Por qué?
15. ¿Cada cuánto subes actualizaciones? y ¿Por qué?
16. ¿Cuánto tiempo dedicas para conocer a algún miembro de tu blog?
17. ¿Cuánto tiempo pasas con tu familia? y ¿Por qué?
18. ¿Cuánto tiempo platicas con ellos? y ¿Por qué?

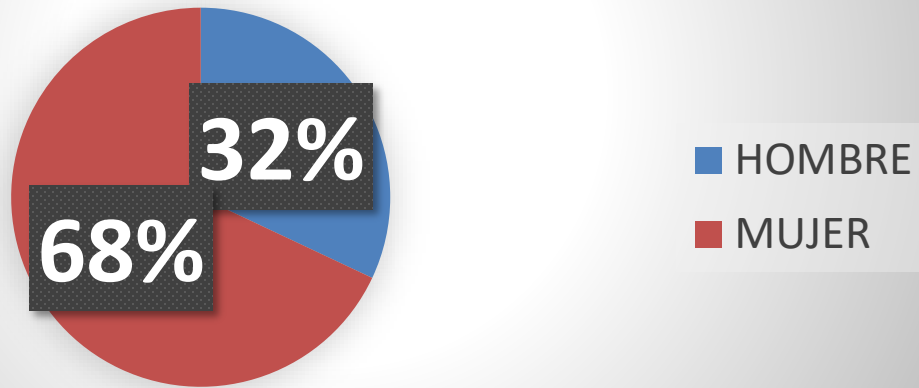
Nota: es importante mencionar que esta es únicamente una guía para la entrevista y que en caso de que sea necesario se agregarán o modificarán preguntas.

3.6 Resultados obtenidos (sondeo)

El “sondeo por comodidad se aplicó a una muestra de 50 jóvenes” de dos Escuelas Secundarias Diurnas: Cuauhtémoc, No. 319 del turno matutino (Iztapalapa) y Tlahuizcalli, No. 126 del turno matutino (Tláhuac), arrojando los siguientes resultados:

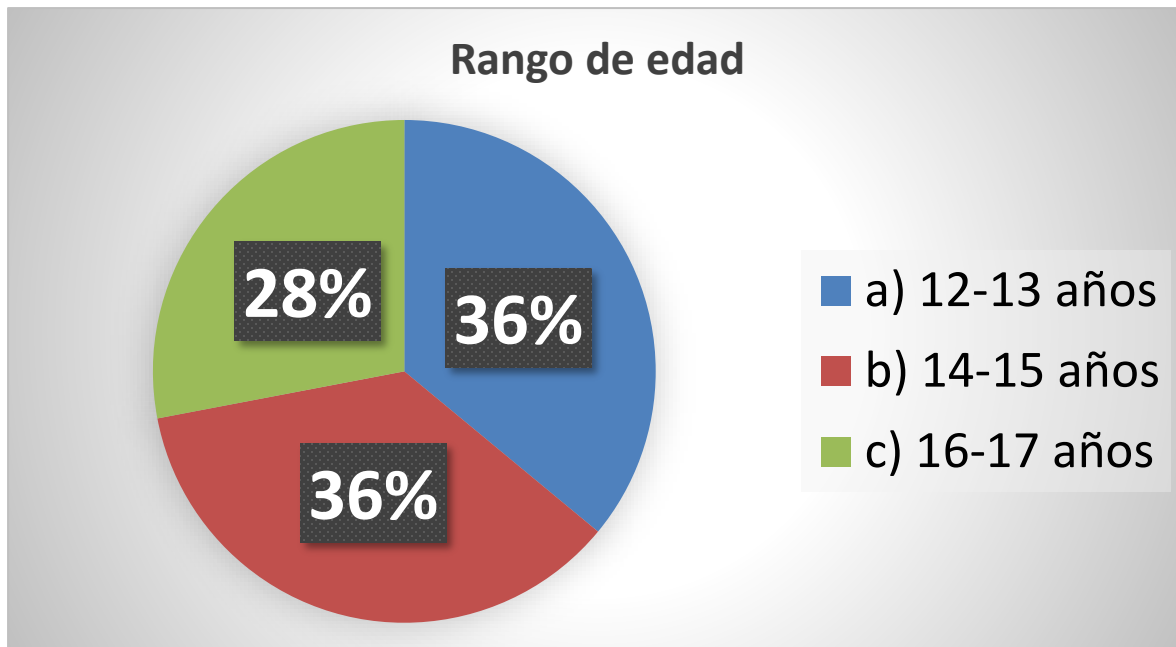
Género:

Género



De acuerdo a los 50 cuestionarios que se aplicaron, tomando en cuenta que esa cantidad equivale a nuestro 100%, podemos notar que el 68% de nuestros informantes son mujeres (34) y que el 32% corresponde a los hombres (16), cuestión que es importante a resaltar dentro de la investigación, ya que de acuerdo a estadísticas con relación al *cutting*, es sabido que esté en su mayoría de casos, es practicado por jovencitas, sin embargo eso no quiere decir que no existan jóvenes practicantes.

Edad:

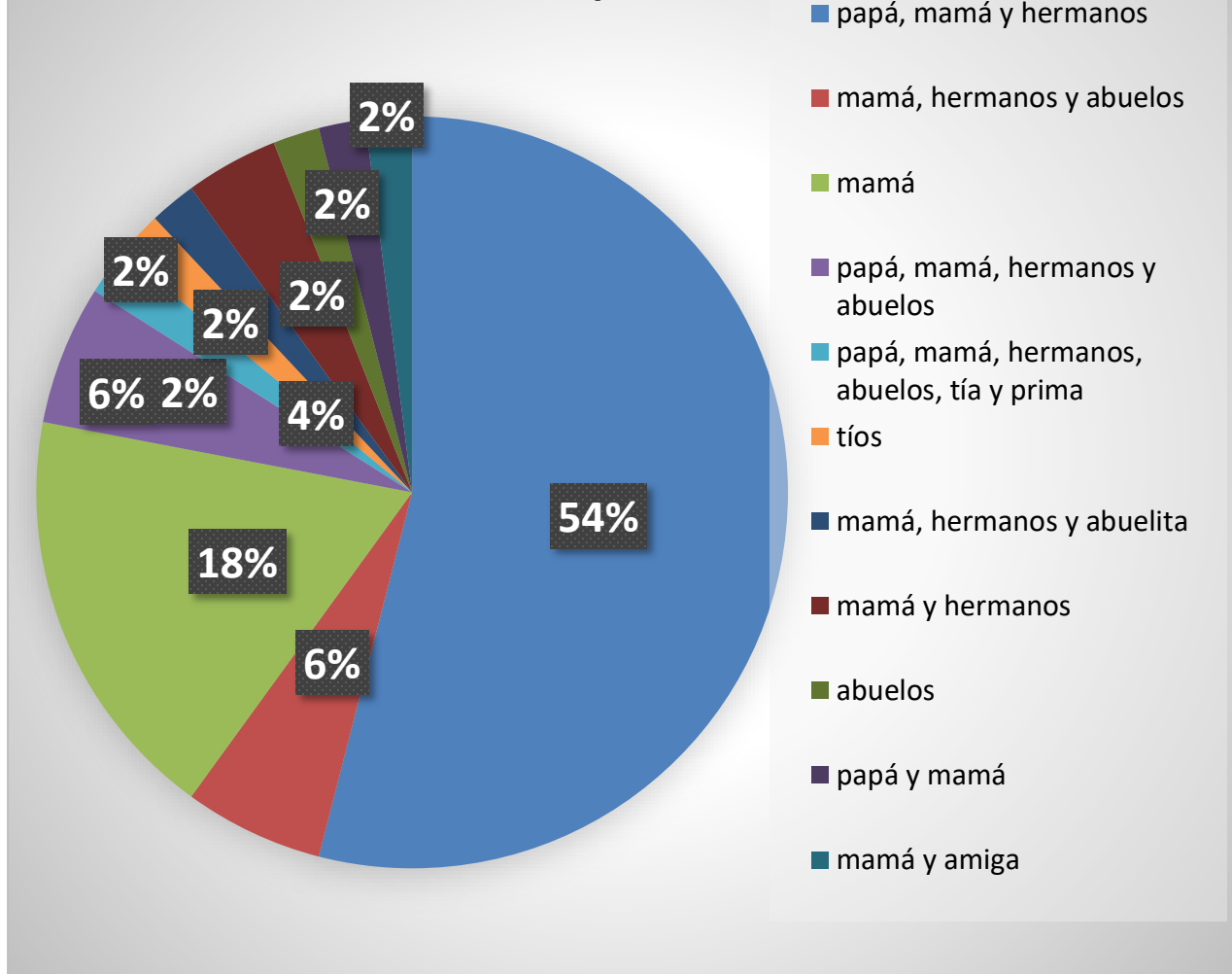


Tomando en cuenta que los cuestionarios se aplicaron dentro de las secundarias, donde los rangos de edad oscilan entre los 12 y 16 años, podemos notar que no hay mucha diferencia en cuanto a los rangos de edad y que son variados, lo que nos permitirá ampliar la perspectiva en cuanto a la problemática del *cutting*.

De acuerdo con la gráfica, podemos ver que el 28% de los adolescentes son de 16 y 17 años, mientras que el 36% tienen entre 14 y 15 años, del mismo modo que los de 12 y 13 años, lo que quiere decir que se tienen informantes de los tres grados que engloba la escuela secundaria, lo cual no permite encasillarnos sólo en un rango de edad, sino que nos ayuda a tomar en cuenta todas las edades y de esta manera abarcar a más público meta.

1. ¿Con quién vives?

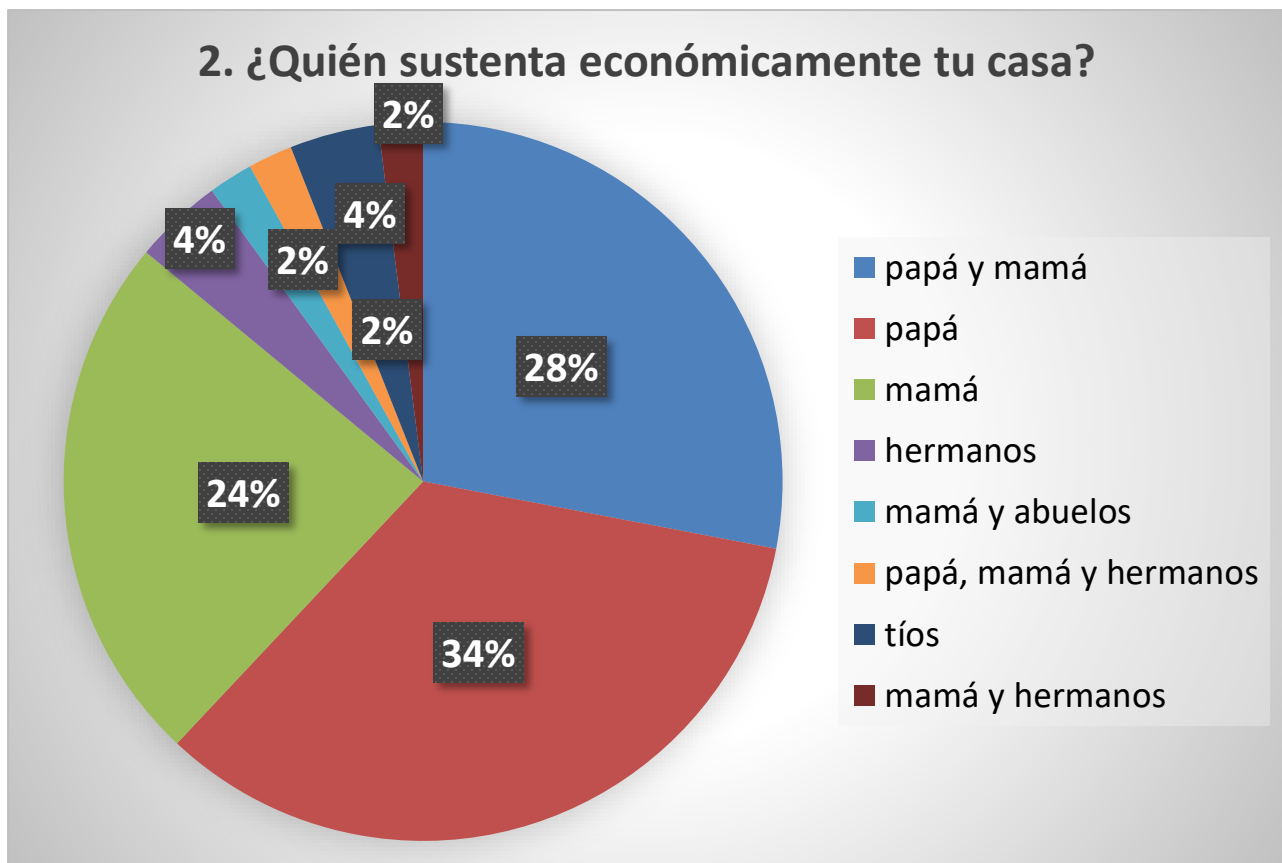
1. ¿Con quién vives?



En la gráfica podemos notar que más de la mitad de nuestros informantes vive en una familia tradicional (papá, mamá y hermanos), que corresponde a un 54% de los adolescentes, sin embargo el 46% restante de los jóvenes viven en familias variadas en su composición, pues el 6% señala vivir con mamá, hermanos y abuelos, 18% solo mamá, 6% papá, mamá, hermanos y abuelos, 2% papá, mamá, hermanos, abuelos, tía, prima, 2% tíos, 2% mamá, hermanos y abuelita, 4% mamá y hermanos, 2% abuelos, 2% papá y mamá y 2% mamá y amiga.

En total se detectaron 11 tipos diferentes de familias entre los 50 jóvenes muestra, esta pregunta nos ayuda a saber bajo qué tipo de supervisión están los adolescentes, con quién viven y conviven diariamente en su entorno familiar. Esta pregunta está estrechamente relacionada con la siguiente.

2. ¿Quién sustenta económicamente tu casa?



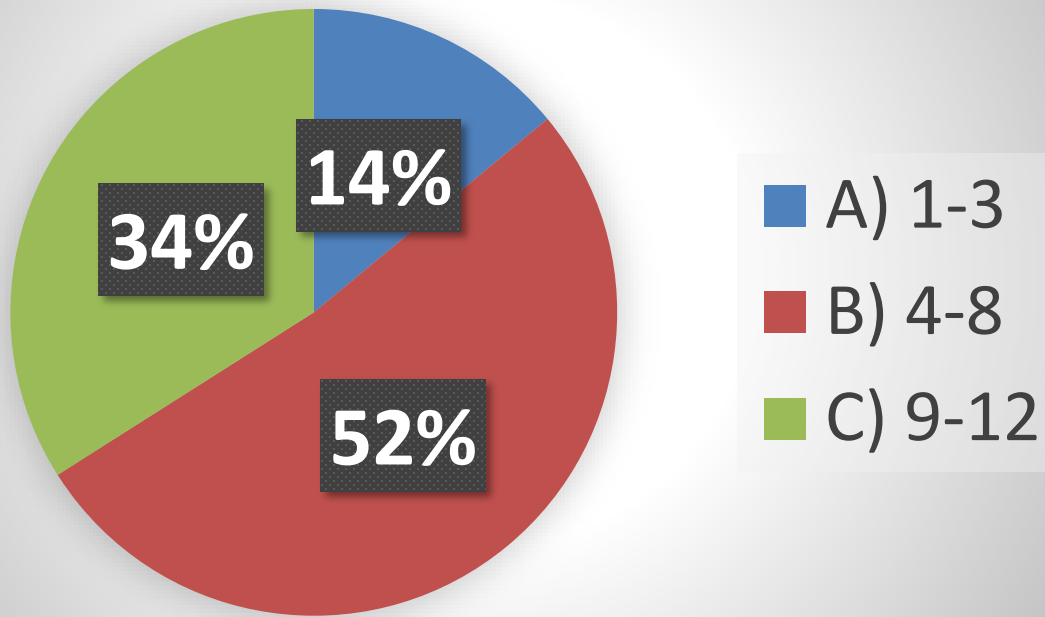
El 28% de la muestra señala que tanto mamá como papá trabajan para sustentar su hogar, lo que puede significar que los jóvenes estén más tiempo a solas o al cuidado de sus hermanos o algún otro familiar, dentro o fuera de su casa, y al estar las figuras de autoridad fuera, los y las adolescentes tienen espacio para ellos mismos y posiblemente este tiempo libre pueda o no, ser favorable, pues como ya se ha mencionado anteriormente, en esta etapa de la vida de todo individuo, el tiempo a solas puede ser

utilizado para pensar aspectos personales, reflexionar problemas, conocerse, etc., sin embargo en la actualidad el tiempo que pasan los jóvenes sin sus familias, lo pueden dejar con muchas dudas y cuestionamientos, los cuales buscaran resolver a su manera.

Regresando a los resultados, podemos observar que un 34% señala que el que sustenta económicamente su hogar es el papá, 24% sólo mamá, 4% hermanos, 2% mamá y abuelos, 2% papá, mamá y hermanos, 4% tíos y finalmente 2% mamá y hermanos.

3. ¿Cuántos focos hay en tu casa?

3. ¿Cuántos focos hay en tu casa?

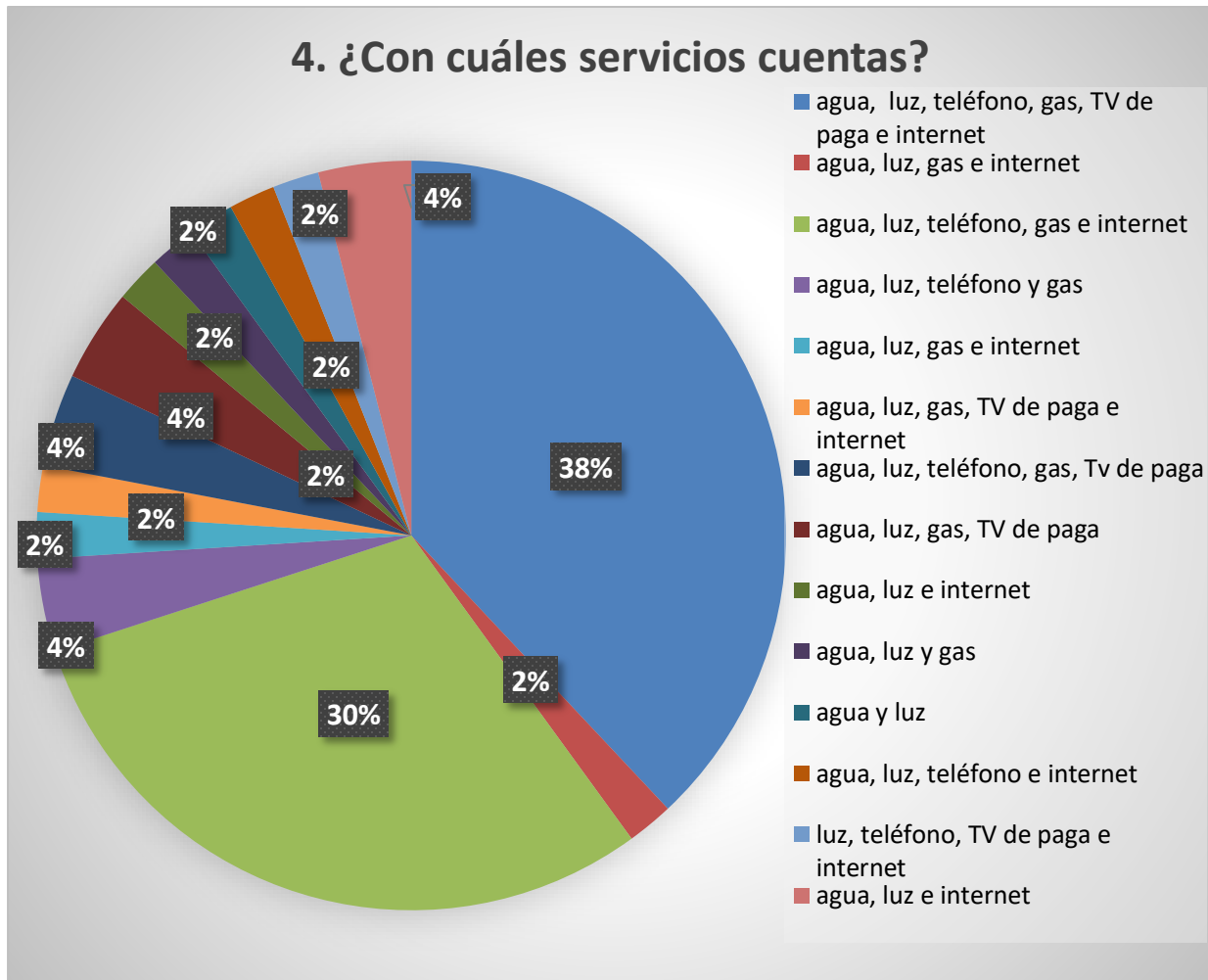


Saber el número de focos que hay en una casa, nos sirve para darnos una idea aproximadamente de las dimensiones que tiene el hogar donde viven los adolescentes, así que de acuerdo a la gráfica, el 52% señala tener de 4 a 8 focos en casa, lo cual nos hace pensar, y sin necesidad de conocer las casas de los chicos, decir que esta es de tamaño considerable, donde tal vez cada integrante de la familia cuente con un cuarto propio, 34% dice tener de 9 a 12 focos en casa, lo que nos habla de una casa de más dimensiones, en cuanto a espacio, lo que puede significar que sus casas posiblemente tengan más de tres o cuatro cuartos y que vallan desde una planta baja, hasta un piso o dos, finalmente un 14% dice tener de 1 a 3 focos, por lo tanto es posible que la casa sea de un tamaño pequeño.

Al plantear esta pregunta nos damos una idea del nivel económico de las familias de los estudiantes y cuál es su posible manera de vivir, si tiene la posibilidad de recibirlo

todo o si por el contrario están limitados a sus gustos, lo que puede llegar a ser algo frustrante para ellos, limitándolos con sus amistades.

4. ¿Con cuáles de los siguientes servicios cuentas?



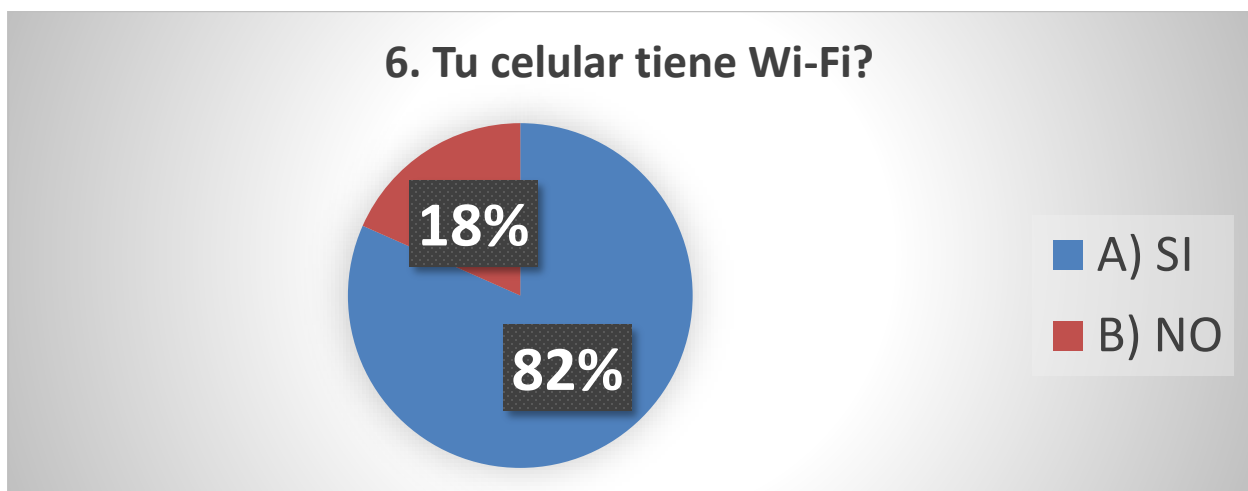
Esta pregunta tiene la finalidad de completar la anterior y también darnos una idea de la posibilidad que tienen los jóvenes de buscar información por medio del internet o conocer otro tipo de programación, gracias a la televisión de paga, ya que al estar tiempo a solas, ya sea porque los padres trabajan o por falta de una figura de autoridad, tienen menos limitantes para ver contenidos prohibidos, solucionar sus dudas o simplemente buscar personas con las que se identifiquen.

Regresando a la gráfica, podemos ver que el 68% de los encuestados cuentan con los servicios básicos más el internet, lo cual ya es considerable, pues aunque no cuenten con una computadora, al tener un dispositivo como un celular o una Tablet, pueden entrar a cualquier página, incluso a sus redes sociales.

5. ¿Cuentas con teléfono celular propio?



6. ¿Tu celular tienen Wi-Fi?



En estas gráficas podemos notar que los resultados son casi similares, es de gran importancia saber si los adolescentes cuentan con un celular propio y a su vez si éste tiene Wi-Fi, ya que es por este medio que los chicos buscan información de una manera personal, pues pocas veces o incluso nada, los padres tienen acceso a los celulares de

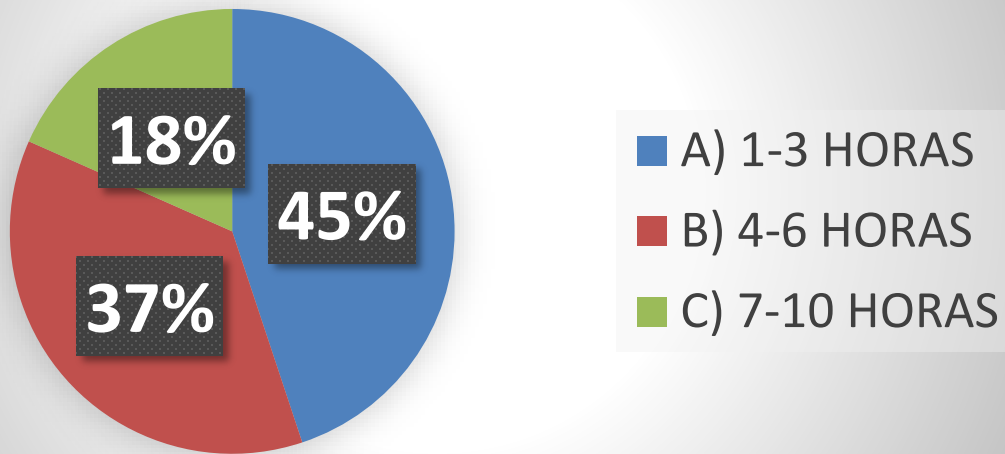
sus hijos, gracias a que la mayoría cuenta con un sistema de bloqueo personal, que sólo el usuario sabe.

El celular, hoy en día, por medio de aplicaciones como lo son el WhatsApp, Messenger y otras menos populares, les han servido a los jóvenes para interactuar con personas que posiblemente no conozcan cara a cara y que se hayan encontrado, por ejemplo, en Facebook, salas de chat, blogs, etc., también porque mediante estos aparatos pueden ver videos de una manera más rápida, escuchar música o ver imágenes.

Retomando los datos de ambas gráficas, podemos ver que el 86% señala que cuenta con teléfono celular propio, mientras un 82% de esos 86% dice que su celular cuenta con Wi-Fi.

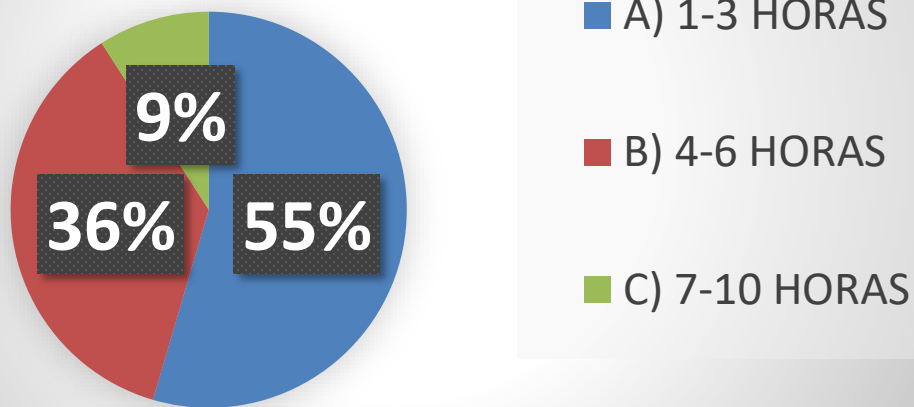
7. ¿Cuántas horas pasas en internet al día?

7. ¿Cuántas horas pasas en internet al día?



8. ¿Cuántas horas al día accedes a tus redes sociales?

8. ¿Cuántas horas al día accedes a tus redes sociales?



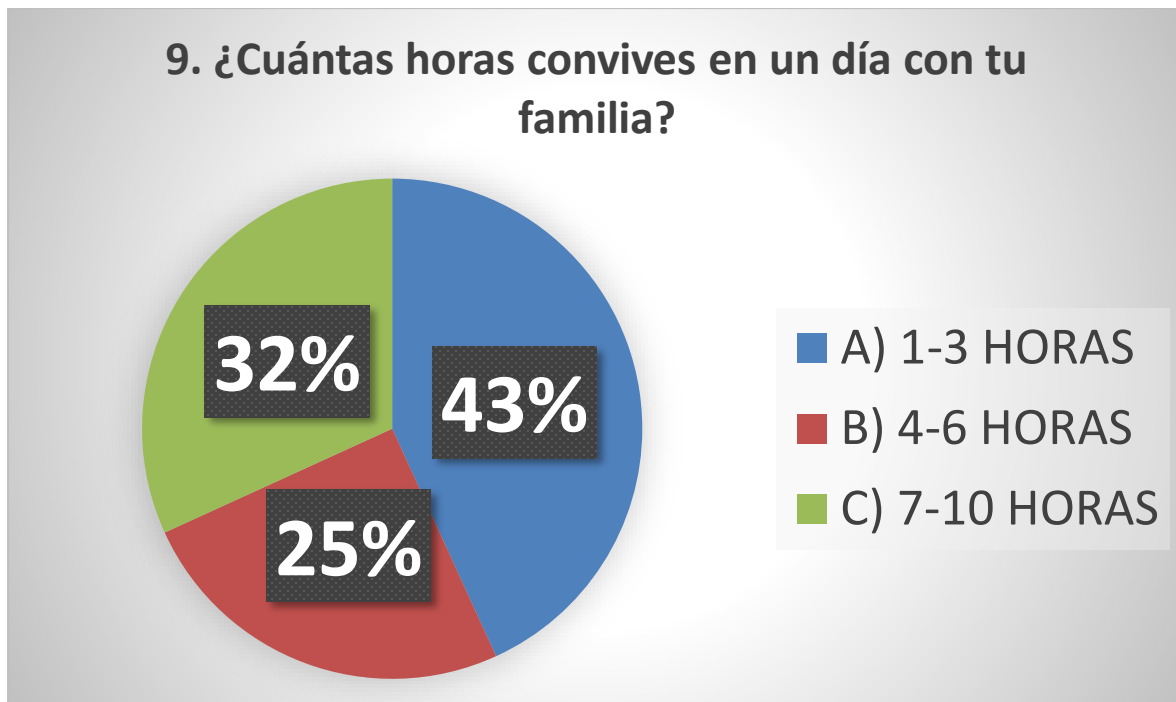
Es necesario conocer cuántas horas pasan los jóvenes en internet y posteriormente en las redes sociales y vemos nuevamente que las gráficas son relativamente proporcionales, pues en la gráfica 7, 45% señala pasar de 1 a 3 horas en internet, mientras que en la gráfica 8 aumenta al 55% que señala que pasan de 1 a 3 horas en redes sociales.

Sin embargo en el caso de estas gráficas hay que poner especial atención a los que pasan más de 4 y hasta 10 horas en internet y redes sociales, ya que si pasan tanto tiempo, ya sea viendo sus teléfonos celulares, frente a una laptop o una tablet puede que dejen de lado la convivencia con su contexto cotidiano.

Regresando a las gráficas, se observa que un 37% pasa de 4 a 6 horas en internet y 36% dicen pasar el mismo número de horas en sus redes sociales, finalmente 18% dice pasar de 7 a 10 horas en internet, mientras el 9% menciona dedicar el mismo número de horas en sus redes sociales.

De acuerdo a lo anterior y haciendo una comparación de horas, podemos deducir que posiblemente los adolescentes pasen la mayor parte del tiempo en sus redes sociales y poco tiempo en otras páginas de internet, otra cuestión a resaltar dentro de las horas en internet y las horas que pasan en sus redes sociales, es que en estos medios de interacción, pocas veces los adolescentes tienen a sus padres de contacto, lo cual permite que los chicos tengan de contactos a desconocidos.

9. ¿Cuántas horas convives en un día con tu familia?



De la misma forma que las preguntas anteriores, es importante conocer cuánto tiempo conviven los adolescentes con sus familias y de acuerdo a los resultados podemos darnos cuenta que el 43% dice convivir con sus familias de 1 a 3 horas, lo que resulta muy poco, sin embargo es posible que esto tenga relación con las horas de trabajo de los padres o de las personas con las que viven los chicos, 25% dice convivir de 4 a 6 horas, y finalmente un 32% menciona convivir de 7 a 10 horas al día.

Conocer las horas de convivencia con la familia son muy importantes en la etapa de la adolescencia, ya que es posible que sea de esta forma que se den cuenta que los chicos están cambiando su comportamiento o de anomalías dentro del actuar cotidiano de los jóvenes, de igual manera pensamos que entre más convivencia tengan los chicos con sus familias, es más probable que tengan la confianza de hablar con ellos y contar sus problemas, sin embargo, habrá que tomar en cuenta cómo es la familia de los

adolescentes, pues no siempre es un entorno “sano”, ya que es posible que el núcleo familiar sea negativo y por lo tanto nocivo para el adolescente.

10. ¿Cómo es la relación que llevas con tus hermanos?



Esta pregunta va enfocada al ambiente familiar, es decir, a como califican los adolescentes la relación que tienen con sus hermanos, quienes son una parte vital en el área social del joven y tal como lo muestra la gráfica, el 29% de ellos responden estar en una relación que tiene altibajos, pues al catalogar su relación como “más o menos” es porque no hay una estabilidad, ya que aunque haya peleas la relación se puede etiquetar de buena, pues el hecho de que existan discusiones, no quiere decir que esto sea lo que la distingue, mientras que el mismo porcentaje (29%) señala que su relación es buena.

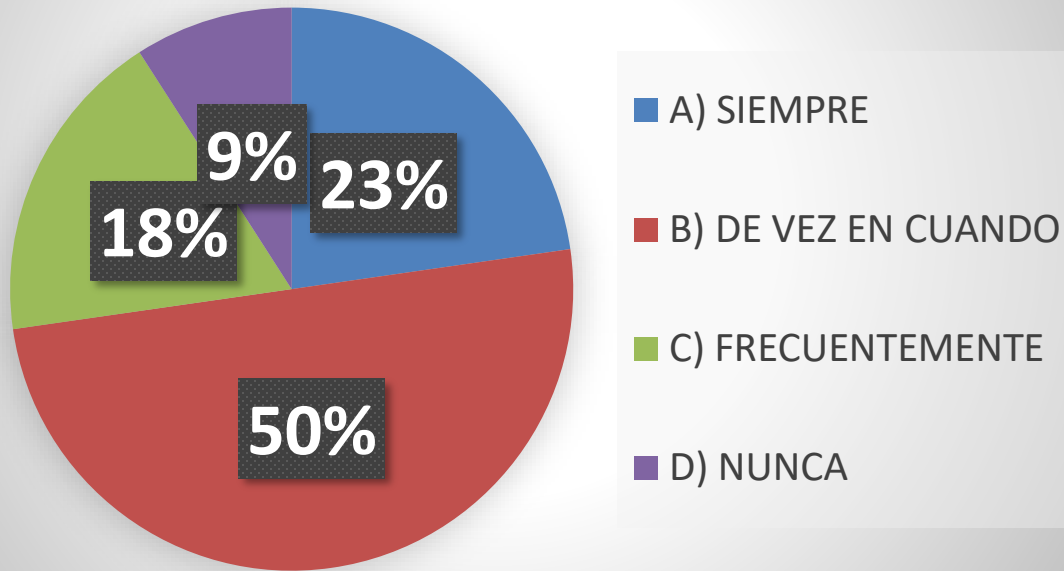
Además habrá que sumarle el 14% que dice que casi nunca convive con ellos, aunque las razones pueden ser variadas, pues puede ser que la edad los separe o el hecho de que algunos estén casados, pero aun así tenemos que el 50% de ellos no tienen una relación estable o es lejana, lo que nos permite inducir que dentro del núcleo familiar hay problemas de comunicación, pues los distanciamientos pueden quitarse mediante la interacción sana entre los individuos, ya que los enfoques sistémicos muestran a la familia como un sistema que necesita que cada una de las piezas funcionen para que marche bien todo.

Lo anterior nos ayuda a justificar que el Plan Comunicativo debe ir encaminado a la interacción para que el sistema pueda funcionar.

Entre las razones que dan los adolescentes hay algunos que expresan que no les gusta estar con sus hermanos, otros ignoran porque su relación está así o al menos es lo que manifiestan, incluso hay un adolescente que expresa ser odiado por su hermano y otros explican porque catalogan su relación como buena. Aun así, deben tomarse en cuenta las expresiones negativas de los encuestados, pues son la mayoría y es claro que es por falta de comunicación, pues la edad o el hecho de que estén casados no debería trazar una barrera entre ellos.

11. ¿Con qué frecuencia pláticas con tus padres?

11. ¿Con que frecuencia pláticas con tus padres?

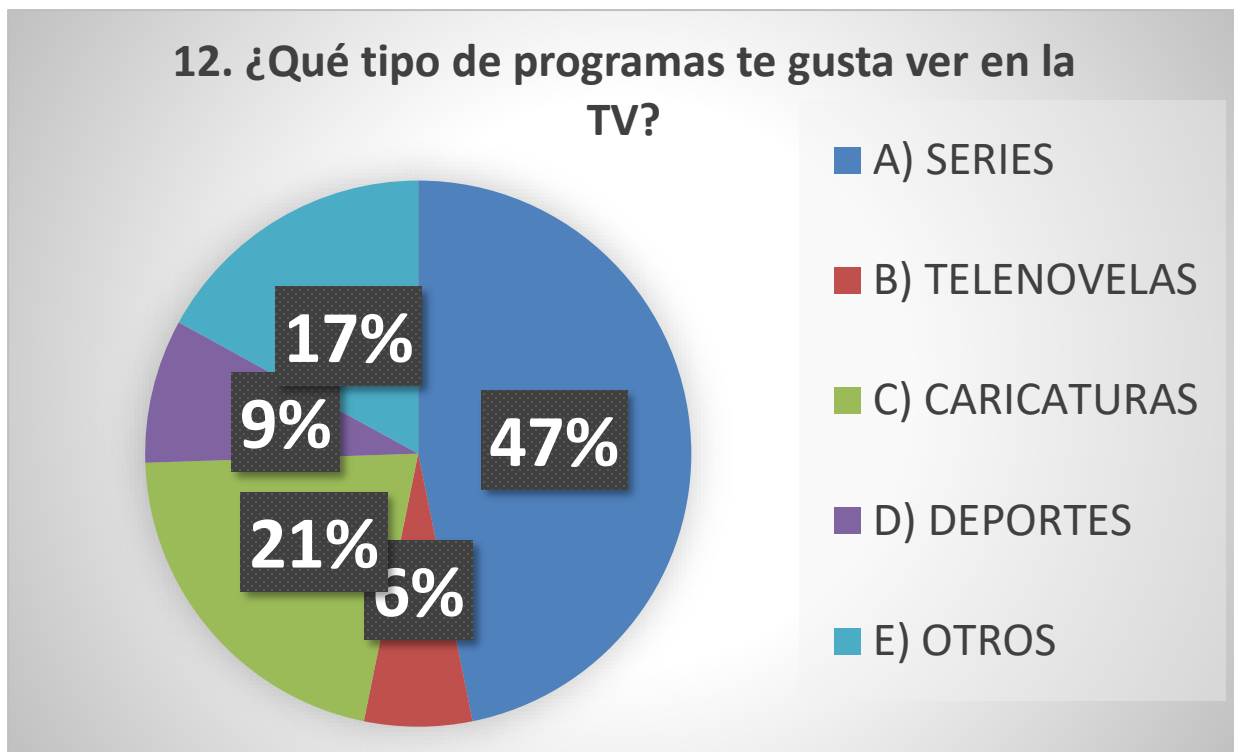


Esta pregunta va ligada directamente a la comunicación entre padres e hijos y es importante resaltar que el 50% de la muestra dice platicar con ellos de vez en cuando, lo cual puede significar que de alguna manera hay un rompimiento de los lazos familiares, un deterioro del sistema familiar que se ve reflejado en la sociedad, el 18% señala que frecuentemente y 23% dice hablar con ellos siempre, mientras que un 9% dice nunca hablar con ellos, esto posiblemente se deba a que algunos de los adolescentes señalaron no vivir con sus padres.

Entre las razones que dan los adolescentes, estas son variadas y van desde la falta de tiempo de los padres por la cuestión laboral o porque simplemente a los jóvenes no les gusta confiarles sus problemas a los padres, y por otro lado podemos encontrar respuestas que van desde una buena relación, porque les tienen confianza, por recibir un consejo o porque son sus seres queridos y los escuchan. Esto con relación a la gráfica

nos hace darnos cuenta que de alguna manera si hay coincidencias en cuanto a ese 50% que dice platicar con ellos de vez en cuando, pues aunque posiblemente no sea mucho el tiempo que conviven, tal vez exista una buena relación durante el tiempo que sí pueden estar juntos y platicar.

12. ¿Qué tipo de programas te gusta ver en la TV?

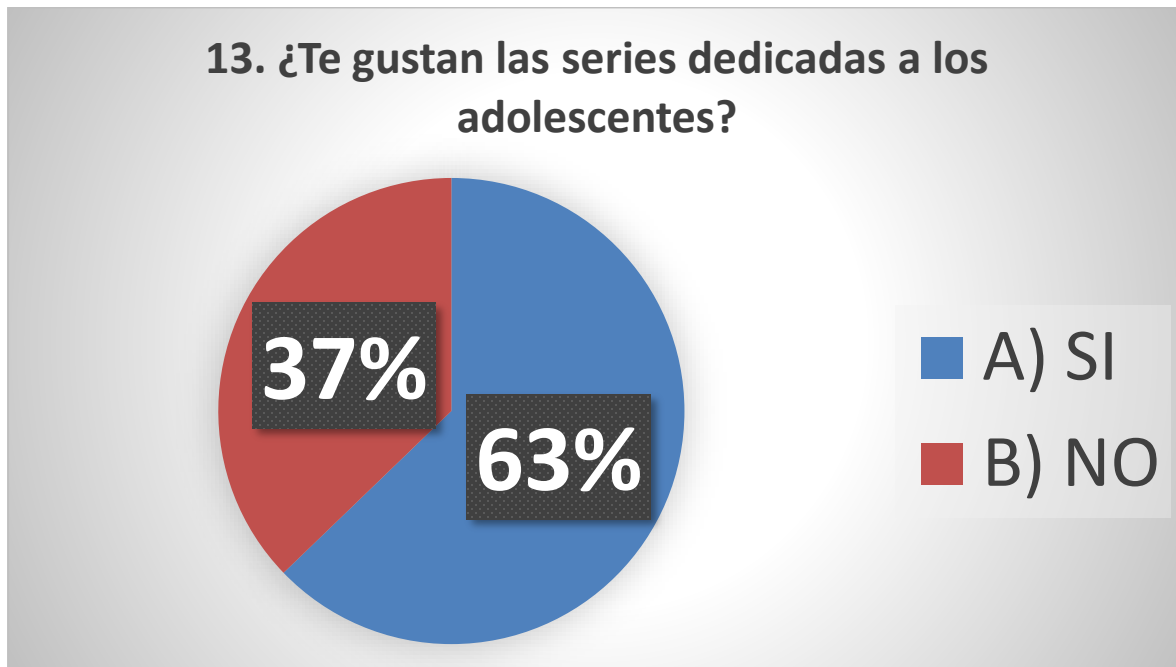


La importancia de esta pregunta radica en el lugar que ocupan los medios de comunicación, específicamente la TV, por ser uno de los medios con los que la mayoría de las familias cuenta.

Así, en la gráfica se puede identificar que un 47% de los jóvenes prefieren ver series, después el 21% caricaturas, el 6% telenovelas, mientras el 9% deportes y 17% prefiere ver otro tipo de programación (películas, documentales, música, anime).

Estos datos nos muestran que la programación consumida por los adolescentes no es del todo apta para su edad, por sus contenidos, sin embargo puede ser una de las partes de donde toman sus referentes en su actuar cotidiano.

13. ¿Te gustan las series dedicadas a los adolescentes?

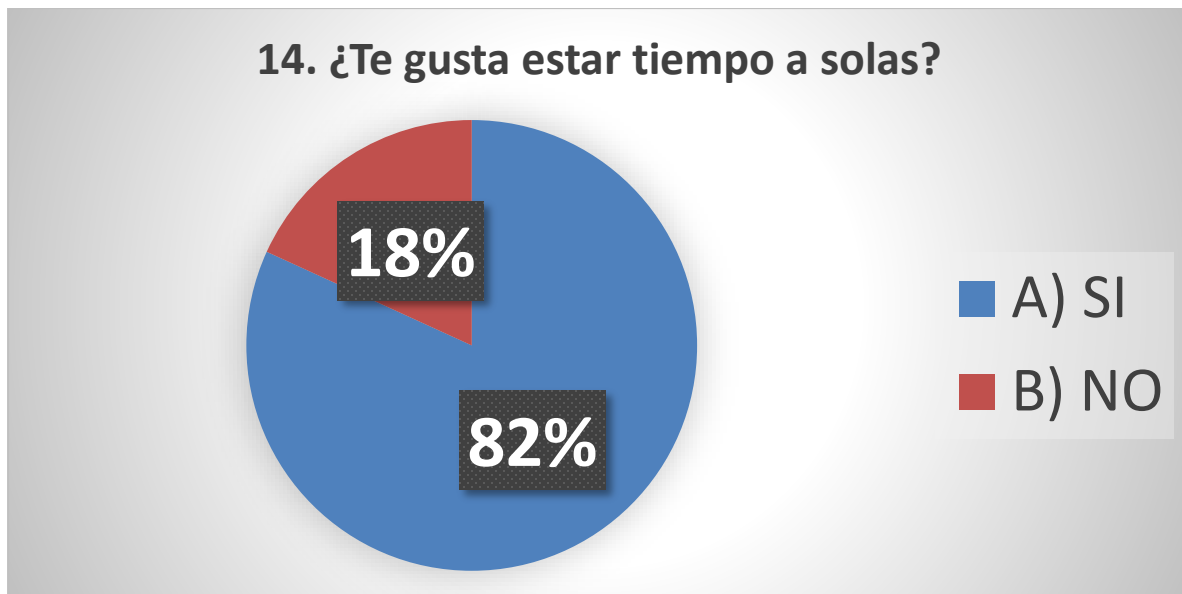


Esta pregunta está ligada a la anterior, sobre el tipo de programas que ve nuestro público meta.

Donde la gráfica muestra que 37% de los jóvenes, no le gusta ver programas destinados a su edad, series para adolescentes, mientras que un 63% señala que si tienen gustos por las series destinadas a su edad.

Un aspecto a resaltar dentro de este tipo de series es que en la mayoría se muestran estereotipos de belleza, se ve a los padres como personas sin autoridad o simplemente están ausentes en el actuar cotidiano de los actores, los personajes principales no los respetan, etc.

14. ¿Te gusta estar tiempo a solas?



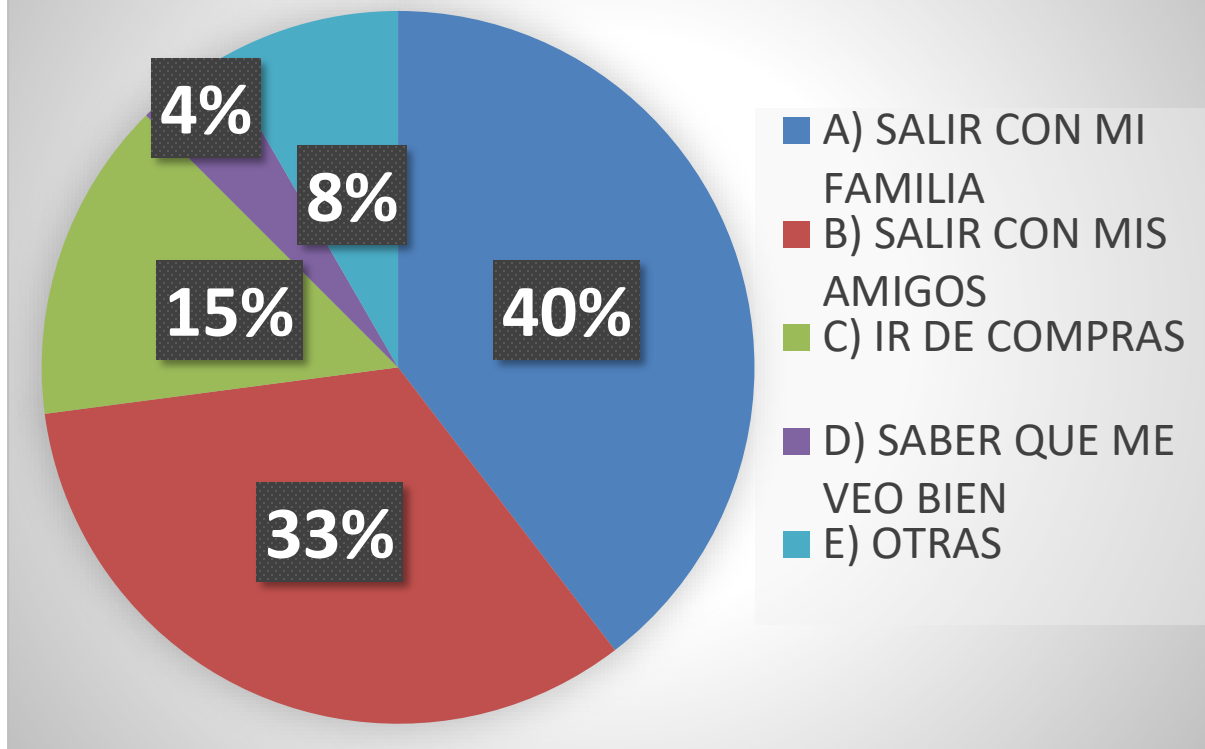
Esta pregunta, nos ayuda a conocer la condición de los adolescentes frente a la convivencia con los demás, mostrando que el 82% de los sondeados les gusta estar tiempo a solas, y que al 18% no.

Lo que demuestra que la convivencia de los adolescentes con las demás personas que los rodean no es lo que más prefieren, además de que estos datos refuerzan las respuestas a las preguntas 9, 10 y 12 donde se les pregunta sobre la cantidad de tiempo que platican con sus padres, hermanos y cómo era la relación con ellos, 50% dice tener una buena relación, mientras el otro 50% señala que tienen relaciones con altibajos.

Por lo que los datos arrojados, demuestran que los adolescentes están acostumbrados a la soledad, porque se han adaptado a su contexto. Al cuestionar las razones, los chicos mencionaron que, lo hacen para relajarse, porque les gusta estar a solas, para pensar, etc.

15. ¿Qué situaciones te ponen feliz?

15. ¿Qué situaciones te ponen feliz?



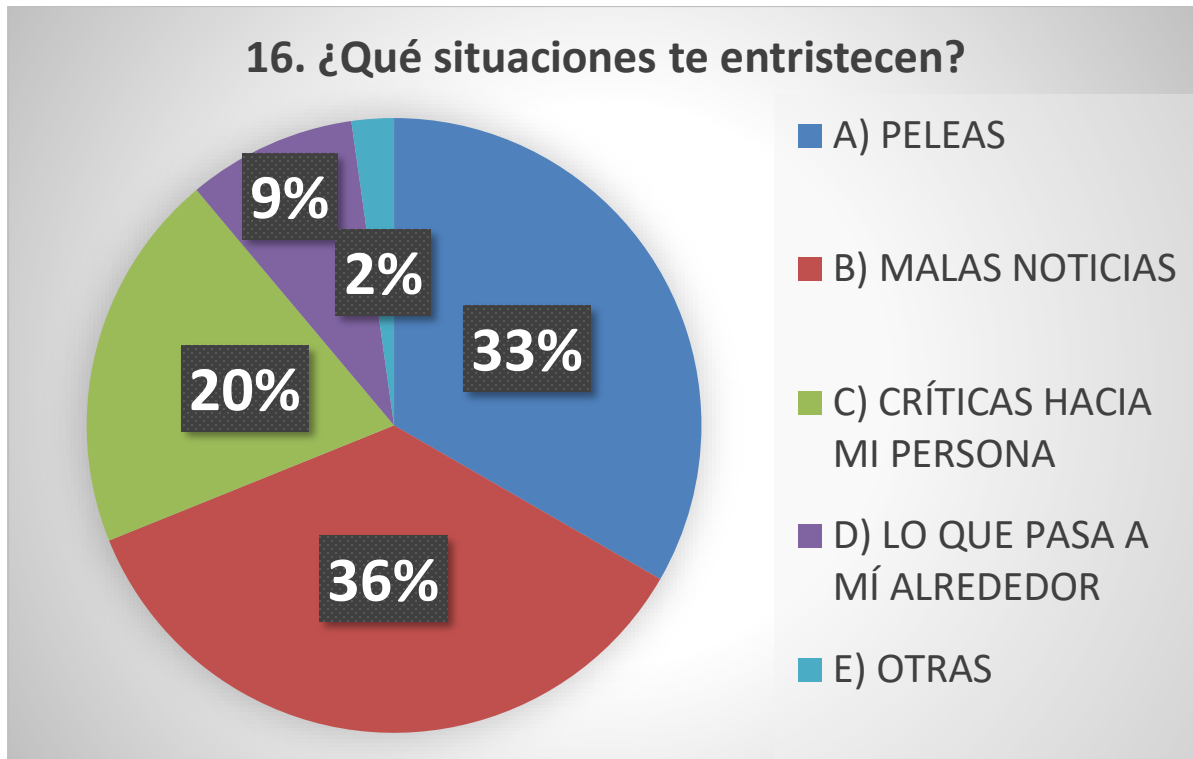
El poder identificar alguna de las formas que provoquen un estado de felicidad en nuestro público meta, es importante para proponer una posible táctica basada en datos que ellos mismos expresan.

Aquí en la gráfica se muestra que al 40% de los sondeados les hace feliz salir con su familia, pues el pasar un tiempo en familia hace que la unión y la convivencia se fortalezca; en segundo lugar, con un 33% el salir con amigos, considerando que en este tiempo existan lapsos de plática, confianza, diversión, entre otras actividades que sólo uno puede y quiere hacer con los amigos, siendo estos momentos o situaciones de las más importantes y felices de acuerdo a sus respuestas, 15% señala que ir de compras lo hace feliz, 4% saber que se ve bien y 8% respondió que otras situaciones como: comer,

escuchar música, leer, etc. Esto último nos habla acerca de que su autoestima en los adolescentes sondeados no es baja.

Con relación a las respuestas dadas en las preguntas 14 y 15, existe una inconsistencia, pues en la primera mencionan que les gusta estar tiempo a solas y en la segunda dicen que lo que les hace más felices es estar con su familia. Lo anterior puede ser confuso, ya que pueden disfrutar el tiempo con su familia, pero también es importante el tiempo a solas y no quiere decir que haya un problema emocional en el adolescente, de manera que no se pueden sacar conclusiones generales enfocadas a lo negativo, por lo que será necesario inquirir de formar personal este aspecto, pues alguno si presentara un problema emocional.

16. ¿Qué situaciones te entristecen?

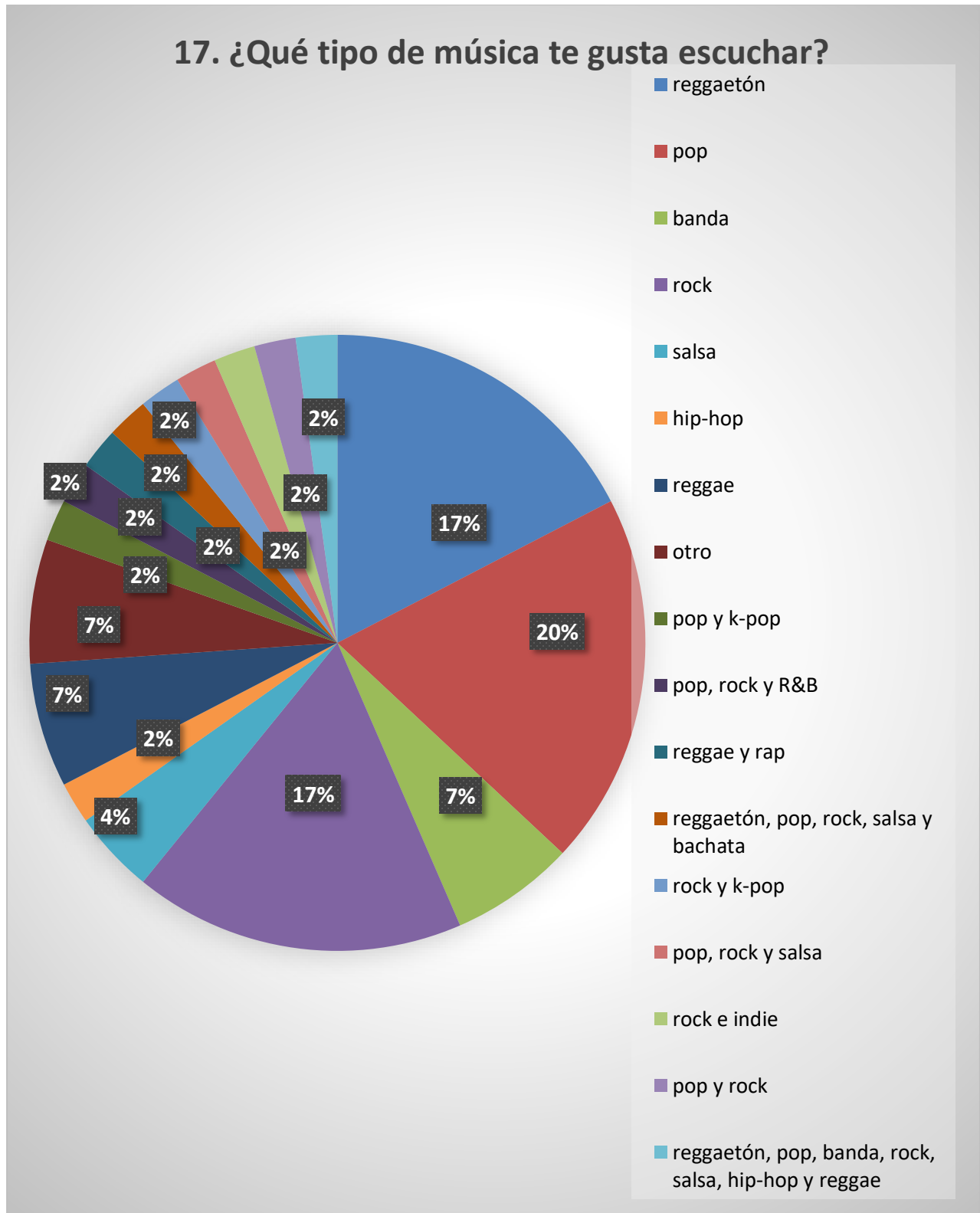


Esta pregunta, al igual que la anterior, se vincula en la cuestión sensitiva de nuestro público meta, en donde se puede observar que un 33% de las situaciones que los entristecen son las peleas y con un 36% las malas noticias, esto no refleja que sea lo que mayormente acontezca en su núcleo familiar, pero si nos demuestra que después de una pelea el sentimiento que los embarga es la tristeza, no sabiendo nosotros si son capaces de que esa emoción sólo dure lo necesario o se prolongue hasta causar un daño permanente y respecto a las malas noticias, es un sentimiento que tendría cualquier persona, pero lo importante es cómo manejan eso.

Ahora bien, un 20% señala que se entristece si recibe críticas hacia su persona, lo cual se contradice con lo que responden en la gráfica anterior en la que dicen ponerse

felices cuando se ven bien, sin embargo si son criticados por los que los rodean, se ponen tristes, 9% dice ponerse triste por lo que pasa a su alrededor, y 2% señala que otras cosas los ponen tristes.

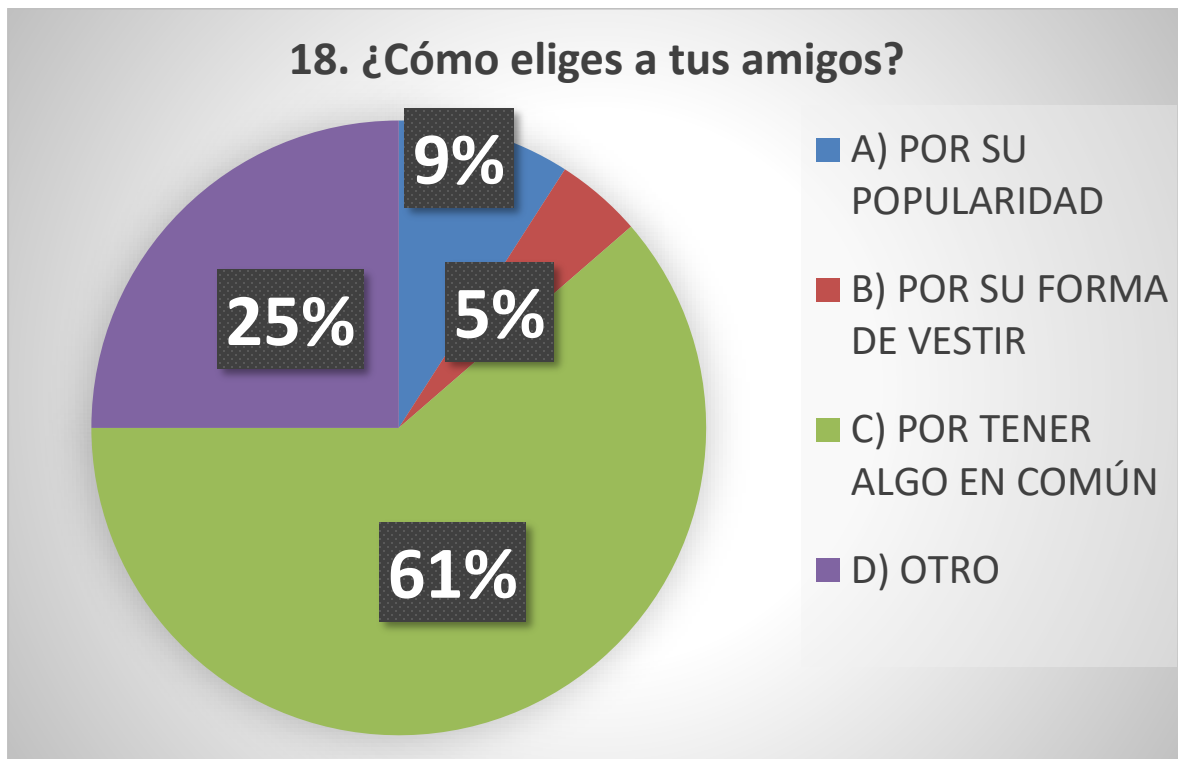
17. ¿Qué tipo de música te gusta escuchar?



Al preguntar sobre los gustos de nuestros sujetos de análisis, podemos obtener datos importantes, como lo es en este caso, pues no sólo es saber qué género musical es de su agrado, sino con qué tipo de letras, mensajes, forma de bailar (comportamiento), entre otras, se identifican.

Podemos encontrar que en la gráfica, el 20% dice escuchar pop, 17% reggaeton y en la misma cantidad rock, mientras que el otro 46% tiene una gran variación ya que los adolescentes escuchan música de diferentes géneros musicales.

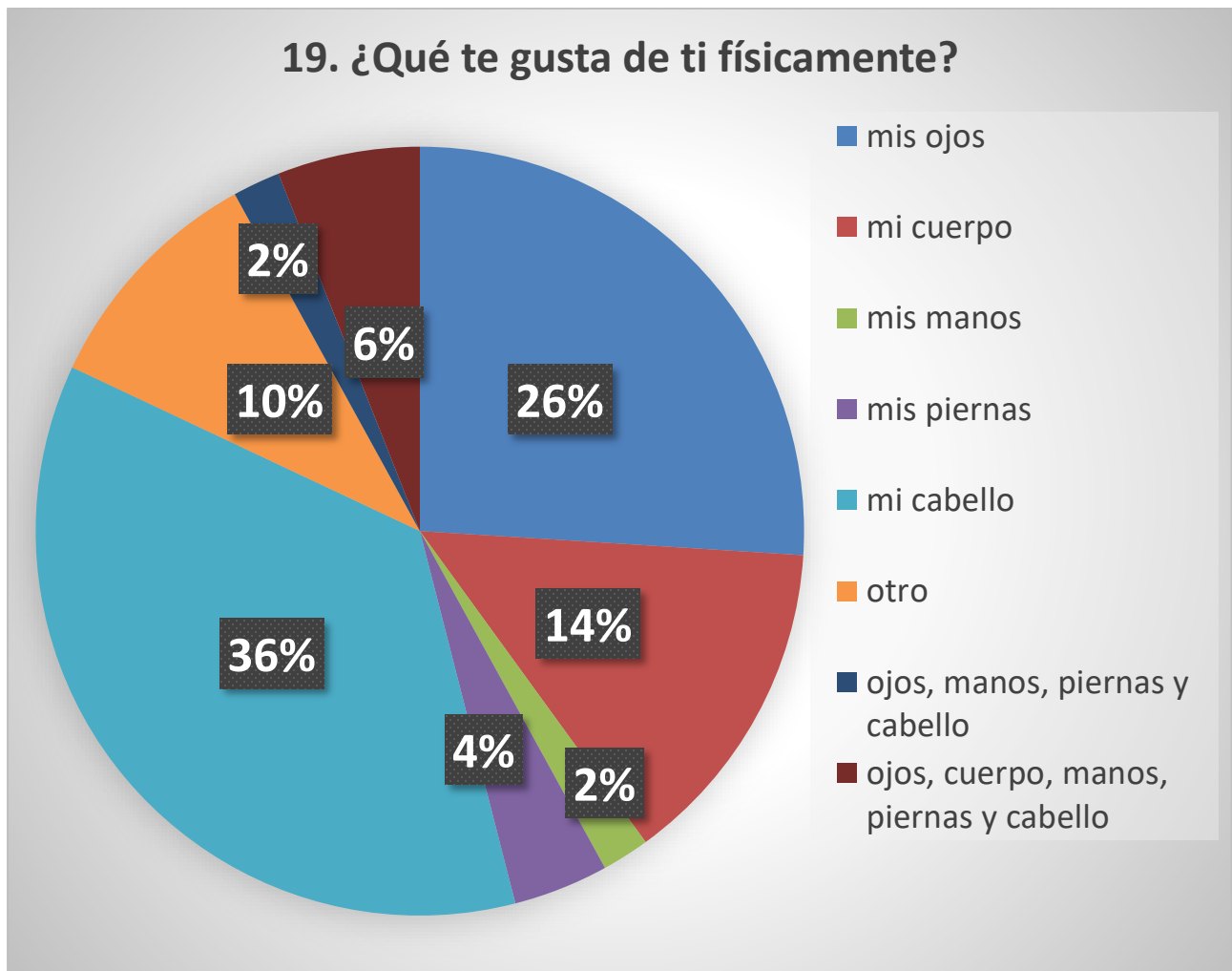
18. ¿Cómo eliges a tus amigos?



En la gráfica se muestra que el 61% de los sondeados elige a sus amistades por compartir algo en común, ya que esa es una de las maneras en que se manifiesta la confianza y se presta al diálogo por esos aspectos que comparten.

No obstante, podemos observar que también el 9% escoge a sus amigos por ser populares; esto refleja que la conveniencia de la amistad es muy importante para ellos, pero al mismo tiempo, podemos darnos cuenta de la contradicción que existe en cuanto a su baja autoestima, la cual se observa en la gráfica 15, donde se preguntó sobre las situaciones que hacían sentir feliz a los adolescentes, donde solo al 4% le hacía sentir feliz el hecho de saber que se veían bien. Sin embargo, en la gráfica 16, ya se había notado esta contradicción.

19. ¿Qué te gusta de ti físicamente?

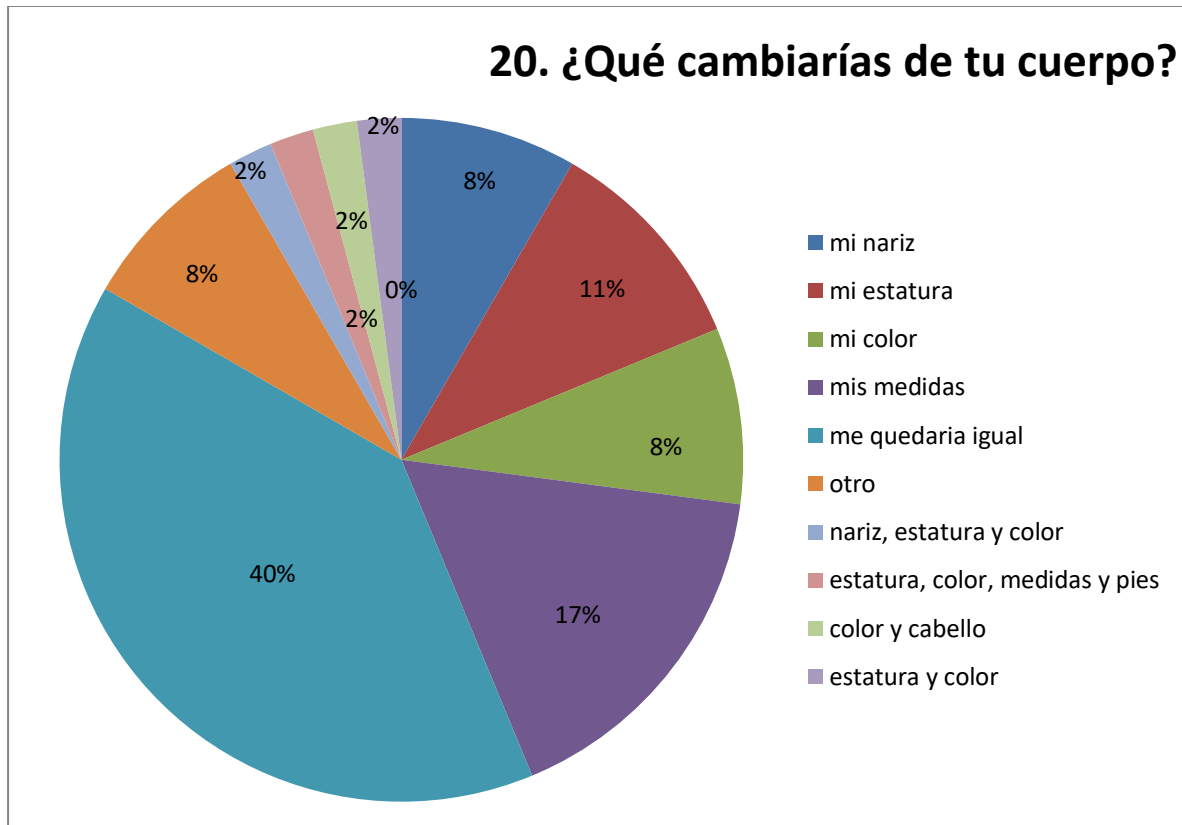


Esta pregunta va dirigida a conocer como se sienten los adolescentes consigo mismos, con qué aspectos de ellos mismos se sienten más conformes, obteniendo que al 36% le gusta más su cabello, al 26% sus ojos, un 14% su cuerpo, mientras que al 4% sus piernas y al 2% sus manos.

Sin embargo, hubo quienes respondieron gustarles más de una opción de sí mismos, pues al 6% le gustan sus ojos, su cuerpo, sus manos, sus piernas y su cabello, y al 2% le gustan sus ojos, sus manos, piernas y su cabello, en tanto que al 10% restante, contestó otra opción entre las que se encuentran su cara y sus cejas.

Así como podemos observar, a la gran mayoría le gusta su cabello más que otra parte de su cuerpo. Siendo que este no es considerado como un órgano sino como un complemento o extensión del cuerpo. Esto nos habla acerca de la inconformidad de su persona, de su identidad, pero de la importancia que le dan los adolescentes al presentarse a los demás, es decir, cuidan su apariencia.

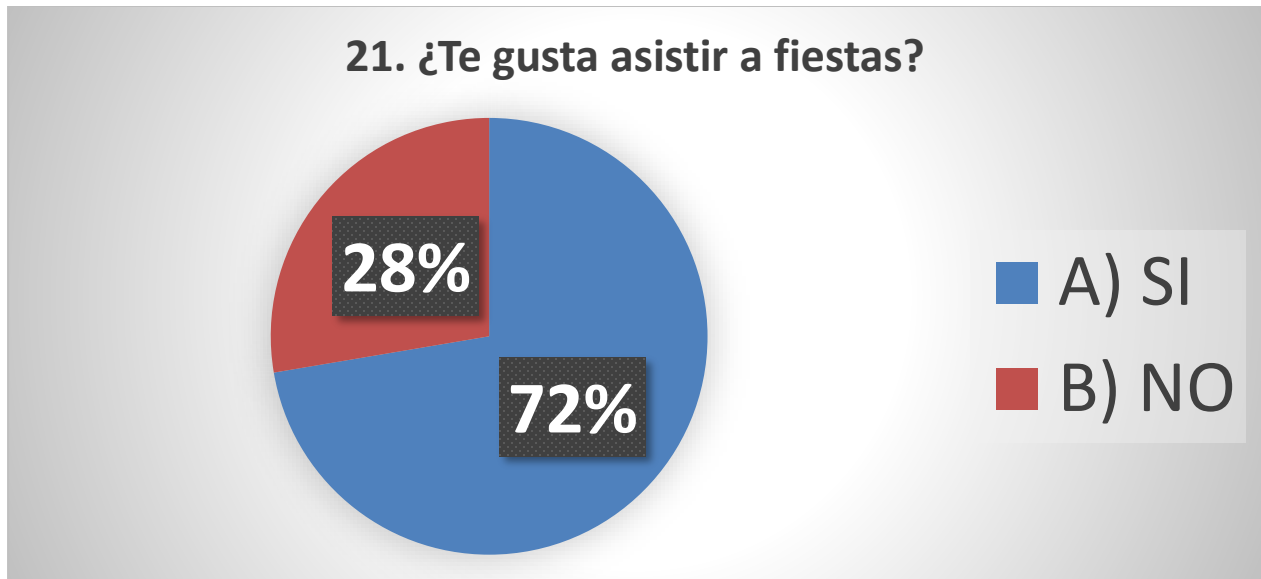
20. ¿Qué cambiarías de tu cuerpo?



En esta gráfica podemos ver que el 40% de los jóvenes contestó que se quedarían igual, mientras que el 60% de los sondeados, por lo menos desea cambiar una parte de su cuerpo, siendo el porcentaje más alto la opción de las medidas con un 17%, seguido de la estatura y el color, mientras que las demás opciones son en un 2%.

Por lo anterior inducimos que hay un grado, aunque sea mínimo, de inconformidad con el aspecto físico de los jóvenes encuestados, pero hay que tomar en cuenta los medios de comunicación, los estereotipos y la exigencia social para entender dicho descontento.

21. ¿Te gusta asistir a fiestas?



Se puede apreciar, que al 72% de los adolescentes sondeados les gusta asistir a fiestas, mientras que al 28% no le gusta.

Esto nos habla acerca de la convivencia de los y entre los adolescentes, ya que al asistir a una fiesta interactúan con los demás.

Las razones que expusieron los adolescentes con respecto a su preferencia al asistir a las fiestas son las siguientes:

22. ¿POR QUÉ?

no me gusta salir
no me gusta salir
me gusta divertirme
no me gusta salir
me siento libre
me gusta divertirme
me siento libre
me gusta divertirme y bailar
me gusta divertirme
me gusta divertirme
me gusta salir
no me gusta salir
no me gusta salir
no me gusta salir
no me gusta salir
me gusta divertirme
me gusta salir

me gusta salir

me gusta divertirme

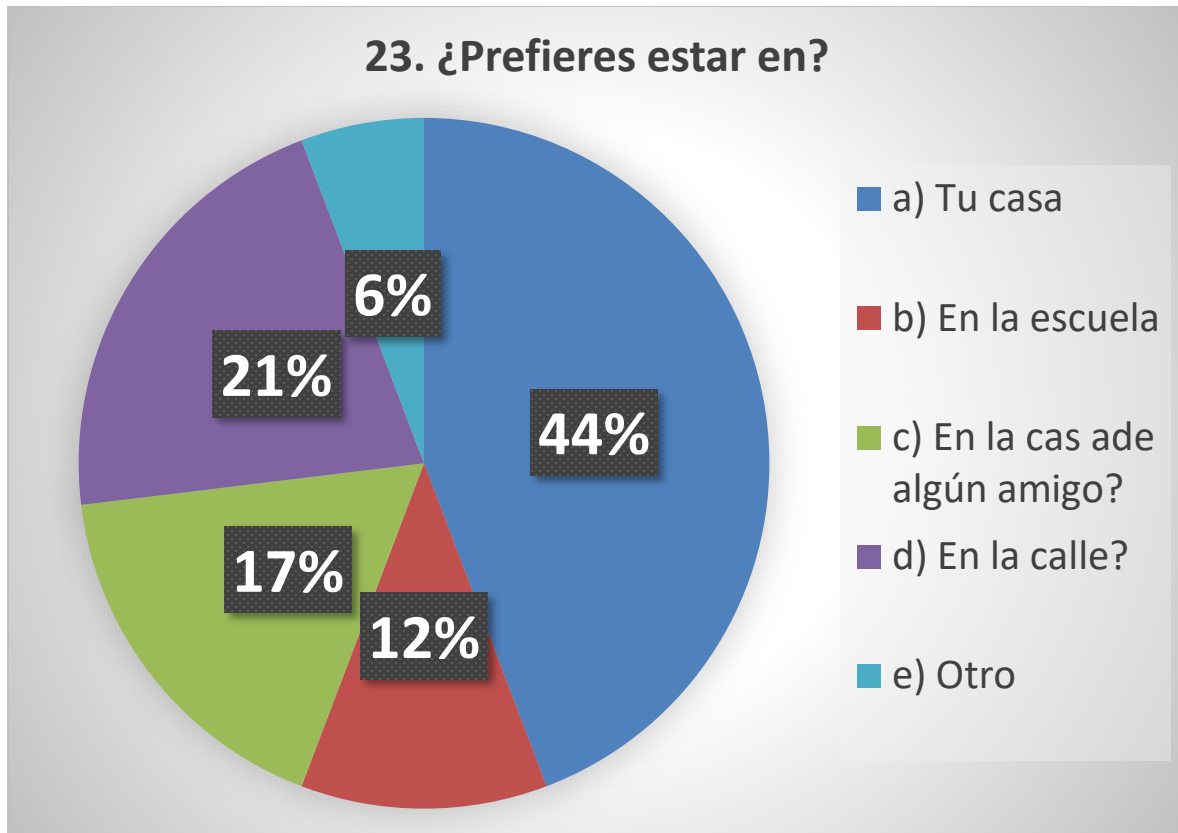
me gusta divertirme y bailar
me distraigo
a veces está bien convivir con amigos
para distraerme un rato
porque es conocer más gente
me divierto
me gusta divertirme
hay muchos problemas

me parece divertido siempre y cuando sea sano
me divierto
porque me divierto
para estar con mis amigos
porque te diviertes
son divertidas y convivo con mis amigos o familia
Me aburren
es divertido y socializas
porque convivo con mis amig@s
porque están mis amigos
porque siento que no soy apta para salir
me siento incluida con mis amistades
se me hace una pérdida de tiempo
puedes convivir con tus amigos
me gusta convivir con amigos
no me gusta
no se

Podemos observar que entre las razones por las cuales los adolescentes mencionan no gustarles asistir a fiestas está el hecho de que se les hace una pérdida de tiempo, que no les gusta salir, que les aburren, que no se creen aptos para salir y el decir que traen muchos problemas.

Todas estas razones, nos hablan de que en los adolescentes existe inseguridad, baja autoestima y poca oportunidad de interacción con los demás. Mientras que las respuestas de los adolescentes que si les gusta asistir a fiestas fueron dirigidas en su mayoría, al gusto por conocer gente, es decir, interactuar, también porque asisten sus amigos, dicen sentirse libres, también porque se divierten y porque les gusta salir. Entonces podemos decir que ese 72% al que le gusta asistir a fiestas, tiene oportunidad e interés de interacción, pero al mismo tiempo, toman una fiesta como un método de distracción y libertad, la pregunta aquí es ¿De qué? o ¿A qué?

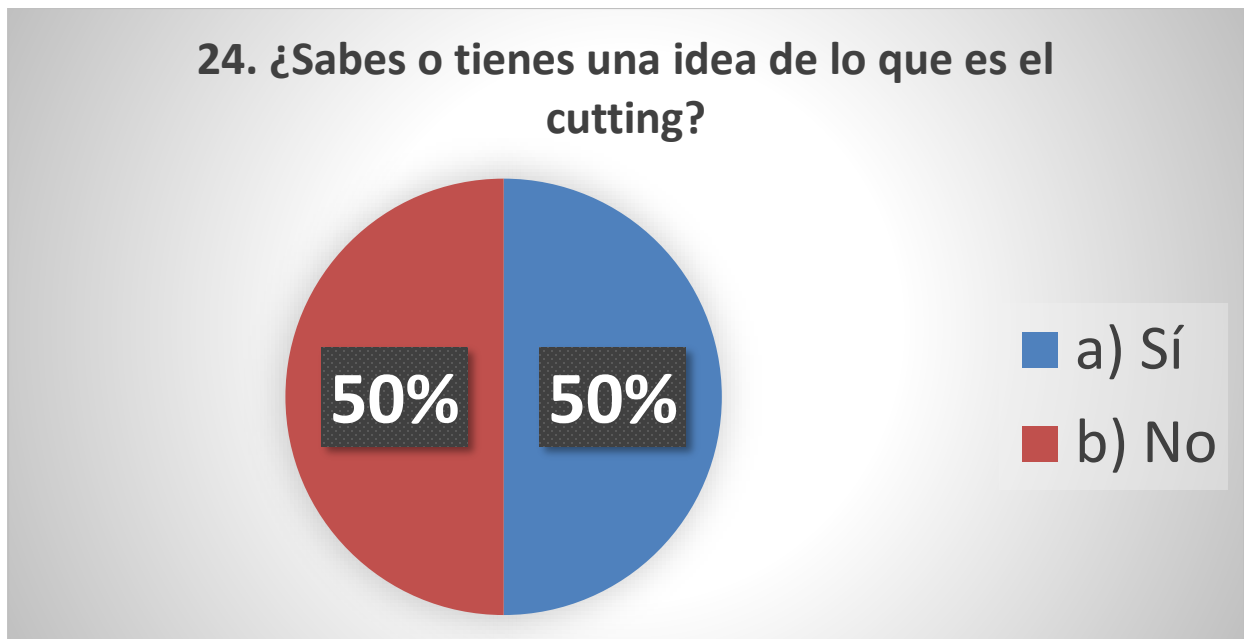
23. ¿Prefieres estar en?



Con esta pregunta se buscó conocer el lugar dónde se sienten más cómodos los adolescentes, esto para identificar implícitamente su relación familiar, pues podemos ver en las gráficas que el 44% prefiere estar en su casa, un 21% en la calle, el 17% en la casa de un amigo, el 12% en la escuela y el 6% en otro lugar, entre ellos su habitación.

Estos datos nos mencionan que menos de la mitad prefiere estar en su casa, mientras el otro 56% no. Lo más relevante es que el 17% prefiere estar en la casa de un amigo, lo que nos informa de la convivencia, de una mejor relación y hasta de un reconocimiento que puedan tener allí y no en su casa exactamente.

24. ¿Sabes o tienes una idea de lo que es el cutting?

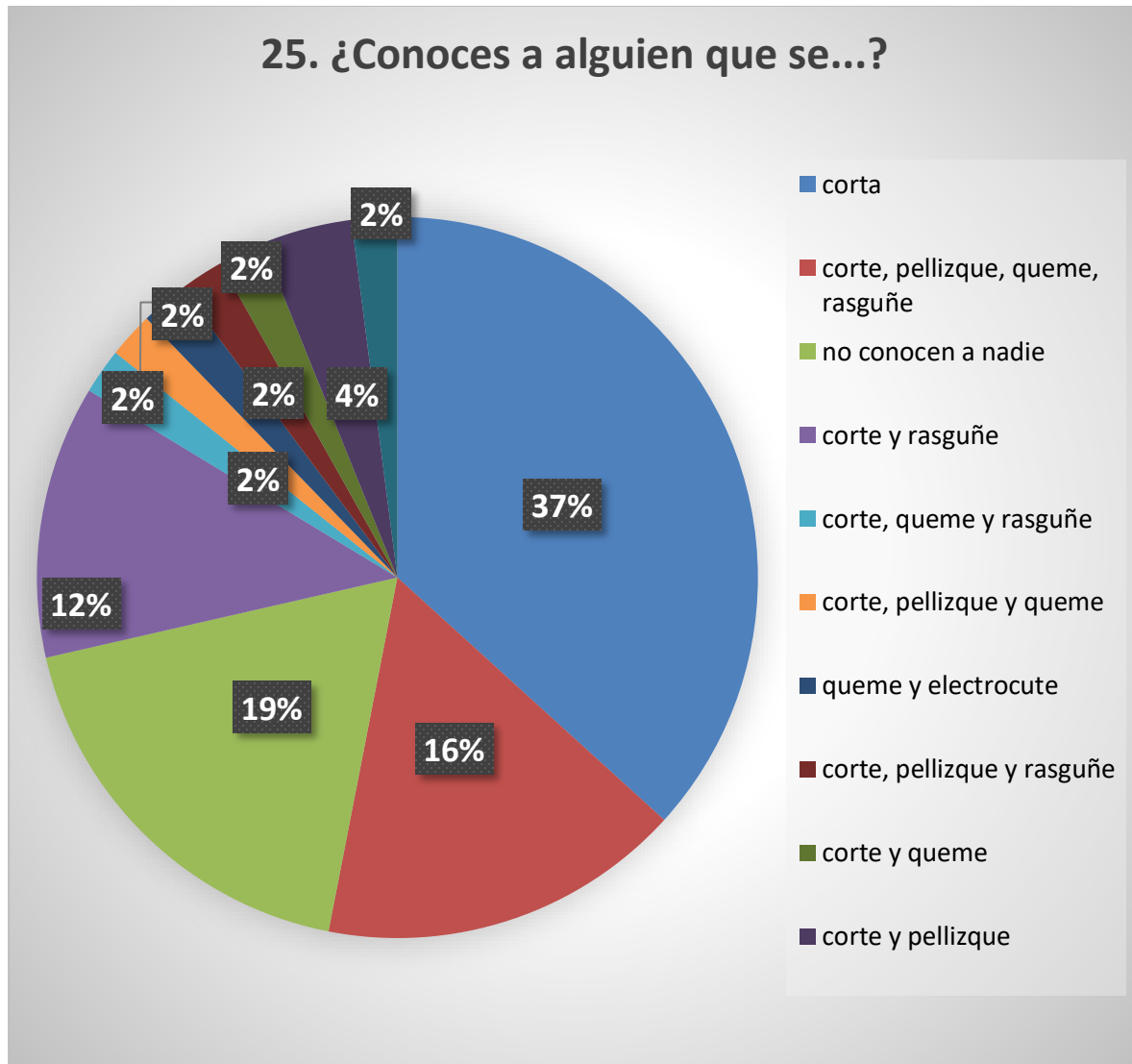


En esta gráfica podemos observar que el 50 % de nuestros sondeados dicen conocer lo que es el *cutting*, mientras que el otro 50% no.

Estas cifras nos muestran que este problema tiene lugar entre los adolescentes, es decir, que sí conocen este término.

Sin embargo, la cifra de los que no lo conocen, el 50%, nos afirma que aún hay que difundir lo que es el *cutting* para que se conozca, que sepan que la práctica de autolesión tiene un nombre, para que puedan reconocerlo y saber que existe.

25. ¿Conoces a alguien que se....?



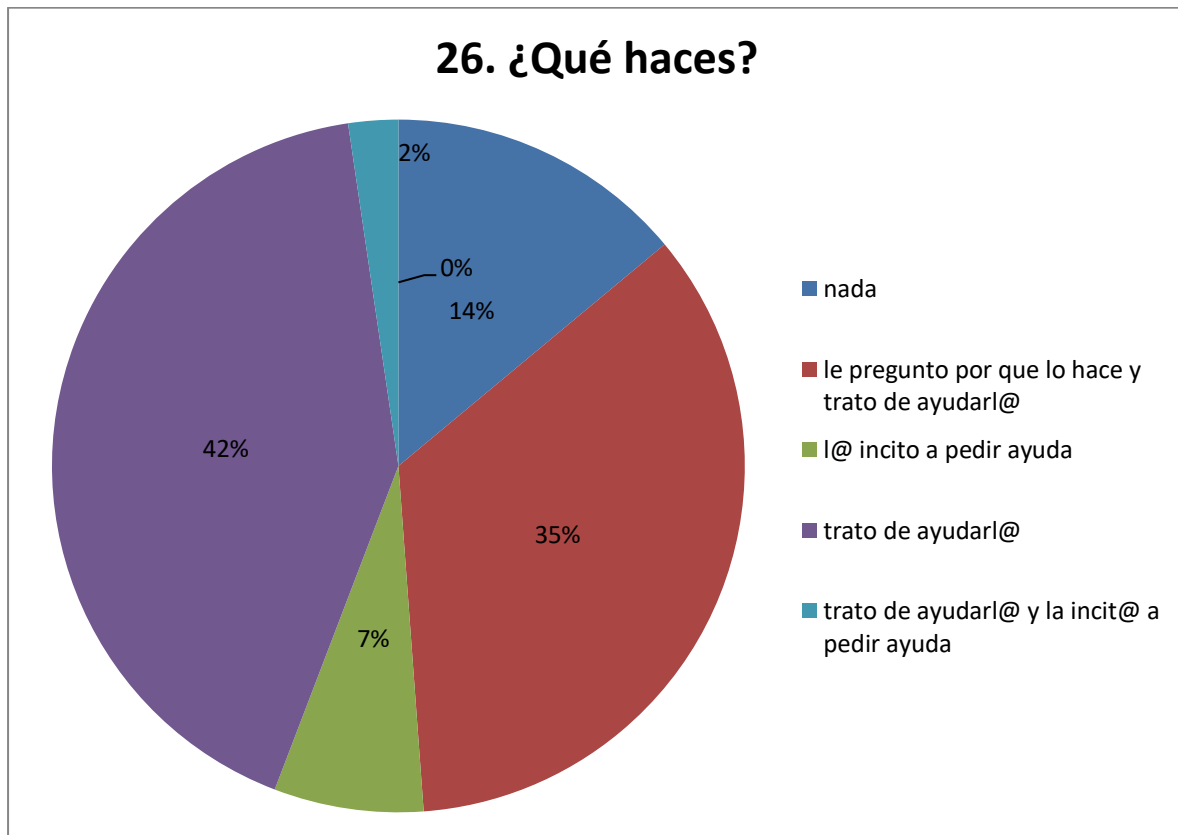
Esta gráfica va ligada a la anterior, ya que en esta podemos observar que solo el 19% no conoce a nadie que se lesione de ninguna forma. Siendo que en la gráfica anterior, era el 50% que no conocía el término *cutting*, sin embargo si conocen la práctica.

Retomando los datos de la gráfica, podemos observar que el 37% de los sondeados mencionó conocer a alguien que se corta, el 16% conoce a alguien que se corta, pellizca, sequema y se rasguña, otro 12% conoce a quien se corta y rasguña,

mientras que el 4% conoce a alguien que se corta y pellizca; así el 2% dice conocer a quien se corta, quema y rasguña, otro 2% conoce a alguien que se corta, pellizca y quema, también un 2%conoce a quien se quema y electrocuta, otro 2% conoce a alguien que se corta, pellizca y rasguña, y el último 2% menciona conocer a quien se corta y quema.

Todas estas cifras nos causan ruido, ya que podemos percibir que hace falta mucha ayuda en cuanto a estas problemáticas de autolesión en adolescentes. Pues el 81% de los sondeados respondió conocer personas que practican más de una actividad de autolesión, en sus diferentes variantes.

26. ¿Qué haces?



Esta pregunta está ligada a la anterior, ya que los adolescentes al mencionar que conocen a alguien que se autolesiona de alguna forma, pretendemos conocer cuál es su reacción frente a este hecho.

A lo que respondió el 42% que trata de ayudarlo (a), lo que nos indica un acto de solidaridad. Así mismo, el 35% dijo que le pregunta la razón por la que lo hace y trata de ayudarlo (a), lo que nos indica que hay un cierto interés en conocer las causas del problema y cómo prevenirlo.

Pero el 14% dijo no hacer nada, estas cifras nos muestran que aún existe un desinterés en los adolescentes ante la práctica de autolesión.

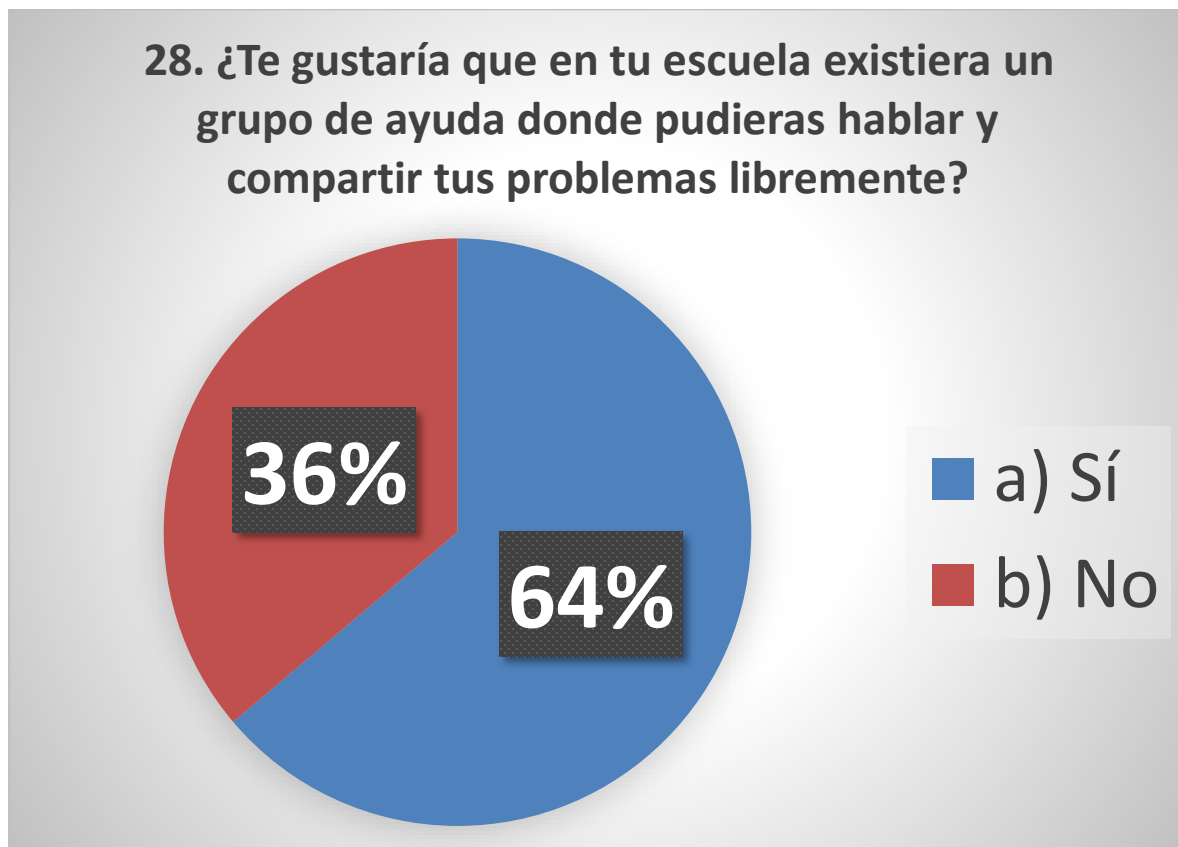
27. ¿Sabes a donde recurrir si tú te lastimaras?



En la gráfica se muestra que el 71% de los adolescentes sondeados saben a dónde pueden recurrir en caso de que practiquen la autolesión, sin embargo el otro 29% no lo saben.

Estas cifras nos muestran que hay cierta conciencia en los adolescentes frente a las acciones o actividades que realizan, además de que dicen conocer lugares donde les pueden brindar ayuda, sin embargo, es necesario preguntar a los jóvenes a dónde recurrirían en caso de autolesionarse pues quizás no tienen la información correcta al respecto del tema, dado que a lo largo de la investigación se registra que no hay muchos lugares especializados en el asunto del cutting.

28. ¿Te gustaría que en tu escuela existiera un grupo de ayuda donde pudieras hablar y compartir tus problemas libremente?



En la gráfica se puede observar que el 64% de los sondeados afirman que les interesa que en su escuela haya un espacio de expresión, un grupo de ayuda, lo cual es importante para poner en marcha el Plan, pues podemos contar con la cooperación de los encuestados.

No obstante, el otro 36% no está interesado, las razones que expresaron vienen a continuación.

¿Por qué?

no tiene caso

me interesa

no tiene caso

es importante

es incomodo

es incomodo

es importante

es incomodo

es importante

me interesa

no tiene caso

es importante

es incomodo

es importante

me interesa

no tiene caso

me interesa

no tiene caso

es incomodo

es importante

es importante

supongo que por pena

porque hay muchas personas que necesitan ayuda

para ayudar a la gente que lo necesita

porque serían dudas contestadas

es importante estar orientados
para que los demás puedan desahogar sus problemas y tener apoyo incondicional
porque si te guardas las cosas y no las sacas te puedes lastimar más
porque sentirías apoyo y más relajación
porque ayudarían a la gente
porque si
para ayudarlos
No
no estaría sola y me ayudarían
para ayudar a resolver los problemas
resuelvo mis problemas sola
para sentirme bien y tranquilo
para que nos ayuden
porque siento que debemos aprender a resolverlos
a mí no me gusta la idea de contarle mis problemas a alguien que no conozco
porque es una ayuda orientativa en los alumnos
tienes confianza
porque nos ayudarían mucho

no se

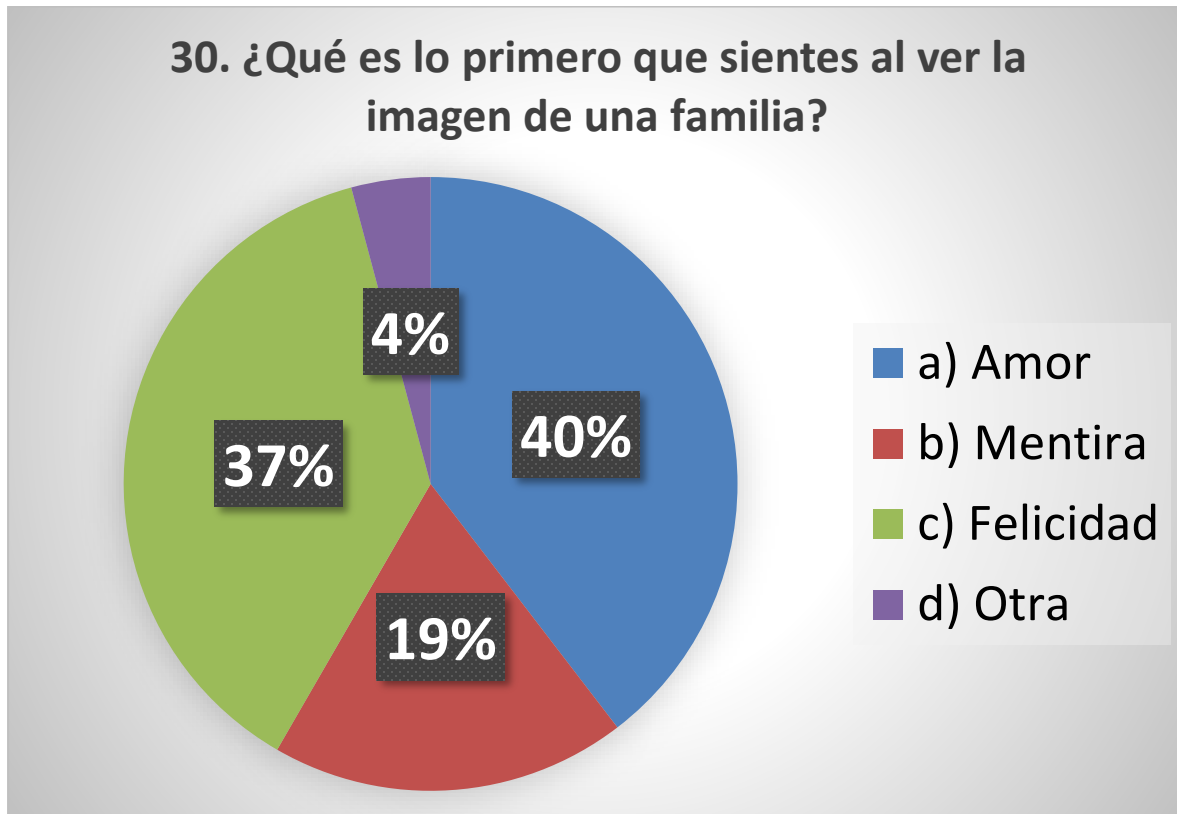
Como se puede leer, las razones por las cuales los adolescentes no les interesa recibir ayuda en su escuela, van dirigidas hacia la idea de ser incómodo, a la pena, a la desconfianza o porque simplemente no le ven el caso. Esto nos habla de que aún hay un tabú respecto al tema y al poder expresar emociones, situaciones o sentimientos.

Por otro lado, las razones principales que mencionan los adolescentes para sí recibir ayuda dentro de las escuelas son: el pensar que es un asunto importante, contar con apoyo de alguien más para estar orientados y resolver sus dudas con respecto a sus problemas que se presentan en su vida diaria en los contextos en los que se desenvuelven, para crear confianza y sentirse bien.

Con respecto a las respuestas dadas por los adolescentes, hay cuatro de ellas que llaman mucho la atención, estas son: “porque si te guardas las cosas y no las sacas te puedes lastimar más”, “no estaría sola y me ayudarían”, “para que nos ayuden” y “porque nos ayudarían mucho”, llaman mucho la atención porque la forma en que las escribieron dan por sentado que ellos practican la autolesión y están, en cierta forma, pidiendo ayuda.

29. Has un dibujo de ti (el análisis de los dibujos se encuentran en los anexos)

30. ¿Qué es lo primero que sientes al ver la imagen de....?
(Se mostraron imágenes)

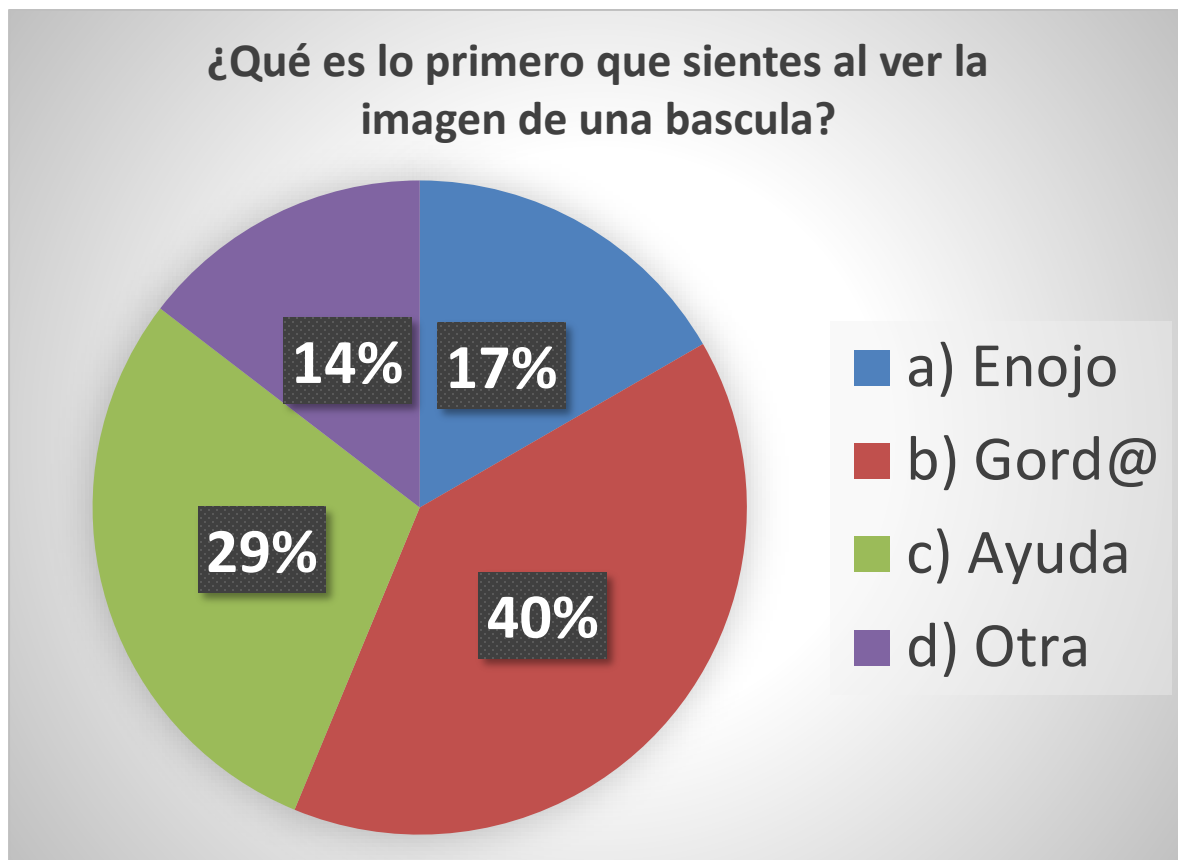


Podemos observar que el 40% de los sondeados respondió que lo que sintió al apreciar la imagen de una familia fue Amor, el 37% sintió felicidad, un 19% respondió mentira y el 4% otro, tristeza.

Estos porcentajes nos muestran que tanto para el 40% como para el 37% de los sondeados una familia representa y les hace sentir sentimientos positivos, lo que nos indica que se identifican con la imagen.

Mientras que el 23% restante, es lo contrario, les transmite sentimientos negativos, mentira y tristeza, lo que nos indica que tan mala esta la relación y el vínculo familiar para ellos, esto causa un foco grande de atención.

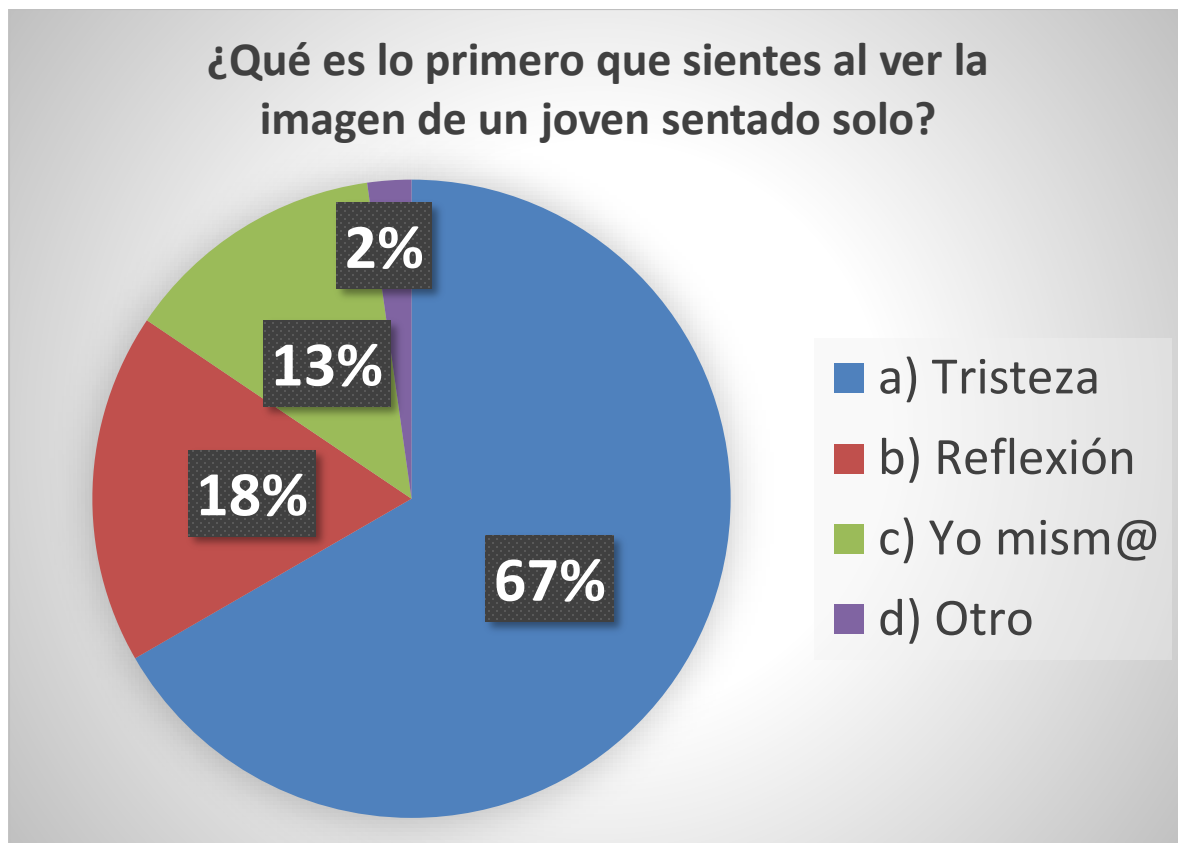
31. ¿Qué es lo primero que sientes al ver la imagen de una báscula?



En la gráfica se muestra que esta imagen les hizo sentir gordos (as) al 40% de los adolescentes sondeados, al 17% les hizo sentir enojo, el 14% tuvo otra sensación, la decepción y también los hizo pensar en la salud.

Sin embargo al 29% les hizo pensar en ayuda; este porcentaje es alto, nos indica que los adolescentes de verdad necesitan y piden ayuda ante los problemas que tienen. Además, todas las respuestas que contestaron a esta imagen, tienden a la inconformidad con su cuerpo, lo cual está ligada a su autoestima.

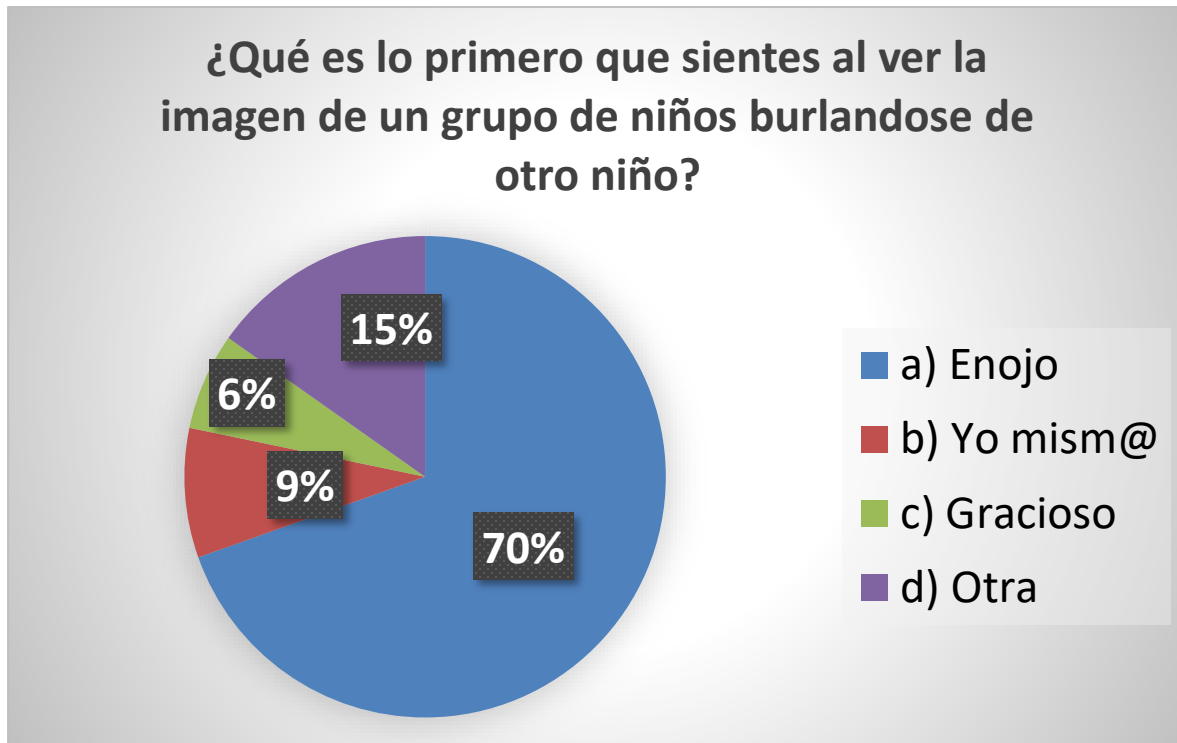
32. ¿Qué es lo primero que sientes al ver la imagen de un joven sentado solo?



Se muestra que el 67% siente tristeza al ver la imagen, al 18% lo hace pensar en reflexión, al 2% le causa tranquilidad, mientras que el 13% se identifica con la imagen, se ven reflejados en ella.

Esto nos habla de que tal vez los adolescentes se sienten solos, tristes y rechazados, pues en la imagen se aprecia a un adolescente sentado en un pasillo abrazando sus piernas y recargando su frente en ellas.

33. ¿Qué es lo primero que sientes al ver la imagen de un grupo de niños burlándose de otro niño?



El 70% respondió sentir enojo al ver la imagen, ya que se sintieron indignados al observar el hecho representado en ella, hubo un acto de empatía. Sin embargo el 6% mencionó ser gracioso lo que en la imagen se aprecia, es decir, todo lo contrario al porcentaje anterior.

El 9% se identificó con la imagen, esto nos indica que este porcentaje de adolescentes se han sentido violentados o señalados por sus compañeros u otras personas.

El 15% restante mencionó sentir otras emoción, la tristeza, lo que también refiere a un acto de empatía pero al mismo tiempo puede ser la manera en que se han sentido, es decir que puedan haber vivido esa situación.

3.7 Conclusiones de los resultados obtenidos (sondeo)

Para extraer los datos relevantes que nos ayudan a reforzar la estrategia a implementar, es importante puntualizar que la sección destinada al aspecto económico, nos habla de una población media y media baja, además hay que tomar en cuenta que las dos delegaciones en las que están ubicadas las secundarias encuestadas son problemáticas, de acuerdo con datos proporcionados por la INEGI, especialmente Iztapalapa. Posteriormente viene la sección donde mencionan el tiempo que pasan en internet, el que pasan con su familia y cómo califican sus relaciones familiares, en general pasan más de 4 horas diarias en internet y tienen poca convivencia familiar, datos que concuerdan con lo que la AMIPCI (La Asociación Mexicana de Interne) registra en sus estadísticas, especificando que los internautas más frecuentes van de los 12 a los 19 años.

Posteriormente viene la sección que tiene que ver con lo emotivo, pues se les preguntó acerca de las situaciones que los entristecen, así como de las que los ponen feliz, como resultado la mayoría parece responder de la misma manera a las peleas, así como el gusto de pasar tiempo con la familia, sin embargo esto puede parecer contradictorio.

La sección más relevante es la que tiene que ver con la práctica del *cutting*, donde la mayoría respondió conocer a alguien que se autolesiona, así como contestar afirmativamente a la idea de establecer platicas dentro de las aulas escolares para brindarles orientación con respecto a las problemáticas que enfrentan y desencadenan en síntomas como el *cutting*.

Y finalmente la sección visual, ya que se les mostraron una serie de imágenes en las que tenían que señalar los sentimientos que emanaban en ese momento, lo cual fue con resultados positivos, pues respondieron de manera ecuaníme a cada imagen proyectada, por ejemplo, la familia la asociaron con el sentimiento de amor y el acto del bullying con enojo.

En suma, el sondeo nos ayuda para establecer un Plan efectivo, que responda a las necesidades de los encuestados, pues se toman directamente sus respuestas para interpretarlas y transformarlas en una estrategia que tiene sustento en los mismos actores directos, es decir, en nuestro público meta.

3.8 Resultados obtenidos de las entrevistas

Para poder analizar las entrevistas de los especialistas sobre el tema y practicantes del *cutting* es necesario establecer categorías de análisis, que de alguna manera nos den aquellas similitudes entre las respuestas de las tres especialistas, las tres practicantes y la creadora del blog ***Ichí Perfektion*** por lo cual se tomaron en cuenta los siguientes factores de coincidencia en cada uno de los grupos especificados:

Categorías de análisis de las entrevistas a especialistas

1. Definición del *cutting*
2. Edades y sexo de los casos detectados
3. Factores de la problemática según su perspectiva: social, individual o biológico
5. Tratamiento: Individual o grupal
6. Seguimiento

Categorías de análisis de las entrevistas a practicantes

1. Edades y sexo de los practicantes
2. Autoestima
3. Manera en la que expresan sentimientos
4. La práctica del *cutting* (tiempo, razón)
5. Consecuencias del *cutting*
6. Búsqueda de ayuda especialista
7. Reflexión personal de la problemática

Análisis de la entrevista a la creadora del blog *Ichí Perfektion*

La entrevista dirigida a la creadora del blog *Ichí Perfektion*, una página relaciona al *cutting*, sin embargo actualmente publica más en relación a la bulimia y la anorexia, pero en sus inicios sólo lo hacía sobre sus cortes y laceraciones en la piel, dando consejos a las y los jóvenes que la siguen, aproximadamente 450 seguidores de países como México, Colombia, Argentina, España, Chile, entre otros.

La entrevista será desglosada por categorías, así como el cruce de datos con el mismo blog y sin tomar en cuenta la quinesia y la proxemia, debido a que fue hecha vía correo electrónico, puesto que la entrevistada vive en Colombia.

* Nota: la entrevista completa se encuentra en los anexos.

| Categorías | Análisis |
|------------|--|
| Valores | De acuerdo a su respuesta, ella expresa que su meta es desahogarse al contar sus experiencias y situaciones por las que pasa y aunado a lo investigado, entendemos que no sólo |

| | |
|--|---|
| <p>(Indica intereses, metas, deseos o creencias que son revelados)</p> | <p>cortándose encuentra alivio, sino también compartiéndolo con personas que están pasando por lo mismo, ya que sentirse aceptado es parte de la misma naturaleza humana, pues somos seres sociales, que buscamos sentirnos miembros de un grupo determinado con el que compartimos afinidades.</p> <p>En cuanto a creencias, ella reveló que le gusta publicar ejercicios y dietas para bajar de peso, lo cual remite a una preocupación por su físico, entonces entendemos que cree en un estereotipo de mujer (medidas, peso, facciones etc.), aunque esto no es parte del tema central, sí podría ser un factor que provoca la baja autoestima al no alcanzar un ideal y esto pueda llevarla a la autolesión (<i>cutting</i>).</p> |
| <p>Receptores (A quien va dirigido)</p> | <p>Aunque no se le hicieron preguntas directas de los receptores, sí hizo mención de que al inicio nunca pensó en tener seguidores, pero al hacerse popular el blog, les dedica tiempo para conocerlos y explica que cuida lo que publica para no dañarlos.</p> <p>Ella reconoce que lo que hace es negativo, debido a que considera necesario tener cuidado con lo que se dice y cómo se dice, para que los miembros que pertenecen a su blog no salgan afectados, sin embargo, el contenido refleja todo lo contrario, pues da consejos que inducen a prácticas relacionadas con el <i>cutting</i>, la bulimia y la anorexia, además de que las fotografías contenidas en el blog son muy explícitas.</p> <p>Por lo anterior, tenemos una contradicción, pues por un lado dice preocuparse por sus seguidores, pero por el otro, sus acciones niegan esa declaración, por lo que entendemos que su parte emocional domina la racional y ahí es donde entra el plan comunicativo, trabajar con la parte emocional.</p> |

| | |
|---|--|
| <p>Elementos Gráficos</p> <p>(El uso imágenes, fotos y videos)</p> | <p>En cuanto al uso de imágenes, sólo habló de la parte estética del blog, explicó que usa el estilo anime porque es fan de éste, en cuanto a las imágenes de mujeres muy delgadas las pone porque sus seguidoras se las proponen, también explica que no tiene pena o temor a que la conozcan, por lo que muestra fotografías suyas y las demás imágenes sólo las usa a manera de decoración.</p> <p>Fue interesante que omitiera sus fotografías que muestran los cortes hechos en brazos y piernas, pero es entendible que no quisiera hablar de este hecho, ya que se contradeciría nuevamente o simplemente no es cómodo hablar de esto.</p> |
| <p>Lenguaje</p> <p>(Expresiones, intención del mensaje etc.)</p> | <p>En la categoría de valores y receptores se abordó este tema, pero tomando aspectos como la intencionalidad y las razones por las que escribió dicho blog, pero también es importante resaltar si hay un lenguaje específico que usan, lamentablemente sólo compartió un poco con respecto a la palabra “princesa”, manifestando que ella la usa para elogiar o a manera de cariño a sus seguidoras, así como la palabra nena, pero dijo que otras personas pueden tomar la palabra “princesa” para designar a una persona anoréxica o bulímica, pues a estos dos trastornos alimenticios se les considera reinas, de manera que sus seguidoras son princesas.</p> <p>Posteriormente comentó que le gusta que le hablen amablemente, con confianza y sin juzgarla, esto último, demuestra cierto temor a la crítica, pues está no necesariamente tiene por qué ser negativa. Ya dentro del blog uno puede notar que usa un lenguaje meloso, es decir, delicado para no ofender a los usuarios, por otro lado, cuando expresa sus sentimientos, habla de sí misma con mucha dureza, provocando que los comentarios de los seguidores se</p> |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | <p>encaminen hacia expresiones negativas de sí mismas, a continuación se presentan algunos ejemplos de lo mencionado:</p> <p>“cara: Hola princesas, intento crear un grupo de whatsapp, déjenme sus números en mi blog”</p> <p>“leidyroa: yo tbn quiero ser perfecta”</p> <p>“ada: quiero adelgazarr”</p> <p>“Princesslshi: Wow cambiaste mucho!! Me encanta tu blog, está muy currado, sobre todo lo chica que me mira y parpadea ahahahahaha. Eres muy guapa besos!!”</p> <p>“ichiperfektion: gracias nenita, te super adoro y pues espero q pronto se te mejoren las cosas con tu mami, no me gusta verte triste, eres muy linda ♥”</p> <p>Es claro que el lenguaje escrito puede influir de manera positiva o negativamente, por lo que también será un elemento importante para la elaboración del Plan Comunicativo.</p> |
| <p>Música (El uso que le da)</p> | <p>En cuanto a la música que utiliza dentro de su blog, sólo dijo que era para ambientar, pero hay estudios que revelan que la música puede influenciar en el estado de ánimo de una persona y los géneros que ella maneja, por su sonido y letras, están considerados como melancólicos y/o violentos, dichos géneros son: metal, dark, black y goht.</p> <p>Es importante resaltar que en cuanto se entra al blog, comienza una canción de fondo, por supuesto que está la opción de pausar la música, pero aquellos que no lo hagan, aparte de leer y ver contenido perjudicial, si tienen problemas con el <i>cutting</i>, entrarán en un ambiente musical específico, brindado por alguno de los géneros ya mencionados.</p> |

| | |
|--|--|
| <p>Tiempo (Momentos que le dedica al blog)</p> | <p>Ella dice que antes de tener a su bebé, pasaba muchas horas conectada al blog, específicamente en el chat o en otra red social como Facebook, ya que en éste también tiene registradas seguidoras del mismo blog, además de explicar que se conectaba diariamente. Después de tener a su bebé explica que sólo lo hace por las mañanas y por las noches, aun así no es poco tiempo el que pasa en línea, ya que sumando los dos horarios, podríamos inducir que aproximadamente son unas cinco horas, además revela, en una sección de su blog, que es antisocial, entonces sería lógico pensar que prefiere la vida online que la offline.</p> |
|--|--|

Análisis de las entrevistas a las profesionales

De acuerdo a lo mencionado con las especialistas entrevistadas y una vez establecidas las categorías podemos determinar lo siguiente:

| Categoría: | Observaciones: |
|---------------------------------------|---|
| Definición del cutting | Las tres coinciden en que es una tendencia autodestructiva que va de menos a más, en donde intervienen estados de ánimo y conductas. Sin embargo, una de ellas menciona que es adictivo y que causa en los practicantes una dependencia. |
| Edades y sexo de los casos detectados | <p>Dos de ellas nos han tenido casos directos, pero de acuerdo a lo mencionado en las entrevistas, se puede inferir en que son adolescentes de secundaria y preparatoria.</p> <p>La tercera menciona si haber tenido casos específicamente en chicas de trece años en adelante.</p> |
| Factores de la problemática según su | De acuerdo a las respuestas se puede establecer que detectan diferentes factores que abarcan lo individual, lo social y lo biológico: |

| | |
|--|---|
| <p>perspectiva: social, individual o biológico</p> | <p>Individuo falto de identidad o en búsqueda de una.</p> <p>Las problemáticas que los adolescentes enfrentan actualmente.</p> <p>Los contextos en los que se desarrollan son violentos, ponen a la familia como entorno principal.</p> <p>Los trastornos de la personalidad: depresión, ansiedad, entre otros.</p> |
| <p>Tratamiento: individual o grupal</p> | <p>El tratamiento se divide en sesiones y dependerá de la gravedad de los casos presentados, sin embargo han establecido un periodo de tiempo, que va de tres a ocho meses y en otro caso en veinte sesiones de una hora, tres veces a la semana, intercalando sesiones individuales y grupales, principalmente con la familia del o la implicada en la práctica del cutting.</p> |
| <p>Seguimiento</p> | <p>Una de ella menciona que no hay seguimiento, que eso ya es decisión personal. Por otro lado las dos restantes dicen si llevar un seguimiento de los casos, pues de esta manera pueden verificar sí su tratamiento está funcionando.</p> |

En las entrevistas se puede notar que las especialistas coinciden en cuestiones de la definición del *cutting*, sin embargo una de ellas (Dafne Molina) menciona el tema de la adicción, como algo importante dentro de esta práctica, recordando que durante el proceso de la investigación se hace mención de que el *cutting* puede volverse una adicción gracias a que al lesionarse el cuerpo libera químicos que relajan el cuerpo y le hacen sentir cierto placer o alivio momentáneo, como respuesta natural del organismo a todo tipo de lesión, accidentales o intencionales.

Ellas consideran que intervienen cuestiones del estado de ánimo, cuestiones que también se mencionan en la investigación, este vaivén de emociones acumuladas por los

adolescentes y que no saben comunicar, porque la sociedad en la que se desenvuelven no se los permite o creen estar limitados.

En cuanto a los factores que ellas han detectado, ya sea por casos propios o mediante la observación de casos de compañeros de trabajo, engloban los tres factores que también fueron mencionados en la investigación: lo biológico, psicológico y social. Dentro de lo biológico, y que no podemos incurrir, es la cuestión de los cambios que se dan en la adolescencia y que muchas veces los jóvenes no saben sobrellevar, lo individual, la formación de una identidad que se crea a partir de los entornos en los que se desarrollan los adolescentes, sus círculos de amigos, cuestiones que entran en lo social y finalmente lo psicológico, que en este caso engloba todos aquellos trastornos de la personalidad de los adolescentes que, sin duda, están ligados a lo biológico y lo social.

Para el asunto del tratamiento, que nos sirve para poder establecer una estrategia para desarrollar el Plan Comunicativo, ellas mencionan que las terapias individuales tienen importancia para conocer al practicante, pero que las terapias grupales tienen mayor impacto, puesto que han tenido mejores resultados al momento de expresar sus dudas, sentimientos, frustraciones, etc., primero con la familia y posteriormente con la demás gente con la que conviven a diario.

De acuerdo a lo anterior, se establecen datos importantes obtenidos mediante las entrevistas, el primero de ellos es que aún, y dentro de las diferentes especialidades que pueden englobar la problemática, no existe una definición establecida, hay coincidencias, pero cada una de ellas agrega un poco de su experiencia en el tema.

Ponen como principal factor a la familia, sin embargo, como se desarrolla en la investigación, no se puede quedar únicamente como factor detonante, se debe ir más

allá, pues hay casos en los que los jóvenes viven en entornos familiares estables y aun así, practican el *cutting*.

Finalmente, es importante destacar que todas mencionan que el adolescente tiene que aceptar la problemática para poder establecer una solución, así que, se debe considerar en gran medida la manera en la que se piensa tener contacto con los jóvenes, pues son un público meta complicado ya que es difícil captar su atención y el interés.

Análisis de las entrevistas a practicantes del cutting

De acuerdo a las respuestas dadas por los practicantes entrevistados y definidas las categorías se determina lo siguiente:

| Categoría | Observaciones |
|---|---|
| Edades y sexo de practicantes | Sus edades oscilan entre los 16 y los 19 años, son dos mujeres y un hombre. Los tres asumen ser ex practicantes. |
| Autoestima | Los tres afirman sentirse bien, sin embargo al momento en el que se le pide una calificación de su persona, ninguno de ellos se calificó de manera elevada, dos de ellos se califican con un 8 y una con 5, los tres determinan que su “calificación” se debe a sus defectos, ya sean físicos o emocionales. |
| Emociones (cuáles y cómo las expresan) | Sienten tristeza, decepción, frustración, culpa, estrés y dolor. Dos de ellos coinciden en sacar esas emociones, llorando, escribiendo o dibujando, y sólo uno, patinando para liberar adrenalina. A cada uno le cuesta trabajo expresar algo diferente, a uno la frustración, a otro los problemas y al último, la tristeza. |
| La práctica del cutting(tiempo, razón) | Cada uno inició la práctica de <i>cutting</i> en edades diferentes, uno a los 12 años, otro a los 16 y el último a los 17 años, recordando que estas edades son las que abarca la adolescencia y juventud. Los tres señalan razones diferentes que los llevaron a iniciar con la práctica: por moda, enojo, problemas e imitación. Dos de ellos coinciden en sentir alivio y una de ellas dice que le baja el estrés. |
| Consecuencias de la práctica | Los tres estaban conscientes de que estaba mal practicar <i>cutting</i> , sin embargo, dos de ellos dicen que las consecuencias pueden ser enfermedades como el tétanos, gangrena o alguna infección, esto debido a los utensilios utilizados para cortar la piel. |

| | |
|------------------------------------|--|
| Personas enteradas | <p>Los tres coinciden en que sus novios fueron los enterados, además de sus amistades.</p> <p>La familia de ninguno de los tres se enteró ni descubrió el problema, hasta después de un tiempo, una de ellas hace mención, en qué no sabe porque su familia tardó tanto tiempo en darse cuenta de que se lesionaba, lo cual puede tener dos vertientes o en realidad los chicos eran muy buenos para esconder sus heridas o definitivamente la familia no tenía el contacto necesario con los adolescentes como para darse cuenta de su problemática.</p> <p>Es de llamar la atención que las parejas sentimentales de los jóvenes sí sabían de la problemática y aun así no le comentaron a los padres.</p> |
| Zonas lesionadas | <p>Los tres indican haberse cortado en las muñecas, sin embargo, mencionan que las piernas, brazos, espalda y pies también son espacios que pueden cortar y ocultar.</p> <p>En cuanto a las zonas lesionadas, señaladas en la investigación, se nota que de alguna manera sí hay una coincidencia entre lo indicado por los adolescentes y la información obtenida, pues explican haber hecho heridas en partes de su cuerpo relativamente ocultas.</p> |
| Reflexión (recomendaciones) | <p>Los tres coinciden en que se busque ayuda, pese a que ellos no la buscaron al principio, tiempo después si lo hicieron, posiblemente al darse cuenta del problema que significa lesionar sus cuerpos.</p> <p>Recomiendan hablar de lo que sucede con las personas que los rodean y aceptar que está mal cortarse y que de alguna manera se debe de buscar una solución, no solo, sino en conjunto con todas las personas que los rodean y que se desenvuelven con ellos en sus diferentes contextos.</p> |

En las entrevistas a practicantes, notamos que el tema de autoestima está muy marcado en ellos, ya que se sienten insatisfechos consigo mismos, esto debido a los defectos que cada uno de ellos dice tener. Esto concuerda con los datos obtenidos en el sondeo, a pesar de que las edades difieran, pues los sondeados oscilan entre los 12 a 16 años y los entrevistados entre los 16 y 19 años.

Entre las formas más recurrentes de expresar lo que sienten, está el llanto, el escribir o dibujar, además de autolesionarse, ya que, los tres coinciden en que al lesionarse se sentían aliviados, relajados, se les olvidaban sus problemas, culpas,

tristeza, enojo, etc. además de que liberan adrenalina, lo que nos recuerda, lo dicho en capítulos anteriores, que, al abrir la piel, el cerebro produce sustancias, entre ellas la adrenalina, que funcionan como anestésico.

Los factores que llevaron a practicar el *cutting*, son tanto sociales como individuales, pues una de las razones dadas es por moda, por problemas familiares, económicos, amorosos, enojos familiares, insatisfacción personal, entre otros factores implícitos.

Al hablar sobre las consecuencias que dicha práctica conlleva, los tres coincidieron en reducir a consecuencias físicas, como enfermedades en la piel y en la sangre. Sin embargo, sabemos que las consecuencias también son psicológicas, sociales y biológicas, pues como se dijo anteriormente, puede desencadenar adicción, generan rechazo ante la sociedad por las marcas o cicatrices que esta práctica les deja, también puede contraer alergias o hasta tragedias. Pues las zonas que más autolesionan son las manos, las muñecas, los brazos, las piernas. Sebastián dijo también lesionarse la espalda y los pies, pues todos estos espacios, pueden ocultarlos de las personas que los rodean.

Siendo esto, una de las posibles razones por las cuales sus familiares no están al tanto de que practican *cutting*, pues los únicos que en su momento llegaron a saberlo fueron amistades y sus parejas amorosas. Lo que demuestra la falta de comunicación y atención por parte de los involucrados y sus respectivas familias.

Sin embargo, y a pesar de que los entrevistados estaban conscientes de que autolesionarse no estaba bien, uno de ellos, Sebastián, decidió no recibir ayuda

profesional, las otras dos, mencionaron que sí la pidieron porque la requerían, ambas asistieron a tratamientos, sabemos que una de ellas recibe terapias.

Así, los tres coincidieron en su reflexión, que recomiendan a los practicantes, buscar ayuda, tomar otras alternativas para canalizar sus emociones sin hacerse daño. Coinciden en que autolesionarse, no trae nada bueno, que el “dolor con dolor es de cobardes” (Luisa), y que “es un engaño o disfraz para resolver un problema, pero en realidad no se resuelve nada” (Sebastián).

Entre la información obtenida en estas entrevistas fue la confirmación de que el autoestima tiene cabida en la problemática, al igual que la falta de comunicación y atención familiar, el saber que los practicantes están conscientes de lo que están haciendo y que no es bueno para ellos, pues en su reflexión, fue interesante como los tres invitan a pedir ayuda, a asimilar el problema raíz que los lleva a actuar de dicha forma. Al igual que en sus respuestas cada uno dio implícitamente una descripción de cómo ven el *cutting*, pues Luisa lo describió como el dolor con dolor, refiriéndose a un dolor emocional con un dolor físico, enfatizando que es de cobardes puesto que es una práctica fácil; Sebastián mencionó que es un engaño, un disfraz de cómo resolver un problema pero que en realidad no resuelve nada y la otra chica entrevistada, dijo que es un problema, un error, le funcionaba como droga, como medicina.

También se conocieron algunas de las posibles causas por las que recurrieron a practicar *cutting*, las cuales confirmaron lo dicho en las primeras páginas de este trabajo, que el *cutting* solo es un síntoma de algo peor, en este caso, es el síntoma de problemas familiares, amorosos, emocionales, de aceptación y de atención.

Además de que sus respuestas nos abren opciones para trabajar a favor del plan, por ejemplo, el conocer las emociones que viven en esos momentos y los que más cuesta trabajo expresar, las formas en que consiguen liberarlos sin tener que dañarse, fortalecer su comunicación y confianza, sus vínculos familiares y sociales, el convencerlos de recibir ayuda profesional, el informar sobre las diferentes consecuencias que conlleva el autolesionarse, etc.

3.9 Conclusiones de los resultados obtenidos (entrevistas)

Una vez recabada la información mediante las entrevistas realizadas a siete personas en total, podemos llegar a las siguientes conclusiones:

Especialistas:

Falta definir bien la problemática y que la definición englobe todos los factores que pueden ser determinantes en la práctica del *cutting*, pues de esta manera, es posible que los adolescentes intenten buscar ayuda lo más pronto posible desde el momento en el que se percatan del problema.

Del mismo modo, en cuanto a la definición, algo bien establecido evitaría confusiones entre los encargados de ayudar a los adolescentes, principalmente en los padres de los jóvenes, ya que si su método más rápido es buscar ayuda mediante internet y encuentran información donde se comente que sólo lo hacen por moda o imitación, les puede hacer creer que el problema no es grave, cuando la realidad es que si este no se atiende a tiempo puede empeorar.

Otro aspecto importante a rescatar, por medio de las entrevistas a las profesionales, es que sí han tenido pacientes o sí conocen adolescentes practicantes del

cutting, lo que nos lleva a suponer que la población ya se encuentra un poco más familiarizada con el problema, pues la primera vez que se realizó una investigación similar (aprox. año 2014), los especialistas mencionaban no conocer casos de chicos que se cortaban, eso quiere decir que los casos van en aumento y que se debe de buscar una solución.

En cuanto al tratamiento, como investigadores es necesario mencionar que, relativamente, es poco el tiempo que se atiende a los adolescentes, considerando que sí es necesario trabajar en conjunto con los especialistas para crear actividades, donde los chicos puedan aprender a canalizar todo aquello que los daña, sin necesidad de una dependencia a las terapias psicológicas o medicación, sino que aprendan hacerlo ellos mismos.

Practicantes:

Las edades resultan ser importantes, ya que durante la investigación menciona que la mayoría de los casos se presentan en la adolescencia y son los resultados obtenidos tanto en el sondeo, como en las entrevistas y nos podemos percatar de que la mayoría oscila entre los 12 y 19 años, sin embargo, eso no quiere que no se presente en otros rangos de edades, pues también se conocieron casos de niños y adultos practicantes del *cutting*, sin embargo, únicamente nos enfocaremos en adolescentes.

Una cuestión que se debe rescatar, en cuanto a los chicos entrevistados, es que ninguno de ellos es completamente feliz con su físico y su forma de ser, todos mencionan que no existe la perfección y resaltan que todos tenemos defectos, lo que nos lleva a pensar que, posiblemente, los jóvenes aún estén faltos de una identidad o estén en

formación de esta, ya que conocen cuáles son sus debilidades, sin embargo, desconocen sus fortalezas, y esa es la parte que, como investigadores, debemos tomar en cuenta a la hora de formular un plan, que los chicos se den cuenta que son buenos para ciertas actividades, para resolver diferentes situaciones, para enfrentar algunos problemas y que, por otro lado, hay cosas que siempre se van a dificultar, pero que tienen que aprender a sobre llevar también esos asuntos.

En cuanto a los sentimientos negativos, su manera principal de enfrentarse a éstos, es mediante el llanto, aunque también mencionan que les gusta escribir o dibujar. Lo anterior puede ser de gran ayuda al momento de la realización del Plan, pues se pueden tomar esos puntos de referencia para comenzar a trabajar con los chicos, ya que puede ser mediante el arte que ellos muestren sus frustraciones, sus sentimientos, temores, malos recuerdos, etc., y tomando esto, canalizar de manera diferente su dolor y que eviten lesionar sus cuerpos.

Cuando se les preguntó a los adolescentes por qué se cortaban, las respuestas son variadas, recordando que la anónima es ex practicante, los otros dos chicos dicen iniciar en esta práctica, uno por imitación o “moda” y el otro, porque es su manera de enfrentar los problemas, lo que posiblemente quiera decir es que los jóvenes no saben enfrentarse a los contextos en los que se desenvuelven en su vida diaria y se dejan manipular por lo que ven, ya sea amigos, medios de comunicación, modas efímeras, problemas familiares, emocionales o sentimentales, les afectan de manera determinante en la forma que ven la vida y enfrentan las dificultades.

Un asunto importante a resaltar es que ninguno de los padres estaba al tanto de que su hijo se cortaba y que las personas que sí sabían del problema nunca les informaron a los padres de los afectados, normalmente los que se enteran primero son los amigos o compañeros más cercanos y los novios o novias de los chicos, lo que nos hace pensar, que las relaciones familiares no son lo suficientemente fuertes como para que los chicos tengan la confianza de platicar sus problemas con padres o hermanos, o quienes conformen la familia de los adolescentes.

Creadora de un blog de temática del cutting:

En cuanto a los resultados obtenidos mediante la entrevista a distancia realizada a la creadora del blog Ichi Perfektion, se obtuvieron las siguientes conclusiones:

Su intención al crear un blog, en ningún momento (menciona ella) fue tener seguidores, pues estilizaba ese medio como forma de desahogo frente a su problema.

En cuanto a las publicaciones, escribe su experiencia en torno al *cutting*, la bulimia y la anorexia, menciona englobar las tres problemáticas, ya que ella inicio cortándose y posteriormente también comenzó a tener complicaciones con la cuestión de su peso. En esta parte de la entrevista, ella menciona que lo que estaba haciendo con sus publicaciones, estaba “mal” y que de algún modo estaba incitando a sus seguidores a pasar por la misma situación, por lo que es importante resaltar que, en este caso y con esta persona, está consciente de que lo que está realizando por medio de su blog no es correcto, sin embargo, al sentirse identificada con un grupo de personas que están pasando por la misma situación, no pudo evitar dar consejos, subir fotos, dietas, videos de ella realizándose cortes, etc.

Por otro lado ella quería mostrar a sus seguidores, que sí se podía bajar de eso, les quería dar ánimo para salir adelante, pero ella tiene en cuenta que esa no es la manera correcta de solucionar el problema y aunque menciona no tener ningún modelo a seguir, las imágenes de mujeres delgadas y modelos en su blog, puede que demuestren todo lo contrario, dice tener confianza en ella misma, pero al momento de leer sus publicaciones, entra en una contradicción, pues en lo que escribe denota que es una persona triste, que sufre, que no acepta su cuerpo, que no le gusta su forma de ser, pero que pese a eso ha intentado cambiar y le ha costado mucho trabajo.

Con relación a la escritura que utiliza en el blog en la interacción que lleva con sus seguidores, la palabra “princesita” o “nena” son lo más común, un lenguaje meloso con el que intenta dar ánimo a las chicas que dicen estarla pasando mal.

En esta parte es importante resaltar que utilizamos nombres e historias falsas para que ella al principio se sintiera identificada con nosotras, nos mandamos algunos correos electrónicos y en estos también se puede ver esa manera en la que escribe en su blog, no hay cambio en la manera en la que se interactúa en su blog y en el correo electrónico.

Dice tener una familia pequeña, de padres separados, tiene un bebé y vive con su pareja, menciona que se lleva bien con ellos, y que habla mucho con su hijo.

Sus publicaciones no son tan frecuentes, sin embargo, el tiempo que pasa dentro del chat y el tiempo que le invierte a contestar a sus seguidores es considerable, pues aunque ya no le dedica tanto tiempo como antes, puesto que fue madre, si se conecta por las mañanas y las noches a contestar los que sus seguidores le envían, por lo que

haciendo un cálculo aproximado del tiempo que pasa en línea, diremos que son de cinco a seis horas por día.

Finalmente se debe mencionar que la entrevista fue hecha por medio del correo electrónico y que sí se le explicó la finalidad que tenía, ella mencionó no tener ningún problema al contestar las preguntas y aunque no se le quiso hacer preguntas tan directas, esto por miedo a que ya no nos contestará los correos, nos proporcionó información suficiente para la investigación, sólo una de nosotras reveló su identidad, las demás seguimos mandando correos con nombre falso.

Otra cosa importante es que como no fue una entrevista cara a cara, en esta parte de la investigación no se puede hablar del lenguaje no verbal de la entrevistada, por lo que es un aspecto que queda fuera de las conclusiones.

3.10 Resultados obtenidos durante la etnografía digital

A continuación, se presentan los resultados obtenidos durante la observación realizada en los tres blogs analizados:

1. Blog <http://cicatrices--abiertas.tumblr.com/>

| Variables teóricas | Observaciones | Análisis |
|--|--|---|
| Mensaje lingüístico -Relación de texto- imagen | <p>Estructura y composición:</p> <p>En cuanto a estructura definida como la relación que tienen entre sí las partes de un todo, el blog analizado está formado de la siguiente manera:</p> <p>El blog en cuanto a presentación es sencillo, fondo negro y contenido en pequeños recuadros blancos,</p> | <p>El blog, a comparación de los dos posteriores es sencillo ya que el fondo es negro que le da a la estructura formalidad y una representativa elegancia, pues pese a que es simple, las publicaciones en recuadros blancos hacen un contraste. Por un lado, el color negro que es un color enigmático, misterioso y que va asociado con el miedo y lo desconocido</p> |

| | | |
|---|---|--|
| | <p>acomodados conforme a los usuarios vayan agregando información.</p> <p>Lo primero que se ve al entrar a la página es una imagen blanco y negro, donde se puede observar una parte del cuerpo con un número considerable de lesiones, debido a que la imagen es gris, no se puede ver el color del líquido que sale de ellas.</p> <p>Enseguida de la imagen, se presenta la siguiente frase: "I'm fine" que quiere decir en español "Estoy bien".</p> <p>Al final da un mensaje de bienvenida en donde se puede observar lo siguiente:</p> <p>BIENVENIDOS A MI INFIERNO.</p> <p>Mi sangre es mi tinta favorita y mi piel el papel ideal.</p> | <p>y el contenido en blanco que representa exactamente todo lo contrario al negro, pureza, paz, tranquilidad.</p> <p>Sin embargo lo anterior tiene, de alguna manera, conexión con lo que viene escrito en la presentación del blog, puesto que al inicio aparece la frase "I'm fine" (Estoy bien) y en conjunto con la imagen, también tienen una contradicción, al decir estoy bien, pero la imagen muestra un brazo lesionado, con un ligero sangrado, y después poner bienvenidos a mi infierno, posiblemente tiene relación en cuanto a que saben que lo que están haciendo está mal, pero no han encontrado manera de solucionarlo.</p> |
| <p>Mensaje denotado -Descripción de la imagen, aquello que es evidente, colores, composición, estructura...</p> | <p>Las imágenes observadas en el blog, la gran parte de ellas son en blanco y negro y las que están a color son oscuras, la mayoría muestran a adolescentes llorando, cuerpos con sangre, heridas, personas con rostros y cuerpos deformes, imágenes de navajas, cuchillos, tijeras, cuerdas, basculas, personas atadas, corazones rotos, personajes de caricatura tristes, adolescentes delgadas, chicos consumiendo alcohol, tabaco y drogas.</p> <p>En cuanto a los elementos multimedia, en este blog no suben videos, pero un elemento que sale a relucir son los "GIF" que tienen en común que son, en su mayoría blanco y negro, se pudieron notar muy pocos de color, en ellos, se puede observar a adolescentes llorando, cortándose, bebiendo, fumando, discutiendo con personas de la misma edad o mayores, caminando por lugares peligrosos, adolescentes hospitalizados.</p> | <p>En este apartado se analiza bajo los elementos el común de las imágenes:</p> <p>Son en blanco y negro, donde se regresa a la contradicción mencionada en el cuadro anterior.</p> <p>Muestran a chicos haciéndose daño, lo que nos lleva a pensar que el público interactuante dentro del blog, en su mayoría, son adolescentes.</p> <p>Adolescentes tristes, llorando, peleando, pese a que las imágenes o gif no contienen mucho texto, el lenguaje no verbal resulta importante a la hora de realizar el análisis, pues sus rostros muestran frustración, enojo, tristeza y en algunas imágenes o gif, se llega a percibir desesperación.</p> |

| | | |
|---|--|---|
| | <p>De acuerdo a lo que se pudo observar en estos elementos, tienen los siguiente en común:</p> <p>Son en blanco y negro.</p> <p>Muestran a chicos haciéndose daño.</p> <p>Adolescentes tristes, llorando, peleando.</p> <p>Uso de personajes de caricaturas, que con su expresión facial, denotan tristeza.</p> | <p>Uso de personajes de caricaturas, que con su expresión facial, denotan tristeza, esta parte nos pareció interesante, ya que normalmente los personajes son de caricaturas que ven niños y adolescentes, toman al personaje en los momentos en donde representan la tristeza.</p> |
| <p>Mensaje connotado -Intervienen cuestiones culturales o simbólicas que le dan diversos significados al texto- imagen de acuerdo a su contexto</p> | <p>Una vez relacionando la imagen de presentación con el texto de bienvenida que se observa en el blog, podemos decir lo siguiente:</p> <p>La primera imagen que se ve en el blog viene la frase "Im fine" (Estoy bien) y bajo esta dice lo siguiente: BIENVENIDOS A MI INFIERNO. Mi sangre es mi tinta favorita y mi piel el papel ideal, una vez uniendo imagen-texto en la presentación del blog podemos notar que compara su sangre con tinta y la usa para marcar su cuerpo, dibujar sobre él, haciendo referencia a los cortes que se realizan, comparándolos con trazos.</p> <p>Sin embargo, existe contradicción entre estar bien y dañarse, pues mientras que el texto con más fuerza es "Im fine", lo que se nota en la imagen es un cuerpo herido y autolesionarse no representa estar bien.</p> <p>Pese a que la imagen es en blanco y negro se notan heridas sangrando, sin embargo, la cantidad de sangre no es muchas, lo que nos hace pensar que los cortes no son tan profundos y sólo son para dañar las primeras capas de la piel, ya que si estas fueran más profundas, el sangrado sería más intenso.</p> <p>Con relación a las demás imágenes que conforman el amplio contenido del blog, donde se presentan</p> | <p>El análisis va incluido en el cuadro de observación</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>adolescentes únicamente, nos hace llegar a la conclusión que la mayoría de los que interactúan dentro de la página son adolescentes en periodo de secundaria y preparatoria, pues casi en todas se muestran en un escenario de escuela o solos en sus cuartos, debido a las forma en la que tienen sus rostros, su lenguaje no verbal, cuerpos encorvados, frentes arrugadas, miradas hacia el suelo, nos hace pensar que son personas molestas, tristes, enojadas, que están pasando por un mal momento en sus vidas. Lo mismo pasa con los GIF que son similares a las imágenes sólo que con movimiento.</p> | |
| <p>Asunto o tema -De qué trata el mensaje</p> | <p>El mensaje central de las imágenes y GIF son mostrar adolescentes con problemas, con el autolesionar sus cuerpos, problemas psicológicos, alimenticios, problemas con las adicciones, problemas en su entorno escolar, familiar y de pareja. Conflictos con personas mayores que representan de algún modo figuras de autoridad.</p> | <p>El mensaje principal es de llamar la atención, pues con relación a lo observado en torno a contenido, se muestra la etapa de la adolescencia difícil, donde están en busca de identidad que los defina como individuos que buscan ser parte de la sociedad, sin embargo el mensaje hace mención a los conflictos por los que pasan los adolescentes en esta etapa de cambios que sufren los chicos en la adolescencia.</p> |
| <p>Dirección de tópico o tema -El asunto es tratado positiva o negativamente, favorable o desfavorablemente...</p> | <p>Con respecto al tema y a lo que comentan los interactuantes dentro del blog, se puede notar una aceptación, ya que la mayoría de las publicaciones tienen más de 200 comentarios, donde dicen gustarles los contenidos. En este blog se puede ver cuántas veces ha sido compartida la información, a cuántas personas les gusta ese contenido y a los miembros se les permite comentar los cuadros de información.</p> | <p>Durante los meses analizados y la publicaciones observadas, no se encontró ningún comentario negativo, que mencionara que lo que estaban haciendo esta "mal", todos los comentarios leídos, mostraban aceptación, no se encontró algún debate o alguien que estuviera en contra de lo que en el blog se hablaba.</p> |
| <p>Valores manejados dentro de los blogs</p> | <p>La mayoría dice estar contento de ver ese tipo de publicaciones y que haya un</p> | <p>Lo que se nota en su mayoría, en todo lo blog, sea el mes</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>-Indica que valores, intereses, metas, deseos y creencias son revelados</p> | <p>gran número de personas que pasan por la misma problemática, lo cual de algún modo crea un sentido de pertenencia a un grupo e identificación.</p> | <p>que sea, es ese sentido de pertenencia a un grupo, la aceptación, el creer que lo que están haciendo es normal y está bien, tienen un sentido de ayuda, pues entre ellos se dan ánimos para seguir adelante con la situación.</p> |
| <p>Receptores -A quién va dirigido el mensaje</p> | <p>Los mensajes van dirigidos a un público joven que se encuentra pasando principalmente por problemas de autolesión, unido con baja autoestima, depresión, bulimia, anorexia y adicciones.</p> | <p>El mensaje va dirigido a los adolescentes, enfocándose en los adolescentes que están pasando por alguna de las situaciones mencionadas en el blog y que son escritas en el cuadro del lado izquierdo.</p> |
| <p>Elementos auditivos (música) Se escucharán las melodías que vengán incorporadas a las páginas, blogs, etc. o la música que ellos mismos se recomiendan para usarlas a favor del plan y crear vínculos con los adolescentes mediante sus propios gustos.</p> | <p>Sin elementos presentes</p> | <p>Sin elementos presentes</p> |
| <p>Factor tiempo Se observará cuanto tiempo están interactuando los adolescentes dentro de las páginas para poder establecer la importancia de su vida offline/online.</p> | <p>Para poder observar el factor del tiempo en este blog, primero nos tuvimos que hacer miembros de la comunidad, lo cual tardo aproximadamente quince días, una vez siendo aceptadas podemos tener acceso a estos datos. Primero se debe mencionar que el tiempo que pasa cada miembro no está especificado, sin embargo, en los meses analizados y en las posteriores visitas, por mes tiene aproximadamente de 1500 a 1700 publicaciones, ya sean propias o tomadas de otros sitios, al entrar a las publicaciones con más likes y analizar</p> | <p>Al observar las publicaciones y si las dividimos entre los días que conforman un mes, se puede decir que publican aproximadamente de 50 a 70 publicaciones por día, un promedio de tres publicaciones por hora. De acuerdo a lo anterior, los que trabajan en el contenido del blog le invierten mínimo cinco horas diarias, lo cual tienen relación con lo que los chicos nos contestaron en el sondeo realizado a alumnos de secundaria, donde el 37%</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | los comentarios, se pudo notar que hay usuarios que comentan con frecuencia. | de los jóvenes sondeados mencionan pasar de 4 a 6 horas diarias en internet, esto, en su mayoría, en redes sociales. |
|--|--|--|

2.- Blog <http://paradiseandsmiles.blogspot.mx/>

| Variables teóricas | Observaciones | Análisis |
|---|---|--|
| Mensaje lingüístico -Relación de texto- imagen | <p>El nombre del blog es "WONDERLAND" que significa, Mundo maravilloso</p> <p>La imagen tipo gif. de una chica saludando y el texto de "Bienvenidos" y "Disfruten su estadía en el blog" es la primera imagen que se observa al entrar al blog</p> <p>Otra imagen representativa es un brazo con cortes y arriba de ellos aparece la leyenda "WE ALL HAVE SCARS WE ALL HAVE STORIES" y como encabezado el texto: "Las personas le temen a lo que no entienden"</p> <p>Así mismo, otra imagen de tipo gif donde se ve cómo se realiza un corte en el brazo y sale sangre del mismo, con un encabezado que dice: "help! help me!"</p> | <p>El nombre es atractivo, al llamarlo "Mundo Maravilloso" refiere a felicidad o tranquilidad.</p> <p>Tanto la imagen como el texto es agradable, te hace sentir aceptado, es visualmente incitadora a seguir visitando el blog, es decir, es utilizada la imagen como un "gancho" para atrapar a sus usuarios a mantenerse en el blog.</p> <p>Las dos imágenes siguientes, van encaminadas a la indiferencia de la sociedad, pero al mismo tiempo se identifica cierta conciencia de parte de la creadora del blog, de que las autolesiones no son la mejor solución.</p> |
| Mensaje denotado -Descripción de la imagen, aquello que es evidente, colores, composición, estructura... | <p>El fondo del blog es de color azul, simulando una galaxia, pues también cuenta con un diseño de puntos blancos y polvos cósmicos que permiten aparentarlo.</p> <p>La imagen de bienvenida utiliza tonalidades grisáceas, pues su cabello y playera son de ese color, su pantalón es azul y sus botas rojas, cabe mencionar que en medio de la playera de la chica se encuentra un cráneo dibujado, además el color de piel es blanca pero tiene las mejillas sonrosadas y una sonrisa en su rostro</p> | <p>Al hacer alusión a una galaxia muestra intriga, atracción, refiere a un universo, ideas, entre otras.</p> <p>Los colores en gris nos muestran tristeza, ya que es un color frío y serio, al mismo tiempo, el cráneo plasmado en la playera, nos muestra cierta tendencia a la muerte, a la depresión y al mismo tiempo, hace pensar que es el estilo con el que se pueden vestir los adolescentes o con el que se pueden identificar.</p> |

| | | |
|---|--|---|
| | <p>Las otras dos imágenes solo se ven los brazos descubiertos, solo que uno con marcas, cicatrices y letras negras pintadas; mientras que el otro brazo lleno de sangre.</p> | <p>Las otras dos imágenes plasman la incomprensión e indiferencia de las personas frente a los adolescentes o jóvenes que piden ayuda a sus problemas, historias o situaciones</p> |
| <p>Mensaje connotado -Intervienen cuestiones culturales o simbólicas que le dan diversos significados al texto- imagen de acuerdo a su contexto</p> | <p>La primera imagen saluda agitando la mano derecha. La cabeza de la chica esta semi agachada.</p> <p>En la segunda imagen, la frase en negro arriba de las cicatrices de los cortes realizados, se encuentra en mayúsculas.</p> <p>La tercera imagen, muestra el objeto con el cual se realiza el corte y el brote de sangre del brazo, ligado a un anuncio de ayuda</p> | <p>Al agitar la mano derecha, aun sin tener el texto de “Bienvenidos”, significa un saludo; pero al tener la cabeza semi agachada, refiere cierta timidez.</p> <p>Las letras mayúsculas nos denotan la importancia y el énfasis del mensaje, y al escribirlas en un brazo con cicatrices se puede decir que es una metáfora de su vida, pues algo en su historia dejo marcas.</p> <p>Al mostrar una imagen tan explícita de la realización de cortes y uno de los objetos con el que los realizan (navaja) se alerta de que la persona no está bien y que necesita ayuda urgente.</p> |
| <p>Asunto o tema -De qué trata el mensaje</p> | <p>“Deb, sue y cat un círculo vicioso”, es el título de un artículo publicado en el blog, aunque es de agosto 2014, hay comentarios del 2016. Dicho artículo trata sobre la descripción y explicación de qué es Deb, sue y cat y la razón de ser un círculo vicioso, la adicción.</p> <p>Otros artículos publicados en septiembre y octubre del presente año, van dirigidos a la depresión, a la psicología y psiquiatría, lo que estas estudian y para qué sirven</p> | <p>A pesar de que el artículo tiene ya dos años de haberse publicado, sigue la tendencia e interés de los adolescentes y jóvenes hasta el momento. Desde el título podemos identificar que utilizan ciertas palabras para denominar a la depresión (Deb), al suicidio (Sue) y a la autolesión (Cat), es decir que utilizan cierto vocabulario en común para comunicarse.</p> <p>Por otra parte, los últimos artículos que detallan sobre la ayuda profesional, refieren una inclinación para que los jóvenes y adolescentes usuarios del blog, puedan informarse y tomar en cuenta,</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>cabe resaltar que la misma creadora del blog los publico y sugirió comentarios por si alguien se interesaba en saber más de alguna enfermedad, pero hasta el momento no ha habido respuestas</p> |
| <p>Dirección de tópico o tema -El asunto es tratado positiva o negativamente, favorable o desfavorablemente...</p> | <p>Del artículo “Deb, sue y cat un círculo vicioso”, su mensaje describe sentimientos negativos, como: depresión, tristeza, soledad, autolesión y de los comentarios o respuestas que este artículo recibió, tomaremos solo 8 que se realizaron de enero hasta noviembre del año en curso, los cuales 4 son positivos al mensaje, al grado de agregar frases y decir que aman el blog. Las respuestas restantes, una es agresiva pues califica como enferma a la creadora del blog a lo que hay 2 respuestas por parte de los usuarios en su defensa y solo un mensaje de un joven que trae a colación un aviso de suicidio.</p> <p>Los otros artículos no tienen comentarios, pero solo 2 de ellos recibieron una calificación de “interesante”</p> | <p>El tema de <i>cutting</i>, depresión y suicidio es, en el artículo publicado, difícil de calificar como positivo o negativo, ya que, este tipo de sentimientos y acciones son negativas, pues lastiman a la persona; sin embargo, el artículo está escrito de una manera explicativa y descriptiva de lo que trata cada una de estas actividades.</p> <p>Ahora bien, los comentarios que de este artículo se desatan, la mayoría son a favor de cómo se sienten e identifican los usuarios con estas emociones y actividades, pero cabe resaltar que uno de los comentarios fue ofensivo, pues la manera en que entendió el mensaje fue de una forma negativa, ya que aseguro que ese artículo incita a las personas a cometer suicidio, refuerza la depresión y la autolesión, además calificó a la autora como enferma que necesita ayuda. Así las respuestas a este comentario fueron agresivas, pues los usuarios se sintieron ofendidos, y sus respuestas se encaminaron en pluralizar a las demás personas que no los entienden, que son intolerantes, metiches y que no son mejores que ellos.</p> |

| | | |
|--|--|--|
| | | <p>Un mensaje que llamó la atención es el de un joven que declaró ya no querer vivir dejando sus datos para que alguien se suicidara con él, pero al mismo tiempo, se infiere que al dejar sus datos también pudo haber sido para recibir ayuda de alguien.</p> <p>Con respecto a los artículos más recientes, que informan sobre la ayuda profesional, y que estos no tuvieron ninguna respuesta, indica que no existe mucho interés en recibir terapias, o no quieren enterar a los demás miembros del blog de querer recibir ayuda.</p> |
| <p>Valores manejados dentro de los blogs -Indica que valores, intereses, metas, deseos y creencias son revelados</p> | <p>En el blog se encuentran varios valores, algunos explícitos y otros se infieren por la manera de escribir y de expresarse; tales como: respeto, tolerancia, amor, aceptación, confianza, solidaridad y honestidad.</p> <p>Entre los intereses que se describen está el sentirse bien con ellos y con las demás personas, el no sentirse solos, el ser felices, pero de algunos su meta es dejar de vivir.</p> | <p>Tal vez se piense que por tratarse de un blog referente al cutting, no puede tener valores metas, deseos ni nada de ello, sin embargo, se pueden encontrar varios valores que entre los mismos usuarios comparten, pues existe un respeto, aceptación y tolerancia hacia su forma de pensar, de escribir, de expresarse. Al mismo tiempo, se muestran confianza, honestidad y solidaridad por los diferentes problemas que cada uno pudiera tener. Ahora bien, cuando menciono el valor de amor, no se explícita, sino que ellos al expresar que quieren estar bien, que desean ser felices, que no les gusta estar solos, que buscan la manera de seguir adelante, etc, están hablando de amor a sí mismos, tal vez de una forma desviada, puesto que lesionan sus cuerpos, sin embargo, ellos se justifican al argumentar que lo hacen por su bien.</p> |
| <p>Receptores</p> | <p>El blog, desde el inicio menciona estar abierto a todo público que desee hablar</p> | <p>El blog tiene hasta ahora 187 visitas, y por la forma de</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>-A quién va dirigido el mensaje</p> | <p>o saber acerca de adolescencia, amor, depresión, enfermedades mentales, autolesión, suicidio, entre otras, pero que no se admiten críticas ni ofensas. Además los comentarios y publicaciones muestran que es un público de ambos sexos, las edades no se saben, pero se infiere que son adolescentes y jóvenes.</p> | <p>escribir se infiere que los usuarios son adolescentes y jóvenes de ambos sexos y de diferentes países latinos. Los temas no solo son dirigidos a los involucrados en la autolesión, depresión, etc. sino a todo público que quiera conocer de ello, el lenguaje es subjetivo, en su mayoría se dedican a explicar y exponer de qué se está hablando.</p> |
| <p>Elementos de multimedia (análisis de contenido) -Se observará el tipo de videos que suben, su estilo y si tienen variables y constantes, de manera que aprovechemos esos aspectos para lograr el objetivo del plan.</p> | <p>No hay elementos</p> | <p>No hay elementos</p> |
| <p>Elementos auditivos (música) Se escucharán las melodías que vengan incorporadas a las páginas, blogs, etc. o la música que ellos mismos se recomiendan para usarlas a favor del plan y crear vínculos con los adolescentes mediante sus propios gustos.</p> | <p>Nobody's home - Avril Lavigne Wild world - Cat Stevens Knee socks - Arctic Monkeys R U mine? - Arctic Monkeys Do I wanna know - Arctic Monkeys Arabella - Arctic Monkeys Why'd you only call me when you're high - Arctic Monkeys Colors - Halsey (cover by Ashley Pantzare) If you knew - Joel Faviere Carmen - Lana del Rey Toulouse - Haux Homegrown - Haux America - Xylo Wolf - Skott Feelings Fade - Gnash Tell me it's okay - Gnash Save yourself - Kaleo Way down we go - Kaleo Teen idle - Marina and The Diamonds Lemon - Katy Rose Angel - Sarah McLachlan Iris - Goo Goo Dolls Echo - Jason Walker Courage - Superchick</p> | <p>Son 40 melodías que la misma creadora del blog sugiere y agregó al blog el 10 de octubre 2016</p> <p>En general, las melodías que se encuentran en el blog, hablan acerca de dolor, perfección, problemas, ausencia familiar, desamor, baja autoestima, preocupación, soledad, indiferencia, muerte, decepción, amistad, amor, entre otros. Lo que denota varios sentimientos negativos en la vida de las personas que escuchan estas canciones.</p> <p>Al mismo tiempo, varias de estas canciones mencionan colores, como el rojo, gris, azul, negro y oscuridad, para plasmar metáforas de sentimientos, etc.</p> |

| | | |
|---|--|---|
| | <p>Hold - Superchick Beauty from pain - Superchick Stand in the rain - Superchick Mad world - Gary Jules I'm in here - Sia Breathe me - Sia Skin and bones - Marianas Trench Black river - Wolf Gang Homesick - Catfish and the bottlemen New americana - Halsey A knife in the ocean - Foals Blue blood - Foals Circles - As tall as lions Stressed out - Twenty One Pilots Falling for you - The 1975 Zombie – TheCranberries</p> | <p>Por ejemplo, la canción de Colors - Halsey (coverby Ashley Pantzare), que menciona en sus estrofas: Everythingis grey His hair, his smoke, his dreams Traducido es : Todo es gris Su pelo, su humo, sus sueños....</p> <p>Los géneros musicales de estas canciones son Pop, Rock, Pop-rock, indie y electrónica; Cabe resaltar que todas las canciones están en Inglés, lo que nos recuerda que es en Estados Unidos donde se registran estudios, investigaciones, libros y soluciones al problema del <i>cutting</i>.</p> |
| <p>Factor tiempo Se observará cuánto tiempo están interactuando los adolescentes dentro de las páginas para poder establecer la importancia de su vida offline/online.</p> | <p>Este factor, no es tangible, sin embargo, tomando en cuenta las publicaciones hechas por la creadora del blog, en los meses designados para analizar este blog. Sólo fueron 5, de las cuales una tuvo y hasta la fecha, tiene respuesta por los miembros del blog.</p> <p>La publicación de los artículos se hicieron semanalmente y las respuestas de los miembros casi son diarias. En estos comentarios, hay una relación de comentario-respuesta entre la creadora del blog y el miembro del mismo.</p> | <p>Aunque las publicaciones no fueron muchas, ni diarias, sí fueron frecuentes, lo que dice que la creadora del blog invirtió un tiempo considerado; sin embargo, el hecho de que uno de esos artículos tuviera más de 20 comentarios y la mayoría de estos tuviesen respuesta, habla de que el tiempo que se ve reflejado en esto, es de mínimo 3 horas, aunque el tiempo que la creadora invierte es más, para estar al pendiente de los comentarios, leerlos y responderlos, te lleva más de 5 horas.</p> <p>Además, si los comentarios son casi diarios, estamos hablando de al día, la creadora del blog le dedica más de 5 horas a su vida online. Estas cifras coinciden tanto con las respuestas del sondeo realizado y con las cifras de la Asociación Mexicana de Internet AMIPCI</p> |

3.- Blog <http://a-u-t-o-l-e-s-i-o-n.tumblr.com/>

| Variables teóricas | Observaciones | Análisis |
|---|--|---|
| <p>Mensaje lingüístico -Relación de texto- imagen</p> | <p>El blog lleva como título BROKEN INSIDE, el cual significa roto por dentro, de manera que no hay nada implícito, pues la frase es literal y explícita, al describir que hay algo mal en el interior, es decir, a nivel psicológico.</p> <p>*Las primeras frases que dan entrada al blog son las siguiente:</p> <p>-De nuevo ese vacío en el pecho...</p> <p>-Eres muy indefensa para esta porquería de mundo...</p> <p>Posteriormente hay un gif de una joven mirándose al espejo y limpiándose las lágrimas. Su apariencia denota tristeza, ya que esta vestida de negro, lleva las uñas pintadas de ese mismo color.</p> <p>Posteriormente hay una discusión con uno de los miembros, pues éste le reprocha su conducta. Y siguen más frases autodestructivas:</p> <p>*Podría desaparecer para siempre y no habría ninguna diferencia...</p> <p>*¿Por qué cuando llega la noche me siento así, vacío e inútil?</p> <p>*¿Alguna vez te has sentido la persona más sola del mundo?</p> <p>Y cada una es acompañada de una imagen que sirve de ilustración a lo que se dice.</p> | <p>Al tener un gran contenido de frases acompañadas de una imagen, es difícil realizar un análisis de todo el contenido, ya que éste es vasto, pero todo tiene una relación, pues es céntrico en el tema de la depresión.</p> <p>Lo primero a resaltar, es que las frases son explícitas, pues no dejan a la imaginación que es lo que quiere decir la creadora del blog, además no usa la metáfora ni en la frase, ni en la imagen que la representa, de manera que existe una relación directa entre el mensaje lingüístico y la imagen, es decir, es ilustrativa y exalta el sentimiento que se expresa en lo escrito.</p> |
| <p>Mensaje denotado -Descripción de la imagen, aquello que es</p> | <p>Al ser sólo el mensaje denotado, es decir, una llana descripción de lo que se mira superficialmente,</p> | <p>La primera impresión al entrar al sitio, debido a la ausencia de colores primarios, es de un</p> |

| | | |
|--|--|--|
| <p>evidente, colores, composición, estructura...</p> | <p>podemos ver una estructura definida, con patrones, ya sea en el fondo y en el tipo de fuente utilizada</p> <p>La composición está regida por el color negro, pues el fondo es de ese color y da la apariencia de un papel tapiz con un planeta y una luna de color blanco que se repite en un solo patrón a lo largo del blog. Además las imágenes tienen tonalidades grisáceas con toques de blanco, pero éste, sólo es utilizado para dar relieve a la imagen o gif y las que tienen color, tienen el efecto de contraste, para resaltar las tonalidades rojas, como la sangre.</p> <p>El contenido está escrito en una columna centrada, al igual que las imágenes.</p> | <p>espacio depresivo ya que dentro de la psicología del color encontramos en el negro la asociación a lo lúgubre, al luto y la tristeza, además las frases carecen de doble sentido, pues no buscan una interpretación, más bien son declarativas.</p> |
| <p>Mensaje connotado -Intervienen cuestiones culturales o simbólicas que le dan diversos significados al texto-imagen de acuerdo a su contexto</p> | <p>En esta parte, cabe señalar que algunas de las imágenes utilizadas son referencia de alguna película que trata temas depresivos o de problemas psicológicos, tal es el caso de la serie denominada Bates Motel, inspirada en un hombre trastornado, que profanaba tumbas y hacia varios artefactos con la piel de los muertos. También encontramos algunos personajes caricaturescos que tienen problemas para socializar, por ejemplo Daria, una joven tomada de un programa que lleva ese mismo nombre y relata la vida de una adolescente con dificultades para socializar.</p> <p>Aquí es necesario retomar la cuestión del color, porque así como tiene un significado dentro de una teoría, también tiene un significado cultural, en lo que se</p> | <p>En este apartado ya interviene lo simbólico y lo cultural, en donde encontramos mensajes que describen la depresión, soledad y la autodestrucción, haciendo uso del color negro, el cual es usado en ciertos círculos sociales de jóvenes, que visten generalmente de negro, que escuchan un tipo de música específico y que tiene como núcleo el rock, con sus distintas vertientes, además predominan temas de odio, depresión y suicidio.</p> <p>También es necesario enfocarnos en los personajes que decidió utilizar la creadora del blog, pues cada uno tiene características centradas en lo lúgubre y en la tristeza.</p> <p>Finalmente, el sitio, en general, te transporta a un lugar oscuro e infinito, pues hay que recordar</p> |

| | | |
|--|---|--|
| | <p>conoce como las tribus urbanas, pues el color negro distingue grupos de jóvenes, definidos por la música que escuchan, por su forma de vestir y hasta los accesorios que utilizan, entre otras cosas.</p> | <p>que el papel tapiz representa una parte del espacio, el cual carece de seres humanos, lo cual, deja en la soledad o al menos es lo que aparenta.</p> |
| <p>Asunto o tema - De qué trata el mensaje</p> | <p>Pese a que el tema que perseguimos es el cutting, el asunto central es la depresión, pero sin dejar a un lado sus matices, es decir, la soledad, la tristeza y la baja autoestima.</p> | <p>El tema que se trata es meramente superficial ya que el lastimar sus cuerpos es un síntoma, ya que el problema radica en las situaciones negativas que enfrentaron o enfrentan los creadores de este tipo de blogs, así como los jóvenes que los siguen.</p> |
| <p>Dirección de tópico o tema -El asunto es tratado positiva o negativamente, favorable o desfavorablemente...</p> | <p>El tema de la autolesión es tratado de manera desfavorable para aquellos que lo practican, ya que la autora no pide ayuda, ni menciona no querer hacerlo más, como es el caso de otros creadores de blogs que tienen esta misma temática, incluso tiene una discusión con un usuario que le dice no estar de acuerdo con lo que hace.</p> <p>En cuanto a la depresión, solo tiene algunas frases que indican querer sentirse bien, pero después tienen un seguimiento negativo, argumentando que es un "error humano".</p> | <p>Si se hace un análisis cuantitativo, las frases negativas tendrían un 90% dentro del blog, mientras un 10% sólo serían las frases de aliento, pero no pueden ser consideradas positivas, ya que carecen de solidez, pues se encuentran en un estado intermedio, de manera que deja ver que existe la posibilidad de recuperarse o seguir mal.</p> |
| <p>Valores manejados dentro de los blogs -Indica que valores, intereses, metas, deseos y creencias son revelados</p> | <p>En este apartado sólo se puede hablar de creencias y deseos, pues la autora no revela valores ni intereses.</p> <p>Tomando en cuenta las frases y las imágenes, nos revelan un pensamiento destructivo, pues cree que es un error, que no le hace falta a nadie, indica explícitamente que se odia y que quisiera ser otra persona.</p> | <p>Lo anterior sólo demuestra una postura de víctima y conmisericordia, ausente de motivación y metas, pues sólo revela deseos, que no son lo mismo que metas.</p> <p>Pero detrás de esto, hay una persona que necesita ayuda, pues al decir querer estar bien, está claro que no sabe cómo lograr eso, es donde entra el plan comunicativo, pues es difícil que una persona pueda salir adelante si carece de</p> |

| | | |
|--|---|---|
| | <p>En cuanto a los deseos que tiene, describe que desearía estar bien, pero esa frase no va acompañada de cosas que le ayudarían a lograr aquello que desea.</p> | <p>herramientas para lograr un bienestar emocional y sobre todo si no tiene alguien cercano, por ejemplo, su familia, que estén conscientes de que hay un problema y más si no lo expresan abiertamente y aparentan estar bien o por lo menos estables.</p> |
| <p>Receptores -A quién va dirigido el mensaje</p> | <p>El blog carece de rangos de edad, pero se pueden rastrear los usuarios que siguen el blog y muchos de ellos usan su verdadera foto, revelando que no pasan de los 18 años de edad. Aunque no es un dato duro, solo se pueden hacer inducciones del público meta.</p> <p>También se pueden hacer deducciones de la autora por las imágenes que utiliza, por ejemplo, el personaje de Daria, la cual es una adolescente que está entre los 15 y 17 años de edad, por lo que podemos hacer una asociación, pues nos muestra que se logra identificar con dicho personaje.</p> | <p>En los cuestionarios realizados a los adolescentes, en las entrevistas a los especialistas y en general a toda la información recopilada, entendemos que los rangos de edad oscilan entre los 12 y 19 años, por lo que identificamos a los receptores en este rango.</p> |
| <p>Elementos de multimedia (análisis de contenido) -Se observará el tipo de videos que suben, su estilo y si tienen variables y constantes, de manera que aprovechemos esos aspectos para lograr el objetivo del plan.</p> | <p>El blog sólo usa como elemento de multimedia el gif. La mayoría sigue un estilo en particular, hablando de los colores y el ambiente que reflejan.</p> <p>Las constantes son el color blanco y negro, los personajes demuestran estados de ánimo negativos y por supuesto son de corta duración, pero al ser un gif se repiten constantemente.</p> | <p>Los elementos multimedia son importantes, no sólo porque la creadora los utilice dentro de su blog, sino porque es más fácil llamar la atención del público joven mediante videos cortos, para que causen impacto en su mente, además de que nuestro cerebro es más visual, por lo que podemos utilizar esto en favor del Plan Comunicativo.</p> |
| <p>Elementos auditivos (música) Se escucharán las melodías que vengán incorporadas a las páginas, blogs, etc. o la música que ellos mismos se recomiendan para usarlas a favor del plan y crear vínculos con los</p> | <p>La mayoría de sus melodías son de dos grupos: Sia y Birdy's, las cuales contienen letras depresivas y las melodías son lentas, las cuales acentúan un estado de ánimo pasivo.</p> | <p>Dentro de la psicología de la música, se ha descubierto que ésta puede tener efectos positivos o negativos en nuestra mente, por lo que debemos tener en cuenta el uso de la música para alentar el estado de ánimo positivo en nuestro público meta, ya que es un elemento utilizado por los adolescentes a manera</p> |

| | | |
|--|---|---|
| adolescentes mediante sus propios gustos. | | de identidad, por lo que se debe aprovechar este elemento. |
| Factor tiempo Se observará cuanto tiempo están interactuando los adolescentes dentro de las páginas para poder establecer la importancia de su vida offline/online. | Desgraciadamente este factor no se puede medir, ya que el contador de visitas está inhabilitado, sólo se puede deducir que le dedicó mucho tiempo a su creación, ya que las publicaciones son bastantes, incluso para ser analizadas en este trabajo. Lo mismo pasa con los visitantes, ya que hay contestaciones en todas sus publicaciones. | Aunque carezca de un dato duro, en el factor tiempo, podemos apoyarnos de lo publicado por la AMIPCI, ya que declara que son los adolescentes los que pasan más tiempo en línea que un adulto, además las redes sociales han tenido gran impacto a nivel mundial, lo cual es un apoyo para llegar a más practicantes del cutting. |

3.11 Análisis de datos obtenidos durante la etnografía digital

Para la realización del análisis mediante la etnografía digital se utilizaron tres blog con temática del *cutting*, aunque es necesario mencionar que ninguno de los tres es en su totalidad hablan sólo de este problema, pues al realizar el análisis pertinente, pudimos notar que también tienen publicaciones que tratan de la bulimia, la anorexia, la depresión, la ansiedad, la muerte, entre otros temas. Sin embargo al hacer la elección se trato de que en su mayoría las publicaciones tuvieran más relación con el tema del *cutting*.

Los tres blogs elegidos fueron los siguientes:

1. Blog <http://cicatrices--abiertas.tumblr.com/>
2. Blog <http://paradiseandsmiles.blogspot.mx/WOONDERLAND>
3. Blog <http://a-u-t-o-l-e-s-i-o-n.tumblr.com/>

Cabe mencionar que primer blog tuvo que cambiarse en el transcurso de la investigación, ya que nos dimos cuenta que la fecha de la última publicación era ya muy anterior a lo que se deseaba analizar y que a pesar de seguir en línea ya no tenía

actividades recientes y es por eso que se cambia por el arriba mencionado. En cuanto a los otros dos, quedaron dentro de la lista de elección, pues sus publicaciones más recientes son del año en curso.

Otros factores importantes que nos hicieron elegir estos tres blogs y no otros fueron: sus seguidores, sus publicaciones, la estructura del blog, palabras clave encontradas en la escritura, las imágenes, los colores, etc., cosas que serán descritas en los siguientes apartados.

A continuación se desglosa el análisis realizado:

3.12 Conclusiones de los resultados obtenidos durante la etnografía digital

Tomando en cuenta el análisis de cada uno de los blogs, encontramos constantes en las nueve variables teóricas establecidas: en cuanto al mensaje lingüístico-imagen, nos mostró coincidencias en la relación que existe entre el mensaje escrito y la imagen que lo representa dentro de la composición de los blogs, pues en los tres análisis realizados, se encontró la función de anclaje, que es aquella que da sentido denotado y es la representación y complemento de lo que el mensaje escrito está mostrando, estas imágenes se utilizan dentro de los blogs, posiblemente para que no haya otro tipo de interpretación entre los interactuantes dentro de las páginas, por lo que están conectadas de manera explícita, pues no hay pudor en mostrar brazos cortados, con sangre brotando y normalmente el mensaje que hace compañía a la imagen, expresa lo que en la imagen se ve, lo que quiere decir que ambas se complementan.

Respecto a la variable del mensaje denotado, es decir, una descripción literal de lo que se ve, y en los tres, nuevamente volvemos a encontrar constantes en el color, ya que predomina el negro, el blanco y el alto contraste en las imágenes que tienen color,

sobre todo para resaltar el rojo, en cuanto a composición, son imágenes sencillas, que muestran partes del cuerpo, personas o utensilios. En esta parte sólo se menciona la composición de las imágenes que conforman los blogs, ya que son muy similares.

En cuanto al mensaje connotado, en este rubro ya intervienen cuestiones simbólicas, culturales y nuevamente hay factores en común en los tres blogs, ya que el color negro, culturalmente lo asociamos con lo lúgubre, lo triste o el luto, además está la parte simbólica y es necesario mencionar que es un color usado para representar la maldad o la muerte, cabe mencionar que en es un color usado por algunas tribus urbanas, es decir, un grupo de adolescentes que tienen una misma ideología, la cual se ve reflejada en su actuar diario, así como en su apariencia y gustos musicales. Después están las imágenes, que guardan un patrón en la temática y la composición, por ejemplo, la mayoría es en primer plano y muestran rostros deprimidos, con jóvenes llorando o partes del cuerpo cortadas (brazos y piernas), de manera que la interpretación no es tan profunda, ya que su tristeza la reflejan de manera explícita, eso indica la libertad que sienten en expresar su sentir y su actuar a través del internet, específicamente en un blog creado por ellos mismos, pues de esta manera, no hay limitaciones, ni un protocolo a seguir para la estructura y composición de dicho espacio.

Por otro lado, existen imágenes que contienen caricaturas, pero están seleccionadas a conciencia, ya que son personajes con personalidades pesimistas, lúgubres, tristes o con algún trastorno mental y queda claro que se sienten identificados con algún rasgo de estos personajes y los usan para proyectar lo que sienten, lo que piensan o cómo actúan o quisieran actuar.

Para la variable de asunto o tema del que se está hablando, en el caso de los tres blogs el tema central es la práctica del *cutting*, pero el trasfondo es la depresión, además

los autores de estos espacios, de manera implícita dicen ya no querer sentirse mal o ya no cortarse, pero está claro que no han tenido éxito, ya que hablan de recaídas, que de alguna manera se pueden notar por las publicaciones realizadas, al momento de revisar el contenido del blog, pues en los momentos de recaídas las publicaciones suelen ser más severas con la situación por la que están pasando.

La quinta variable indica la dirección de tópico o tema y aunque ya se mencionó, en el punto anterior, que los autores indican que quieren dejar de lastimarse y desean sentirse bien con ellos mismos, la gran mayoría de los comentarios, en conjunto con las imágenes tienden a ser negativas y a fomentar este pensamiento destructivo.

Pasando a la variable que indica los valores manejados dentro de los blogs, en esta sección lo que predomina es la aceptación y la tolerancia hacia lo que están haciendo y piden respeto por parte de los usuarios que ingresan a su blog. En esta apartado, también se encuentran las metas que establecen los autores de dichos blogs, pero hay contradicciones en lo que quieren, pues hay comentarios que indican que ya no quieren estar así, pero después vuelven a su misma postura, entonces hablamos de una confusión, ya que no saben lo que quieren, pero esto se puede deber a que no saben cómo dejar de sentirse solos y deprimidos para dejar de lastimarse.

En cuanto a lo anterior, es posible que los chicos que integran cada blog, creen un sentido de pertenencia a un grupo con el cual de alguna manera se sienten identificados, ya sea por pasar por la misma situación o por vivir de una manera similar, al sentirse parte de algo, le dan un valor especial a las publicaciones, las comentan, ya sea con palabras de aliento, o simplemente les dan un “me gusta”, las toman y las comparten en otras redes sociales.

Con el análisis de las categorías anteriores y siendo miembros de los blogs, se llega a la conclusión de que el público meta, es decir, los receptores, que en este caso son adolescentes, porque en algunos casos se muestra la fotografía del autor y también de los seguidores, la forma de escribir también delata de cierta manera en el rango de edad que puedes estar, aunque no es una regla general y lo mismo pasa con el tipo de música que se usa de fondo, pues son grupos recientes y normalmente las generaciones nuevas son más susceptibles a los tipos de música que encontramos en dichos blogs.

En cuanto a la variable de los elementos de multimedia usados y encontramos que lo que predomina es lo que se conoce como gif, que no es otra cosa que un video que sólo consta de unos segundos, el cual se repite todo el tiempo y en su mayoría se muestra a un joven deprimido, mirándose con repudio al espejo, llorando, gritando, discutiendo con otra personas, solos en sus habitaciones, en lugares oscuros o lloviosos, es decir, pequeños videos que expresan los momentos que ellos consideran difíciles en su actuar cotidiano.

La variable de los elementos auditivos, coinciden en que tienen música lenta, en su mayoría, sin embargo hay un cierto número de canciones con sonidos fuertes y acelerados. Relacionando lo anterior con lo que se menciona en la psicología de la música, estos sonidos ya sean lentos y bajos, fuertes y rápidos, tienen repercusión en el estado de ánimo en las personas que los escuchan, es decir, con sonidos que provocan un estado de tristeza o excitación, de acuerdo con estudios en los que usaron la música como terapia para mejorar los estados de ánimo.

En esta parte es importante mencionar que durante la observación que se realizó en los blog, este elemento fue el menos tolerado, pues aunque sí se escucharon he

investigaron los tipos de música que los conformaba, al poco tiempo era preferible bajar el volumen o simplemente pausar la canción.

Por último, tenemos el factor tiempo, el cual es difícil de medir, ya que no todos los blogs cuentan con chats en vivo, eso nos daría una tiempo aproximado de estadía de los usuarios, por lo que tendremos que recurrir a los estudios de la AMIPCI, pues esta indica un alto porcentaje en tiempo on line, sobre todo dentro de las redes sociales y estas oscilan entre los 13 y 18 años de edad, con un promedio de 5 horas diarias.

En suma, encontramos que son muchas las constantes que tienen los tres blogs, hablando de composición estética, musical y visual, eso sin tomar en cuenta que es el mismo tema y este siendo tratado de manera negativa, por lo que deducimos que hay aspectos generales con los que se sienten identificados los usuarios y esos elementos se pueden usar de forma positiva para el plan comunicativo, de manera que podamos captar su atención y poder servir de mediadores del problema que enfrentan estos adolescentes.

3.13 Análisis FODA

Una vez trabajado todo lo anterior se puede realizar un análisis FODA, que es una herramienta de planificación estratégica diseñada para realizar un análisis interno (fortalezas y debilidades) y externo (oportunidades y amenazas) en un proyecto.

Debilidades: Todos aquellos recursos internos que pueden dificultar alcanzar el objetivo, orientado tanto a lo que se hace como a lo que no se hace, por ejemplo: hábitos, capacidades que se necesitan para mejorar o aprender, experiencias, formación, actitudes, creencias, valores, etc.

Fortalezas: Todos aquellos recursos internos que nos potencian para alcanzar el objetivo, por ejemplo: hábitos favorecedores, habilidades, actitudes, experiencias, formaciones, creencias, valores, etc.

Amenazas: Todos aquellos factores externos que pueden dificultar la consecución del objetivo, por ejemplo: recursos económicos, contactos, situación socio-económica familiar, entorno profesional o nacional, etc.

Oportunidades: Todos aquellos factores externos que se pueden aprovechar, que favorecen la consecución del objetivo, por ejemplo: recursos económicos, contactos, situación socio-económica familiar, entorno profesional o nacional, etc.

La matriz FODA sirve para

1. Analizar la situación actual de la problemática
2. Generar estrategias de acción
3. Priorizar acciones

A continuación se presenta nuestra matriz FODA:

| INTERNO (que puedo cambiar) | EXTERNO (que no puedo cambiar) |
|---|--|
| <p>FORTALEZAS</p> <p>*Hubo interés por parte de los jóvenes por el tema del <i>cutting</i>.</p> <p>*En Chihuahua hubo participación por parte de los padres para asistir a unas pláticas con relación al tema.</p> | <p>OPORTUNIDADES</p> <p>*Existe interés por parte de los periódicos: La Razón, La Jornada, Zócalo Saltillo, pues en sus páginas han incorporado noticias sobre el <i>cutting</i>.</p> <p>*Link Alía es una asociación que se dedica a informar y sensibilizar al público en general sobre la conducta y capacitar a profesionales. Además existe una página llamada</p> |

| | |
|--|---|
| <p>*Los profesores y personal de algunas secundarias están preocupados por el aumento de esta práctica en los alumnos.</p> | <p>autolesión.com, la cual tiene un contenido amplio con respecto al tema del <i>cutting</i>.</p> <p>*Hay preocupación por parte del Sector Salud con respecto al tema.</p> |
| <p>DEBILIDADES</p> <p>*El tabú de los jóvenes para poder hablar abiertamente del tema.</p> <p>*Falta de tiempo por parte de la familia para participar en las tácticas a implementar en el Plan Comunicativo.</p> <p>*Falta de disposición de los adolescentes para participar en las tácticas a implementar en el Plan Comunicativo.</p> | <p>AMENAZAS</p> <p>*Existen diversas páginas web en pro del <i>cutting</i> (<i>selfinjury</i>, <i>selfharm</i>, <i>autolesión</i> y <i>risuka</i>).</p> |

CAPÍTULO 4

PROPUESTA DEL PLAN COMUNICATIVO

Una vez realizado el análisis de los resultados obtenidos en la metodología implementada, se puede establecer una propuesta de intervención en la problemática del *cutting* para disminuir su práctica, que es el objetivo de este Plan Comunicativo. Dicha propuesta estará planteada de acuerdo a los datos arrojados según el análisis realizado, pues como se ha mencionado, se usó la información a favor del Plan Comunicativo.

En este apartado se debe retomar el cuadro hecho en el punto 1.4.1 (véase página 18), en el cual se plantean las preguntas del Plan Comunicativo a partir de los cuatro niveles de la comunicación: expresión, estructuración, difusión e interacción.

En este mismo cuadro, se comienza a dar una idea básica de las estrategias a implementar y desarrollar, destacando los niveles de difusión e interacción, pues en estos se llevarán a cabo las estrategias; a nivel individual se pretenden desarrollar terapias sistémicas breves y terapias cognitivas conductuales, en las que posteriormente pueden ser partícipes los padres de los adolescentes implicados.

A nivel grupal se impartirán talleres en las escuelas secundarias donde se realizó el primer sondeo y se detectaron casos de practicantes del *cutting*; durante 16 sesiones que se dividirán en dos bloques, las primeras 8 serán para alumnos y las 8 siguientes para alumnos y padres de familia, esto se eligió por las cuatro problemáticas detectadas en la aplicación de los cuestionarios: autoestima, mal uso de las redes sociales, interacción con la familia, con sus entornos y finalmente los estereotipos.

De forma masiva, la creación de una página de Facebook, para tener contacto con los adolescentes que se ven implicados en la problemática, así como con los padres de familia, ya que esta red social es entre los jóvenes, una de las más populares y fáciles de administrar. Para tener contacto con los jóvenes practicantes de *cutting*, se creará una aplicación para teléfono móvil, se podrá descargar directamente de PlayStore y servirá de enlace directo entre los practicantes y un psicólogo, con una duración de tres meses que se tendrá que actualizar al terminar el tiempo señalado.

También, hacer uso de otros medios de comunicación como la radio y la prensa escrita, para dar a conocer las actividades de manera masiva y a aquellas personas que no cuentan con internet en sus hogares y que de alguna manera se informan por estos medios. Estos se desarrollarán a profundidad, en los siguientes apartados.

4.1 Selección y justificación de la estrategia a implementar

La estrategia se desarrolló de lo micro a lo macro según la metodología implementada en el capítulo anterior, donde se trabaja primero desde un enfoque individual en las entrevistas semiestructuradas a practicantes del *cutting*, desde un enfoque grupal mediante un sondeo realizado en tres escuelas secundarias y un enfoque masivo con la etnografía digital en tres blogs que tratan la problemática del *cutting*.

De acuerdo a los resultados obtenidos, los casos de *cutting* se presentan mayormente en adolescentes de secundarias que van de los 12 a los 16 años, sin embargo esto no quiere decir que no existan casos en personas de mayor o menor edad a la señalada. Además encontramos que esta práctica, lleva de fondo problemas familiares, emociones encontradas, inconformidad personal, baja autoestima de los adolescentes, falta de identidad, búsqueda de pertenencia a un grupo, etc.

Es por ello que, este Plan Comunicativo pretende tomar todos estos resultados a favor del mismo, para que los adolescentes se sientan identificados y no estigmatizados, sean concientizados e informados, al igual que a las personas que los rodean, es decir, se pretende que este plan sirva de interacción para reducir este problema social. Debido a que los primeros casos detectados en el país se manifestaron en la frontera norte y de acuerdo a lo investigado, en el momento en el que se detectó la práctica, sólo se instauraron medidas preventivas a través de pláticas, tanto con alumnos como para los

padres de familia, sin embargo esta estrategia sólo quedo en pláticas, pero no se realizó de manera sistemática o persistente como para obtener algún resultado favorable y a partir del año 2013 hasta hoy en día, los casos han ido en aumento considerable.

En las entrevistas y sondeo realizado, se detectó que los adolescentes tienen problemas con la autoestima, esto se le puede atribuir a los estereotipos que exaltan los medios de comunicación como la televisión e internet, siendo estos los medios más utilizados por los adolescentes; además como se dijo anteriormente, por problemas familiares que se pueden desarrollar en casa, ya que es en esta y en interacción con las personas que viven en ella, que los adolescentes forjan el carácter, la autoestima, la identidad y sentimientos de seguridad.

Por lo que la estrategia comunicativa en su primera fase se centrará en promover la autoestima para fortalecer así el carácter de los implicados y además fomentar la comunicación en los entornos en los cuales se desenvuelven los adolescentes, esto para prevenir la práctica del *cutting*, mediante el desarrollo de talleres.

Además es importante que la estrategia comunicativa se inicie a nivel personal, ya que los adolescentes son los principales implicados dentro de la problemática y por ello es importante atender primero de manera interpersonal a los afectados, en este caso a nuestro público meta.

Una vez desarrollado el nivel interpersonal, podemos tratar la problemática desde el nivel grupal, pues los adolescentes no son sujetos aislados y necesitan apoyo de los entornos en los cuales se desarrollan y desenvuelven a diario, la familia, escuela, sus

amigos y vecinos, son parte de dichos entornos, los cuales también son importantes en su formación como seres sociales.

En el sondeo realizado, encontramos que los adolescentes conviven, en su mayoría, de 1 a 3 horas con sus familias, lo que resulta muy poco tiempo de atención y cuidado fraternal. También encontramos que el salir en familia y con amigos los hace sentir bien (véase pp. 137 y 144). Estos datos nos sirven para plantear mejores estrategias de interacción y comunicación entre los involucrados, para tener mejores resultados de este plan.

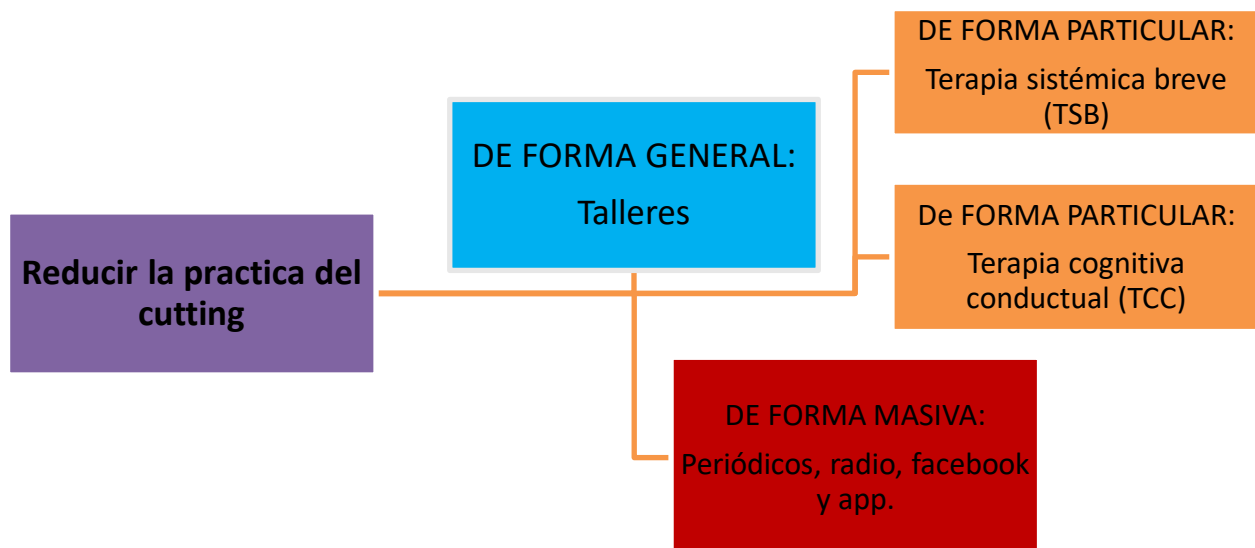
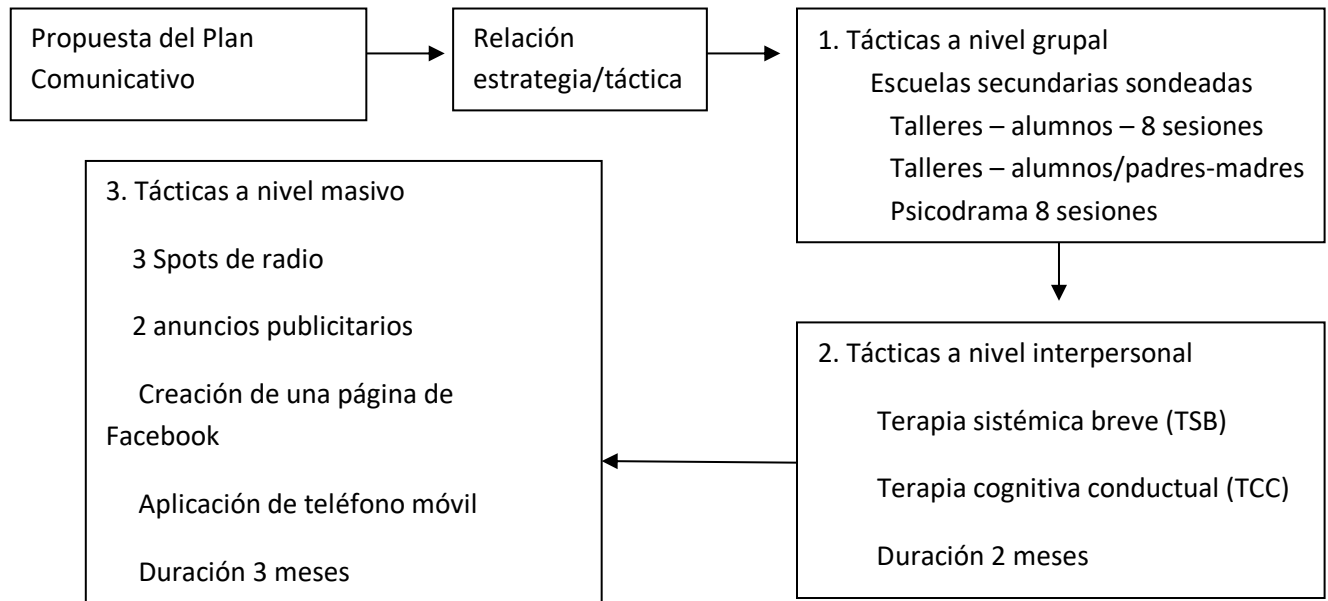
Por todo esto, es necesario que la estrategia comunicativa, se abarque a nivel grupal, impartiendo talleres en las secundarias con los alumnos de cada grado y grupo, profesores y/o asesores, y padres de familia, pues en este espacio se pueden concentrar a todos ellos y además mejorar su interacción.

Finalmente una vez establecidas y desarrolladas las estrategias a nivel interpersonal y grupal, podemos realizar algo más amplio, a nivel masivo, ya que se detectó que la problemática se está expandiendo mediante las redes sociales, que hoy en día los adolescentes usan de cinco a siete horas diarias, por lo cual se convierte en nuestro punto fuerte para trabajar con el público meta.

Elaborando, como se mencionó anteriormente, una página de Facebook como medio de intervención ante la problemática y con la intención de que los adolescentes se sientan atraídos y de esta forma puedan informarse, prevenir o buscar ayuda. La aplicación de celular pretende dar una ayuda inmediata, en el momento en que los adolescentes presenten alguna complicación.

4.2 Relación estrategia/táctica e ideas a comunicar

A continuación se presenta un diagrama que muestra la manera en que las tácticas y la estrategia están entrelazadas para cumplir con los objetivos deseados.



El diagrama muestra la manera en la que se trabajará, se eligió llevar ese orden ya que consideramos que nuestro punto de salida son las tácticas a nivel grupal, pues de ahí es posible que se obtengan casos particulares que será necesario tratar personalmente con el especialista indicado y es por ello que la manera en la que se implementaran las tácticas no se realizan acorde al orden que se menciona a continuación.

Tácticas a nivel interpersonal

Terapia sistémica breve

La terapia sistémica breve (TSB) es una forma de psicoterapia que pone el acento en los recursos y competencias de la persona, lo cual permite el desarrollo y movilización de potencialidades y puntos fuertes de cada paciente, a fin de que puedan recobrar su creatividad y encontrar sus propias soluciones (García, 2015:18).

Este tipo de terapia maneja un enfoque sistémico, mediante interacciones con los diferentes contextos en los que una persona, en este caso el adolescente practicante de *cutting*, se desarrollan a diario, tratando de encontrar una respuesta adecuada a los problemas que se presentan diariamente.

Cabe resaltar, que con *problema* referimos a una dificultad que retorna sin cesar, ya sea porque no se ha dado una solución, o bien porque las soluciones que se han intentado alimentan (sin que se den cuenta) la dificultad en lugar de resolverlo, dando soluciones falsas que duran poco tiempo y el problema tiende a presentarse nuevamente, sin embargo la TSB busca evitar que haya una recaída.

La TSB pone gran atención a los aspectos emocionales y cognitivos de una dificultad, así como también a las relaciones con los entornos del paciente. El enfoque sistémico considera que el entorno (conjunto de sistemas, relaciones y situaciones) contribuye a mantener los problemas psicológicos, pero también ayuda a resolverlos.

El tratamiento busca, mediante la terapia, hacer aparecer cambios en primera instancia mínimos, pero concretos, que permitan el inicio de un “círculo virtuoso” que conforma la dirección hacia el cambio y las modificaciones emocionales profundas con respecto al problema.

También busca aliviar el sufrimiento psicológico lo más rápidamente posible, conduciendo a los pacientes a experimentar nuevas maneras de ver y vivir las cosas, que les permiten enfrentar el presente y el porvenir de manera más saludable. El objetivo es interrumpir círculos viciosos de interacción (terapias enfocadas al problema y la solución), para después iniciar o alimentar círculos virtuosos de interacción inventiva (terapia enfocada en los recursos). Se busca propiciar un movimiento de la conversación terapéutica de hablar de los problemas a hablar de las soluciones, para después hablar de recursos; este orden ayuda a interrumpir los círculos viciosos de comportamiento que son mantenidos por soluciones inapropiadas.

Como resultado, se da lugar a la construcción de círculos virtuosos que proveen recursos que ayudan a una vida más saludable tanto individual, familiar y relevante para la sociedad (García, 2015:53).

Características de la terapia sistémica breve: Cómo se trabaja

El enfoque sistémico se distingue de los enfoques por su manera de comprender las relaciones humanas, lo que implica que no sólo se analiza a la persona que presenta el problema, también a todo lo que lo rodea. El psicoterapeuta le da importancia también a diferentes sistemas de los que forma parte (familiar, profesional, social, etc.), al punto que toda dificultad psicológica tiene que ver con una perturbación en las comunicaciones interpersonales.

- El pasado es importante sólo en la medida en que se conecte con el presente

El enfoque sistémico se interesa en la manera en que los problemas se manifiestan en el presente, y utiliza el contexto de la vida actual de los pacientes para resolverlos.

En la terapia sistémica breve sí hay un encuentro con ese “yo presente con su pasado”, pero no se trata de un largo trabajo de traer a la memoria los recuerdos, para “reencontrar” eventos definitivamente pasados, sino de reconocer el pasado en la identidad actual de la persona y modificar las consecuencias negativas de experiencias pasadas que crean las dificultades actuales (se trataría de cicatrizar heridas pasadas que no saben que se llevan abiertas, que son inconscientes, es decir que creen que ya se han curado).

- La patología no es un conflicto del individuo, sino de la interacción.

Una de las ideas fundamentales del enfoque sistémico es que las personas no son las que “están” enfermas, sino que es el conjunto de relaciones y situaciones en las que está inmerso el individuo. Evidentemente, son las personas las que se sienten mal y presentan los síntomas, pero no porque estén pasando por un problema, sino porque están entrando en situaciones y relaciones que las debilitan, las entristecen y las

conducen a vivir en malestar. Esta prioridad que se le da a la interacción, a las relaciones, es una característica esencial del enfoque de la terapia: es importante atender el conjunto de percepciones, decisiones y manera de ver el mundo que llevan a la persona a entrar en situaciones que no le convienen, pues lo debilitan, lo “enferman”. El punto de partida es que toda conducta es comunicación, que es imposible no comunicar.

- El “cómo” es más importante que el “por qué”

Para obtener un cambio, es secundario buscar las causas pasadas del problema constatado, es más útil comprender lo que, actualmente, en el presente la mantiene. La terapia sistémica guía su intervención con preguntas del tipo “¿Cómo se mantienen en el presente estos problemas que causan malestar? ¿Qué estamos haciendo para mantener viva o activada una situación que nos hace daño, que nos debilita y enferma?”.

La TSB está convencida de que los aspectos pasados, a los que conduce la pregunta “por qué” y qué pueden estar afectando realmente la vida de la persona, están “presentes” de alguna manera, actualizados en lo que la persona hace, dice y piensa en el presente, por lo que si bien entrar en ciertos detalles del pasado es necesario, es importante no perder el hilo conductor de esos eventos con el malestar actual que manifiesta la persona con malestar psicológico.

- Se trabajan con formas de relacionarnos con el mundo, con el modo de vivir.

La TSB por tanto busca trabajar no con el funcionamiento individual e intrapsíquico sino con el contexto comunicacional en el que está inmersa la persona que sufre,

contexto que explica y determina el comportamiento del individuo. El objetivo de la terapia es hacer ver y entender en qué sentido la persona está alimentando este contexto o dinámica y construir una forma de desactivarlo o dejar de alimentarlo.

Eso no significa que la meta de la terapia sea cambiar a las demás personas, al mundo o lo que está afuera de la persona que presenta el problema. Tiene que ver con la percepción y las decisiones de la persona que sufre y busca ayuda, con que sea capaz de no entrar en relación con mantener vivas esas dinámicas que están allá afuera que no le convienen, puesto que lo debilitan. El cambio tiene que ver con la capacidad de discernir las situaciones/relaciones que les son convenientes y nos fortalecen y prolongarlas lo más que se pueda para así aumentar la potencialidad y libertad.

La Terapia Sistémica Breve se desarrolla mediante una estructura básica de una sesión como movimiento en tres etapas: quejas o dificultades iniciales, transición a énfasis en las soluciones y recursos personales y la asignación de tareas para afianzar los logros obtenidos.

Las sesiones transcurren frente a frente, duran de 45 a 60 minutos, esto siempre en función de las necesidades del trabajo por realizar. El trabajo en las sesiones se realiza de la siguiente forma:

Por un lado, tiene lugar un diálogo, en el que el terapeuta realiza un cuestionario sistemático y una exploración cuidadosa para comprender, lo más completa y concretamente posible aquello que genera el problema del paciente, de qué manera ocurre, cómo es padecido, así como todos los aspectos que sean necesarios conocer

sobre el problema. La comprensión precisa de las dificultades del paciente es indispensable para poder después actuar en una dirección positiva para la vida de la persona.

Posteriormente, el terapeuta propone directivas para realizar acciones en su contexto de vida, ya que es en esta donde los problemas o dificultades aparecen. Se trata de acciones modestas, limitadas, ni peligrosas, ni costosas, ni extraordinarias, pero que permiten al paciente sopesar el trabajo terapéutico y saber si la terapia va en una buena dirección para el paciente. Conforme se van desarrollando sesiones, se verifica que el proceso avance de manera positiva.

Finalmente la terapia se termina cuando el paciente constata la desaparición estable de sus problemas y recupera el equilibrio de una situación personal adecuadamente. Es conveniente que el especialista lleve un seguimiento del proceso, después de dar de alta al paciente se abre la opción de espaciar las sesiones a cada mes, tres o incluso seis meses, por el tiempo que se evalué conveniente, para darle un seguimiento a los avances conquistados en el proceso.

Este tipo de terapia es conveniente para personas que presentan problemas o dificultades psicológicas, sufrimientos que bloquean el desarrollo armonioso de su vida y que impide avanzar con confianza y libertad, y es recomendada principalmente para las siguientes problemáticas:

- Desórdenes alimenticios: bulimia, anorexia, atracones, vómitos
- Angustia
- Crisis de pánico
- Fobias

- Trastorno obsesivo compulsivo (TOC)
- Trastorno de la personalidad
- Psicosis (alucinaciones, miedos paranoicos)
- Depresiones
- Trastorno bipolar
- Dificultades relacionales (pareja, hijos, familia, entorno social o profesional)
- Trastorno de límite de la personalidad
- Duelo
- Separación o divorcio
- Baja autoestima
- Estrés
- Adicciones
- Manejo de ira

La TSB es un proceso breve, que generalmente tiene una duración de 12 a 16 sesiones, sin embargo en ocasiones es posible extender el proceso a varios meses de tratamiento.

Es importante mencionar que esta terapia aunque implica un trato con el entorno del adolescente, de una forma personal, es un tratamiento que se realiza entre el terapeuta y el paciente.

Terapia Cognitiva Conductual (TCC)

Es una forma de entender cómo piensa uno acerca de sí mismo, de otras personas y del contexto que les rodea y cómo lo que uno hace afecta a sus pensamientos y sentimientos. La TCC puede ayudar a cambiar la forma cómo piensa (cognitivo) y cómo actúa (conductual), esos cambios ayudan a las personas a sentirse mejor (Royal College Of Psychiatriste: 2017).

A diferencia de algunas de las otras terapias habladas, la TCC se centra en problemas y dificultades del aquí y ahora, en lugar de centrarse en las causas de su angustia o síntomas pasados, busca maneras de mejorar el estado de ánimo.

Se ha demostrado que este tipo de terapias es útil tratando:

- Ansiedad
- Depresión
- Pánico
- Fobias
- Trastornos de alimentación
- Trastorno obsesivo compulsivo
- Trastorno de estrés postraumático
- Esquizofrenia

Uno de los aspectos por los que se eligió este tipo de terapia para tratar el problema del *cutting*, es porque el TCC puede ayudar a entender problemas complejos desglosándolos en partes más pequeñas y de esta manera se puede conocer de fondo a la persona implicada en la práctica, esas partes pueden ser una situación, un problema, un hecho o situación difícil.

Esta terapia menciona que los problemas psicológicos tienen dos caras: por un lado, una “vertiente material y objetiva, que es reconocible por muchas personas y que puede medirse a partir de parámetros concretos. Por otro lado, responde a los estados subjetivos de conciencia, es decir, aspectos de la vida mental y privada de la persona que tiene el problema y que suelen tener una traducción en términos emocionales”

(Torres: 2014). Así que la TCC debe responder a la necesidad de intervenir en esos dos terrenos.

En la TCC se trabaja enseñando a reconocer los estilos de pensamiento que predisponen a llegar a conclusiones poco útiles para el paciente, o pensamientos disfuncionales. Para eso es necesario entrenar a la persona para que sea capaz de reflexionar acerca de su propia manera de pensar y plantearse qué puntos en su vida son conflictivos y cuáles no lo son. Un aspecto importante de esta terapia es que el participante tenga la capacidad para cuestionar qué aspectos son los que causan el problema.

El proceso por el cual se consigue que el adolescente reconozca los aspectos cognitivos que le producen malestar y pueda actuar sobre ellos se fundamenta en un modelo de actuación inspirado en el diálogo socrático. Esto implica que durante una parte de las sesiones de TCC, el profesional irá devolviéndole el feedback necesario al paciente para que este, por sí mismo, detecte las contradicciones o las conclusiones indeseadas a las que les llevan sus estilos de pensamiento y sus esquemas cognitivos.

Para ello el terapeuta no debe de guiar al paciente en este proceso, sino que más bien le plantea preguntas y remarca aseveraciones que el propio adolescente ha hecho para que este último vaya profundizando en el estudio de su propio pensamiento.

La segunda parte de la TCC implica sobre focos cognitivos y materiales que se han detectado. Esto conlleva, por un lado, fijar unos objetivos concretos a cumplir, y por otro, entrenar al adolescente para que sea capaz de determinar desde su propio criterio las estrategias que lo acercan y lo alejan de estas metas. Además, como los objetivos

han sido definidos de manera que puedan comprobarse de forma imparcial si se han cumplido o no, es fácil medir los progresos que se van haciendo y el ritmo en el que se suceden para tomar nota de ello y, si se da el caso, introducir cambios en el programa de intervención.

Una parte importante de la TCC es cumplir con los objetivos que el terapeuta va señalando junto con el adolescente, como por ejemplo, ir señalando los momentos en los que sienten la necesidad de lesionarse, momentos de estrés, tristeza, ira, etc. Para que de alguna manera, ellos mismos vayan identificando aquellos sentimientos y los vayan minimizando.

Una de las ventajas de este tipo de terapias, es que puede ser aplicada prácticamente en todas las edades y para una gran variedad de problemas, sus resultados pueden ser validados por un método científico, puede ser traducida a criterios objetivos y observables. Una de las características que distingue a la TCC es que fija objetivos medibles bajo criterios bien definidos.

En el caso de las terapias individuales, como los son las ya mencionadas, es necesario que el especialista, en este caso Psicólogo, Pedagogo o Psiquiatra establezcan su modo de trabajar con cada adolescente que practique *cutting*.

Sin embargo si establecen tiempos:

- Terapias de duración de dos a tres meses
- Divididas en 12 o 16 sesiones, una vez por semana
- Con duración por sesión de 20 a 30 minutos

Estas podrán cambiar dependiendo del avance que se vea al ir trabajando con el especialista.

Un aspecto importante que se debe mencionar dentro de este tipo de terapias, es que ambas se utilizan para tratar a personas con trastornos mentales más severos, como lo son la psicosis, el trastorno afectivo bipolar, la esquizofrenia, por mencionar algunos, sin embargo es necesario recalcar que estos son padecimientos más graves que tienen que ver con el funcionamiento fisiológico y neurológico de cada persona, así que cada situación presentada tienen que ser vista desde lo particular y ser canalizada con el especialista correspondiente.

Tácticas a nivel grupal:

Se pretende que lo siguiente se lleve a cabo primero en las secundarias sondeadas y posteriormente, después de sus resultados y evaluación, se aplique en la Ciudad de México.

TALLERES

Nombre principal: PROMOVIENDO LA ADAPTACIÓN SALUDABLE DE NUESTROS ADOLESCENTES **“VIDA PARA VIVIR”**

*Los tomarán alumnos de los tres grados.

Temas:

- a) Autoestima: En los talleres se hablará del “auto-concepto” que cada adolescente tiene de sí mismo, con el objetivo de ejercitar habilidades de cada participante y fomentar una visión realista y positiva de los alumnos.

Nuestra población diana son los adolescentes, primero de las escuela secundarias sondeadas y posteriormente los de todas las secundarias dela Ciudad de México, para después de la evaluación de resultados poder aplicar a nivel nacional.

Duración aproximada de la actividad: 15 a 20 minutos.

Material: carteles con las definiciones de los términos *auto-concepto* y *autoestima* para cada participante, hojas blancas, lápices y plumas.

Descripción: Cada alumno se deberá dibujar y escribirá lo que su dibujo representa, cómo se describe a sí mismo. Posteriormente lo escrito se deberá leer a los demás compañeros, para que entre todos traten de sacar los aspectos negativos descritos por el dibujante y poder sacar de este, el lado positivo y reforzar esas cualidades.

Mientras que para la autoestima, cada uno, después de saber el concepto, se deberá calificar personalmente.

Para esta parte del taller se utilizaran archivos de: Taller para adolescentes.

Primera parte: Yo valgo la pena.

- b) Nuevas tecnologías: En cuanto al tema de las nuevas tecnologías, se hablará del uso que se le están dando a estas y cómo es que al excederse en su uso las relaciones interpersonales se ven alteradas, porque la manera en que nos comunicamos cambia con la utilización de los aparatos como lo son: los celulares, las computadoras, los videojuegos, etc.

Navegación segura, donde se pretende fomentar el uso adecuado de las nuevas tecnologías, enfocado principalmente a la navegación segura en internet apoyándonos en la página www.internet-familias.

c) Estereotipos: Para esta sesión, creemos necesario saber qué tipo de personas son las que los jóvenes ven como ejemplo a seguir, los programas de televisión que estos ven. En cuanto a esta información sacar datos cuantitativos.

Con esto se pretende que los chicos no deseen ser como aquellos personajes faltos de identidad, de autoestima, sino por el contrario, que ellos mismos vayan creando su personalidad que los distinga de los demás.

d) Salud: anorexia, bulimia y *cutting*, debido a que estas tres problemáticas están involucradas, en estas sesiones se necesitará la ayuda de un especialista en el tema, preferentemente un psicólogo o un médico, es decir personal de salud que tenga conocimiento de la problemática y de sus posibles soluciones, con buena capacidad de interlocución con los jóvenes.

Cada taller estará organizado por personal especializado en psicología en conjunto con los asesores que se encuentran a cargo de cada grupo, pues esta área de la asesoría está muy descuidada y son pocos los alumnos que recurren al asesor para recibir orientación, porque no se crea un ambiente de confianza, por no ser interpersonal.

Características:

a) Dinámicas: el uso de dibujos, el conocimiento de conceptos, juegos para conocerse entre los integrantes del grupo, trabajos en equipo que permitan fomentar la buena relación entre compañeros.

b) Pláticas: en nuestro caso pretendemos que los participantes nos hablen de sus vivencias, de cómo es que se sienten, cómo ven a sus padres y qué tal es la relación con ellos.

- c) Videos: se usarán para facilitar el entendimiento de los temas, ya que, como es sabido, lo que se enseña al ser con aspectos de la vida cotidiana se aprende comprende más fácilmente. En el caso de los jóvenes creemos que es mejor enseñarles de esta manera a hacerlo únicamente con conceptos.
- d) Documentales: Cutting, Bulling y drogadicción. Documental <https://www.youtube.com/watch?v=bV4wjFNDsyE>
- e) Testimonios: se pretende que los alumnos conozcan a personas que ya pasaron por este problema o que están pasando las mismas dificultades, pero que ya están saliendo o ya salieron adelante de esta problemática.
- f) Diapositivas: las presentaciones se realizarán por el grupo y serán relacionadas según el tema a ver por sesión. Estas estarán conformadas por información, imágenes representativas del tema y se utilizara en conjunto con los documentales para reforzar las ideas.
- g) Participación por parte de los alumnos: lo que deseamos en estas sesiones es conocer a los alumnos y que ellos se conozcan tal y como son y de esta manera encontrar puntos con los cuales se identifican con otros compañeros. Se pretende realizar mediante el uso de juegos y reflexiones.
- h) Atención personalizada: la participación de Psicólogos, Médicos, Enfermeras y Trabajadoras sociales.

En la medida en que se presenten los talleres con los alumnos, que constan de 8 sesiones, al término de cada una de estas, se repartirán a los asistentes, botones que contengan una imagen que represente el tema visto en el taller y el slogan; estos serán coleccionables.

Tema: Autoestima, Nuevas tecnologías, Estereotipos y Salud.

Bocetos:



Luego de haber cubierto la parte del alumnado, se proseguirá a trabajar en conjunto con los padres de familia.

Estos talleres se caracterizarán por incorporar:

- a) Medidas preventivas, para que la problemática sea conocida y atacada desde el punto central, que puede ser el entorno familiar de los jóvenes, por ello es que se

pretende conocer, tal vez no en su totalidad a los participantes, pero si tener una idea de quiénes son, qué los identifica, qué los hace ser diferentes al otro.

- b) Informativos: cada sesión tendrá como base información dada por especialistas en la problemática, para poder dar un sustento creíble a los alumnos, que son personas pensantes y que están pasando por muchas dudas que se deben de resolver.

Se desea trabajar de manera conjunta, por lo que se procederá a tomar un taller en donde se junten ambas partes (alumnos-padres) ayudándonos del Psicodrama, con grupos de aproximadamente 10 o 15 participantes, que tomaran durante las 8 sesiones restantes.

Cabe señalar que el psicodrama es una terapia grupal, donde se utiliza la obra de teatro como parte de una propuesta terapéutica, ya que capta la atención del público pues lo que en ellas se representa son situaciones que suceden en su actuar cotidiano.

El psicodrama está basado en la idea de expresarse a través de la espontaneidad y la improvisación- liberación por medio de la creatividad de los mismos participantes, ya que no sigue un guion, sino que se va formando a partir de lo que los interactuantes desean decir o dar a conocer, pueden jugar su rol o el de alguien más.

Este tipo de terapia es grupal, sin embargo no busca abordar problemas manifestados por el grupo participante, sino que utiliza la presencia de las demás personas para que intervengan en los problemas del individuo en turno, en cada momento hay un protagonista claro, hacia quien debe orientarse la sesión, mientras el resto de

participantes son miembros que ayudan a la realización de la dramatización y que en algún momento también serán los protagonistas de su propio psicodrama.

De acuerdo a lo investigado, el psicodrama fue creado por Jacob Levy Moreno, quien “empezó una iniciativa basada en la improvisación teatral, lo que daría paso a una postura psicoterapéutica a la que llamó psicodrama, que se define en la idea de que expresarse a través de la espontaneidad y la improvisación suponía una clase de liberación a través de la creatividad, lo cual tuvo que ver con sus propias experiencias subjetivas mediante la dramatización no planificada” (Trigila: 1988).

Para poder trabajar con este tipo de sesiones, se deben seguir tres etapas, por lo que cada sesión se trabajará de la misma manera:

1. Calentamiento

Es la primera fase de la sesión de psicodrama, un grupo de gente se reúne y la persona que dinamiza el acto anima a los demás a realizar ejercicios para romper el hielo, esta parte es un poco más fácil cuando los padres de los alumnos se conocen un poco. El objetivo del calentamiento es hacer que las personas se desinhiban, tomen consciencia del inicio de la sesión y estén más predispuestas a expresarse mediante acciones que en otro contexto resultarían estrambóticas.

Es posible que mientras más avance el curso, les cueste menos trabajo a los participantes comenzar con la actividad y se presten con mayor facilidad a realizar su psicodrama, sin embargo sino es así se debe iniciar todas las sesiones, siempre con esta etapa de calentamiento.

2. Dramatización

La dramatización es el núcleo de las sesiones de psicodrama, en esta se elige una persona que asiste al grupo, y esta explica un poco qué problema le ha hecho asistir a la sesión y cuál es el trasfondo autobiográfico que está asociado a este. La persona que dirige la sesión intenta hacer que el o la protagonista de esta fase explique el modo en el que percibe el problema en el presente, más que intentar que recuerde con exactitud los detalles del mismo.

Después de esto comienza la dramatización, en la que la persona protagonista es ayudada por el resto de miembros del grupo, que interpretan un rol, y todos improvisan escenas relacionadas con el problema a tratar. Sin embargo, esta representación no sigue un guión fijo, sino que se fundamenta en la improvisación apoyada en muy pocas pautas sobre lo que debe ser la escena. La idea no es reproducir fielmente escenas basadas en la realidad, sino ofrecer un contexto parecido en ciertos puntos esenciales.

3. Eco grupal

Es la última fase, todas las personas involucradas en la presentación explican lo que han sentido, el modo en el que la actuación les ha hecho evocar experiencias pasadas.

Todo lo anterior servirá a los participantes para hacer una especie de catarsis, que explicada según el filósofo Aristóteles, es un fenómeno por el cual la persona se entiende mejor así misma después de haber experimentado una obra que representa una serie de hechos. Para Moreno, la idea en la que basaba el potencial terapéutico del psicodrama, era que permitía hacer que la catarsis pasase de ser secundaria, experimentada por el

espectador, a ser activa y experimentada por protagonistas de dramatizaciones (Trigil: 1988).

Los talleres de psicodrama se realizan de la siguiente manera:

| | | |
|---------------------------------------|-----------------|---|
| Todos los días martes (intercalados). | 15 a 20 minutos | Durante el cambio de turno. |
| Durante 3 meses y medio | | Tanto en el turno matutino como en el vespertino. |

Los días martes (intercalados) tomará su taller sólo un grupo dividido en dos como sigue:

*1 grupo de primer grado dividido en dos.

*1 grupo de segundo grado dividido en dos.

*1 grupo de tercer grado dividido en dos.

El taller estará enfocado a las relaciones de familia, abordando los temas de:

- a) Roles de familia: Este taller consistirá en pedirle a los hijos que adopten el papel o el rol de los padres y los padres adopten el papel de los hijos, posteriormente montaran una breve escena en donde puedan expresar lo que les molesta o lo que les agrada de sus padres y viceversa, de manera que el psicólogo a cargo de esta sesión logre detectar los problemas familiares existentes y que los mismos participantes vean su propio reflejo y esto les lleve a meditar sobre su comportamiento y sean influenciados para cambiar aquello que está afectando la relación intrafamiliar.

- b) Confianza: Este taller será muy importante, puesto que, será el impulso de las siguientes sesiones, porque sin confianza es difícil que se abran los canales del diálogo y debido a la actividad que se llevó a cabo con anterioridad, será más fácil que se desarrolle un ambiente de sinceridad, ya que, mostraron de forma muy gráfica los modos en que no les gusta que les hablen, tanto padres como a hijos, así como la forma de ser tratados. Se alentará a los padres para que escuchen la versión de otros adolescentes, es decir, habrá un intercambio de hijos, para que sean más sensibles a la voz de los hijos y viceversa.
- c) Diálogo: En este taller, más que hablar de lo que es el diálogo, se invitará a los participantes a practicarlo, de modo que adquieran conciencia y en su vida secular apliquen lo hablado durante el taller. Las habilidades a desarrollar serán las siguientes:
1. La tolerancia
 2. La afectividad
 3. La habilidad dialéctica
 4. La capacidad de admitir errores
 5. La capacidad de canalizar frustraciones

Lo anterior se conseguirá mediante ejercicios en los cuales tengan que hablar de las diferencias que tienen con sus hijos y viceversa, así como de temas o pláticas que hayan dejado inconclusas, ya que, se les alentará a no dejar nada sin resolver, acentuando la gravedad de dejar cualquier tipo de situación sin resolución. Cuando sea necesario, se expondrá alguna situación frente a todo el grupo, como a manera de juicio, para que todos opinen y se retroalimenten, dicha situación será un patrón que se repita

en cada familia, para eso se contará con el psicólogo y moderadores que lo apoyen para proporcionarle la información, pues, él solo no podrá atender a cada familia.

- d) Convivencia: Se alentará a las familias para que pasen tiempos de calidad juntos, mencionándoles algunas actividades que pueden realizar para fomentar la unidad y la armonía. Algunas actividades se harán dentro de los talleres como juegos y dinámicas en los que se involucre el trabajo en equipo.
- e) Deberes y derechos: En este taller se mostrará de forma puntual, y aun conforme a la ley, las responsabilidades que se tienen como hijos, así como sus derechos, lo mismo se hará con los padres de familia.
- f) Al final de los talleres grupales padres-hijos, ellos tendrán que realizar una actividad en conjunto, como por ejemplo, plantar un árbol y hacerse cargo de su cuidado de manera conjunta.

*Todos los talleres ya mencionados, contarán con apoyo visual como: videos y diapositivas, así como un libro de trabajo tanto para padres como para los hijos, los cuales deberán trabajar juntos en casa y el día de la sesión expondrán como les fue al realizar la actividad encomendada. A los padres de familia que hayan participado en cada uno de los talleres, se les otorgará un *Reconocimiento* al finalizarlos.

Al finalizar el periodo de aplicación, se pretende cumplir con los siguientes resultados y metas:

| Resultados | Metas |
|------------|-------|
|------------|-------|

| | |
|---|--|
| Que los padres asistan a los talleres | <p>70% de asistencia de padres de familia: al finalizar el taller, a los padres se le dará un reconocimiento donde se le agradezca su participación.</p> <p>50% de recordación del nombre de otros padres de familia y de estudiantes: se utilizaran dinámicas similares a las utilizadas con los jóvenes.</p> |
| Que los padres interactúen en conjunto con sus hijos | <p>Obras de teatro donde los padres y sus hijos inviertan roles familiares.</p> <p>Dinámicas para que los padres se den cuenta si en verdad conocen a sus hijos, mediante 5 preguntas básicas que contestaran alternamente con sus hijos.</p> |

Tiempo:

| | | |
|--|------------------------|---|
| Los días martes (intercalados) | 15 a 20 minutos | Durante en cambio de turno |
| Durante 3 meses y medio. | | Tanto en el turno matutino como en el vespertino. |
| Cada mes se verá un tema, completando así 8 sesiones. | | |

Después de aplicar dichos talleres en las secundarias de la Ciudad de México se extenderá el proyecto a estados del Norte del país y posteriormente a los del Sur, ya que, en párrafos anteriores se mencionó que hay un número importante de casos de *cutting* encontrados en el Norte del país, pero esto no excusa al Sur de no haberlos.

Con la realización de los talleres se pretende llegar a los siguientes resultados y metas:

| Resultados esperados | Metas |
|--|---|
| Que los alumnos asistan a los talleres | <p>70% de asistencia del grupo: en cada bloque se regalaran a los jóvenes participantes “botones” temáticos coleccionables.</p> <p>En cada sesión se repartirá fruta picada a manera de incentivo para atraer su atención y como un aperitivo.</p> <p>Al finalizar los talleres se realizará un convivio con la finalidad de que los jóvenes interactúen aplicando lo aprendido en las sesiones.</p> <p>50% de recordación de nombres de los compañeros del grupo: se utilizarán diferentes dinámicas</p> |
| Que los alumnos interactúen en los talleres | <p>realizadas cada cuatro sesiones y la última sería para verificar que los nombres se hayan aprendido.</p> |

Al finalizar cada ciclo de talleres, se canalizarán los casos que requieran de una atención especializada, ya que se tendrá el apoyo de la Secretaria de Salud, de manera que dichos casos serán llevados por los psicólogos que haya destinado dicha institución. De esta manera se dará seguimiento a los adolescentes que ya estén practicando el *cutting*.

En cuanto a los adolescentes que se detecten propensos a la práctica del *cutting* se dará seguimiento, pero a través del IMJUVE, ya que dicha organización tiene como principal público meta a la juventud, de manera que se hará un convenio para poder canalizar a dichos jóvenes, con el consentimiento de sus padres, para que asistan a un taller previamente preparado, el cual consiste en las terapias sistémicas breves, ya que cuenta con un apartado destinado a la salud, además de involucrarlos en una actividad cultural para desarrollar en ellos confianza y autoestima mediante el impulso y desarrollo de su talento.

Tácticas a nivel masivo:

Tres spots de radio de 30", transmitidos en Radio Educación, que servirán para presentar los talleres que se impartirán en las escuelas secundarias sondeadas, eligiendo los horarios de 15:00 y 18:00.

- a) Lanzamiento: El contenido iniciará con la pregunta de ¿qué es el *cutting*? y posteriormente se dará una breve explicación, así como la información acerca de los talleres que se estarán impartiendo en las escuelas sondeadas

Secundaria Técnica No. 89 (Iztapalapa)

Secundaria Diurna No. 127 (Tláhuac)

Secundaria Diurna No. 319 (Iztapalapa)

- b) Mantenimiento: El contenido será una breve explicación de ser practicante de *cutting* se les recordaran los talleres que se están impartiendo en las secundarias, además de un número telefónico para pedir información.
- c) Declive: El contenido de éste último contendrá información preventiva, acerca de los talleres que se están impartiendo en las escuelas secundarias, la página de Facebook y se hará mención de la aplicación de celular con la que los adolescentes van a poder ser ayudados por un especialista.

Guión de Spots

- **LANZAMIENTO**

1. **OP. ENTRA PISTA MUSICAL 1 EN PP 3” Y FONDEA**

2.

3. LOCUTOR 1 ¿Sabes qué es el cutting?

4.

5. Es una práctica que consiste en auto lastimarse con objetos filosos

6. lo más recurrente es: dañar las muñecas, las piernas y el vientre.

7. presta atención a tus hijos...

8.

9. LOCUTOR 2 Para mayor información puedes acudir a los talleres que se

10. estarán impartiendo los días viernes en la escuelas secundaria

11. a la que asistes de 13:40 a las 14:00 horas.

12. No faltes, conocerás otra parte de ti.

13.

14. LOCUTOR 1 *“Cutting, una herida roja oculta una marca dolorosa”*

15.

16. **OP. SUBE PISTA MUSICAL 1 EN PP 3” Y SALE**

- **MANTENIMIENTO**

1. **OP. ENTRA PISTA MUSICAL 2 EN PP 3” Y FONDEA**

- 2.

3. LOCUTOR 1 El autolesionarse las muñecas y las piernas, se le

4. conoce como Cutting, esta práctica puede deberse a:

- 5.

6. Una baja autoestima, problemas familiares,

7. falta de atención o incluso, por algunas páginas de internet.

- 8.

9. Recuerda: ¡presta atención a tus hijos! Y no faltes a los talleres

10. que se están impartiendo, ya que ahora son también para ti.

11. para mayor información llámanos al 45 76 27 90

- 12.

13. LOCUTOR 2 *“Cutting, una herida roja oculta una marca dolorosa”*

- 14.

15. **OP. SUBE PISTA MUSICAL 2 EN PP 3” Y SALE**

- **DECLIVE**

1. **OP. ENTRA PISTA MUSICAL 3 EN PP 3” Y FONDEA**

- 2.

3. LOCUTOR 1 El autolastimarse con objetos filosos no es la mejor opción

4. recuerda que ¡Vales mucho más de lo que crees!

- 5.

6. LOCUTOR 2 Y ustedes papás ¿Prestan atención a sus hijos? Si ven que

7. pasan muchas horas solos en su habitación, que procuran taparse

8. los brazos o le han notado cortadas extrañas.

9. Usa el diálogo y abre ese canal de confianza.

- 10.

11. LOCUTOR 1 Para mayor información llámanos al 45 76 27 90, asiste a los

12. talleres o visita nuestra página de Facebook

13. Facebook/nocuttingOficial.com

- 14.

16. LOCUTOR 3 *“Cutting, una herida roja oculta una marca dolorosa”*

- 17.

18. **OP. SUBE PISTA MUSICAL 3 EN PP 3” Y SALE**

ANUNCIO DE PERIÓDICO:

a) La Jornada

Este periódico se escogió por el prestigio que ha adquirido a lo largo de los años, pues está en circulación desde 1984 y tienen sus orígenes a partir de un grupo de periodistas que salió del diario “Uno más uno”, así como del periódico “Excélsior”.

Se caracteriza por tener una postura crítica hacia los gobiernos priistas y panistas, en lo internacional, se ha distinguido por críticas hacia el gobierno de los Estados Unidos, así como a la globalización y a las empresas transnacionales.

Cuenta con ediciones en otros estados de la República como: Michoacán, Morelos, Oaxaca, San Luis Potosí, Guerrero, Jalisco, Zacatecas y Aguascalientes, además cuenta con un sitio web desde 1995.

Es el periódico que ocupa el cuarto puesto nacional en tiraje y el tercero dentro de la Ciudad de México y cuenta con una ideología izquierdista.

Por lo anterior, creemos que es una buena opción para poder divulgar el problema del *cutting*, pues es un periódico que tiene una postura de izquierda, por lo que los lectores que compran este tipo de periódico también son simpatizantes con su ideología y será más sencillo que éstos, también sirvan como medio de divulgación de manera personal.

En suma, el periódico cuenta con un perfil que es adecuado para la difusión del *cutting*, además de que no sólo abarca la Ciudad de México, como se mencionó con anterioridad, lo que ayudará a la propagación de información de dicho problema.

Para que el plan comunicativo o la estrategia no pierdan la visión, se empleará la espiral publicitaria tanto en los talleres como en los medios, motivo por el cual se usaran dos tipos de anuncios para dos etapas.

Etapas: Lanzamiento y Declive.

| | | |
|----------------------------|---------------------------------|--------------|
| Medidas del anuncio | 4.66 cm X 6.5cm (2 x 2 módulos) | |
| Costo por día | Página Par | \$3400.00 |
| | Página Impar | \$4 000.00 |
| Publicación | Una vez por semana | |
| Total de semanas | 32 | |
| Total de inversión | Página par | \$108 800.00 |
| | Pág. Impar | \$128 000.00 |

Prototipos para los anuncios durante las tres etapas:

A)



B)



| Resultados | Metas |
|--|--|
| Que la población esté informada, identifique y entienda el tema del <i>cutting</i>. | 80% de identificación del tema por parte de los estudiantes de la secundaria: al finalizar el plan comunicativo se realizara una encuesta con el propósito de cuantificar que tanto logro el público conocer el tema del <i>cutting</i> . |
| Visitas a la página del Facebook | Como mínimo 50 visitas por día 200 miembros activos con un incremento de 20 personas por mes, conteo que podrá realizarse a través de la misma página, ya que está cuenta con esa herramienta para tener un número exacto. Actualizar la información, informar sobre nuevos talleres y tener comunicación con los miembros. |

Presupuesto de los botones que se emplearán para cada bloque en los talleres.

| Botones | Precio |
|-------------------------|----------------|
| 1 | \$15.00 |
| Por mayoreo | \$4.00 c/u |
| Gran Total x 720 | \$2,880 |

Aplicación para teléfono móvil

NOMBRE: Happy Life (HL)

El celular se ha convertido en un instrumento necesario para el público en general y más entre los jóvenes, ya que son ellos los que están actualizados en cuestiones de tecnología, además dentro del sondeo realizado a nuestro público específico, indicaron tener celular más del 90% de los adolescentes, por lo tanto es necesario hacer uso de este recurso para el Plan Comunicativo.

Por lo anterior, se pensó en hacer una aplicación práctica y sencilla, que se pudiera descargar de PlayStore y sirviera de apoyo para los jóvenes practicantes del *cutting* e incluso, para aquellos que sufren de depresión, pero que aún no se han lastimado su cuerpo, ya que no sólo se trata de reducir la práctica del *cutting*, sino de prevenirla.

La aplicación consta de tres rubros, es decir, tres botones que servirán para tres acciones distintas:

1. Botón amarillo: Al igual que un semáforo, tendrá la función de prevención y será identificado con el nombre de Consejería, es decir, el joven podrá pedir asistencia si se encuentra en una situación que lo esté poniendo ansioso, depresivo etc. y requiera de palabras alentadoras.
2. Botón verde: Tendrá la función de asistir en medio de una amenaza, es decir, cuando el adolescente esté pensando en lastimarse y será identificado con el nombre de Riesgo.
3. Botón rojo: Tendrá la función de asistir cuando ya se ha lastimado el adolescente y será identificado con el nombre de Recaída.

Los jóvenes recibirán ayuda con tan sólo hacer clic a cualquiera de las opciones mencionadas, dependiendo de cuál sea su situación y recibirán apoyo de un psicólogo.

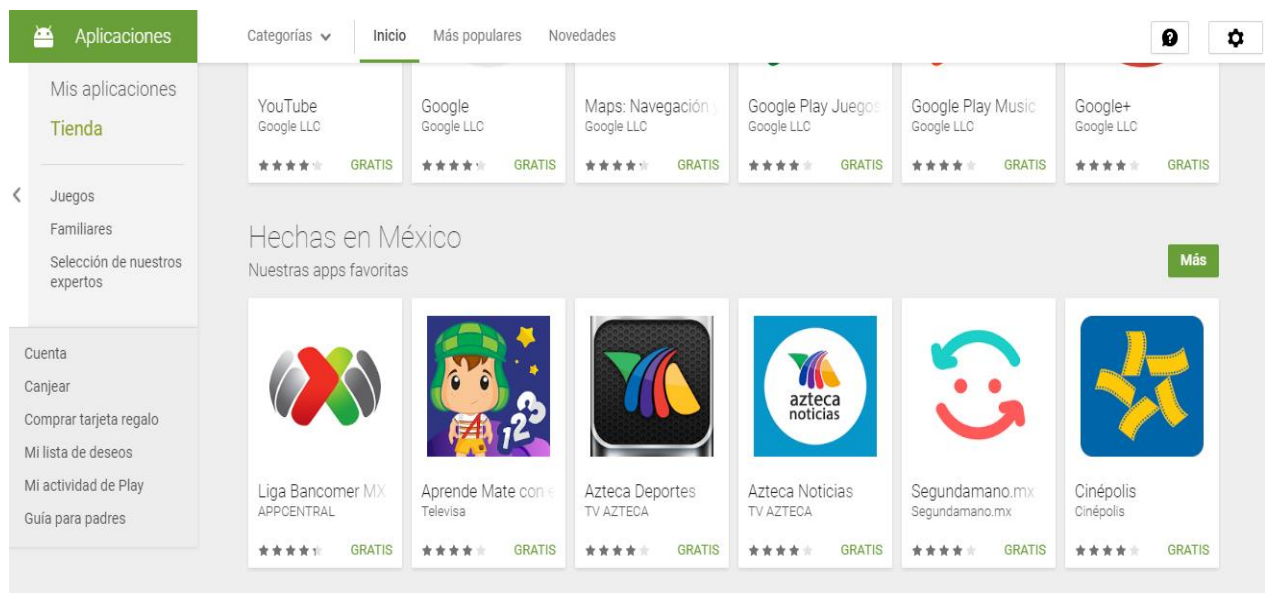
Es importante mencionar que la aplicación después de ser instalada en el teléfono celular, sólo tendrá tres meses de vigencia, si el psicólogo nota que alguno de los adolescente registrados necesita más tiempo, se le hará la invitación para instalarla una segunda vez, pero es importante establecer un periodo de tiempo, en este caso nos basamos en los tiempos que da la psicología para no prolongar la asistencia vía celular de manera indefinida y por lo tanto sin alcanzar objetivos.

El registro consistirá en proporcionar su correo electrónico, generar una contraseña y un nombre de usuario, de esta manera se tendrá identificado a cada adolescente que descargue la aplicación y así generarles una cuenta equivalente a tres meses de servicio y como ya se dijo anteriormente, será el psicólogo quien determine quién requiere de más tiempo.

A continuación se muestra el boceto que tendrá la primera presentación de la aplicación.



A continuación, se muestra cómo se vería para descargarla desde Play Store:





Happy Life



Posteriormente la aplicación tendrá actualizaciones para cubrir mayores necesidades en los jóvenes y pueda ser una herramienta con más alcances, en cuanto a asistencia inmediata se refiere.

Actualizaciones de la aplicación a largo plazo

MENU:

- **¿QUÉ ES?**

Información sobre lo que es el *cutting*, sobre los valores y objetivos de la aplicación.

- **EMOCIONES**

¿Cómo te sientes? (caritas emojis)

Rueda de emociones (juego) Instrucciones: Gira la rueda y realiza lo que se indique

- Escribe lo que te molesta
- Di lo que sientes en este momento
- Nombra lo que te gusta de ti
- Mira un espejo y sonríete
- Abraza a tu mamá o papá
- Pon tu canción favorita a todo volumen y cántala

- Dibuja lo primero que venga a tu cabeza
 - Toma una hoja (que ya no te sirva) y rómpela en cuantos pedazos quieras
 - Inhala por tres segundos y exhala en otros tres
 - Cierra los ojos y escucha por cinco segundos tu alrededor
- CALL

Nueva pestaña para video-llamada o solo llamada de voz

Cada quien escogerá un nombre

Las llamadas serán atendidas por especialistas en psicología

Preguntar cómo se siente la persona que llama

Preguntar cómo podemos ayudar

Escuchar, NUNCA juzgar

Dar información veraz, pertinente, necesaria.

Brindar confianza y posibles soluciones.

Por seguridad, grabar la conversación, resguardando los datos personales.
 - CONTACTO
 - IMJUVE (programas, talleres, dirección y teléfonos)
 - Instituciones donde se imparten la Terapia Cognitiva Conductual y Terapia Sistémica Breve (Dirección, horarios, teléfonos)

Página de Facebook

Se eligió crear una página de Facebook porque es una de las redes sociales más utilizadas por los adolescentes, es de fácil manejo tanto para el administrador de la página como para el público interactuante y cuenta con funciones que facilitan el uso de la información, se pueden subir imágenes, videos, artículos, archivos, fotos, cuenta con una sección de chat, etc., que permitirá el contacto entre especialistas del tema y las personas afectadas o interesadas en recibir información relacionada al cutting.

Mediante el uso de Facebook se pretende llegar, de alguna manera, a un alcance completamente masivo, ya que hay que recordar que tanto la aplicación del teléfono móvil como la página pueden tener un alcance mundial.

La página tendrá el siguiente contenido:

- a) Videos sobre: mejorar la autoestima, salud física y desarrollo personal.
- b) Frases alentadoras para cada día.
- c) Conversaciones grupales a través del muro.
- d) Invitar a los suscriptores a subir sus dudas y/o comentarios.
- e) Programar salidas grupales.
- f) Programar mesas de diálogo para transmitir en vivo con temas relacionados a la autoestima, estereotipos, tecnología etc.

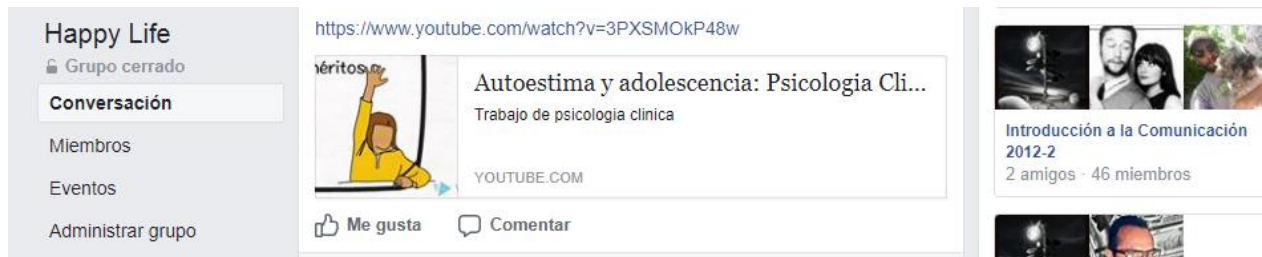
Portada:



Sección de frases:



Videos:



4.2.1 Idea general de mensajes por táctica a implementar

Slogan:

“Cutting, una herida roja, oculta una marca dolorosa”

Logotipo: boceto



Elementos verbales:

- Spots de radio
- Carteles
- Talleres
- Actividades interactivas con padres y con alumnos

Elementos no verbales:

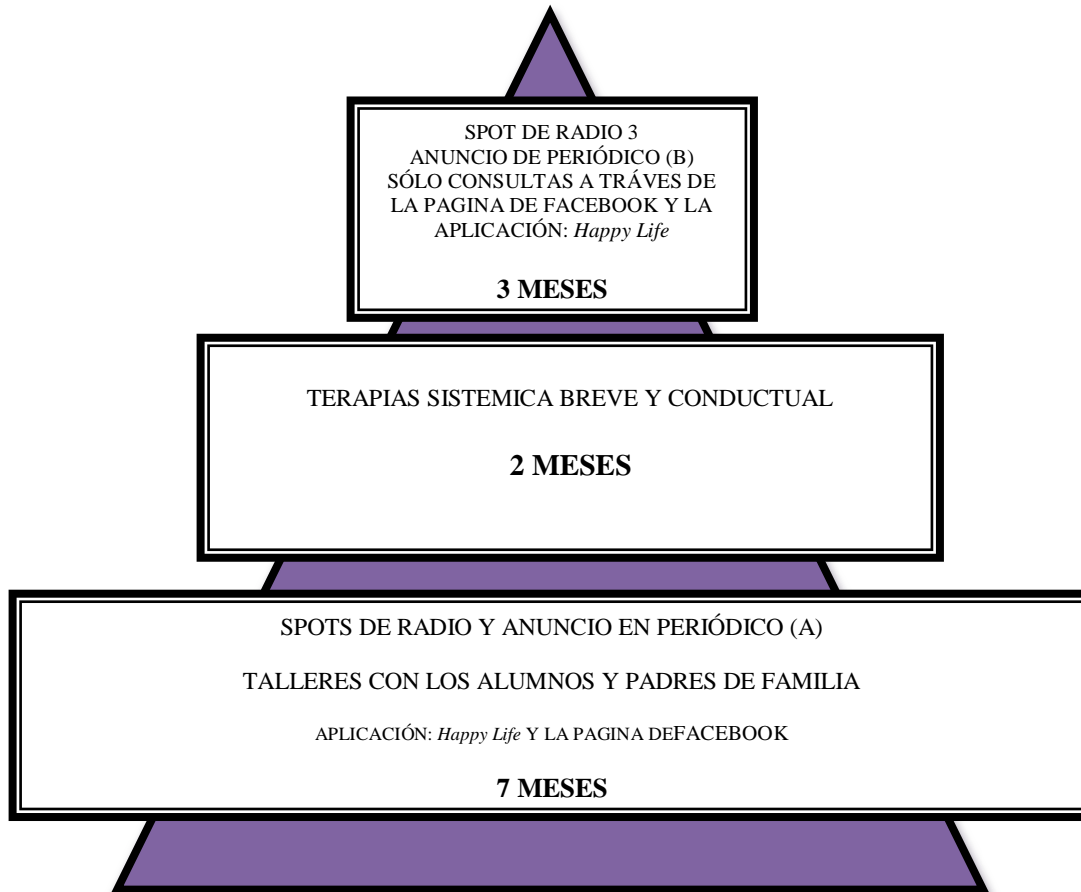
- Imágenes en el periódico
- Imágenes en los botones que se van a obsequiar al término de cada taller.

| | ELEMENTOS VERBALES | ELEMENTOS NO VERBALES | IDEA GENERAL |
|-----------------|--|--|--|
| SPOTS | <p>*Información clara y concisa de lo que es el cutting.</p> <p>*información sobre los talleres a impartir.</p> <p>*información sobre teléfonos y página de Facebook que pueden consultar</p> | <p>*La música que irá de fondo en cada uno de los spots será dramática y emotiva para lograr captar la atención del radioescucha, pues a través de la música se logra cambiar el estado de ánimo de las personas.</p> | <p>*Se pretende informar sobre esta práctica, pero también persuadir a los padres para que asistan a los talleres, así como brindarles otra opción para resolver sus dudas a través de la página de Facebook que se estará anunciando.</p> |
| ANUNCIOS | <p>*Información clara y concisa de lo que es el cutting.</p> <p>*información sobre los talleres a impartir.</p> <p>*información sobre teléfonos y página de Facebook que pueden consultar</p> <p>*Frases cortas e impactantes.</p> | <p>*Los elementos gráficos son muy importantes, por lo que se utilizarán imágenes explícitas, de manera que el lector entienda la gravedad del problema y capte el mensaje de forma rápida, sin necesidad de extenderse en la parte escrita.</p> | <p>*Se pretende informar al lector de manera rápida y eficaz mediante el uso de frases cortas e imágenes explícitas para su mejor comprensión.</p> |

| | | | |
|-----------------------|---|--|--|
| TALLERES | *Las pláticas y las dinámicas serán mayormente de forma hablada, ya que el diagnóstico reporta falta de comunicación, por lo que resulta importante dedicarle tiempo al área de la expresión, además de ser el mejor recurso para poder reconocer el foco del problema en cada una de las familias. | *Se utilizarán videos y diapositivas que contengan imágenes explícitas, sin llegar a lo grotesco, de manera que los padres de familia y los alumnos comprendan la gravedad del problema y los persuada para cambiar las actitudes que les están afectando para una pronta recuperación, en el caso de los alumnos, y en los padres reconocer las áreas que han descuidado con sus hijos. | * Que mediante los talleres que se impartirán, tanto a estudiantes como para padres de familia, logren una mejoría en la comunicación, pues es a través de ésta que se resolverán los problemas que se hayan desarrollado, aparte del cutting. |
| BOTONES | *Sólo contendrán una frase corta que represente la idea central del taller que hayan tomado, así como el slogan del plan comunicativo. | *Tendrá imágenes que reflejen la temática del taller que hayan tomado, así como el uso de colores y formas llamativas, para que el mensaje les quede claro a los alumnos y sea fácil de recordar. | *A través de los elementos verbales y no verbales incorporados en los botones, se busca reforzar el mensaje del taller y les quede como un recordatorio. *También se establece como un incentivo, para que los alumnos asistan al taller. |
| RECONOCIMIENTO | *La estructura será como la de un diploma, con los datos de la escuela, el nombre del | *Contendrá los escudos respectivos de las instituciones que hayan avalado los talleres. | *Principalmente se repartirán los diplomas como incentivos para que los padres de familia asistan a los talleres, |

| | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|
| | <p>psicólogo a cargo de ese taller, la fecha, el sello de la escuela y por supuesto el nombre del padre de familia.</p> | <p>pero también que sirva de recordatorio y el mensaje perdure en su memoria.</p> | |
| <p>PÁGINA DE FACEBOOK</p> | <p>*Estará dividida en secciones: a) ayuda b) prevención c) causas d) consecuencias e) quiérete a ti mismo f) la mentira en el estereotipo g) comunicación sana h) roles de familia</p> | <p>*Contendrá imágenes que tengan estrecha relación con las secciones ya descritas en el apartado de los elementos verbales.</p> | <p>* A través de esta página se pretende dar seguimiento al problema del cutting, pues mediante el diagnóstico y las investigaciones previas nos percatamos de que puede haber recaídas y mediante una red social se busca suplir esa necesidad.</p> |
| <p>APLICACIÓN "Happy Life"</p> | <p>Trato directo entre especialistas (psicólogos, pedagogos, psiquiatras), con los jóvenes, ya sea simplemente para poder interactuar con alguien que los entienda o en casos más drásticos como lo son las crisis y recaídas.</p> | <p>Su principal modo de interacción será por medio de chats de ayuda.</p> | <p>Por medio de esta aplicación se pretende que los jóvenes, eviten lo mejor posible presentar recaídas en momento donde estos presenten estrés, tristeza, o cualquier otras situación que los haga pensar en lesionarse.</p> |

ESPIRAL PUBLICITARIA



Los talleres se impartirán en sincronía con los spots y los anuncios de periódico, quedando en el declive, la página de Facebook y la Página Web para dar orientación, debido a que los jóvenes pasan periodos largos en internet, específicamente en las redes sociales y creemos que hacer uso de este recurso tendrá resultados positivos.

Al término del año, revisaremos los resultados, si estos son los esperados, al finalizar cada ciclo escolar se implementarán este plan comunicativo de manera actualizada y con los respectivos cambios que le den mayor eficacia y practicidad.

4.3 Cronograma del plan táctico

| Tácticas de Lanzamiento | Fecha | Hora |
|--|---|--|
| Talleres en las tres escuelas Secundarias Diurnas sólo para alumnos (Anunciar página de Facebook y aplicación) | Del 05/09/2017 al 09/01/2018 3 meses y medio | 13:40 a 14:00 horas |
| Talleres en las tres escuelas Secundarias Diurnas para alumnos y padres de familia (Anunciar página de Facebook) | Del 23/01/2018 al 17/04/2018 3 meses y medio | 13:40 a 14:00 horas |
| Spot de radio 1 | Del 28/08/2017 al 4/09/2017 Una semana antes del inicio de los talleres en secundarias. | Una vez a las 15:00pm Una vez a las 18:00pm |
| Spot de radio 2 | Del 15/01/2018 al 22/01/2018 Una semana antes del inicio de los talleres padre/alumnos en las secundarias. | Una vez a las 15:00pm Una vez a las 18:00pm |
| Anuncio de periódico (A) | Del 13/01/2018 al 20/01/2018 Dos sábados antes de iniciar los talleres padres/alumnos en las secundarias. | Sólo los sábados |

| Tácticas de Mantenimiento | Fecha |
|---|------------------------------|
| Terapias Sistémicas breves (el tiempo depende de los casos particulares) | Del 01/05/2018 al 30/06/2018 |
| Terapias Cognitiva conductual (el tiempo depende de los casos particulares) | Del 01/05/2018 al 30/06/2018 |

| Tácticas del Declive | Fecha | Horario |
|----------------------|--|---------------------------|
| Spot de radio 3 | Del 02/07/2018 al 09/07/2018 Presentación de la página de Facebook y número telefónico para atender | Una vez a las 15:00 horas |

| | | |
|------------------------------|--|---|
| | dudas de los padres de familia. | |
| Anuncio de periódico B | Del 07/07/2018 al 01/09/2018 Presentación de la página de Facebook y número telefónico para atender dudas de los padres de familia. | Sólo los sábados |
| Página de Facebook | En línea 01/07/2018 Lanzamiento de la página oficial de Facebook. | Tiempo indefinido (sujeto a actualizaciones) |
| Aplicación <i>Happy Life</i> | En Play Store 01/07/2018 | Desde su instalación en el móvil tendrá una caducidad de 3 meses (sujeto a actualizaciones) |

4.4 Recursos humanos, materiales tecnológico y económicos

A continuación se presenta una aproximación en cuanto al presupuesto necesario para la realización de las tácticas y las estrategias que conforman el Plan Comunicativo, cabe mencionar que los precios pueden variar del momento en el que se realiza la cotización, al momento de la aplicación definitiva del uso de los diferentes medios.

- **Materiales tecnológicos**

Spots de Radio

| Cabina y equipo | Precio (pesos mexicanos) |
|---|---|
| Cabina con sistema Protools 24 mix plus para trabajo no lineal por computadora. | \$500.00 por hrs. (\$420.00 + \$80.00 IVA) |
| Mezclador 8 canales. 2 baffles. 2 micrófonos SM58 / deckcassette. | X 1 hrs. |
| 2 Locutores | 5000x2= \$10,000 |

| | |
|---------------------|----------------|
| 2 Editores de audio | 3000x2= \$6000 |
|---------------------|----------------|

Durante en Plan Comunicativo se presentan tres Spots, en las semana señaladas en el cronograma, dando un total de 48 anuncios en radio, 16 por cada etapa de trabajo.

- **Anuncios publicitarios**

| Medidas del anuncio | | 4.66 cm X 6.5cm (2 x 2 módulos) |
|---------------------|--|---------------------------------|
| Costo por día | Página Par | \$3400.00 |
| | Página Impar | \$4 000.00 |
| Publicación | Una vez por semana los días sábados señalados en el cronograma | |
| Total de semanas | 11 (se presentan los días en el cronograma) | |
| Total de inversión | Página par | \$37,400 |
| | Pág. Impar | \$44,000 |
| Diseñador | 3000x2= \$6000 | |

- **Página de Facebook**

| | |
|-------------------------------|------------------|
| Creador de página de Facebook | \$1000 |
| Administrador de la página | \$5000 mensuales |

- **Aplicación de teléfono móvil**

| | |
|-------------------------|---|
| Creación de app | https://www.yeeply.com/publicar-proyecto |
| | \$ 108,000 |
| Administrador de la app | \$ 8000 mensuales |

- **Materiales para la realización de los talleres**

| | |
|-----------------------------|---|
| Carteles | 48 x 100 = \$4800 |
| Folletos | Tamaño: 140x108 (1/4 carta) Tipo de papel: Couché brillo 130gr Impresión: Colores, frente y vuelta Acabado: Estándar (barniz de protección) Cantidad 1000 Precio: \$193.01 |
| Cuadernillos | 60 x 25 = \$1500 |
| Hojas blancas | Papel carta con 5,000 HOJAS = \$529 |
| Lápices y bolígrafos | Lápiz de grafito #3 mirado paquete con 12 piezas x 4 = \$220 Plumaoffice depot punto medio negro paq/12 piezas x 4 = \$ 80 |

Botones

| Botones | Precio |
|-------------|------------|
| 1 | \$15.00 |
| Por mayoreo | \$4.00 c/u |
| 720 | \$2,880 |

| | |
|----------|-----------------|
| Diplomas | 10 X 60 = \$600 |
|----------|-----------------|

- **Recursos humanos**

Para la realización de los talleres y terapias es necesario el siguiente personal:

| | |
|----------------|---------------------------|
| 12 Talleristas | 150x12= 1800x16= \$28,800 |
|----------------|---------------------------|

| | |
|--------------|---|
| 3 Psicólogos | $200 \times 3 = 600 \times 16 = \9600 |
| 3 Médico | $150 \times 3 = 450 \times 16 = \7200 |

- **Cotización del diseño del plan**

A continuación se presenta la cotización general del Diseño Del Plan, donde abarca precios de: investigación, diseño metodológico, investigación de campo, análisis de resultados obtenidos y el tiempo invertido en la realización del Plan Comunicativo, se presenta a continuación, considerando todo lo anterior:

| | |
|--------------------------------|--|
| Cotización del diseño del plan | $\$1,000,000/3 = \$333,333,3333$ para cada investigadora por un periodo de tiempo de 3 a 6 meses de trabajo. |
|--------------------------------|--|

Presentando un total final de: \$1, 743, 803

Finalmente esta cantidad representa el costo inicial del Plan Comunicativo, sin contar que hay precios que se agregan cada mes.

4.5 Implementación de las tácticas

A lo largo de este capítulo se han mencionado cada una de las tácticas a implementar y se ha explicado cómo se efectuarán. Sin embargo, estas tácticas tienen un mismo fin, el informar a nuestros diferentes públicos sobre la problemática del *cutting*.

Ahora bien, hay tácticas que se emplearán con los adolescentes y otras con los padres de familia. Ya que, como se dijo en párrafos anteriores, los adolescentes no son seres aislados, su entorno es muy importante para la comprensión de su actuar, su pensar y su desarrollo; además varios de los adolescentes, en este caso, pueden ser practicantes de *cutting* y sus padres tal vez no lo sepan y peor aún, desconozcan dicha problemática.

Así, cada una de estas tácticas, talleres, anuncios publicitarios, spots de radio, página web y la aplicación para celular, son fundamentales para lograr el objetivo de este Plan Comunicativo, implementar estrategias comunicativas para reducir la práctica del *cutting* en adolescentes de 12 a 16 años.

CAPÍTULO 5

SEGUIMIENTO Y EVALUACIÓN DEL PLAN DE COMUNICACIÓN

No se puede establecer si el Plan Comunicativo arrojó resultados positivos y verdaderamente cumplió los objetivos y las metas establecidas sin un proceso de evaluación, por lo que es imprescindible la construcción de indicadores para que se puedan cotejar con los objetivos que se plantearon desde un principio.

Recordando que existe un objetivo general y objetivos particulares según los cuatro niveles de la comunicación; expresión, estructuración, difusión e interacción, así que se tendrá que hacer un análisis más detallado para dar un dato concreto.

Sin embargo, para poder facilitar el proceso de evaluación se determinarán objetivos e indicadores que nos muestren el avance, retroceso o estancamiento, si lo hubiese, en el cumplimiento de los objetivos principales, los cuales se desglosan más adelante.

Por tanto, el seguimiento y la evaluación de dicho Plan Comunicativo son de gran importancia para fortalecer la investigación y proporcionar mejores soluciones a la problemática en cuestión y de la misma manera pueda llegar a otras delegaciones y

estados que lo requieran, pues nuestros adolescentes deben estar en las mejores condiciones.

5.1 Objetivos del seguimiento y evaluación

| OBJETIVOS | INDICADORES |
|--|---|
| Informar qué es el cutting. | Reconocimiento inmediato del término |
| Advertir sobre algunas de las causas y consecuencias del cutting. | Nombramiento de algunas de las causas y consecuencias del cutting |
| Persuadir a los padres de familia para que participen en los talleres que se impartirán en las escuelas secundarias. | Medir la asistencia regular y constante |
| Concientizar a los padres de familia con respecto a esta problemática, de manera que presten mayor atención al comportamiento de sus hijos. | Testimonios de parte de los padres en los que reconozcan algún cambio en el comportamiento de su hijo (a) |
| Proporcionarles a los padres de familia, elementos que los ayuden a mejorar la comunicación con sus hijos. | Reconocimiento de conceptos y testimonios que avalen la práctica de éstos |

| | |
|---|--|
| Advertir a los jóvenes sobre las consecuencias de la práctica del cutting. | Nombramiento de algunas de las consecuencias de la práctica del cutting |
| Persuadir a los jóvenes para que participen en los talleres que se impartirán en las escuelas secundarias. | Medir la asistencia regular y constante |
| Concientizar a los jóvenes que dicha práctica es un riesgo y un problema en su vida. | Testimonios por parte de los alumnos en donde reconocen que la práctica del cutting es un problema y no una solución |
| Suministrar a los jóvenes de elementos que los auxilien para recuperarse de la práctica del cutting. | Testimonios por parte de los alumnos en donde ponen en práctica lo que aprendieron en los talleres |

TIPOS DE OBJETIVOS:

- a) Objetivos cognitivos. Su propósito es que la gente tenga conocimiento con respecto a algún tema.
- b) Objetivos actitudinales. Su propósito es resaltar los valores.
- c) Objetivos procedimentales. Su propósito es que la gente aprenda a realizar alguna actividad.

CLASIFICACIÓN DE LOS OBJETIVOS

1. COGNITIVOS:

Informar sobre lo que es el cutting.

Advertir sobre algunas de las causas y consecuencias del cutting.

Advertir a los jóvenes sobre las consecuencias de la práctica del cutting.

2. ACTITUDINALES:

Concientizar a los padres de familia con respecto a esta problemática, de manera que presten mayor atención al comportamiento de sus hijos.

Concientizar a los jóvenes de que dicha práctica es un riesgo y un problema en su vida.

Persuadir a los padres de familia para que participen en los talleres que se impartirán en las Escuelas Secundarias.

Persuadir a los jóvenes para que participen en los talleres que se impartirán en la Escuela Secundaria No. 89.

3. PROCEDIMENTALES:

Proporcionar a los padres de familia, elementos que los ayuden a mejorar la comunicación con sus hijos.

Suministrar a los jóvenes de elementos que los auxilien para recuperarse de la práctica del cutting.

TÁCTICAS VINCULADAS CON LOS OBJETIVOS PLANTEADOS

1. Cognitivos:

- a) Los spots de radio
- b) Los anuncios del periódico
- c) Los talleres, a profundidad

2. Actitudinales:

- a) Los talleres

- b) Página de Facebook
 - c) Aplicación para Celular
3. Procedimentales:
- a) Los talleres

5.2 Diseño de estrategia metodológica

Para verificar si los objetivos anteriores se cumplieron, es necesario implementar los indicadores incorporados mediante un enfoque cualitativo, usando como técnica el grupo focal.

La técnica de los grupos focales se enmarca dentro de la investigación socio-cualitativa, entendiendo ésta como proceso de producción de significados que apunta a la indagación e interpretación de fenómenos ocultos a la observación de sentido común. Además, se caracteriza por trabajar con instrumentos de análisis que no buscan informar sobre la extensión de los fenómenos (cantidad de fenómenos), sino más bien interpretarlos en profundidad y detalle, para dar cuenta de comportamientos sociales y prácticas cotidianas (Fontas:1993).

Por lo anterior, creemos que la mejor manera de corroborar si realmente cumplió los objetivos el Plan Comunicativo, es usar esta técnica, pues se tiene un acceso directo e inmediato a la opinión y a la información inmediata de los participantes, en este caso, hablamos de los padres de familia.

Las sesiones estarán organizadas de la misma manera en que se tomaron los talleres, pero se repartirán los padres de familia, de manera que no interactúen con los mismos que tomaron los talleres, para reducir la timidez o por el contrario, la confianza

que lograron construir y ésta sea causa de información adulterada, ya que el grupo focal pretende:

- Conocer conductas y actitudes sociales, lo que ayuda a revelar información sobre una temática.
- Obtener mayor cantidad y variedad de respuestas que pueden enriquecer la información respecto de un tema.
- Enfocar mejor una investigación o ubicar más fácilmente un producto.
- Obtener ideas para desarrollar estudios ulteriores (Fontas:1993).

El grupo focal tiene la particularidad de que su implementación puede ser durante o al finalizar una campaña publicitaria, o en este caso, una campaña social.

Para construir una guía pertinente para los grupos focales, se necesita tener en claro el tipo de objetivos que se manejaron dentro del Plan Comunicativo, así como su definición.

GUÍA DEL GRUPO FOCAL PARA PADRES DE FAMILIA:

| PREGUNTAS | INDICADORES |
|--|--|
| ¿Podrían indicar con sus propias palabras qué es la práctica del <i>cutting</i>? | Reconocimiento inmediato del término |
| ¿Qué puede originar la práctica del <i>cutting</i>? | Nombramiento de algunas de las causas y consecuencias del <i>cutting</i> |
| ¿Por qué es importante saber del tema? | |
| ¿Podrían platicar de algún hecho que los haya marcado o que sea relevante durante su asistencia a los talleres? | Medir la asistencia regular y constante (cuantitativamente y cualitativamente) |

| | |
|---|--|
| Describe alguna dinámica que te haya resultado interesante. | |
| ¿Aplicaron alguna medida para mejorar su comunicación familiar? ¿Qué taller o que dinámica no les aportó algún conocimiento? | Testimonios de parte de los padres en los que reconozcan algún cambio en su comportamiento |
| ¿De qué manera les ayudaron los conceptos técnicos proporcionados por los psicólogos que estuvieron a cargo de su grupo? | Reconocimiento de conceptos y testimonios que avalen la práctica de éstos |

GUÍA DEL GRUPO FOCAL PARA ADOLESCENTES:

| PREGUNTAS | INDICADORES |
|--|---|
| ¿Qué daños puede ocasionar en un joven la práctica del <i>cutting</i>? | Nombramiento de algunas de las consecuencias de la práctica del <i>cutting</i> |
| Nombrar algún título de los talleres impartidos. Discutir acerca de las dinámicas y lo que aprendieron. | Medir la asistencia regular y constante (cuantitativamente y cualitativamente) |
| Indicar algún problema hipotético, al que los alumnos propongan alguna solución. | Testimonios por parte de los alumnos en donde reconocen que la práctica del <i>cutting</i> es un problema y no una solución |
| ¿Han puesto en práctica algún método brindado en los talleres? ¿Alguno les pareció irrelevante? | Testimonios por parte de los alumnos en donde ponen en práctica lo que aprendieron en los talleres |

Lo anterior sería la lista que se utilizaría dentro de los grupos focales, tanto para padres de familia como para alumnos, ya que el moderador debe ser una persona

capacitada, tendrá que inducir la discusión para lograr obtener la mayor información posible, puesto que lo anterior sólo es una guía, pero habrá momentos en los que le parecerá hacer otro tipo de preguntas, en la medida en que avance la conversación y el rumbo que tome.

De esta manera obtendremos información que nos ayude a saber si verdaderamente resultó efectivo el Plan Comunicativo, basado en el diagnóstico, las tácticas implementadas y la estrategia diseñada para aproximarnos a cumplir el objetivo de reducir la práctica del *cutting* en los adolescentes.

En suma, nos ayudará a medir la efectividad de las tácticas, es decir, de los talleres impartidos en la Escuela Secundaria Técnica No. 89 con base a los objetivos que se plantearon, por lo cual se pusieron indicadores como guía para la evaluación.

5.3 Evaluación del Plan Comunicativo: Metas

Metas para los talleres:

70% de asistencia del grupo, tanto de los adolescentes como el grupo de padres de familia

50% de recordación de nombres de los compañeros de ambos grupos (adolescentes y padres de familia)

Se revisará la lista de cada una de las sesiones de ambos grupos

Metas del uso de los medios de comunicación (periódico, radio e internet):

80% de identificación del tema por parte de los estudiantes de la secundaria: al finalizar el plan comunicativo se realizará una encuesta con el propósito de cuantificar que tanto logró el público conocer el tema del *cutting*.

Como mínimo 50 visitas por día

200 miembros activos con un incremento de 20 personas por mes.

Actualizar la información, informar sobre nuevos talleres y tener comunicación con los miembros.

1. Se realizará un sondeo en la Delegación Iztapalapa mediante el uso de la encuesta, para corroborar la eficacia de la propagación acerca de lo que es el *cutting* y la impartición de los talleres en las secundarias.
2. Para la página de Facebook se corroborará su eficacia mediante el conteo de las visitas y los miembros que se van agregando cada semana.

PROTOTIPO DE LA ENCUESTA:

1. Edad: a)
entre 15 y 20 años____ b) entre 21 y 25 años____ c) entre 26 y 30 años____
d) entre 31 y 35 años____ e) entre 36 y 40 años____
2. Sexo: H__ M__
3. Ocupación: a) Estudiante b) Obrero c) Profesionista__ d) Desempleado____
e) Otro__
4. ¿Qué periódico frecuentemente compra?
5. ¿Qué tipo de anuncios llaman su atención?

6. ¿Qué estación de radio sintoniza frecuentemente?
7. ¿Sabe que es el cutting? Si la respuesta es negativa pase a la pregunta 9.
8. ¿En dónde se enteró?
9. ¿Le gustaría saber sobre el tema?
10. ¿Qué datos le gustaría conocer?
11. ¿Qué medio sería el más apropiado para informarle?

Sólo las tres primeras preguntas serán mediante incisos, pero las siguientes se mantendrán abiertas para no condicionar la respuesta de las personas y así obtener datos más precisos acerca de los medios que más frecuentan y si éstos son apropiados para la propagación de la información masiva y posteriormente ocuparlos para su extensión a nivel nacional.

El sondeo se realizará en las Delegaciones Iztapalapa y Tláhuac, con el fin de abarcar primero la zona en dónde se detectaron los casos de *cutting*, es decir, en las Secundarias sondeadas, será de forma aleatoria, para abarcar más terreno con una muestra representativa de cinco zonas, distribuidas de forma estratégica y con un total de 200 personas por zona.

De esta manera se medirán las metas, en cuanto a los medios masivos de comunicación y la evaluación corroborará si son eficientes, si necesitan un reajuste o un cambio en los mensajes diseñados.

Para ello es necesario contar con el suficiente personal para abarcar las zonas deseadas, así como tener confianza en las respuestas que se puedan recibir, ya que de ello depende el curso que pueda tomar este Plan Comunicativo.

Señalando que, será por medio del seguimiento y la evaluación del Plan Comunicativo que nos podremos dar cuenta de su aceptación, alcances y limitaciones que esté presente y cómo se pueden cambiar los aspectos que desfavorecen la aplicación, así como de qué manera se pueden y deben usar los aspectos que favorecen la aplicación y ampliación de este plan.

CAPÍTULO 6

REFLEXIONES FINALES

6.1 Alcances y limitaciones del plan propuesto

| Alcances | Limitaciones |
|---|--|
| Talleres con alumnos: Acercamiento al lugar en donde conviven mayormente los adolescentes. | Poca confianza de los adolescentes. |
| Talleres con padres de familia: Acercamiento al ambiente familiar. | Poca confianza y participación de los padres de familia. |
| Anuncios en periódicos y radio: La información se transmite de forma masiva. | Sólo es posible como un anuncio informativo |
| Página Facebook: Interactuar de forma masiva con adolescentes practicantes e incluso con aquellos que sólo dan muestras de depresión. | Poco interés de parte de los adolescentes y en consecuencia una interacción limitada. |
| Aplicación para celular: Interacción personalizada. | Sólo es comunicación vía telefónica. |
| Terapias personalizadas: Interacción frente a frente. | Sólo son por un tiempo y no hay garantía en una recaída, ya que eso depende del adolescente. |

6.2 Apreciaciones éticas del plan de comunicación

Una parte importante que debemos considerar para la realización de un Plan Comunicativo, es tener siempre presente la cuestión Ética, principalmente por el tema del que se está tratando.

En este caso, el *cutting* debe ser tratado de una forma muy profesional y siempre tomando en cuenta que el afectado o practicante es parte de diferentes contextos en los que se desarrolla en su actuar cotidiano, así que se debe de tener un cuidado específico al momento de manejar las definiciones de la problemática, ya que puede crear una confusión, tanto en la persona afectada como en las personas que se relacionan con el adolescente.

Otro punto importante, es que se debe tratar la problemática con mucho respeto para los que se ven implicados en la práctica del *cutting*, pues se debe tomar en cuenta que son personas que se ven afectadas por los entornos que los rodean y es posible que de alguna forma se sienta rechazados socialmente y si no se maneja la información con determinada cautela, es posible que a los practicantes se les estigmatice, creando hacia ellos una segregación por ser considerados minoría. Sin embargo, con este Plan Comunicativo lo que se busca es crear una buena relación con los practicantes y los no practicantes del *cutting* para que, entre la interacción de las dos partes, se encuentre la solución adecuada y así se reduzcan los casos de *cutting* en los adolescentes.

BIBLIOGRAFÍA

Bauman, Z. (2003), *Modernidad líquida*, Fondo de Cultura Económica, México
Bauman, Z. (2004), *Ética posmoderna*, Siglo XXI, Argentina.

Berelso, B. (1952), Content analysis, in communication resarch, Nueva York, The Free Press.

Bixby, L, S. (1993), “Grupos focales sobre difusión de planificación familiar en Costa Rica”, Programa Centroamericano de población, Universidad de Costa Rica, 1993.

Calsamiglia y Túson. (2001), *Las cosas que decir. Manual de análisis del discurso*, Ariel, Barcelona.

De la Parra, Marco Antonio. (2009), *Vencer la depresión*, Ediciones B, Santiago. México

Favazza y Rosenthal. Cuestiones de diagnósticos en la auto-mutilación. Hospitales y psiquiátricos comunitarios.

Galindo, Cáceres, Jesús (2004) “Hacia una comunicología posible en México. Notas preliminares para un programa de investigación”. En Russi, Bernardo (Ed.) (2004)

Anuario de la Investigación de la Comunicación, CONEICC XI (pp.51-72), México, CONEICC y Universidad Intercontinental.

García, Martínez Felipe (2015), *Terapia Sistémica Breve. Fundamentos y aplicaciones/* Compilación: Felipe E. García Martínez, Santiago, RIL editores, 2015.

Goffman, Erving. (2006), *Estigma. La identidad deteriorada*, eds. Amorrortu, Buenos Aires-Madrid.

Goffman, Erving (1956, 1989, 2000), *La presentación de las personas en la vida cotidiana.* Buenos Aires, Ediciones Amorrortu.

Goldstein, Mirita. (2012), *Cutting: una práctica de nuestros tiempos*, Letras Urbanas, al borde del olvido, Buenos Aires.

Lipovetsky, G. (1986) *La era del vicio*, ed. Anagrama, Barcelona.

Organización Mundial de la Salud.(2000), *Mejorar el desempeño de los sistemas de salud* Ginebra.

Maussen, Paul y otros. (1991), *Desarrollo de la personalidad del niño*, Trillas, México.

Meza, Daniela. (2010), *Autolesión sin intencionalidad de suicidio: el afrontamiento del dolor emocional a través de las heridas*, tesina.

Organización Mundial de la Salud. *Informe sobre la Salud en el Mundo 2000.*

Sánchez, Hidalgo. (1982), *La Conducta en el Hombre*, Editorial EUDEBA, Buenos Aires.

Krippendorff, Klaus. (1990), *Metodología del análisis de contenido. Teoría y práctica*, Paidós Comunicación/39, México.

Webgrafía

A & M Psicología Andújar (2015) "Cutting, Risuka o SelfInjury: ¡Adolescentes!" *Blog de Psicología*[Blog] 26 AGOSTO, 2015 consultado: 23 de noviembre 2015 <https://aympsicologia.wordpress.com/2015/08/26/cutting-risuka-o-self-injury-adolescentes/>

Adrian, Triglia [Página web], consultado: 12 de agosto 2017, <https://psicologiaymente.net/clinica/psicodrama-jacob-levy-moreno#!>

Almanza E.(2012) "El cutting se convierte en la nueva droga para los adolescentes" [en línea] *El Observador*, 13 agosto consultado el 26 de noviembre 2015 <http://www.elobservador.mx/index.php/chihuahua/principales/16519-se-convierte-en-nueva-droga-el-qcuttingq-para-los-jovenes>

Arturo Torres [Página web], consultado: 12 de agosto 2017, <https://psicologiaymente.net/clinica/terapia-cognitivo-conductual>

"Aumenta práctica del 'cutting' en secundarias" [en línea] *Hoy Juárez* consultado: 13 de septiembre 2015 <http://www.juarez.hoy.com.mx/index.php/2013-11-22-10-46-01/item/1723-aumenta-practica-del-cutting-en-secundarias>

Carreto, Julio (2009) ¿Qué es estrategia? [En línea] *Plan Estratégico*, s.f. consultado el 13 de septiembre 2015 <http://planeacionestrategica.blogspot.mx/2008/07/qu-es-estrategia.html>

Centro de gestión Hospitalaria, *Enfoque Sistémico* [en línea], En: <http://www.cgh.org.co/temas/descargas/elenfoquesistemico.pdf> consultado: 11 de noviembre de 2015.

Cervantes, Y. (2013) "Detectan "cutting" en alumnos de secundaria en Quintana Roo"[en línea] *Diario Presente*, 08 de diciembre 2013 consultado: 13 de septiembre 2015 <http://www.diariopresente.com.mx/section/nacional/98082/detectan-cutting-alumnos-secundaria-quintana-roo/>

Claudia,Alberto,Fermanelli [pág. web] consultado: 16 de noviembre 2015,
[http://psicologaonline.es/Muerte de un Ser querido.html](http://psicologaonline.es/Muerte_de_un_Ser_querido.html)

Consejo Nacional contra las Adicciones (2008) Conceptos básicos sobre adicciones [en línea] En: Guía para el promotor de "Nueva Vida" (Capítulo 1.) México. Recuperado el 15 de Mayo del 2012 y consultado el 23 de noviembre 2015.
http://www.conadic.salud.gob.mx/pdfs/nueva_vida/prevad_cap1.pdf

Cortez Montero, Marisol. (2011), [página web] consultado 06 de noviembre 2015,
<http://www.autolesion.com/2011/06/27/adolescentes-que-se-autolesionan-cutting/>

Chárriez, Cordero Mayra.(2012), "Etnografía virtual y el análisis en la sociedad digital" [pág. web], consultado: 14 de noviembre,
<http://revistagriot.uprrp.edu/archivos/2012050104.pdf>

Cutting: una peligrosa tendencia juvenil que preocupa a las autoridades de Cali, Colombia (en línea), Noticias Caracol, 2015, consultado: febrero del 2016.
www.noticiascaracol.com/valle/cali/cutting-una-peligrosa-tendencia-juvenil-que-preocupa-a-las-autoridades-en-cali-colombia

De la Etnografía antropológica a la Etnografía virtual, Estudio de las relaciones sociales mediadas por Internet [en línea], consultado: 13 de noviembre 2015,
<http://www.saber.ula.ve/bitstream/123456789/28656/1/articulo4.pdf>

Desahogan adolescentes su dolor síquico con lesiones en la piel, (2014), *La Jornada*, 22 de septiembre de 2014, consultado: 11 de noviembre de 2015,
<http://www.jornada.unam.mx/2014/09/22/sociedad/040n1soc>

El Independiente Baja California Sur, Cutting; La moda de Cortarse la piel para aliviar un dolor mental [página web] consultado: 21 de noviembre 2015,
<http://diarioel Independiente.mx/2014/04/cutting-la-moda-de-cortarse-la-piel-para-aliviar-un-dolor-mental/>

“En México uno de cada 10 adolescentes se autolesiona” [en línea], *La Razón*, 04 de febrero de 2012, consultado: 06 de noviembre de 2015, <http://razon.mx/spip.php?article109298>

Espín, J. V. (2002). “El análisis de contenido: una técnica para explorar y sistematizar información”, *Revista de Educación*, vol. 4 Pp.95-105 consultado 18 de noviembre 2015 <http://rabida.uhu.es/dspace/bitstream/handle/10272/1913/b15141895.pdf?sequence=1>

Fernando, Pino [Página web], consultado: 18 de noviembre 2015, <http://www.cuerpoyarte.com/3821/tecnicas-de-escarificacion>

Gaceta parlamentaria, Número 3342-IV, martes 6 de septiembre de 2011 [página web] consultado 21 de noviembre 2015, <http://gaceta.diputados.gob.mx/Black/Gaceta/Anteriores/61/2011/sep/20110906-IV/Iniciativa-23.html>

Gómez De Anda, L. (2012) ‘En México uno de cada 10 adolescentes se autolesiona’ [en línea] *La Razón*, 4 de febrero, consultado el 13 de septiembre <http://www.razon.com.mx/spip.php?article109298>

Gómez Maqueo E y Emilia Lucio Gómez Maqueo(2012), [pág. web], consultado: 06 de noviembre de 2015, http://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2012_804.html

Heridas de Placer: el “cutting” a la alza en Saltillo [en línea], *Zócalo Saltillo*, 05 de junio 2013, consultado: 09 de noviembre 2015, <http://www.zocalo.com.mx/seccion/articulo/heridas-de-placer-el-cutting-a-la-alza-en-salttillo-1370236139>

IMJUVE, *Celebra imjuve la aprobación de la reforma en materia de adicciones*, 10 febrero 2012, 23:53 [pag. Web.] Consultado: 31 mayo 2016, http://www.imjuventud.gob.mx/pagina.php?pag_id=144

IMJUVE, *Introducción*, 25 marzo 2015, 22:04 [pag. Web.] Consultado: 31 mayo 2016, http://www.imjuventud.gob.mx/pagina.php?pag_id=1

IMJUVE, Atención psicológica, 26 febrero 2016, 17:16 [pag. Web.] Consultado: 31 mayo 2016, http://www.imjuventud.gob.mx/pagina.php?pag_id=1256

Lacan, Jacques. (1999), El Seminario, Libro 5: Las formas del inconsciente. Clase 13, Buenos Aires, Paidós. http://www.iztacala.unam.mx/erroncia/v9/litorales_6.html

Suicidio en México, una realidad social – julio 2012 impres.com

<http://www.rcpsych.ac.uk/healthadvice/translations/spanish/tcccbt.aspx>

ANEXOS

