

02

EDUCACIÓN SOBRE AUTORREGULACIÓN DE LA CONDUCTA Y ESTABILIDAD EMOCIONAL EN PPL PARA SU REHABILITACIÓN INTEGRAL

EDUCATION ON SELF-REGULATION OF BEHAVIOR AND EMOTIONAL STABILITY IN PPL FOR YOUR COMPREHENSIVE REHABILITATION

Bolívar David Narvárez Montenegro ¹

E-mail: ua.bolivarnarvaez@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4695-3398>

Verónica Fernanda Flores Hernández ¹

E-mail: vf.floresh@uta.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6409-0728>

Pablo Emerly Espinoza Pico ¹

E-mail: ua.pabloep80@uniandes.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-2768-5912>

*Autor para correspondencia

¹Universidad Regional Autónoma de Los Andes, Ambato. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Narvárez Montenegro, B. D., Flores Hernández, V. F., y Espinoza Pico, P. E. (2024). Educación sobre autorregulación de la conducta y estabilidad emocional en PPL para su rehabilitación integral. *Revista Conrado*, 20(100), 18-27.

RESUMEN

La educación sobre autorregulación de la conducta y estabilidad emocional emerge como un factor crucial en la rehabilitación de personas privadas de libertad (PPL). Este estudio, de índole bibliográfico-documental, tiene como objetivo primordial diseñar intervenciones educativas que promuevan la autorregulación y estabilidad emocional. Con enfoque transversal desde la Psicología Clínica, que brinda una perspectiva integral para abordar las necesidades emocionales y comportamentales de este grupo poblacional. Se realizó una revisión documental de las fichas de 120 Personas Privadas de Libertad (PPL) para identificar las alteraciones emocionales. Entre las más frecuentes se encontraron los trastornos de ansiedad; problemas para controlar los impulsos; agresividad y comportamientos violentos y necesidades de autorregulación emocional. Se aportó un programa educativo para enseñar a las PPL el manejo y autorregulación de su conducta, así como a los trabajadores de estos centros para que contribuyan en ese sentido.

Palabras clave:

Autorregulación, educación, conducta, centros penitenciarios

ABSTRACT

Education on self-regulation of behavior and emotional stability emerges as a crucial factor in the rehabilitation of people deprived of liberty. This study, of a bibliographic-documentary nature, has as its primary objective to design educational interventions that promote self-regulation and emotional stability. With a transversal approach from Clinical Psychology, which provides a comprehensive perspective to address the emotional and behavioral needs of this population group. A documentary review of the files of 120 Persons Deprived of Liberty (PPL) was carried out to identify emotional alterations. Among the most frequent were anxiety disorders; problems controlling impulses; aggressiveness and violent behaviors and emotional self-regulation needs. An educational program was provided to teach the PPL the management and self-regulation of their behavior, as well as the workers of these centers to contribute in this regard.

Keywords:

Self-regulation, education, self-regulation, behavior, penitentiary centers.

INTRODUCCIÓN

Los sistemas penitenciarios a nivel global se esfuerzan intensamente por reintegrar a las Personas Privadas de Libertad (PPL) a la sociedad. Sin embargo, este proceso ha experimentado fallas en diversos casos. Al momento de obtener la libertad, muchos individuos se encuentran desorientados al enfrentarse a la vida fuera de su rutina carcelaria, donde sus comportamientos están guiados por sus superiores. Un considerable número de “ex PPL” caen en patrones de conducta violenta, desencadenando la comisión de delitos. Ante esta problemática, se propone dirigir la investigación hacia la educación de la población penitenciaria en la autorregulación, con la esperanza de mejorar su capacidad para tomar decisiones (Zubieta y Gallardo, 2020).

La importancia de la salud mental y la estabilidad emocional en las Personas Privadas de Libertad (PPL) no puede subestimarse, ya que estas condiciones son fundamentales para el bienestar general y la reintegración exitosa a la sociedad. En muchos casos, las PPL enfrentan desafíos significativos relacionados con la salud mental, a menudo exacerbados por el entorno carcelario. La falta de acceso a servicios de salud mental adecuados puede contribuir a la aparición o agravamiento de trastornos mentales. Este hecho afecta negativamente la capacidad de adaptación y la calidad de vida en el entorno penitenciario (Vallejos y Cesoni, 2020).

La estabilidad emocional desempeña un papel crucial en el comportamiento y las interacciones diarias de las PPL. Un equilibrio emocional precario puede conducir a conflictos internos y externos, aumentando la probabilidad de conductas disruptivas o violentas (Chinchilla-Borbón et al., 2019). La implementación de programas que aborden específicamente la salud mental y promuevan la estabilidad emocional dentro de las instituciones penitenciarias es esencial para fomentar un entorno más seguro y propicio para la rehabilitación (Tello et al., 2021). Además, reconocer y abordar las necesidades emocionales de las PPL no solo beneficia a los individuos directamente afectados, sino que también tiene implicaciones más amplias para la sociedad en su conjunto. La rehabilitación exitosa no solo implica la corrección de comportamientos delictivos, sino también la promoción de la salud mental y emocional (Baltán, 2019).

Las personas privadas de libertad (PPL) a menudo exhiben una variedad de alteraciones psicológicas que resultan de la complejidad y rigidez del entorno carcelario. Uno de los desafíos más comunes es la alta prevalencia de trastornos de ansiedad y depresión (Aguirre y Castro, 2020). El confinamiento, la incertidumbre y la pérdida de

autonomía pueden contribuir al desarrollo o agravamiento de estos trastornos, afectando la salud mental de las PPL. Otra alteración psicológica relevante es el trastorno de estrés postraumático (TEPT), especialmente en aquellos que han experimentado eventos traumáticos antes o durante su tiempo en prisión (Gil et al., 2019).

La exposición a la violencia, el abuso o la segregación puede dejar secuelas psicológicas duraderas, afectando la capacidad de las PPL para adaptarse a la vida cotidiana y participar en programas de rehabilitación. La adicción también es una preocupación significativa, ya que muchos individuos privados de libertad tienen historias de abuso de sustancias. El consumo de drogas puede ser tanto una causa como una consecuencia del encarcelamiento, creando un ciclo que complica aún más la salud mental y el bienestar emocional de las PPL. La agresividad y el control de impulsos, también representan desafíos significativos en el contexto de personas privadas de libertad (Siles, 2021).

Muchos individuos que cumplen condena pueden manifestar comportamientos agresivos, que a menudo son el resultado de tensiones acumuladas, conflictos internos y experiencias traumáticas. La falta de habilidades para canalizar la frustración y la ira de manera saludable contribuye a un ciclo de conductas disruptivas, generando conflictos tanto dentro como fuera de las instalaciones penitenciarias. Cuando se aborda el tema de la impulsividad, es crucial recordar que este fenómeno puede ser patológico. La impulsividad, ya sea en mayor o menor medida, es un rasgo normal de la personalidad y, en ciertos casos, facilita respuestas adaptativas (Medina y Pacheco, 2020).

El control de impulsos se convierte en un elemento clave para la rehabilitación exitosa de las personas privadas de libertad. La incapacidad para regular reacciones impulsivas puede conducir a situaciones conflictivas, afectando negativamente las relaciones interpersonales y dificultando la participación en programas de reintegración. Por lo tanto, la implementación de programas educativos específicos que aborden la agresividad y promuevan el control de impulsos se vuelve esencial. Estos programas educativos pueden incluir técnicas de manejo del estrés, sesiones de terapia focalizadas en la autorregulación y estrategias prácticas para la toma de decisiones reflexivas, contribuyendo así a la construcción de entornos penitenciarios más seguros y favoreciendo la reintegración positiva en la sociedad (Medina y Pacheco, 2020).

Es esencial abordar estas alteraciones psicológicas mediante intervenciones adecuadas que incluyan servicios de salud mental, programas de rehabilitación y

estrategias de apoyo emocional. Reconocer la complejidad de estas cuestiones es crucial para diseñar sistemas penitenciarios que no solo castiguen, sino que también aborden y mitiguen las consecuencias psicológicas adversas asociadas con la privación de libertad.

La autorregulación de la conducta y las emociones adquiere una importancia crucial en el contexto de personas privadas de libertad en Ecuador. El sistema penitenciario enfrenta el desafío de reintegrar a individuos a la sociedad, y la capacidad de autorregularse desempeña un papel fundamental en este proceso. Muchos de los reclusos pueden carecer de las habilidades necesarias para gestionar sus emociones y comportamientos de manera efectiva, lo que puede llevar a conflictos internos y tensiones en el entorno carcelario (Vargas, 2021). La autorregulación no solo beneficia al individuo privado de libertad, sino que también tiene implicaciones positivas para la sociedad en general. Al educar a las personas con las herramientas necesarias para controlar sus emociones y comportamientos, se crea un entorno más propicio para la rehabilitación exitosa y la reducción de la reincidencia, contribuyendo así a la construcción de comunidades más seguras y saludables en Ecuador.

En Ecuador, la falta de programas educativos centrados en la autorregulación puede contribuir a la reincidencia y a la dificultad de adaptación después de cumplir una condena. La implementación de intervenciones educativas que se enfoquen en desarrollar habilidades de autorregulación emocional y conductual se vuelve esencial para mejorar las perspectivas de rehabilitación. Esto podría incluir programas de educación emocional, sesiones de terapia cognitivo-conductual y estrategias prácticas para la toma de decisiones conscientes. Estas prácticas han demostrado ser efectivas para mejorar la autorregulación emocional y reducir el estrés (Soria y Oviedo, 2022).

La creación de grupos de apoyo y discusión dentro de las instalaciones penitenciarias también puede ser beneficioso. Estos grupos permitirían a las personas compartir experiencias, expresar sus emociones de manera constructiva y recibir retroalimentación positiva. La participación en actividades artísticas y recreativas, como la música o la pintura, puede servir como una forma creativa de expresión emocional y un medio para fomentar la autorreflexión. Además, se pueden incorporar técnicas de meditación y mindfulness en el programa educativo. Al proporcionar a las personas privadas de libertad herramientas prácticas y recursos psicológicos, se crea un entorno propicio para el aprendizaje y el desarrollo de habilidades que contribuyen positivamente a su salud mental y emocional (Maliza et al., 2020).

Implementar acciones educativas a nivel psicológico puede ser fundamental para que las personas privadas de libertad adquieran habilidades de autorregulación y estabilidad emocional. Se pueden llevar a cabo sesiones de terapia cognitivo-conductual, donde se aborden patrones de pensamiento negativos y se enseñen estrategias para cambiar comportamientos impulsivos. Además, se podrían ofrecer programas de educación emocional que proporcionen a los individuos herramientas prácticas para identificar, comprender y gestionar sus emociones de manera saludable.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se ha buscado realizar un análisis bibliográfico-documental de naturaleza multidisciplinaria en la metodología, adoptando un enfoque transversal que abarca tanto la Psicología Clínica como el Derecho. El objetivo es proponer acciones educativas y garantizar que la legislación se vincule estrechamente con la salud y el bienestar de la población objeto de estudio. Aportando acciones educativas que pueden ser efectivas en el logro de objetivos importantes como la educación de las PPL en cuanto a la autorregulación de su comportamiento.

En la elaboración de los antecedentes, se siguieron los siguientes enfoques:

- Enfoque Analítico-Sintético: el problema fue abordado desde sus partes individuales hacia el conjunto. Se examinaron los elementos del conjunto para desarrollar un concepto, empleando un proceso analítico-sintético. Este proceso siguió una serie de pasos, comenzando con la observación de los hechos, que fueron registrados, analizados y contrastados. Se analizó la información recopilada, se identificaron patrones, se realizaron generalizaciones para obtener una explicación. Este método facilitó el análisis de los síntomas y alteraciones emocionales frecuentes en las personas privadas de libertad (PPL).
- Enfoque Inductivo-Deductivo: se parte de los resultados encontrados en la revisión bibliográfica, para hacer inferencias sobre el fenómeno estudiado. Luego se procede a realizar aportes desde lo educativo como solución a la problemática encontrada.

Metodología a seguir:

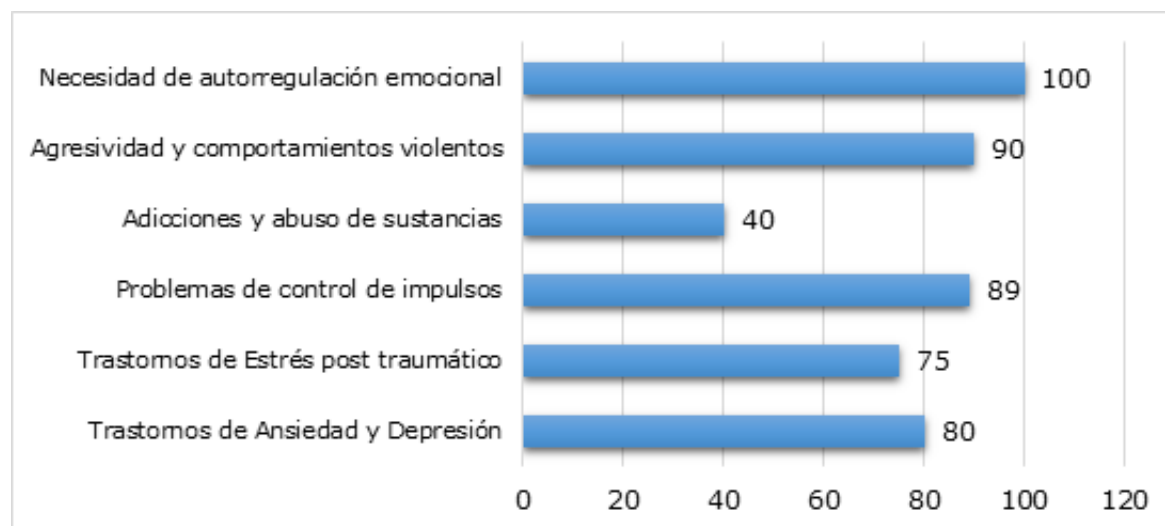
1. Realizar búsqueda bibliográfica: para la búsqueda de la bibliografía se consultaron sitios como Elsevier, Scielo, Pubmed, y la biblioteca digital de la Universidad de los Andes y otras revistas de relevancia.
2. Revisar las fichas de los 120 individuos que conformaron la muestra en este estudio, para resumir las alteraciones psicológicas y emocionales frecuentes y comunes en estos.

3. Entrevistar a personal del centro penitenciario para contrastar esta información obtenida, y tomar sus criterios según la experiencia.
4. Diseñar acciones educativas sobre autorregulación de la conducta para las PPL en los diferentes centros penitenciarios del país.
5. Proponer acciones educativas formativas para los trabajadores de estos centros.

RESULTADOS

Se realiza una revisión documental de las fichas de un total de 100 PPL, para hacer un resumen de las principales alteraciones psicológicas encontradas. Con el fin de elaborar acciones educativas desde el punto de vista de la psicología clínica, que permitan trabajar esos síntomas o alteraciones presentes en esta población. Figura 1

Figura 1. Alteraciones emocionales de las PPL de la muestra



Fuente: elaboración propia

- Los Trastornos de Ansiedad y Depresión están presentes en el 80% de los reclusos. La naturaleza restrictiva y desafiante de la vida en prisión ejerce una presión constante sobre los individuos, generando un impacto significativo en su bienestar emocional y comprometiendo su capacidad intrínseca de adaptación. La rigidez del ambiente penitenciario, caracterizado por la pérdida de libertad, la convivencia forzada y la exposición a situaciones estresantes, crea un caldo de cultivo propicio para el desarrollo de trastornos psicológicos. Además, la ausencia de recursos terapéuticos adecuados y el estigma asociado a la salud mental dentro de contextos penitenciarios agudizan la situación. La falta de acceso a intervenciones educativas y psicológicas efectivas dificulta la mitigación de estos trastornos, perpetuando un ciclo pernicioso que afecta profundamente la calidad de vida de los reclusos.
- El Trastorno de Estrés Postraumático (TEPT) se encuentra en el 75% de los casos. Este trastorno, con frecuencia, se asocia directamente con experiencias traumáticas que han marcado la vida de los individuos, ya sea antes de su ingreso a prisión o durante su periodo de encarcelamiento. Las vivencias traumáticas, que van desde abusos previos hasta eventos perturbadores dentro del sistema penitenciario, desencadenan y alimentan la manifestación de este trastorno. La interacción con un entorno hostil, la exposición a situaciones de violencia y la pérdida de seguridad personal contribuyen de manera significativa a la exacerbación del TEPT. Su influencia se manifiesta claramente en la agresividad, donde los individuos afectados pueden mostrar respuestas exacerbadas y dificultades para controlar impulsos violentos. Además, la presencia del TEPT complica sustancialmente el proceso de rehabilitación, creando un obstáculo adicional para la reintegración efectiva a la sociedad.
- Los problemas de control de impulsos están presentes en el 89% de la muestra. Este hecho no solo refleja la magnitud del desafío en el ámbito penitenciario, sino que también evidencia la complejidad de la gestión emocional en un entorno caracterizado por tensiones y restricciones. La falta de control impulsivo se traduce con frecuencia en comportamientos disruptivos, generando conflictos internos y exacerbando la ya desafiante dinámica de la vida en

prisión. Este estado de descontrol, en muchos casos, no se limita a manifestaciones individuales, sino que puede desencadenar situaciones conflictivas a nivel interpersonal, aumentando la tensión dentro del entorno carcelario.

- Además, los Problemas de Control de Impulsos no solo se circunscriben al ámbito interno de la prisión, sino que tienen repercusiones significativas en la participación de los reclusos en programas de reintegración. La dificultad para gestionar impulsos puede actuar como un obstáculo formidable, comprometiendo la efectividad de estos programas destinados a facilitar la transición exitosa de los individuos de vuelta a la sociedad. En este contexto, abordar de manera integral los Problemas de Control de Impulsos no solo implica intervenciones a nivel individual, sino también la implementación de estrategias educativas sistémicas que promuevan la autorregulación emocional y proporcionen herramientas efectivas para la gestión de impulsos.
- Las adicciones y abuso de sustancias se encuentra en 40% de los casos. Generalmente asociados a historias de abuso de drogas como factor relevante. Este hecho tiene un alto impacto en la salud mental y relaciones interpersonales. La conexión intrínseca entre las adicciones y el abuso de sustancias no solo impacta directamente la estabilidad mental de los reclusos, sino que también reverbera en sus relaciones interpersonales. El consumo de sustancias adictivas dentro del entorno carcelario crea una red de desafíos, generando conflictos entre los reclusos y afectando la cohesión dentro de la comunidad carcelaria. En consecuencia, la abordación efectiva de las adicciones y el abuso de sustancias en el contexto penitenciario no solo requiere medidas de tratamiento individualizado, sino también la implementación de programas educativos integrales que promuevan la prevención, la conciencia sobre los riesgos asociados y el apoyo continuo para la rehabilitación.

La agresividad y los comportamientos violentos son parte del 90% de los casos revisados. Suelen ser manifestaciones de tensiones acumuladas y conflictos internos. Por los desafíos que enfrentan a veces para la seguridad tanto dentro como fuera de la prisión. Estos patrones conductuales no son meras coincidencias, sino manifestaciones profundas de tensiones acumuladas y conflictos internos que caracterizan la experiencia de los individuos en prisión. La agresividad, muchas veces, surge como una respuesta adaptativa a la presión constante del entorno carcelario. Estos desafíos no solo afectan la seguridad dentro de la prisión, sino que también plantean amenazas significativas para la seguridad tanto dentro como fuera de la institución.

- La incapacidad para gestionar constructivamente las tensiones internas puede resultar en situaciones violentas que trascienden los límites de la prisión, generando riesgos adicionales para la sociedad en general. Es por ello, la necesidad innimente de implementar estrategias educativas que aborden las raíces de la agresividad y los comportamientos violentos. No se trata únicamente de contener dichas manifestaciones, sino de proporcionar herramientas efectivas para la gestión de conflictos, promoviendo así un ambiente más seguro y propicio para la rehabilitación de los reclusos. El abordaje integral de estas problemáticas contribuirá significativamente a la reducción de la violencia tanto dentro como fuera del sistema penitenciario.
- La totalidad, el 100%, de los reclusos se encuentra de alguna manera en la necesidad de desarrollar habilidades de autorregulación emocional. Esta demanda es directamente atribuible a la carencia generalizada de destrezas para gestionar eficazmente las emociones en un entorno tan desafiante como el carcelario. La ausencia de estas habilidades fundamentales no solo refleja la complejidad emocional que enfrentan los individuos en prisión, sino que también destaca un área crucial para intervenir en aras de la adaptación y la reducción de la reincidencia. La falta de herramientas para manejar las emociones puede convertirse en un factor determinante en la predisposición a comportamientos disruptivos y en la dificultad para enfrentar los desafíos de la vida tanto dentro como fuera de la prisión.
- Trabajar de manera efectiva sobre este hecho es de suma importancia, ya que la autorregulación emocional no solo es esencial para el bienestar individual, sino que también desempeña un papel crucial en el proceso de rehabilitación. La implementación de programas educativos en las prisiones que se centren en el desarrollo de estas habilidades se erige como una estrategia clave para empoderar a los reclusos. Es importante brindarles las herramientas necesarias para gestionar de manera constructiva sus emociones y contribuyendo así a un ambiente carcelario más equilibrado y propicio para la adaptación exitosa.
- La opinión de los trabajadores del sistema penitenciario en Ecuador sobre el comportamiento de las personas privadas de libertad (PPL) varía, reflejando la complejidad de la dinámica carcelaria. Algunos trabajadores destacan la necesidad de abordar las condiciones que contribuyen a las alteraciones psicológicas de las PPL, como la sobrepoblación y la falta de programas de rehabilitación efectivos. Otros subrayan la importancia de un enfoque integral que considere tanto la seguridad como la salud mental de los reclusos. Las principales alteraciones psicológicas, según sus observaciones, abarcan desde el estrés posttraumático, la falta de control de impulsos, la violencia, hasta

la depresión. Resaltando la urgencia de implementar estrategias educativas que promuevan el bienestar emocional en el sistema penitenciario ecuatoriano.

Las acciones educativas de orden psicológico son esenciales para las personas privadas de libertad por varias razones fundamentales. En primer lugar, la mayoría de los individuos que cumplen condena enfrentan desafíos emocionales y psicológicos significativos. La falta de habilidades para manejar estas cuestiones puede perpetuar ciclos de comportamiento negativo y afectar negativamente la rehabilitación. En segundo lugar, la reintegración exitosa a la sociedad después de cumplir una condena requiere un conjunto sólido de habilidades psicológicas, como la autorregulación de la conducta y la estabilidad emocional.

Además, las acciones educativas no solo benefician al individuo, sino que también contribuyen a la seguridad y el bienestar general dentro de las instituciones penitenciarias. Al equipar a las personas privadas de libertad con herramientas para comprender y gestionar sus emociones, se crea un entorno más pacífico y propicio para la rehabilitación. En última instancia, estas acciones educativas juegan un papel fundamental en la transformación positiva de los individuos y en la reducción de la reincidencia, promoviendo así comunidades más seguras y saludables.

Ante esta posibilidad, es necesario presentar una propuesta de solución que tenga criterio científico, donde la Psicología sea la que plantee el mecanismo adecuado para trabajar con los PPL. Si se toma en consideración que las posibilidades de estas personas con problemas conductuales reincidan en la ejecución de actos de violencia es alto si no se trata adecuadamente. Y por el contrario, si los Estados aplican mecanismos que tiendan a luchar contra la reincidencia delictiva, se contara con una política. Para de esta forma garantizar el derecho a la seguridad a la que todas las personas pueden disfrutar, en un entorno de vida donde no se ponga en peligro del derecho a la integridad física, mental y la vida misma de las personas.

Como alternativa de para garantizar los derechos ciudadanos se concluye que el sistema penitenciario, al incluir en sus normativas procesos de psicoeducación en autorregulación de la conducta, lograría dotar a los PPL de herramientas para su vida fuera de una condena y lejos de reincidencias violentas aportando así a su mejor toma de decisiones. Se propone desarrollar las siguientes acciones educativas:

1. Evaluación: la evaluación permite identificar áreas específicas de intervención, personalizando el enfoque

educativo para abordar las necesidades individuales de cada persona, maximizando así la eficacia del programa. Realizar evaluaciones psicológicas para comprender las necesidades individuales.

2. Talleres terapéuticos: los talleres proporcionan un espacio estructurado para aprender y practicar estrategias de manejo del estrés, promoviendo la conciencia y la adopción de técnicas que contribuyen a la estabilidad emocional y conductual. Impartir talleres sobre manejo del estrés, gestión emocional y resolución de conflictos.
3. Terapia individual y grupal: facilitar un espacio para abordar problemas específicos y el apoyo mutuo entre los participantes, fomentando un ambiente de comprensión y solidaridad. Ofrecer sesiones para abordar problemas específicos y fomentar el apoyo mutuo.
4. Programas de educación emocional: la educación emocional fortalece la capacidad de reconocer y gestionar emociones, mejorando la adaptabilidad y reduciendo la probabilidad de respuestas impulsivas o destructivas. Enseñar habilidades emocionales para mejorar la conciencia y regulación emocional.
5. Promoción de la resiliencia: fortalecer la resiliencia ayuda a las personas a enfrentar y superar adversidades, cultivando la capacidad de adaptarse positivamente a situaciones difíciles y construir una mentalidad más fuerte. Desarrollar actividades que fortalezcan la resiliencia y la adaptación positiva a situaciones adversas.
6. Entrenamiento en habilidades sociales: mejorar las habilidades sociales facilita una interacción más efectiva y constructiva, reduciendo conflictos y promoviendo relaciones saludables, tanto dentro de la población carcelaria como en su reintegración social. Facilitar la adquisición de habilidades sociales para mejorar las relaciones interpersonales.
7. Actividades recreativas y artísticas: proporcionar oportunidades creativas y recreativas para fomentar la expresión emocional y la autoexploración. Estas actividades proporcionan una vía creativa para la expresión emocional, ofreciendo una salida positiva a tensiones internas y promoviendo la autoexploración de emociones y experiencias.

Además, se podrían considerar acciones adicionales como programas de capacitación vocacional, apoyo en la planificación del futuro post-liberación y sesiones continuas de seguimiento para consolidar los aprendizajes y el progreso alcanzado. También se sugieren una serie de acciones educativas a realizar por parte de los trabajadores de los centros penitenciarios. Con el objetivo de garantizar un adecuado trato hacia las PPL, buscando

mejorar las alteraciones encontradas, y fundamentalmente, trabajar en el aprendizaje de autorregulación de la conducta. De este modo se estará velando desde lo educativo, por una adecuada rehabilitación integral de estas personas.

1. Implementar programas de sensibilización para que los trabajadores comprendan la diversidad cultural y contextos de vida de las personas privadas de libertad (PPL), promoviendo un trato respetuoso y culturalmente competente.
2. Ofrecer cursos que mejoren las habilidades de comunicación, facilitando interacciones más efectivas y empáticas entre los trabajadores y las PPL, promoviendo así un ambiente de diálogo constructivo.
3. Proporcionar herramientas para la gestión pacífica de conflictos, ayudando a los trabajadores a resolver disputas de manera constructiva y a mantener un ambiente más seguro y colaborativo.
4. Capacitar en aspectos básicos de salud mental para que los trabajadores comprendan las posibles condiciones psicológicas de las PPL, permitiendo una mejor interacción y apoyo adecuado.
5. Brindar formación continua sobre los derechos humanos y legales de las PPL, asegurando que los trabajadores estén informados y respeten plenamente los derechos civiles de las personas bajo su cuidado.
6. Proporcionar estrategias para manejar el estrés laboral, ya que los trabajadores de centros penitenciarios enfrentan entornos desafiantes, lo que contribuirá a un trato más equitativo y compasivo hacia las PPL.
7. Implementar programas que fomenten la empatía, ayudando a los trabajadores a comprender las experiencias y perspectivas de las PPL, fortaleciendo la conexión humana y mejorando el tratamiento.
8. Enseñar técnicas y estrategias de educación socioemocional para que los trabajadores puedan apoyar el desarrollo emocional y social positivo de las PPL, contribuyendo a su rehabilitación.

Estas acciones educativas buscan no solo mejorar la calidad de atención a las personas privadas de libertad, sino también crear un entorno más humano y respetuoso en los centros penitenciarios.

DISCUSIÓN

El problema del ejercicio injustificado e irracional de la violencia en el mundo es alarmante, lo que se halla reflejado en los altos índices de cometimientos de delitos que van desde una injuria hasta la privación de la vida de personas. Lo que conlleva a que sus ejecutores sean procesados y sean sancionados de conformidad con la

normativa jurídica de los Estados en los que el delito fue cometido. Dentro de este contexto, es necesario destacar, que un porcentaje importante de actos de violencia son ejecutados por personas que han sido sentenciadas por delitos anteriores, ante lo cual es preciso determinar el rol del Estado en el proceso de reinserción de las personas privadas de la libertad y la carencia de acciones educativas en ese sentido (González, 2018).

De acuerdo a lo planteado se puede afirmar, que el proceso de integración social involucra una serie de factores que trascienden hacia lo sociológico y psicológico, donde es necesario establecer a través de políticas de Estado. Contando con verdaderos procesos científicos que ayuden a las personas privadas de la libertad a reincorporarse al entorno social. Donde no sólo se limite la participación del Estado con el otorgamiento de espacios laborales que les permitan a través de un empleo sustentar su vida con honradez y dignidad. Sino que también involucra la aplicación de mecanismos científicos y educativos a través de herramientas psicológicas que ayuden al individuo privado de la libertad por un delito a enfrentar sus impulsos.

Resulta imperiosa la necesidad de que el Ecuador y los diferentes Estados del mundo adopten medidas urgentes y adecuadas. Es importante que permitan a un PPL reincorporarse a la sociedad. Otorgando cierta garantía de que su comportamiento no va a seguir significando un potencial peligro para todos los miembros de la sociedad, más si se tiene en cuenta que existen factores psicológicos que el PPL necesita trabajarlos. No se puede garantizar el derecho a la seguridad a la que tiene cada persona con individuos que pueden ejecutar acciones ilegales que pueden dañar a terceros, que muchas veces resultan inocentes y víctimas de delito (Betancourt et al., 2019).

En cuanto tiene que ver al tratamiento y asistencia a la salud mental de las personas que se encuentran privadas de la libertad, ha existido en el mundo una serie de debates y eventos que trataron sobre el tema de los reclusos. Un ejemplo de esto es el que realizó en el año de 1955 las Naciones Unidas reunidas en Ginebra Suiza, donde establecieron dentro de las Reglas mínimas para el tratamiento de los reclusos. Esto ha conllevado a que varios Estados del mundo adopten políticas que tiendan a la rehabilitación de los reclusos, en un marco de respeto a su salud mental y dignidad, así existen países como Austria, Escocia, Nueva Zelanda, Suecia, Noruega, Suiza, tienen programas de rehabilitación que se preocupan por el individuo no solo en su bienestar físico sino mental. Así que la creación y aplicación de mecanismos de rehabilitación para las personas privadas de la libertad si es posible (López-Flores y Vázquez-Martínez, 2021).

Aunque las diferencias culturales existen entre las sociedades de estos países con los de Latinoamérica, no es menos cierto que la implementación de estos mecanismos es factible. No se debe olvidar que los reclusos de aquellos países son tan seres humanos como lo son los reclusos de Latinoamérica. Así que, con las adaptaciones a la realidad de cada país, es posible aplicar lo hecho en los países anteriormente mencionados, y los resultados son evidentes, el grado de cometimiento de delitos no es el mismo que tiene Latinoamérica. Por tanto, es necesario comparar lo que se está haciendo en los países mencionados, en especial a la preocupación y al trato que se le da a la salud mental de las personas privadas de la libertad. Cuya finalidad ha de ser intentar ayudar al individuo en el contexto psicológico a reinsertarse a la sociedad (Baque y Rodríguez, 2023).

Estudios coinciden con la investigación al afirmar que sería conveniente configurar y estructurar los procedimientos penales y las actuaciones que se realizan en los mismos desde el conocimiento de la influencia de la impulsividad en las conductas objeto de los mismos. Es necesario desarrollar una sensibilidad especial para el tratamiento de dichas conductas, que cada vez son más frecuentes; sensibilidad que provendrá del conocimiento de las características y consecuencias de dicha impulsividad. Además se debe contar con estudios técnico-jurídicos y de especialistas psiquiátricos y psicológicos para mejorar el conocimiento de esta realidad, el estudio y el tratamiento (Gil et al., 2019).

Investigaciones como la DiClemente (2008), citado por (Baque y Rodríguez, 2023), también coinciden en que el tratamiento penitenciario es fundamental para conseguir los objetivos de reeducación y de reinserción social. Dicho tratamiento debe ser individualizado, dinámico, continuo y entre otros aspectos, voluntario. En ningún momento se puede coaccionar a los internos/as para que participen en ellos. Los internos/as tienen que darse cuenta de sus carencias y necesidades, las cuales les han llevado a cometer uno o varios delitos y que su tratamiento sería un factor de protección de cara a una posible reincidencia. En estos casos, se hace imprescindible la labor de motivación al tratamiento por parte de los diferentes profesionales de instituciones penitenciarias. Dicha labor consiste en la concienciación por parte del interno/a de su problemática y que posteriormente pueda tomar la decisión libremente de participar en los programas específicos de tratamiento que se ajusten a su situación.

Varios estudios muestran la impulsividad asociada a tres factores principales: actuar ante una situación sin la implicación directa de las funciones ejecutivas, aumento de la velocidad de respuesta y la necesidad de obtener

gratificación o reconocimiento. El déficit de autorregulación aporta a generar comportamientos poco acordes a la situación que se presente y desde luego fuera de la aceptación del entorno social, de la misma forma afectaría a procesos anclados a la toma de decisiones como la desinhibición del comportamiento y la toma de decisiones. Tradicionalmente, la impulsividad ha sido descrita según las alteraciones psicopatológicas identificadas en el ser humano. Con el paso del tiempo la psicología del desarrollo, la neuropsicología y la misma neuroanatomía han brindado nuevos conocimientos en torno a esta manifestación comportamental de los seres vivos (Medina y Pacheco, 2020).

Barkley define a la impulsividad como la característica que permite retrasar e interrumpir respuestas para alcanzar los objetivos. La autorregulación emocional y motivacional es otra de las funciones ejecutivas descrita por este autor y que están relacionadas con la incapacidad de inhibición conductual. Esta última permite que el individuo tenga la posibilidad de controlar sus emociones y motivaciones para así dirigir sus acciones hacia una meta. La regulación emocional y la abstención de emitir respuestas inadecuadas son complementarias pero diferentes comportamentalmente, e incluso otorga un valor más relevante al autorregulación, argumentando que el déficit en esta habilidad (impulsividad) traería consigo el deterioro de otras funciones como la planificación y la flexibilidad cognitiva (Baque y Rodríguez, 2023).

Se estima que existe mayor prevalencia de dificultades de autorregulación en población reclusa cuando esta realidad está asociada a patologías mentales, uso y abuso de alcohol o drogas, comorbilidad con trastornos de la personalidad. Esta problemática se asocia con factores como el poco contacto familiar y social sumado a los estresores ambientales. Entre los tipos de personalidad más prevalentes en la población carcelaria se encuentra la personalidad antisocial, seguida por la personalidad límite, paranoide y narcisista (Tello et al., 2021).

Dentro de la neuropsicología se presentan varias opciones prácticas de autorregulación, por ejemplo, se puede citar la prueba Stroop que permite evaluar la capacidad de inhibición de una conducta. En este caso el mencionar el color de una palabra sin tener en cuenta su significado; la prueba Matching familiar figures que permite que la persona con un adecuado nivel de inhibición tiende a considerar varias posibilidades antes de tomar una decisión. Mientras que una persona impulsiva tiende a elegir rápidamente una respuesta sin tener en cuenta las alternativas; entre otras (Baque y Rodríguez, 2023).

Tomando en cuenta que en todos están presentes ciertos niveles de impulsividad, es fundamental educar a la población penitenciaria en adquirir habilidades de autorregulación conductual. Debido a que, al haberse encontrado por mucho tiempo alejados de una realidad externa podrían, casi siempre, no lograr manejarse adecuadamente en un contexto prácticamente desconocido. Es por lo argumentado que se ve la necesidad de instaurar en el sistema penitenciario la psicoeducación en autorregulación de la conducta y por ende la evaluación de esta función previa a obtener la libertad de las personas privadas de libertad.

Es necesario mencionar que, para la aplicación de cualquier mecanismo psicológico y educativo, hay que acompañar otras medidas, como el hacinamiento carcelario, evitar el consumo de sustancias estupefacientes y psicotrópicas, así como una adecuada ubicación de las personas privadas de libertad dentro de las cárceles de acuerdo a su nivel de peligrosidad y agresividad. También contar con espacios físicos que permitan llevar una vida con aceptable dignidad, entre otros factores que deben tomarse en cuenta por parte de los Estados. Como quedó manifestado anteriormente, la rehabilitación no depende única y exclusivamente de la aplicación de un mecanismo científico-psicológico, sino de una serie de elementos que juntos puedan construir un verdadero programa de rehabilitación que dé a la sociedad cierta garantía de que los PPL no vuelvan a reincidir en el cometimiento de actos violentos contra terceros.

CONCLUSIONES

El trabajar en procesos de autorregulación de la conducta en personas privadas de libertad es importante para procurar su rehabilitación social, tomando en cuenta diferentes aspectos como características de personalidad y niveles de madurez. Y de funciones superiores que permitan garantizar sus derechos humanos y los derechos de las personas con las que tengan interacción. Los procesos de autorregulación son importantes en el modelamiento de la conducta del ser humano, estos permitirán que la persona genere comportamientos adecuados en el ámbito social, familiar, laboral, al que desee reinsertarse posterior al cumplimiento de su pena o sentencia. Es necesario que en los centros penitenciarios de Ecuador se desarrollen acciones educativas para lograr la rehabilitación integral de las PPL. Por lo que se propone extender las acciones educativas aquí propuestas a los demás centros y nutrirse de la experiencia de quienes lo hayan aplicado en su contexto social.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, J. M. L. y Castro, A. V. C. (2020). Alteraciones psicológicas vinculadas a la privación de libertad en medio de la pandemia COVID-19. *RECIMUNDO: Revista Científica de la Investigación y el Conocimiento*, 4(4), 410-427. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8003975>
- Baltán, L. A. (2019). Enfoque criminológico del derecho al trabajo de las personas privadas de libertad en el Ecuador. *Utopía y praxis latinoamericana*, 24(2), 190-218. <https://www.redalyc.org/journal/279/27961118013/27961118013.pdf>
- Baque, M. T. y Rodríguez, A. R. (2023). Intervención psicoeducativa en el proceso de rehabilitación en las personas privadas de libertad: una revisión bibliográfica. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(1), 59-69. <https://editorialalema.org/index.php/pentaciencias/article/view/403>
- Betancourt, A. S. G., Núñez, K. T. C., Granda, J. R. C., y Ramos, H. S. S. (2019). Derecho a la educación de las personas privadas de libertad en el "Centro de Privación de Libertad" de Santo Domingo. *UNIANDDES Episteme. Revista de Ciencia, Tecnología e Innovación*, 6, 952-965. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/EPISTEME/article/view/1788>
- Chinchilla-Borbón, I., Zúñiga-Campos, P., y Román, R. (2019). Rasgos psicopáticos en personas privadas de libertad: un análisis de correlación de reincidencia con el PCL-R en el Centro de Atención Institucional de San José. *PsicoInnova*, 3(1), 1-16. <https://www.unibe.ac.cr/ojs/index.php/psicoinnova/article/view/24>
- Gil, L. J. G., Jonsson, R. A., Lliteras, A. B. L., Rizo, N. H. M., y Romo, P. S. (2019). La psicología penitenciaria: modos de comprender la intervención psicológica por parte de los internos. *Sincronía*, (75), 386-404. <https://www.redalyc.org/journal/5138/513857794019/513857794019.pdf>
- González, J. P. (2018). Los derechos humanos de las personas privadas de libertad. Una reflexión doctrinaria y normativa en contraste con la realidad penitenciaria en Ecuador. *Revista Latinoamericana de Derechos Humanos*, 29(2), 189-208. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/derechoshumanos>
- López-Flores, E. A. y Vázquez-Martínez, D. S. (2021). Protección del derecho a la salud de las personas privadas de la libertad por su condición de vulnerabilidad en Ecuador. *Dominio de Las Ciencias*, 7(2), 642-669. <https://dominiodelasciencias.com/ojs/index.php/es/article/view/1821>
- Maliza, M. E. M., Gaibor, E. M. H., Jaramillo, M. S. I., y Tixi-Torres, D. F. (2020). Rehabilitación y reinserción social una quimera para los privados de libertad. *Debate Jurídico Ecuador*, 3(2), 165-177. <https://revista.uniandes.edu.ec/ojs/index.php/DJE/article/view/1949>

- Medina, M. M. L. y Pacheco, J. H. (2020). Situación de salud de la población privada de la libertad en Colombia. Una revisión sistemática de la literatura. *Revista Gerencia y Políticas de Salud*, 19, 1-26. <https://www.redalyc.org/journal/545/54574759005/54574759005.pdf>
- Siles, A. (2021). Moradores de tinieblas: la jurisprudencia del Tribunal Constitucional peruano ante el derecho a la igualdad de personas privadas de libertad en centros penitenciarios. *Estudios constitucionales*, 19(1), 309-355. <https://www.scielo.cl/pdf/estconst/v19n1/0718-5200-estconst-19-01-309.pdf>
- Soria, D. B. P. y Oviedo, D. X. S. (2022). La rehabilitación y reinserción de la persona privada de libertad en el Ecuador. *Sociedad & Tecnología*, 5(2), 336-350. <https://institutojubones.edu.ec/ojs/index.php/sociedad/article/view/218>
- Tello, V. I. P., Samaniego, M. A. P., Pesantes, A. X. C., y Méndez, R. G. Y. (2021). Personalidad y distorsiones cognitivas sobre la mujer y el uso de la violencia en privados de libertad. *Centros: Revista Científica Universitaria*, 10(1), 1-16. <https://uptv.up.ac.pa/index.php/centros/article/view/1941>
- Vallejos, M. y Cesoni, O. M. (2020). Maltrato infantil, diferencias de género y sus implicaciones clínicas y criminológicas en personas privadas de su libertad. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 49(4), 271-278. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0034745019300034>
- Vargas, A. R. J. (2021). Programa de reinserción social para fortalecer el modelo de gestión penitenciaria en las personas privadas de libertad en la ciudad de Guayaquil, Ecuador 2020. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 5(5), 7493-7513. <https://www.ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/861>
- Zubiate, F. T. C. y Gallardo, C. A. F. (2020). Percepción social para reinserción de privados de libertad en Perú: Efecto del edentulismo. *Revista de ciencias sociales*, 26(2), 236-249. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7500755>