

Psicología Social de la Salud Promoción y prevención

© *Editorial El Manual Moderno* Fotocopiar sin autorización es un delito.



EL LIBRO MUERE CUANDO LO FOTOCOPIA
AMIGO LECTOR:

La obra que usted tiene en sus manos posee un gran valor. En ella, su autor ha vertido conocimientos, experiencia y mucho trabajo. El editor ha procurado una presentación digna de su contenido y está poniendo todo su empeño y recursos para que sea ampliamente difundida, a través de su red de comercialización.

Al fotocopiar este libro, el autor y el editor dejan de percibir lo que corresponde a la inversión que han realizado y se desalienta la creación de nuevas obras. Rechace cualquier ejemplar "pirata" o fotocopia ilegal de este libro, pues de lo contrario estará contribuyendo al lucro de quienes se aprovechan ilegítimamente del esfuerzo del autor y del editor.

La reproducción no autorizada de obras protegidas por el derecho de autor no sólo es un delito, sino que atenta contra la creatividad y la difusión de la cultura.

Para mayor información, comuníquese con nosotros:

Editorial El Manual Moderno S. A. de C. V.
Av. Sonora 206, Col. Hipódromo, 06100
México, D. F.

Editorial El Manual Moderno (Colombia), Ltda.
Carrera 12A N° 79-03/05
Bogotá, D.C.

Psicología Social de la Salud Promoción y prevención

Luis Flórez Alarcón

Psicología Social de la Salud - Promoción y prevención
LUIS FLÓREZ ALARCÓN

© 2007
ISBN: 958-9446-

Editorial El Manual Moderno (Colombia) Ltda.
E-mail info.colombia@manualmoderno.com
www.manualmoderno.com
Bogotá

Portada: *El sueño de Jacob*.
Óleo sobre lienzo.
José de Ribera, el Españaoleto, 1639.
Museo del Prado, Madrid.

Impreso en Colombia por

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducida, almacenada en sistema alguno de tarjetas perforadas o transmitida por otro medio –electrónico, mecánico, fotocopiador, registrador, etcétera– sin permiso previo por escrito de la Editorial.

All rights reserved. No part of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission in writing of the Publisher.



Manual Moderno®

y el diseño de la portada son marcas registradas de Editorial El Manual Moderno, S. A. de C. V.

Ficha Catalográfica

*En la vida hay que tener sueños y metas.
Si no los tienes, constrúyelos para que te iluminen.
Si los tienes, esfuérgate por realizarlos,
para que no sean solamente un haz luminoso...*

dedicatoria

*A Omaira, emblema de esfuerzo y de apoyo
a Kike y Xochitl, mi más preciado sueño*



Contenido

Prólogo	XI
Presentación	XVII
Capítulo 1: Significación psicológica de la promoción y de la prevención en salud	1
El estilo de vida y la atención del proceso salud-enfermedad	1
Significación psicológica de la promoción/prevenición en salud	8
La educación para la salud y su función en el campo de la promoción/prevenición	17
Capítulo 2: El desarrollo de la conducta saludable: un proceso segmentado por etapas	29
Aproximaciones de etapas a la explicación de la conducta saludable	34
El Proceso de Adopción de Precauciones (PAP)	35
El Modelo Transteórico (MTT)	45
La Aproximación de Procesos a la Acción Saludable (HAPA)	61

La motivación como disponibilidad al cambio	62
Capítulo 3: La fase motivacional en la adquisición de la conducta saludable: Procesos psicológicos subyacentes	69
Variables incorporadas en los modelos cognoscitivos acerca del comportamiento saludable	72
Descripción de los modelos.....	72
Algunas conclusiones acerca de los modelos cognoscitivos ...	85
Análisis de las barreras entre etapas	89
Barrera 1: La expectativa de reforzamiento-resultado	89
Barrera 2: La controlabilidad percibida y el papel de la utoefficacia	97
Barrera 3: Las actitudes normativas	102
Barrera 4: La toma de decisión de actuar o de no actuar	107
Capítulo 4: La fase volitiva en la adquisición de la conducta saludable: Planificación y manejo autocontrolado de las contingencias requeridas para la acción	121
El proceso del autocontrol	121
La relación del control individual con lo social y lo cultural ...	134
Apéndice: Procedimiento de autocontrol Prisa-No	145
Capítulo 5: Personalidad, emociones y conducta saludable ...	161
La personalidad y la conducta saludable	163
La vida emocional y la conducta saludable.....	175
Epílogo: Hacer o no hacer: El quid psicológico de la promoción/prevenición en salud	183
Referencias	189

Prólogo

La psicología de la salud es una disciplina científica que se ocupa de estudiar y de comprender el proceso salud-enfermedad, desde una mirada hecha a la luz de los principios que regulan el comportamiento humano. Es una visión bastante necesaria, pues nadie niega el valor de lo psicológico para explicar todo lo que le acontece al ser humano, en especial a su salud y a su calidad de vida; pero al mismo tiempo bastante marcada por la abundancia de aproximaciones conceptuales, que muchas veces rayan en lo especulativo, en una disciplina carente de un paradigma teórico dominante unificador. Desde la antigüedad –a través de los pensadores clásicos– hasta la modernidad, grandes corrientes psicológicas han penetrado al mundo de la salud y de la enfermedad para arrojar luces que permitan entender la manera como lo psicológico se integra con lo orgánico y con lo socio-cultural, para dar como resultado un estado determinado de salud o de enfermedad en el ser humano. Fruto de ello son importantes corrientes conocidas en la historia del pensamiento psicológico universal, tales como la medicina psicosomática, la psicología médica, la medicina conductual y, más recientemente, la psicoimmunología.

En Cuba, mi país, el surgimiento de un sistema social que ha privilegiado la salud de la gente como uno de sus grandes propósitos y

focos de interés, también ha llevado aparejado el desarrollo de todas las disciplinas científicas que se ocupan de estudiar y de aportar conocimientos que fomenten la calidad de la vida humana. La psicología de la salud no es una excepción, y eso se refleja en el surgimiento y la consolidación del Grupo de Psicología del Ministerio de Salud Pública, como comité de expertos que asesora, desde hace 38 años, a la dirección del Ministerio, en lo referente a políticas, proyecciones y servicios de psicología de la salud en todo el país, lo cual marca una pauta de alta integración de lo psicológico –visto en un contexto interdisciplinario– y de los psicólogos –como profesionales que participan desde hace muchos años en los equipos multidisciplinarios de atención– al mundo de la salud pública.

Si bien es cierto que por años el interés de la psicología de la salud en el mundo se focalizó en la comprensión y en la atención de la enfermedad, en nuestro país también ha habido un marcado énfasis psicológico en la prevención de las enfermedades y, más recientemente, en la promoción de la salud. Tal vez eso se deba a la alta compenetración que siempre ha existido aquí entre la psicología y la salud pública. Por eso valoro en alto grado la publicación de una obra que se dedica al análisis psicológico de la prevención y de la promoción, dos grandes campos de interés primordial en el ámbito de la salud. Esta obra se trata de un avance que hace el investigador y psicólogo colombiano Luis Flórez Alarcón, en la integración de conocimientos y posiciones teóricas producidos en la disciplina psicológica, en ocasiones de manera dispersa, sobre los procesos cognitivos, conductuales, afectivos y personales en general, que se encuentran ampliamente involucrados en los fundamentos del quehacer preventivo y promotor de la salud.

Si la subjetividad del ser humano no puede escapar a la comprensión de la enfermedad, menos aún puede hacerlo a la comprensión de la salud y de su promoción. Eso lo han entendido muy bien los psicólogos contemporáneos, y fruto de ello es el surgimiento actual de corrientes, como la denominada psicología positiva, que centralizan su atención en el fomento de una visión prospectiva sobre el ser humano, con más énfasis en sus potenciales creativos y en la realización de sus ideales vitales, que en sus déficit emocionales y en su superación como parte del proceso curativo. La mirada con-

ceptual que hace Flórez Alarcón al campo de la prevención y de la promoción en salud está impregnada de esa visión prospectiva, lo cual le lleva a analizar detenidamente los factores psicológicos que deben tomarse en cuenta por parte de quienes se ocupan de estas labores en el campo de la salud. La comparación entre esos factores y una «escalera cognitivo-conductual» constituye una afortunada analogía que le permite al lector asimilar un gran bagaje de datos científicos y de posiciones conceptuales diversas en psicología, a las cuales apela el autor para sustentar su propuesta de la Dimensión Psicológica de la Promoción y de la Prevención en Salud (DPPPS).

La naturaleza cognitivo-conductual de la escalera, signada epistemológicamente por el enfoque integrativo que caracteriza a los programas científicos de la psicología en la actualidad, permite comprender la sucesión de procesos cognoscitivos y de procesos conductuales que se coordinan coherentemente en el aprendizaje y la motivación de un comportamiento saludable, y de cualquier acción humana compleja, más allá de que esa acción comprometa o no al ámbito de la salud-enfermedad. De gran arraigo en la psicología clásica de la voluntad, y en la psicología contemporánea sobre el control de la acción, es la posición conceptual del autor acerca de los procesos psicológicos que se encuentran involucrados en la fase motivacional y en la fase volitiva del desarrollo de la acción saludable. Posición que no sólo es favorable para la comprensión teórica de estos procesos, sino para su puesta en práctica por parte de los profesionales que se ocupan de este sector de la actividad en el área de la salud. Las implicaciones metodológicas de esa posición conceptual podrán servir de base fundamental para construir intervenciones preventivas y promotoras que incorporen de manera objetiva la dimensión psicológica, independientemente de quién haga la intervención, sea éste un médico, nutricionista, trabajador social, terapeuta, odontólogo, o psicólogo.

El ser humano no está hecho solamente de psiquis. Lo biológico, lo social y lo cultural ocupan un lugar de la mayor importancia en la causalidad de la salud y de la enfermedad, y así mismo encuentran su lugar en el abordaje que realiza Flórez Alarcón de la promoción y de la prevención en salud. Y lo psíquico tampoco se refiere exclusivamente a las manifestaciones conductuales abiertas que se expre-

san en el comportamiento observable y en la actividad cognoscitiva. Por eso es de gran interés que el autor haya incluido en esta obra capítulos que abordan las temáticas de la afectividad y de la personalidad, siempre en coherencia epistemológica con tradiciones conceptuales que se enmarcan en las teorías psicológicas cognitivas que se han producido en el marco de la corriente de expectativa-valor, las cuales tienen en autores como Kurt Lewin, Edward Tolman, Richard Lazarus, Albert Bandura, y otros más recientes, a sus representantes mejor conocidos. Llama la atención la amplísima y detallada referencia que hace el autor a la obra de esos teóricos.

No vacilo en recomendar a todos los estudiosos y practicantes de la salud, y no sólo a los psicólogos, la lectura de este libro, el cual les resultará de gran valor para hacer de su trabajo algo más comprensivo y más integral, a la vez que algo más efectivo en el aspecto profesional, pues en el campo de la salud el comportamiento del ser humano es determinante, lo que le confiere pleno sentido al título del epílogo de esta obra: Hacer o no hacer: El quid psicológico de la promoción/prevenición en salud.

No quisiera terminar sin una breve alusión personal al autor de esta obra. Para mí es un honor prologar el libro de un psicólogo de la salud de la talla del doctor Luis Flórez Alarcón, colega que me ha acompañado en el cotidiano bregar de muchas acciones, covisionario convencido en una psicología de la salud latinoamericana y compañero de luchas de la Asociación Latinoamericana de Psicología de la Salud (Alapsa). Es curioso ver cómo las personas se conocen en situaciones muy peculiares y luego interactúan durante mucho tiempo y se influyen unas a otras; es interesante descubrir los lazos invisibles que las unen, los afectos que las atraen. Luis y yo hemos compartido ideas comunes, amistades comunes, discípulos comunes. Nos hemos encontrado en dísimiles contextos, en infinidad de congresos, y siempre o casi siempre hemos encontrado finalmente el lenguaje común, armonizador, que nos lleva al entendimiento mutuo. Luis Flórez Alarcón es un magnífico transmisor de experiencia, de conocimiento, de sabiduría. Quizá por eso el lector, con el presente volumen, tiene la suerte de acceder a una cuidada síntesis de erudición y experiencia –elaborada en ambientes culturales diferentes pero con un propósito de universalidad común– de gran

parte de lo que en este momento se conoce como la dimensión psicológica de la promoción y la prevención. Si presta atención a cada párrafo, si es capaz de escuchar activamente un comentario, de leer un capítulo, una página, una frase, tal vez una sola palabra, puede ser que cambie el curso de su vida. Leer un libro como el que presentamos constituye una apasionante aventura en la que podemos descubrir inesperados tesoros. El transcurso de su lectura es un camino abierto a las sorpresas y, por tanto, a la esperanza; tal vez, a recobrar de nuevo la ilusión perdida en algún recodo del camino de que las personas pueden cambiar, de que pueden ser más saludables, de que puede haber un mundo mejor.

JORGE A. GRAU ABALO

Doctor en ciencias psicológicas, investigador titular
del Instituto Nacional de Oncología y Radiobiología
Profesor titular de la Universidad Médica de la Habana
Jefe del Grupo Nacional de Psicología del Ministerio
de Salud Pública La Habana, Cuba



Presentación

En el presente libro se realizará una aproximación conceptual y metodológica, desde la psicología, al tema de la promoción y de la prevención en salud. Caracterizar la identidad psicológica en este campo es algo que se considera fundamental para que, al incorporar esa dimensión psicológica, los programas de promoción/prevenición puedan aproximarse mejor al logro de un impacto significativo y al mantenimiento de sus resultados a largo plazo.

Con frecuencia surgen menciones al bajo impacto que tienen los programas de prevención y de promoción de la salud. Es frecuente escuchar alusiones al incremento en los índices de embarazo no deseado en adolescentes, de las tasas de enfermedades de transmisión sexual, de los indicadores de consumo de sustancias psicoactivas, entre otros, lo cual lleva por momentos a sugerir que los esfuerzos preventivos que realizan los organismos estatales y otras entidades que se dedican a este campo son insuficientes o están fracasando.

Una tesis que se sostiene en el presente libro es que esos esfuerzos pueden ser infructuosos, entre otras razones, porque fallan en la incorporación objetiva de la dimensión psicológica, cuyo aporte al concierto interdisciplinario encargado de la promoción y de la pre-

vención es imprescindible, en especial si se toma en cuenta que la manifestación material de los resultados de una prevención y de una promoción exitosas debe darse en términos de transformación de los estilos de vida de la gente.

De poco sirve que la sociedad cuente con medios preventivos como vacunas, exámenes de detección precoz del cáncer, o caracterización precisa de los factores de riesgo, si esos medios no son objeto de un uso responsable a través de comportamientos apropiados de la gente. Las sociedades que tienen un apreciable grado de desarrollo de las tecnologías biomédicas preventivas suelen tener dificultades por el poco o mal uso que sus ciudadanos hacen de ellas. La situación se torna más complicada si se da una mirada a la promoción de la salud. Por lo general, promover la salud implica la adopción de comportamientos como el ejercicio, la buena nutrición, la sexualidad plena y segura, y, más allá, el logro de las metas vitales más importantes que cada persona se propone en su existencia.

En todos estos objetivos se encuentra presente *lo que la persona hace*: el comportamiento humano, la actividad autónoma de la persona que, a través de su conducta autocontrolada, modula el curso de su proceso vital, para que éste se mantenga dentro de los límites necesarios para la buena vida. Por eso no es raro que en la actualidad se dé tanta importancia al estilo de vida como factor determinante del proceso salud-enfermedad, en unión con otros factores de tipo biológico, medioambiental y social. Estos factores tienen mayor relevancia en una época en la cual las enfermedades crónicas y degenerativas, dominantes en el cuadro de morbi-mortalidad actual, encuentran en el estilo de vida un factor causal de primer orden.

Para incorporar la dimensión psicológica al campo de la promoción y de la prevención en salud, lo primero que se debe hacer es identificarla con precisión, reconocer su naturaleza, y valorar el aporte que esta dimensión le agrega a las demás dimensiones (biológica, social, cultural) para obtener resultados de salud en la población. El presente libro se plantea como una aproximación a la caracterización de la Dimensión Psicológica de la Promoción y de la Prevención Salud (DPPPS), mediante el uso de conceptos fundamentales

de la psicología del aprendizaje y de la psicología de la motivación humana.

El título, *Psicología social de la salud*, enfatiza en el hecho de que esta dimensión psicológica, referente a la aportación del sujeto en la determinación de su comportamiento saludable, se da en un contexto social, tal como se recalca en la Teoría del Aprendizaje Social propuesta por Albert Bandura, la cual constituye uno de los pilares teóricos fundamentales de los conceptos que se expresan aquí. Pero también se relaciona con el hecho de que algunos de los modelos conceptuales acerca de la conducta saludable que se tomarán en cuenta, tales como la Teoría de la Acción Razonada y la Teoría de la Motivación a la Protección, se han desarrallado en la investigación básica y aplicada que se realiza en el campo de la psicología social. Por otra parte, el título hace un reconocimiento a la tendencia contemporánea que distingue entre dos campos dentro de la psicología de la salud: a) la psicología clínica de la salud (Reynoso & Seligson, 2005), campo dedicado a la intervención psicológica en situaciones de tratamiento y rehabilitación propias del ámbito de la salud, especialmente en el contexto de tratamiento de la enfermedad, con un fuerte arraigo en la psicología clínica, y, b) la psicología social de la salud (Rodríguez Marín, 1995), campo dedicado fundamentalmente a los tópicos de prevención y de promoción de la salud, en especial de prevención universal y de prevención primaria, con un fuerte arraigo en la psicología del aprendizaje y de la motivación. Los temas característicos del primer campo son los relacionados con adhesión al tratamiento, la relación médico-paciente, la preparación a cirugía, la modificación de estados afectivos concurrentes con la enfermedad física, la psicoimmunología, la psicooncología, y, en general, la intervención psicológica en el contexto de microprocesos de enfermedad. Los temas característicos del segundo campo son los relacionados con estilo de vida, promoción de la salud, prevención de las enfermedades o de las disfunciones, prevención del consumo de sustancias psicoactivas, fomento de conductas saludables y modificación de conductas de riesgo en general. La anterior clasificación, como suele ser la norma, aunque obedece a razones académicas y prácticas, no implica que no se puedan dar intersecciones e interacciones cercanas entre estos dos campos.

En el capítulo 1 se hace una caracterización, en términos propios de la psicología del aprendizaje, de la promoción y de la prevención, como dos caras de una misma moneda. La prevención se analiza como actividad humana de modificación de los factores de riesgo, reforzada negativamente por la reducción de las amenazas; la promoción de la salud se analiza como actividad humana de fomento de los factores de protección, reforzada positivamente por la presencia de los beneficios que conlleva. Ambas se relacionan con la educación para la salud, por lo cual se hace un análisis de las interacciones entre un modelo que incorpore las variables psicológicas implicadas en la promoción/prevención y un modelo de educación para la salud.

En los capítulos 2 y 3 se hace un análisis teórico extenso, de corte motivacional, acerca de las variables psicológicas que entran en juego para determinar la probabilidad de que la persona se involucre en modificaciones de los factores de riesgo o de protección, es decir, en modificaciones del estilo de vida. Para esto, se recurre a los modelos conceptuales que, desde la psicología, se han propuesto plantear factores responsables del cambio conductual. Esos modelos han orientado la planificación y el diseño de las acciones incluidas en los programas de intervención y son los que señalan, desde el punto de vista psicológico, los blancos o metas a las que debe dirigirse la acción promotora/preventiva, con el fin de que su implementación se transforme en fomento significativo de los estilos de vida saludables de la población. La finalidad de control y predicción que buscan los modelos conceptuales, en el presente caso en el que el objetivo es controlar y predecir la conducta saludable, se cumple de una manera muy oscilante, en ocasiones contradictoria, tal como lo demuestra la abundante literatura que existe en este campo.

A través de estos dos capítulos se hace un análisis amplio de los denominados *modelos cognitivo-sociales* y de los denominados *modelos de etapas*. En el capítulo 2 se aborda específicamente la propuesta de la DPPPS, entendida como un proceso de cambios sucesivos en la probabilidad de que se adopte un determinado comportamiento saludable, proceso cuya evolución se propone como

un camino segmentado, a la manera de una escalera en la que los peldaños corresponden a las diversas etapas o momentos de esa evolución, y las barreras entre un peldaño y otro corresponden a los procesos psicológicos que deben cumplirse para que haya progreso, superación de una etapa, y avance hacia la siguiente, aspecto que se analiza en detalle en el capítulo 3. Esa representación de la DPPPS es la que da origen a la ilustración de la portada del presente libro, en la que el pintor español José de Ribera alude a la escalera luminosa que une la tierra con el cielo en el sueño de Jacob.

La motivación es un factor psicológico al que tradicionalmente ape-
lan los modelos de corte persuasivo, junto con otros factores como
los conocimientos y las actitudes, para dar cuenta de las prácticas
saludables de la gente. En la parte final del capítulo 2 se realiza un
análisis de este factor, abordándolo como la disponibilidad personal
al cambio, en un intento que busca eludir la circularidad en la que
caen las definiciones que explican la motivación en función del com-
portamiento y, a la vez, explican el comportamiento en función de
la motivación.

La representación de la DPPPS en forma ascendente se concibe
como una «escalera cognitivo-conductual», lo cual hace referencia a
la naturaleza motivacional (cognitiva) de los primeros peldaños, y a
la naturaleza volitiva (conductual) de los peldaños finales. La fase
motivacional, que contempla procesos psicológicos conducentes a
que la persona exprese una intención de cambio, se prolonga en
otra fase en la que esas decisiones se materializan en acciones rea-
les; por esta razón, el capítulo 4 se dedica al análisis del proceso
psicológico de autocontrol, a través del cual la persona planifica y
pone en acción el manejo de todas las circunstancias o contingencias
requeridas para transformar la intención en acción. En este
mismo capítulo se toma en cuenta la influencia socio-cultural sobre
el comportamiento, para lo cual se analiza la interacción entre
la realidad socio-cultural y la conciencia individual.

En la determinación de un estilo de vida se suele hacer mención
al papel que cumplen los factores personales en conjunción con
otros factores biológicos y socio-culturales. Por eso, en el capítu-

lo 5 se toman en cuenta dos aspectos de la naturaleza psicológica del ser humano: la personalidad y la emocionalidad, de los cuales, como sucede con los procesos incluidos en la escalera, se hace un análisis desde una posición teórica de corte cognoscitivo en psicología.

Para culminar, en el epílogo se realiza un análisis, a manera de conclusión, donde se plantea la contradicción «hacer o no hacer» como aspecto esencial de la DPPPS. Sin embargo, hacer o no hacer, por ser un asunto que está muy cercano y nos compete a todos, es algo que se ha «explicado» casi siempre a partir de la intuición, de las experiencias personales, y no de los principios científicos. Y ya sabemos que la intuición y la experiencia personal llevaron a condenar a quienes creían que la tierra giraba alrededor del sol, pues lo que la experiencia y la intuición personal nos indican es lo contrario. Muy poca gente niega la importancia de lo psicológico en el campo de la salud, pero esa inclusión con frecuencia no se traduce en un abordaje de ese aspecto desde posiciones científicas en psicología. Es necesario que los modelos científicos reemplacen la intuición en la comprensión que, por lo general, tienen los profesionales de la salud acerca de la DPPPS.

La pretensión del autor es que este libro les sirva a todos los profesionales del campo de la salud, incluidos los profesionales de la psicología, para adoptar un marco teórico interdisciplinario y transdisciplinario en sus prácticas relacionadas con la promoción y la prevención en salud, especialmente porque les orienta hacia la clarificación de la naturaleza objetiva de lo psicológico en dicho marco. Dejar por fuera del trabajo promotor/preventivo a la dimensión psicológica tendría graves consecuencias; sería como pretender que funcionara un programa de alimentación sana que no toma en cuenta los principios básicos sobre la alimentación y la nutrición, o como pretender que fuera efectivo un programa de vacunación que no se realiza con vacunas debidamente probadas y elaboradas. En estos casos, haciendo alusión a la DPPPS, podríamos preguntarnos: ¿cómo esperar efectividad de un programa alimenticio que no se traduce en aprendizajes y motivaciones que conduzcan a cambios del comportamiento alimentario?, ¿cómo esperar que

operen las vacunas que la gente no se hace aplicar? En general, ¿cómo esperar que funcionen los programas de promoción/preven-
ción que no incorporan los principios científicos que explican el
comportamiento saludable?

LUIS FLÓREZ ALARCÓN
Doctor en psicología experimental
Grupo de investigación Estilo de Vida y Desarrollo Humano
Centro de Estudios Sociales Universidad Nacional de Colombia
Bogotá, agosto de 2006