

CORONAVIRUS COVID-19

GRUPOS VULNERABLES ABORDAJE Y PROTECCIÓN

Nº 3

Ministerio de
Salud



GOBIERNO DE
LA PAMPA





GRUPOS VULNERABLES: NIÑOS/AS Y ADOLESCENTES, ADULTOS MAYORES, PERSONAS CON PADECIMIENTO MENTAL. ABORDAJE Y PROTECCIÓN

La singularidad de ciertos grupos puede sesgar las respuestas y las necesidades ante esta situación generada en la comunidad por la pandemia.

Recomendamos en todos los casos prestar atención a estados y emociones que pueden surgir. No minimizar ninguna situación. Ocuparse significa aceptar, ofrecer disposición y escuchar activamente. La escucha activa valida lo que dice o siente la persona afectada. Un enfoque activo y atento expresa que el que escucha no habla, sólo escucha. No es necesario dar respuesta a todo. Poder contarle a alguien y que este escuche lo que le sucede ya es, en sí mismo, terapéutico.



ADULTOS MAYORES

Recordemos que es uno de los **grupos vulnerables y que más riesgos corre en caso de contagio**. Retomamos conceptos vertidos en el documento anterior, "el equipo de salud deberá priorizar los cuidados y definir una estrategia de abordaje que contemple los aspectos psico-emocionales de salud de los ancianos. Algunos de ellos estarán institucionalizados en hogares (geriátricos) otros en aislamiento social en sus viviendas". Muchos de ellos tienen dificultad para buscar cuidado médico, reconocer peligros, utilizar medios de comunicación electrónicos. Sugerimos enfáticamente al equipo de salud prestar especial atención a nuestros adultos mayores.

¿Qué tenemos que saber?

(Reacciones más comunes de adultos mayores)

- Aumento de los recuerdos.
- Mayor dependencia de los familiares y rechazo a la asistencia de ajenos.
- Miedo a morir.
- Miedo a la soledad.
- Visión negativa.
- Añoranza al pasado.
- La interrupción de la rutina puede producir procesos de desorientación.
- Dificultades de comunicación y concentración.
- Trastornos del sueño.

¿Qué podemos hacer?

- Procurar un entorno tranquilo y seguro, asegurarse que no estén aislados, contactar familiares, amigos, vecinos.
- Brindar recomendaciones en forma clara y repetir cuantas veces sea necesario.
- Si no hay nadie que acompañe, armar una estrategia de seguimiento con el equipo del centro de Salud, llamados, realizar rondas sanitarias, etc. Si concurre al domicilio de un adulto mayor cumpla con las precauciones universales de acuerdo con el nivel de exposición.
- Recomiende ver sólo información oficial, una o dos veces al día.



- Tenga en cuenta que algunos adultos mayores pueden tener cierto grado de deterioro cognitivo. Sea paciente
- Solicitar que establezcan rutinas

Recuerde: las personas mayores son especialmente vulnerables, tanto desde la situación epidemiológica, como desde el punto de vista emocional. Es altamente probable que tengan impedimentos físicos, vivan solos y carezcan de apoyo y otros recursos.



NIÑAS, NIÑOS Y ADOLESCENTES

Al equipo de Salud del primer nivel le sugerimos que desarrolle estrategias de contención, apoyo y acompañamiento a las familias que conviven con niños y niñas, en este sentido incluimos una serie de recomendaciones a tal fin.

Este grupo tiene la ventaja y la capacidad de superar circunstancias adversas y readaptarse con facilidad. Es por eso que puede notarse cambios de humor o conductas que deben tomarse como no patológicos. Destacaremos a continuación, las principales reacciones según edad

De 0 a 3 años	De 4 a 6 años	De 6 a 12 años	Adolescentes
Se los puede notar más aferrados a familiares directos	Comportamientos regresivos	Se tornan repetitivos con el tema que los aqueja (en este caso la pandemia)	Sentimientos de culpa, enojo, malhumor
Cambios en los patrones de sueño y alimentación	Trastornos del sueño	Sentimientos de culpa y autorreproche	Se sienten cohibidos o avergonzados
Más irritables, llorones	Irritables o muy sensibles	Agresión, peleas con hermanos/as.	Estrategias de afrontamiento no saludables como el consumo de sustancias
Más temerosos, aún a cosas que antes no lo asustaban	Pueden realizar juegos repetitivos (signo de ansiedad)	Sienten y expresan temor	Aparición en cuarentena de síndromes de abstinencia
Más inquietos e hiperactivos	Mostrar preocupaciones excesivas	Desorganización en los horarios de sueño y vigilia	Desorganización en el patrón diario de sueño y vigilia
Conductas regresivas	Intentar asumir roles de adultos	Malhumor	Fugas del hogar Desafiantes.



En todos los casos **las situaciones deben tomarse como pasajeras y esperables ante la situación**. Algunos niños y niñas reaccionan con más intensidad que otros. En otras circunstancias tienen recursos suficientes para afrontar el cambio en lo cotidiano. **Siempre debemos estar atentos**. Sólo si la situación persiste, aun cuando se ha vuelto a lo cotidiano, podemos pensar en una afectación.



Los niños y niñas necesitan moverse, correr, saltar; recomiende a las madres y padres permitir, facilitar, reorganizar espacios para que puedan jugar si viven en espacios pequeños.

Los **equipos de primer nivel pueden en caso de ser necesario brindar herramientas a padres** (en forma telefónica también) para ayudar a disminuir la angustia. Escuchándolos, esto permite en primer lugar, bajar la ansiedad de los familiares. También permite a cuidadores registrar su propia preocupación o angustia. **Recomiéndeles que observen, atiendan y conecten a los niños y niñas con sus emociones, mostrando empatía y explicando porque surgen algunas sensaciones o estados**. Recomendé que les presten atención, respondan preguntas y validen las conclusiones de los más pequeños y que no minimicen estados pensando que son simples berrinches. **Con palabras claras, sencillas para darle entidad al miedo, al temor, a la angustia**.



PADECIMIENTO MENTAL

Si en la niñez los cambios bruscos de rutina producen efectos, en las personas con padecimiento mental la dificultad es aún mayor. **Las personas que atraviesan algún proceso relacionado con la Salud Mental son vulnerables en sí mismas** por el estigma que existe sobre las patologías mentales. Varias situaciones forman parte del **estigma** y el **prejuicio** sobre el padecimiento mental:

- La **atribución de ser impredecibles**, concepto erróneo que va de la mano de la desconfianza.
- La **atribución de peligrosidad** asociado a patologías mentales. Si la persona tiene un diagnóstico psiquiátrico, se presume es peligroso. Y si comete un acto criminal se los asocia a patología mental.
- Otro tipo de prejuicio es la **disminución psíquica**, abonando la teoría que todos los pacientes de Salud Mental tienen un bajo nivel cognitivo. No necesariamente el sufrimiento mental va de la mano con la incapacidad intelectual.
- Asociado a lo anterior está la variante de **infantilización, o inmadurez**.
- Es importante saber que estos prejuicios tienen graves consecuencias y **funcionan siempre como barreras para el acercamiento de los equipos de salud**. Esta situación aumenta el sufrimiento.

Muchas veces hemos escuchado usar diagnósticos como nombres o términos despectivos para mencionar alguna imposibilidad o dificultad en este aspecto de la salud mental.

ESTIGMAS EN SALUD MENTAL





Es importante saber que estos prejuicios tienen graves consecuencias y funcionan siempre como barreras para el acercamiento de los equipos de salud. Esta situación aumenta el sufrimiento.

Recomendamos entonces que preste especial atención el equipo de salud sobre el apoyo y seguimiento de pacientes con sufrimiento mental.

- Si hay especialista (psicólogo/ psicóloga) en el Centro de Salud, continuará con el abordaje de situaciones en forma remota y solo realizará encuentros con aquellas situaciones que se presenten como riesgosas.
- Asegúrese que no se discontinúen los planes farmacológicos indicados por especialista.
- Comuníquese en forma regular con los pacientes o sus familiares.
- Realice recomendaciones de cuidado y protección para evitar el contagio y para prevenir todo tipo de enfermedades respiratorias.
- Incluya en las recomendaciones a cuidadores y acompañantes terapéuticos o domiciliarios
- Fortalezca en estos momentos de aislamiento social preventivo y obligatorio los apoyos de referentes afectivos.
- Recuerde en todo momento que las medidas son transitorias.
- Fomente conductas de cuidado.
- Promueva la autovigilancia de síntomas, refuerce cuales son.
- Evalúe el nivel de autonomía y el apoyo con que cuenta el paciente que le permita protegerse del contagio. Si es necesario trabaje también con la familia o cuidadores.
- Evite traslados y concurrencias al Centro de Salud, para lo cual recomendamos reevaluar el modo de entrega de medicación en forma transitoria.
- Proveer de lavandina, jabón o soluciones a base de alcohol si es necesario.



Es esperable que la situación sobrepase la capacidad de afrontamiento de muchas de las personas con padecimiento mental. No deje de prestar atención a este grupo altamente vulnerable y organice estrategias acordes a las necesidades.

¿Qué situaciones no pueden dilatarse y ameritan intervención?

- Ideas de muerte.
- Consumo excesivo de sustancias psicoactivas.
- Situaciones que presenten riesgos para sí y para terceros.
- Cuadros de descompensación (discursos delirantes/ lenguaje incoherente/ desorganización conductual).
- Una consideración especial son las situaciones de violencia hacia la mujer. Recordemos que el aislamiento social preventivo deja a la víctima aislada con el agresor. Si sabemos de alguna situación debemos realizar llamados frecuentes. Tengamos presente las líneas de ayuda para transmitir.



Coordinación de Desastres y Emergencias Sanitarias; Dirección de Atención Primaria de la Salud y
Gestión Sanitaria.

Ministerio de Salud-Gobierno de La Pampa

Este documento amplia y completa algunos de los temas abordados en el primer documento de CoDES – A.P.S. con recomendaciones para equipos de salud con respecto al área Salud Mental SMAPS. Como tal, no pretende ser completo ni acabado, sino **una guía para organizar y gestionar el riesgo de forma tal que estemos preparados para dar respuesta en situación de pandemia.**

Bibliografía consultada:

- ✓ Recomendaciones psicológicas para afrontar la pandemia UBA psicología 2020
- ✓ Red PROSAMIC 2016
- ✓ Psicoanálisis y el Hospital N° 7 La Salud Mental
- ✓ Apoyo Psicosocial en emergencias y desastres OPS
- ✓ Ministerio de Salud 2020 <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/cuidarnos>
- ✓ Guía IASAC

