



PANDEMIA COVID 19 # SALUD MENTAL

Recomendaciones para equipos de Salud desde la perspectiva de la Salud Mental y el Apoyo Psicosocial¹

Desde la Salud Mental, una PANDEMIA constituye una situación de INCIDENTE CRÍTICO:

- ✓ Es un evento inesperado y disruptivo.
- ✓ Genera altos niveles de estrés singular y colectivo.
- ✓ Da lugar a reacciones emocionales diversas, tales como: angustia, desconfianza, pánico, ansiedad, temor al contagio, rabia, enojo, indefensión, omnipotencia, incertidumbre, etc
- ✓ Las reacciones agudas pueden devenir en padecimientos subjetivos duraderos y más graves.

Es importante considerar que el estigma y la discriminación son esperables frente a enfermedades transmisibles, nuevas y desconocidas.

¹ Material elaborado por la Red PROSAMIC, de la Dirección de Manejo de Emergencias Sanitarias y Catástrofes, Ministerio de Salud de la Provincia de Buenos Aires. Algunas de las recomendaciones de este material son adaptaciones de las directrices de organismos internacionales presentadas en los siguientes documentos: 1) +CIFRC, Unicef y World Health Organization. A guide to preventing and addressing social stigma. Febrero, 2020. 2) World Health Organization. Mental Health Considerations during COVID-19 Outbreak. Marzo, 2020.

Los servicios e integrantes de los equipos de Salud Mental:

- ✓ Deben incluirse en el trabajo articulado e interdisciplinario de cada institución, según los protocolos oficiales para hacer frente a la pandemia.
- ✓ Es clave considerar el aporte que especialistas en Salud Mental pueden hacer en el abordaje de la pandemia: las representaciones y los hábitos socio-culturales inciden directamente en la propagación y en el control del brote epidémico.

LA COMUNICACIÓN es el insumo estratégico-operativo crucial en las pandemias

- ✓ Los servicios de Salud Mental deben brindar orientación al resto del equipo de Salud respecto de cómo comunicar para promover la calma y conductas preventivas y responsables.
- ✓ Se deben establecer pautas uniformes y protocolos de comunicación para evitar rumores e información distorsionada o confusa, tanto respecto de la comunicación externa como interna de cada institución.
- ✓ Es importante considerar QUIÉNES, QUÉ, CUÁNDO, DÓNDE y CÓMO comunicar: múltiples interlocutores y discursos generan sensación de caos y falta de coordinación.

Las PALABRAS importan

- ✓ El uso de ciertos términos utilizados para comunicar con respecto al COVID-19 pueden tener efectos negativos sobre las personas afectadas, sus familiares o la comunidad en general, ya que pueden dar lugar a estereotipos y actitudes deshumanizantes hacia personas que padecen COVID-19. Es necesario considerar la utilización de un lenguaje inclusivo y no estigmatizante, que contribuya a propiciar el cuidado y la prevención.
- ✓ Las siguientes recomendaciones sobre lo que se debe y no se debe hacer en la atención de afectados y familiares, pueden servir como guía para una comunicación que favorezca el cuidado y la empatía con el otro.

Qué hacer

Hable sobre la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19).

Hable acerca de "personas que tienen COVID-19", o "personas que están siendo tratadas por COVID-19", o "personas que pueden tener COVID-19".

Qué no hacer

No relacione el COVID-19 con alguna etnia, país, zona o condición social.

No haga referencia a las personas con la enfermedad como "casos COVID-19", "víctimas", "sospechosos de COVID-19" o "casos sospechosos".

Qué hacer

Hable de personas que "adquieren" COVID-19.

Hable con precisión sobre el riesgo de COVID-19, basado en datos científicos y de organismos oficiales.

Enfatice positivamente la efectividad de las medidas de prevención y tratamiento para evitar la adquisición del nuevo coronavirus, posibilitar la detección temprana, pruebas y tratamiento.

Qué no hacer

No hable sobre personas que "transmiten COVID-19", "que infectan a otros" o "propagan virus", ya que implica la transmisión intencional y asigna la culpa.

No repita o comparta rumores no confirmados, y evite usar lenguaje que pueda generar miedo como "peste", "apocalipsis", "catástrofe", etc.

No haga hincapié ni se detenga en lo negativo o en los mensajes de amenaza. Necesitamos trabajar juntos para ayudar a mantener a salvo a los más vulnerables.