



Apoyo Psico-Emocional en el Contexto de Zika.

Ante una necesidad, una virtud.



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS UNIDOS DE AMÉRICA

PROYECTO ASSIST DE USAID
Aplicando la Ciencia para Fortalecer y Mejorar los Sistemas de Salud



GOBIERNO DE LA REPÚBLICA DE HONDURAS

SECRETARÍA DE SALUD

AFLICCIÓN, DUELO Y MANEJO DE LA PERDIDA.

- Los trabajadores de la salud encontraran a individuos en situaciones de duelo en el transcurso de su vida personal y profesional.
- Habitualmente, enfrentar la muerte no es un proceso fácil y no se puede tratar a la manera de un libro de concina.



- **Aflicción:** El proceso principalmente **afectivo o emocional** de reacción ante la pérdida de un ser querido debido a la muerte.
- **Duelo:** La situación **objetiva** que uno enfrenta después de haber perdido una persona importante debido a su muerte.
- **Luto:** Es la **muestra pública de la aflicción.**



Aflicción anticipada:



- La aflicción que se presenta antes de una pérdida inminente.
- Los aspectos de esta aflicción anticipada son:
 - Depresión
 - Inquietud intensificada por la persona que va a morir
 - Ensayo de la muerte
 - Intentos de ajustarse a las consecuencias de la muerte.



- Algunas personas que perdieron a un ser querido experimentan rabia, protestarán ante la realidad de la pérdida y tendrán periodos significativos de tristeza, desesperación, insomnio, anorexia, fatiga, culpa, pérdida de interés y desorganización en la rutina diaria.



Criterios diagnósticos para considerar una aflicción complicada:

- Pensamientos inesperados repetitivos a cerca del difunto en actividades no relacionadas.
- Anhelo vivo del difunto.
- Soledad excesiva desde la muerte.
- Ausencia de proyectos o sentimientos acerca del futuro.
- Ausencia de respuesta emocional.
- Dificultad para reconocer la muerte.
- Visión destrozada del mundo, por ejemplo: sentido de pérdida de la seguridad, la confianza y el control.
- Irritabilidad excesiva, amargura o rabia relacionadas con la muerte.



Factores de riesgo para la aflicción complicada y otros desenlaces negativos del duelo:

- Menos de 60 años
- Falta de apoyo social disponible – percibido
- Antecedentes de depresión o depresión actual
- Ingreso bajo
- Pensamientos pesimistas
- Baja autoestima.



Religión.

- Las creencias religiosas fuertes y la participación en actividades religiosas podrían amortiguar el sufrimiento de la pérdida mediante:
 - Un sistema de creencias religiosas que ayuda a la persona a enfrentar la muerte.
 - Una red de apoyo social que se obtiene a través de la participación en actividades religiosas.



Genero.

- Se ha indicado que el mecanismo que justifica una diferencia entre la aflicción en relación con el género es que **el nivel de apoyo social que se proporciona a los hombres que están en duelo es más bajo** que el que se provee a las mujeres que perdieron un ser querido.



El apoyo social

- Es un concepto sumamente complejo que consta de una variedad de componentes:
 - Disponibilidad percibida,
 - Redes sociales,
 - Ambiente propicio,
 - Búsqueda de apoyo
- La falta de este apoyo social es considerada un factor de riesgo para los desenlaces negativos del duelo.



Cultura:

- Como proveedores de salud debemos identificar y apreciar lo que se espera o se necesita de acuerdo a la cultura de la persona.
- Ignorar los rituales de duelo de las personas puede llevar a que sientan para siempre un sentimiento de pérdida no resuelto.



- **El equipo de salud debe considerar la respuesta a estas preguntas:**
 - **¿Cuáles son los ritos y costumbres** que se llevan a cabo para enfrentar y conmemorar la muerte en la familia?
 - ¿Cuáles son las creencias de la familia acerca de lo **que pasa después de la muerte?**
 - **¿Qué tipo de expresiones** emocionales o de integración la familia considera que son apropiadas?



- **Nuevamente:**

- Apoyo familiar.
- Apoyo de redes sociales.
- Participación en actividades religiosas.
- Conocimiento y Sensibilidad de los proveedores de salud ante los rituales culturales y religiosos.
- Participación en actividades de recreación.
- Talleres para autocuidado y mejora de autoestima.

Han mostrado mejorar la resiliencia ante la separación definitiva.





GOBIERNO DE LA
REPÚBLICA DE HONDURAS



SECRETARÍA DE SALUD