

APOYO PSICOSOCIAL

CONSEJERÍA EN CRISIS EN EL CONTEXTO DEL ZIKA (P.O.D.E.R.)

	Acciones	Lenguaje Corporal
P Problema	Identificar el o los problemas de la usuaria, por ejemplo, si la usuaria está deprimida, pero se puede convertir en suicida cuando la depresión aumente, el personal de salud vería el riesgo de suicidio como más prioritario que la depresión.	
O Objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Lo mismo que en el apoyo emocional, ayude a la usuaria a desarrollar objetivos a largo plazo que permitan avanzar en la terapia Patrones de pensamiento constructivos (lo que le ha funcionado en crisis anteriores) Estas metas y objetivos deben ser establecidos en términos realistas y medibles Pregunte y comprenda sobre las barreras para el cumplimiento de las metas y objetivos y ayúdele 	
DE Diagnóstico y Estrategia	<ul style="list-style-type: none"> Identifique conductas previas de riesgos, tales como abuso de sustancias, trastorno de límite de la personalidad, trastornos del estado de ánimo como ansiedad, ira, auto-culpa Desarrolle una lista de fortalezas de la usuaria Provea opciones de alivio tales como técnicas de relajación, respiración, manejo del estrés Oriente específicamente para el abordaje de las necesidades inmediatas para aliviar los síntomas de la crisis Evalúe la seguridad de la usuaria y de los que la rodean y considere la posible supervisión Evalúe la disposición de la usuaria de cambiar su capacidad de manejar la crisis. Obtenga un compromiso Desarrolle con la usuaria una lista de eventos, personas, situaciones que puedan intervernir de manera negativa o postiva con el tratamiento Plantee toda indicación como colaborativo o apoyo, no impositivo o directivo 	
R Respuesta	<ul style="list-style-type: none"> Valore la respuesta de la usuaria al plan (progresiva, estancada, regresiva) Identifique si las limitantes para el progreso en su intervención, refiérala a personal idóneo Si los síntomas que presentó en la crisis han disminuido significativamente, dé por terminada esta etapa y regrese a los controles de rutina según los lineamientos Haga una reflexión empática de sentimientos para hacer sentir compañía y solidaridad Reafirme los puntos importantes Dígale que puede consultar cuando ella quiera Motívela a seguir los controles y tratamientos y acuerde cita 	<ol style="list-style-type: none"> Suspenda lo que esté haciendo o explíquela que terminará para atenderla (<i>"Solo firmo y sello..."</i>) Coloque su celular en silencio No atiende llamadas ni envíe mensajes de texto durante la entrevista Si usa gafas oscuras, quíteselas e inclínese hacia ella; mientras la usuaria le está hablando, denote interés y que la está escuchando Inclínese un poco hacia la usuaria mientras la ve a los ojos y la saluda; eso le indica a ella que está para servirle Siéntese relajado con actitud atenta y a una distancia prudente Escucha Activa: <ul style="list-style-type: none"> Mantenga contacto visual, Muestre una postura atenta, Vigile que sus gestos no sean de juicio, Use un tono de voz moderado, No use palabras técnicas; si las dice, aclárelas No haga contacto físico que se interprete como inapropiado Asienta con la cabeza en puntos clave que exprese la usuaria No cruce los brazos sobre el pecho No juegue con el lapicero u otro objeto Haga cambios sutiles en la expresión facial que denoten atención y empatía Respóndale con declaraciones breves (<i>"Entiendo", "Continúe", "Ya veo", "um-hmm"</i>) Repita algo que la usuaria haya dicho para confirmarle que la escuchó. Parafrasee: (<i>Me está diciendo que...?"</i>) Evite consultar el reloj Permanezca centrado en la usuaria Confirme percepción (<i>"Parece preocupada", "Esto es difícil, pero lo está intentando"</i>) atienda las reacciones (ofrézcale un pañuelo para el llanto o un vaso con agua) Honre con frases como: <i>"La felicito por cumplir con la cita"</i> o <i>"La felicito por el esfuerzo que está haciendo pues no es fácil"</i>

APOYO PSICOSOCIAL

APOYO EMOCIONAL Y SOCIAL BÁSICO ANTE UNA MALA NOTICIA EN EL CONTEXTO DEL ZIKA (E.C.I.E.R.P)

		ACCIONES	LENGUAJE CORPORAL
E	Entrevista	Establezca una relación amable y respetuosa con la mujer y su pareja en la atención integral y dé información clara, precisa y comprensible.	1. Suspenda lo que esté haciendo o explíquelo que terminará para atenderla (<i>"Solo firmo y sello..."</i>)
C	Conocimiento previo	Explore los conocimientos previos: <ul style="list-style-type: none"> • ¿Qué sabe del problema de su bebé? • ¿Su pareja conoce de la situación de su bebé? • ¿Qué le han explicado? Observe las reacciones y conducta de la mujer, su pareja o familiares.	2. Coloque su celular en silencio
I	Investigue lo que quiere saber	<ul style="list-style-type: none"> • Escuche atentamente • No la presione • Invítela a hablar sobre cómo se siente • Respete la autonomía de la usuaria • Pregunte a la usuaria si quiere conocer más detalles • Haga eco de las emociones de la usuaria 	3. No atienda llamadas ni envíe mensajes de texto durante la entrevista
E	Eduque e Informe	<ul style="list-style-type: none"> • Empiece a dar información: diagnóstico, tratamiento, de forma coherente y honesta • Corrija errores o malos entendidos de la información por partes, que la absorba y recuerde • Refuerce conductas correctas e invite respetuosamente a corregir lo incorrecto • Demuestre técnicas de relajación • Confirme la recepción de sus mensajes • No dé diagnósticos prematuros • No dé seguridad injustificada ni prematura 	4. Si usa gafas oscuras, quítelas e inclínese hacia ella; mientras la usuaria le está hablando, denote interés y que la está escuchando
R	Respuesta empática	<ul style="list-style-type: none"> • Identifique las emociones de la usuaria (angustia, negación, ira, tristeza, depresión, ansiedad, etc.) • Identifique y respete creencias religiosas • Libérela de la culpa: <i>"No es culpa suya ni de nadie lo que está pasando"</i> • Tranquilice a la usuaria diciéndole que el abordaje lo harán juntos: <i>"Usaré mis conocimientos para ayudarle, puede venir a consulta cuando quiera"</i> • Si se encuentra en negación y entra en crisis, proceda a desarrollar la Consejería en Crisis "PODER" • Respete los silencios y espacio de la usuaria 	5. Inclínese un poco hacia la usuaria mientras la ve a los ojos y la saluda; eso le indica a ella que está para servirle
P	Plan de seguimiento	<ul style="list-style-type: none"> • Planifique el seguimiento y explíquelo que debe llevar registro de sus actividades diarias • Motívela a practicar técnicas de relajación • Identifique con la usuaria las fortalezas y estrategias para afrontar la situación basados en la experiencia <i>"Como usted actuó en el pasado"</i> y refuércelas • Identifique los factores de protección • Motívela a seguir los controles y tratamientos y acuerde cita 	6. Siéntese relajado con actitud atenta y a una distancia prudente



USAID
DEL PUEBLO DE LOS ESTADOS
UNIDOS DE AMÉRICA

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

MINISTERIO DE SALUD
GOBIERNO DE
EL SALVADOR
UNÁMONOS PARA CRECER

