

MENSAJES CLAVES SOBRE **ZIKA**  
USUARIAS DE SERVICIO DE SALUD



**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



# SÍNTOMAS

La enfermedad por lo general es leve y con síntomas que duran desde varios días hasta una semana.

El 80% de los casos son asintomáticos; es decir, 8 de cada 10 personas infectadas con el virus del Zika no tienen síntomas.

Los síntomas más comunes de la enfermedad por el virus del Zika son:

- ⊙ **Sarpullido**
- ⊙ **Fiebre leve  $\leq 38.5$  °C**
- ⊙ **Dolor en las articulaciones**
- ⊙ **Conjuntivitis no purulenta (ojos enrojecidos)**

## Otros síntomas son:

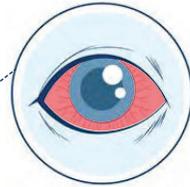
- ⊙ **Dolor muscular**
- ⊙ **Dolor de cabeza**

**Por lo general, el cuadro no es lo suficientemente grave como para ir al hospital y es poco frecuente que se produzca la muerte a causa del Zika.**

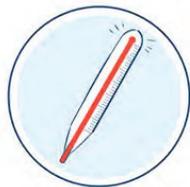
# SÍNTOMAS



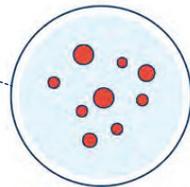
**DOLOR DE CABEZA**



**CONJUNTIVITIS  
OJOS ENROJECIDOS SIN PUS**



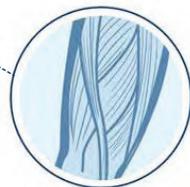
**FIEBRE LEVE**



**SARPULLIDO**



**DOLOR EN LAS ARTICULACIONES**



**DOLOR MUSCULAR**



**Muchas personas infectadas con el virus del Zika no presentan síntomas o solo tienen síntomas leves.**

# ¿CÓMO SE TRANSMITE?

- 1** El virus del Zika se transmite a las personas principalmente a través de la picadura del zancudo.
- 2** Una mujer embarazada puede pasarle el virus del Zika a su bebé durante el embarazo o en el momento del parto.
- 3** Una persona con el virus del Zika puede contagiar a su pareja al tener relaciones sexuales sin protección.
- 4** El virus del Zika se puede transmitir a través de las transfusiones de sangre.

# ¿CÓMO NO SE TRANSMITE?

- No existe evidencia de que el Zika pueda transmitirse a través del contacto físico, de la tos o los estornudos.

Una vez que una persona se ha infectado con el virus del Zika, es probable que esté protegida de futuras infecciones por este virus.

# TRANSMISIÓN



## POR PICADURA DE ZANCUDO

El zancudo pica a una persona infectada con el virus del Zika y luego a una persona sana pasándole el virus.



## DURANTE EL EMBARAZO

Una mujer embarazada puede transmitirle el virus del Zika a su bebé.



## POR RELACIONES SEXUALES

Una persona con Zika puede transmitir el virus por vía sexual sin protección.



## TRANSFUSIONES DE SANGRE

Existen grandes probabilidades que el virus del Zika se transmita por transfusiones de sangre.

# TRANSMISIÓN

## A TRAVÉS DEL VECTOR

**1** El virus del Zika se transmite entre las personas principalmente a través de la picadura de un zancudo de la especie *Aedes aegypti* o *Aedes albopictus*.

**2** Esta especie es el vector primario de las arbovirosis tales como: Zika, Dengue y Chikungunya. Se considera que son altamente eficientes en la transmisión de estas enfermedades.

**3** **Los zancudos que transmiten el virus del Zika pican de día y de noche.**

**4** Para producir huevos, el zancudo pica a las personas para alimentarse de su sangre. Cuando se alimenta, el zancudo perfora la piel de la persona (como una aguja), le inyecta saliva y el virus.

**5** Se detectó que el virus del Zika se transmite a los huevos de *Aedes aegypti*.

**6** **El zancudo estará infectado de por vida y puede vivir hasta 30 días.**

# TRANSMISIÓN A TRAVÉS DEL VECTOR



**Los zancudos que transmiten el virus del Zika pican de día y de noche.**

# TRANSMISIÓN

INTRAUTERINA, PERIPARTO Y PRECONCEPCIONAL

**1** Los investigadores han hallado evidencia de la presencia del virus del Zika en el semen, el líquido amniótico, la placenta, el tejido cerebral fetal y productos del embarazo de mujeres con infección por el virus del Zika.

**2** **Una mujer embarazada puede transmitir el virus del Zika al feto durante el embarazo o cerca del momento del parto (transmisión intrauterina y periparto).**

**3** La transmisión del virus del Zika en el periparto ocurre cuando una mujer se infecta durante las dos semanas previas al parto y el virus pasa al bebé cerca del momento del parto o durante el mismo.

**4** **El virus del Zika durante el embarazo puede causar defectos cerebrales graves en el feto incluyendo microcefalia.**

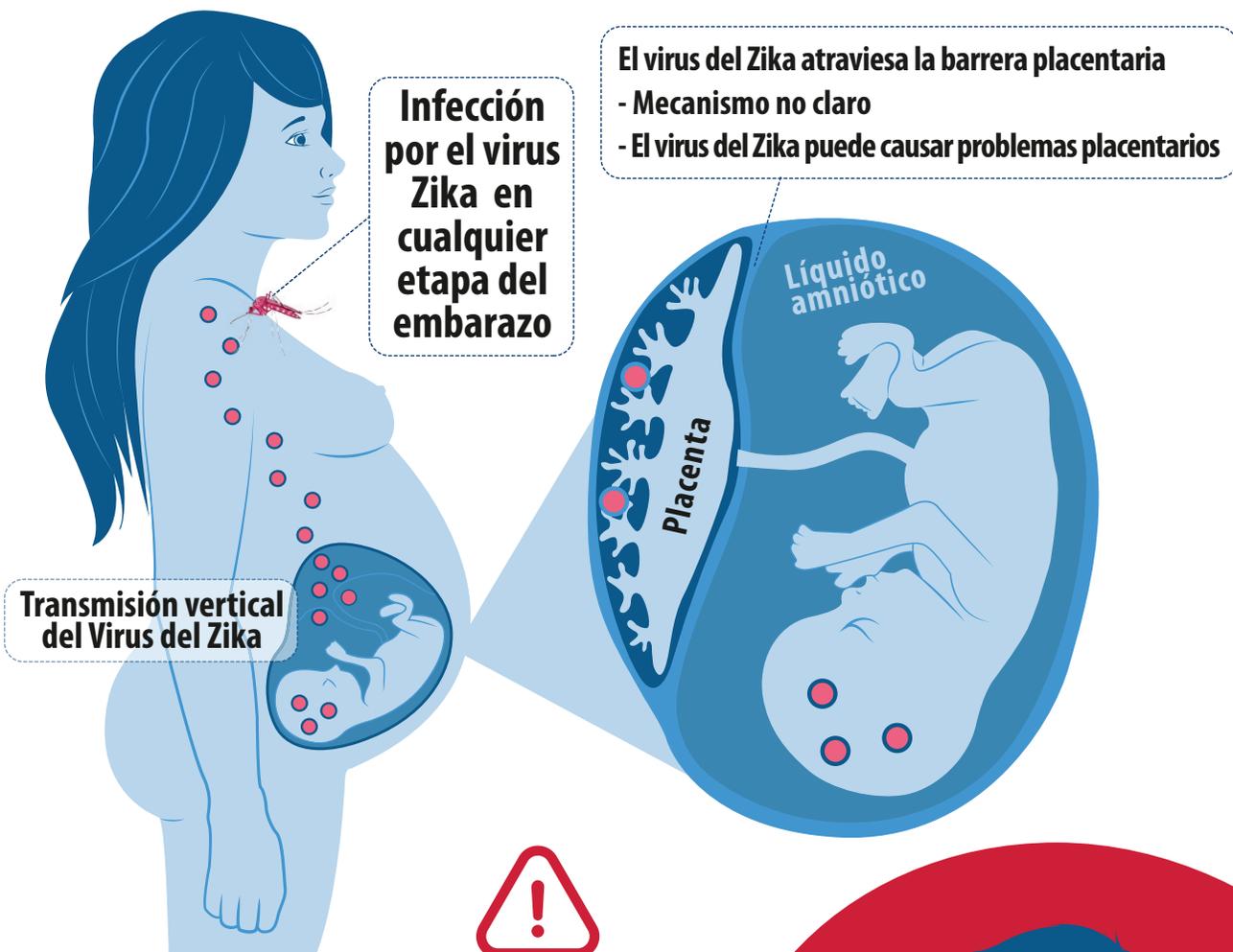
**5** Cuando un bebé contrae la enfermedad por el virus del Zika en el periparto, el bebé podría desarrollar síntomas como sarpullido, conjuntivitis no purulenta (ojos enrojecidos), artralgia (dolor en las articulaciones) y fiebre.

**6** Debido a los riesgos potenciales que supone la infección por el virus del Zika, durante el embarazo, la prioridad número uno en la respuesta al Zika es proteger a las mujeres embarazadas, los fetos y los bebés.

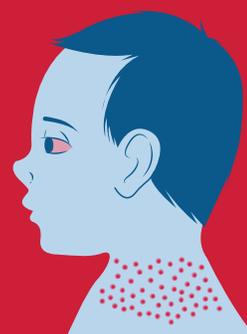
**7** **Preconcepcional: Si desean embarazarse deben esperar 6 meses en el caso del hombre y 2 meses en el caso de la mujer, después de la última exposición al virus del Zika.**

# TRANSMISIÓN

DURANTE EL EMBARAZO Y EN EL MOMENTO DEL PARTO



**La transmisión del virus del Zika en el periparto y durante el parto puede ocasionar infección en el recién nacido.**



**Planifique el embarazo y espere 2 meses si es mujer y 6 meses si es hombre, luego de la última exposición al virus del Zika.**

# TRANSMISIÓN SEXUAL

## 1 El Zika se ha detectado en el semen y los fluidos vaginales.

Se encontraron restos del virus del Zika (ARN del Zika) en el semen hasta 188 días después de la aparición de los síntomas y en los fluidos vaginales y cervicales hasta 42 días de la aparición.

## 2 Una persona con Zika puede transmitir el virus por vía sexual a sus parejas.

El Zika se puede transmitir a través del sexo sin protección.

Puede ser transmitido por una persona con Zika antes que sus síntomas se manifiesten, mientras tiene los síntomas y después que estos hayan pasado.

Una persona que se infectó pero nunca desarrolló síntomas también puede transmitir el virus del Zika.

## 3 Exposición sexual significa tener relaciones sexuales sin condón con una persona que viajó o que vive en un área afectada.

Esto incluye sexo vaginal, anal, oral y compartir juguetes sexuales.

En este momento, no hay evidencia que sugiera que el Zika pueda transmitirse a través de la saliva al besarse.

# TRANSMISIÓN SEXUAL

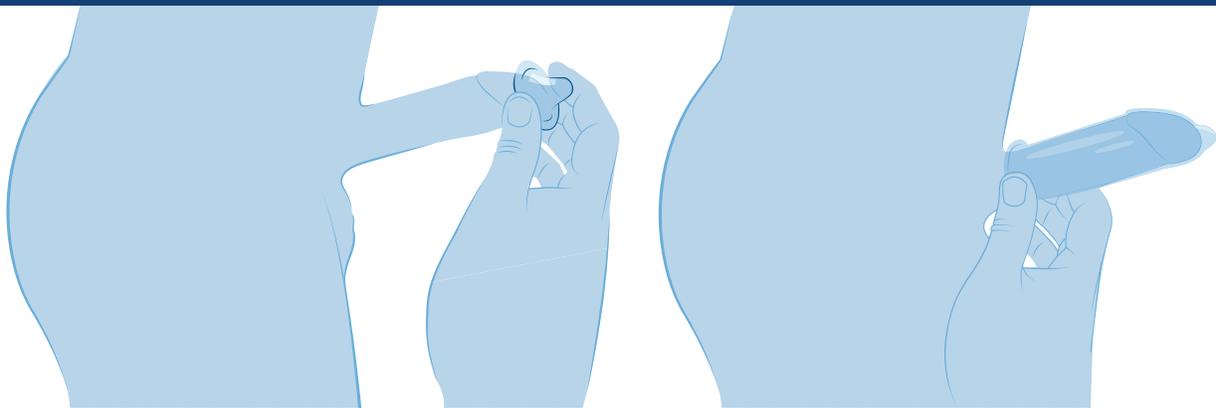


**El Zika se transmite por el semen y los fluidos vaginales. Se debe usar condón durante las relaciones sexuales, especialmente si la pareja está embarazada.**

**Una persona con Zika puede transmitir el virus por vía sexual a sus parejas.**



## USO CORRECTO DEL CONDÓN



**LA PAREJA QUE DESEE UN EMBARAZO: debe esperar 6 meses en el caso del hombre y 2 meses en el caso de la mujer, después de la última exposición al virus del Zika.**

# EFECTOS ASOCIADOS A ZIKA EN EL BEBÉ

## SÍNDROME CONGÉNITO POR ZIKA

### 1 La infección por el virus del Zika durante el embarazo puede causar daños en el feto como:

Microcefalia	Anormalidades cerebrales	Defectos de la vista	Pérdida de la audición
Convulsiones	Problemas del desarrollo	Dificultad para tragar	Defectos de las extremidades

Se ha asociado a otros problemas en el embarazo tales como aborto espontáneo y muerte fetal.

### 2 La microcefalia al nacer no es la única característica del Síndrome Congénito por Zika.

Aunque los bebés nazcan con un perímetro cefálico dentro de los parámetros normales, pueden presentar anomalías cerebrales compatibles con el Síndrome Congénito por Zika. Además, la microcefalia puede hacerse evidente en los controles posteriores

Reconocer que el Zika es la causa de ciertos defectos, no significa que todo hijo de una mujer infectada durante el embarazo tendrá un defecto de nacimiento.

Significa que, una infección por Zika durante el embarazo aumenta las probabilidades de sufrir entre el 0.9% y el 17% de riesgo de Síndrome Congénito por Zika.

La microcefalia es una afección en la cual la cabeza del bebé es mucho más pequeña de lo normal, debajo del percentil 3 para la edad y el sexo del niño y puede ocurrir porque el cerebro del bebé no se desarrolla de forma adecuada durante el embarazo o después del nacimiento.

# EFFECTOS ASOCIADOS A ZIKA EN EL BEBÉ

## SÍNDROME CONGÉNITO POR ZIKA



Bebé con cabeza de tamaño normal



Bebé con microcefalia



Bebé con microcefalia severa

Se ha detectado un patrón claro de defectos congénitos, llamado Síndrome Congénito por Zika en los fetos y bebés de mujeres infectadas con Zika durante el embarazo y se caracteriza por:

- ⊙ **Microcefalia severa que resulta de un cráneo colapsado**
- ⊙ **Reducción del tejido cerebral**
- ⊙ **Daño en la parte posterior del ojo**
- ⊙ **Contracturas en las articulaciones con limitación en el movimiento**
- ⊙ **Rigidez muscular**

# EFFECTOS ASOCIADOS AL ZIKA EN ADULTOS

## SÍNDROME DE GUILLIAN-BARRÉ (SGB)

**1** El SGB es una enfermedad poco frecuente del sistema nervioso, en la cual el sistema inmunitario de la misma persona daña las células nerviosas, lo que causa debilidad muscular y a veces, parálisis.

**2** Los síntomas del SGB incluyen debilidad en piernas y brazos. En casos graves pueden afectar los músculos que controlan la respiración.

**3** Estos síntomas pueden durar unas pocas semanas o varios meses. Aunque la mayoría de las personas se recuperan completamente del SGB, algunas quedan con daño permanente. Pocas personas mueren a causa del SGB.

**4** Los investigadores no comprenden completamente la causa del SGB. La mayoría de las personas con SGB dijeron haber tenido una infección antes de presentar los síntomas.

**5** Se estima que cada año entre 3,000 y 6,000 personas desarrollan SGB. Es decir, que hay entre 1 y 2 casos por cada 100,000 personas. El virus del Zika y otros arbovirus incrementan esta frecuencia.

# EFECTOS ASOCIADOS AL ZIKA EN ADULTOS

## SÍNDROME DE GUILLIAN-BARRÉ (SGB)

### LOS SÍNTOMAS PUEDEN EMPEORAR DE MANERA MUY RÁPIDA

**DEBILIDAD MUSCULAR**

**PARÁLISIS**

(afecta ambos lados del cuerpo) comienza en las piernas y luego se disemina a los brazos.

**AFECTA LA CUBIERTA DEL NERVI**

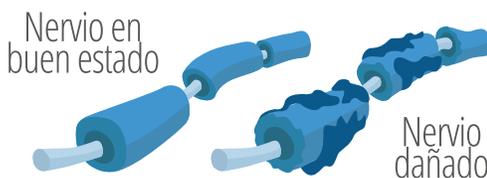
(vaina de mielina) este daño se denomina desmielinización y lleva a que las señales nerviosas se movilen de manera más lenta.

**PÉRDIDA DE LA FUNCIÓN MUSCULAR**

**Los estudios actuales sugieren que el SGB está fuertemente asociado al Zika.**

**El Síndrome de Guillain-Barré es un trastorno autoinmunitario.**

Se desconoce la causa exacta que lo origina pero puede presentarse a cualquier edad y en ambos sexos.



# TRATAMIENTO DEL ZIKA

**No existe un medicamento específico ni una vacuna contra el virus del Zika.**

Al presentar síntomas de Zika el tratamiento es:

**1** Guardar reposo.

**2** Tomar abundantes líquidos para evitar la deshidratación.

**3** Tomar acetaminofén para aliviar la fiebre y el dolor.

**4** Protegerse de la picadura de los zancudos.  
Durante la primera semana de la enfermedad, el virus del Zika puede hallarse en la sangre por un período aproximado de una semana. Si un zancudo pica a una persona, éste se infecta y puede transmitir la infección a otras personas.

# TRATAMIENTO DEL ZIKA



**No existe un medicamento específico ni una vacuna contra el virus del Zika.**

Al presentar síntomas de Zika el tratamiento es:

- ① **Guardar reposo**
- ① **Tomar acetaminofén para aliviar la fiebre y el dolor**
- ① **Tomar abundantes líquidos para evitar la deshidratación**
- ① **Protegerse de las picaduras de los zancudos**

# MEDIDAS DE PREVENCIÓN PERSONAL

## 1 Use repelentes de insectos que contengan: DEET, Picaridin, IR3535 o aceite de eucalipto de limón, OLE.

Siga siempre las instrucciones de la etiqueta del producto.

No rocíe el repelente sobre la piel que está cubierta por la ropa, salvo que sea muy delgada.

Si usa también protector solar, aplíquelo antes del repelente de insectos.

### Para bebés y niños

- No utilice repelentes de insectos en niños menores de 2 meses.
- No utilice productos que contengan para-metanodiol en niños menores de 3 años.
- No utilice repelentes de insectos que contengan aceite de eucalipto de limón en niños menores de 3 años.
- No aplique sobre manos, ojos, boca y heridas o lesiones cutáneas.

### Mosquitero

- Cubra la cuna, el cochecito y el portabebés con un mosquitero.
- Utilice mosquitero si no hay aire acondicionado.

*Adultos: rocíe el repelente sobre sus manos y luego aplíquelo en la cara del niño*

### Controle que los zancudos no entren a su casa

- Mantenga cerradas puertas y ventanas.
- Use, instale o repare mallas en puertas o ventanas.
- Use aire acondicionado o ventilador en su defecto.

### ¡Cúbrase!

- Use camisas manga larga de colores y pantalones largos de colores claros.
- Puede aplicar permetrina a la ropa.

# MEDIDAS DE **PREVENCIÓN** PERSONAL



**La mejor manera de prevenir el Zika es protegiéndose de las picaduras de los zancudos.**



**COLOQUE MALLAS EN VENTANAS Y PUERTAS, USE VENTILADOR**



**UTILICE CAMISAS MANGA LARGA Y PANTALONES LARGOS DE COLORES CLAROS**



**UTILICE REPELENTE**



**UTILICE MOSQUITEROS**

# MEDIDAS DE PREVENCIÓN AMBIENTAL

## 1 Controle los zancudos dentro y fuera de su casa.

Elimine el agua estancada donde los zancudos podrían poner sus huevos. Una vez a la semana, vacíe, restriegue, dé vuelta, cubra o tire cualquier elemento que acumule agua como: neumáticos, cubetas, macetas, juguetes, piscinas, bebederos de aves o mascotas, platos de macetas y contenedores de basura. Los zancudos ponen sus huevos cerca del agua.

Tape bien los recipientes donde almacena agua: Cubetas, cisternas, barriles recolectores de agua lluvia para que los zancudos no puedan entrar a poner los huevos.

Para los recipientes sin tapaderas y fosas sépticas, use una malla metálica con orificios más pequeños que el tamaño de un zancudo.

### USE "LA UNTADITA":

Coloque lejía en una esponja y lave los bordes de las pilas y barriles. Espere 15 minutos antes de colocar nuevamente el agua. Repita el procedimiento cada 5 días.

Use larvicidas o alevines para tratar recipientes grandes de agua que no se usan para beber y que no se pueden tapar ni vaciar.

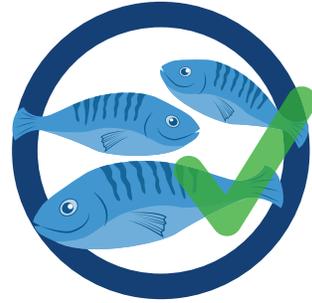
Si tiene una fosa séptica, repare las grietas o las ranuras. Tape las ventilaciones abiertas o las tuberías.

## 2 Elimine los zancudos dentro y fuera de su casa.

Use un insecticida en atomizador para interiores, formulado para matar los zancudos en las áreas donde descansan.

Los zancudos descansan en áreas húmedas y oscuras, debajo de muebles y lavaderos, en closets y garajes.

MEDIDAS DE  
**PREVENCIÓN**  
AMBIENTAL



- ⦿ **Una vez por semana, vacíe y limpie, voltee, tape o deseche los objetos que contengan agua como: neumáticos, baldes y jardineras.**
- ⦿ **Tape bien los depósitos en los que almacena agua (baldes y barriles).**
- ⦿ **Si tiene una fosa séptica, repare las grietas y roturas**
- ⦿ **Use larvicidas o alevines para tratar recipientes grandes de agua que no se usan para beber y que no se pueden cubrir y desechar.**
- ⦿ **Use un insecticida en aerosol para exteriores en las áreas oscuras y húmedas.**
- ⦿ **En caso de barriles sin tapa, use tela metálica a través de la cual no pueda pasar un zancudo.**

# MEDIDAS DE **PREVENCIÓN** SEXUAL

**1** Las embarazadas deben utilizar condón siempre y en forma correcta en cada relación sexual durante todo el embarazo.

**El Zika puede transmitirse por vía sexual.**

**2** ¿Cómo puede protegerse en las relaciones sexuales?

Los condones pueden reducir la posibilidad de contraer el Zika por vía sexual. Para que sean efectivos, los condones deben usarse en todo momento cada vez que tenga sexo vaginal, anal u oral o compartan juguetes sexuales.

Las parejas no infectadas que viven en un área con riesgo de Zika deben de usar condones, ya que existe la posibilidad de transmitir o contraer el virus por vía sexual.

MEDIDAS DE  
**PREVENCIÓN**  
SEXUAL

**Las embarazadas deben utilizar condón siempre y en forma correcta en cada relación sexual durante todo el embarazo.**

**UTILICE SIEMPRE  
UN CONDÓN**



**SOLICÍTELOS EN LA UNIDAD  
MÉDICA DEL ISSS O EN LA UNIDAD  
COMUNITARIA DE SALUD FAMILIAR  
DEL MINSAL MÁS CERCANA.  
¡SON GRATUITOS!**



**El Zika puede transmitirse por vía sexual incluso entre parejas estables.**

# 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
<b>E</b> 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> )
<b>C</b> Conocimiento previo	Explore los conocimientos previos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• ¿Qué sabe del problema de su bebé?</li> <li>• ¿Su pareja conoce de la situación de su bebé?</li> <li>• ¿Qué le han explicado?</li> </ul> Observe las reacciones y conducta de la mujer, su pareja o familiares.	2. Coloque su celular en silencio 3. No atienda llamadas ni envíe mensajes de texto durante la entrevista 4. Si usa gafas oscuras, quíteselas e inclínese hacia ella; mientras la usuaria le está hablando, denote interés y que la está escuchando
<b>I</b> Investigue lo que quiere saber	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Escuche atentamente</li> <li>• No la presione</li> <li>• Invítela a hablar sobre cómo se siente</li> <li>• Respete la autonomía de la usuaria</li> <li>• Pregunte a la usuaria si quiere conocer más detalles</li> <li>• Haga eco de las emociones de la usuaria</li> </ul>	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 6. Siéntese relajado con actitud atenta y a una distancia prudente 7. Escucha Activa: -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
<b>E</b> Eduque e Informe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empiece a dar información: diagnóstico, tratamiento, de forma coherente y honesta</li> <li>• Corrija errores o malos entendidos de la información por partes, que la absorba y recuerde</li> <li>• Refuerce conductas correctas e invite respetuosamente a corregir lo incorrecto</li> <li>• Demuestre técnicas de relajación</li> <li>• Confirme la recepción de sus mensajes</li> <li>• No dé diagnósticos prematuros</li> <li>• No dé seguridad injustificada ni prematura</li> </ul>	8. No haga contacto físico que se interprete como inapropiado 9. Asienta con la cabeza en puntos clave que exprese la usuaria 10. No cruce los brazos sobre el pecho 11. No juegue con el lapicero u otro objeto 12. Haga cambios sutiles en la expresión facial que denoten atención y empatía
<b>R</b> Respuesta empática	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifique las emociones de la usuaria (angustia, negación, ira, tristeza, depresión, ansiedad, etc.)</li> <li>• Identifique y respete creencias religiosas</li> <li>• Libérela de la culpa: <i>"No es culpa suya ni de nadie lo que está pasando"</i></li> <li>• Tranquilice a la usuaria diciéndole que el abordaje lo harán juntos: <i>"Usaré mis conocimientos para ayudarle, puede venir a consulta cuando quiera"</i></li> <li>• Si se encuentra en negación y entra en crisis, proceda a desarrollar la Consejería en Crisis "PODER" y respete los silencios y espacio de la usuaria</li> </ul>	13. Respóndale con declaraciones breves ( <i>"Entiendo", "Continúe", "Ya veo", "um-hmm"</i> ) 14. Repita algo que la usuaria haya dicho para confirmarle que la escuchó. Parafrasee: ( <i>Me está diciendo que...?"</i> ) 15. Evite consultar el reloj 16. Permanezca centrado en la usuaria
<b>P</b> Plan de seguimiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Planifique el seguimiento y explíquelo que debe llevar registro de sus actividades diarias</li> <li>• Motívela a practicar técnicas de relajación</li> <li>• 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</li> <li>• Identifique los factores de protección</li> <li>• Motívela a seguir los controles y tratamientos y acuerde cita</li> </ul>	17. 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) 18. 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

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

		Acciones	Lenguaje Corporal
<b>P</b>	<b>Problema</b>	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.	
<b>O</b>	<b>Objetivo</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lo mismo que en el apoyo emocional, ayude a la usuaria a desarrollar objetivos a largo plazo que permitan avanzar en la terapia</li> <li>Patrones de pensamiento constructivos (lo que le ha funcionado en crisis anteriores)</li> <li>Estas metas y objetivos deben ser establecidos en términos realistas y medibles</li> <li>Pregunte y comprenda sobre las barreras para el cumplimiento de las metas y objetivos y ayúdele</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Suspenda lo que esté haciendo o explíquelo que terminará para atenderla (<i>"Solo firmo y sello..."</i>)</li> <li>Coloque su celular en silencio</li> <li>No atienda llamadas ni envíe mensajes de texto durante la entrevista</li> <li>Si usa gafas oscuras, quíteselas e inclínese hacia ella; mientras la usuaria le está hablando, denote interés y que la está escuchando</li> <li>Inclínese un poco hacia la usuaria mientras la ve a los ojos y la saluda; eso le indica a ella que está para servirle</li> <li>Siéntese relajado con actitud atenta y a una distancia prudente</li> <li>Escucha Activa: <ul style="list-style-type: none"> <li>Mantenga contacto visual,</li> <li>Muestre una postura atenta,</li> <li>Vigile que sus gestos no sean de juicio,</li> <li>Use un tono de voz moderado,</li> <li>No use palabras técnicas; si las dice, aclárelas</li> </ul> </li> <li>No haga contacto físico que se interprete como inapropiado</li> <li>Asienta con la cabeza en puntos clave que exprese la usuaria</li> <li>No cruce los brazos sobre el pecho</li> <li>No juegue con el lapicero u otro objeto</li> <li>Haga cambios sutiles en la expresión facial que denoten atención y empatía</li> <li>Respóndale con declaraciones breves (<i>"Entiendo", "Continúe", "Ya veo", "um-hmm"</i>)</li> <li>Repita algo que la usuaria haya dicho para confirmarle que la escuchó. Parfrasee: (<i>Me está diciendo que...?"</i>)</li> <li>Evite consultar el reloj</li> <li>Permanezca centrado en la usuaria</li> <li>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)</li> <li>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></li> </ol>
<b>DE</b>	<b>Diagnóstico y Estrategia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>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</li> <li>Desarrolle una lista de fortalezas de la usuaria</li> <li>Provea opciones de alivio tales como técnicas de relajación, respiración, manejo del estrés</li> <li>Oriente específicamente para el abordaje de las necesidades inmediatas para aliviar los síntomas de la crisis</li> <li>Evalúe la seguridad de la usuaria y de los que la rodean y considere la posible supervisión</li> <li>Evalúe la disposición de la usuaria de cambiar su capacidad de manejar la crisis. Obtenga un compromiso</li> <li>Desarrolle con la usuaria una lista de eventos, personas, situaciones que puedan intervenir de manera negativa o positiva con el tratamiento</li> <li>Plantee toda indicación como colaborativo o apoyo, no impositivo o directivo</li> </ul>	
<b>R</b>	<b>Respuesta</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Valore la respuesta de la usuaria al plan (progresiva, estancada, regresiva)</li> <li>Identifique si las limitantes para el progreso en su intervención, refiérala a personal idóneo</li> <li>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</li> <li>Haga una reflexión empática de sentimientos para hacer sentir compañía y solidaridad</li> <li>Reafirme los puntos importantes</li> <li>Dígale que puede consultar cuando ella quiera</li> <li>Motívela a seguir los controles y tratamientos y acuerde cita</li> </ul>	