



La Cooperación técnica y el enfoque constructivista/problematizador

9-11 Octubre 2023

Curso cuidado de la Salud Mental para el Recurso Humano que ejerce funciones en el marco de la misión médica

Territorios PDET

Grupo de trabajo No.4

- Luz Maria Salazar: Consultora Nacional Salud Mental- OPS/OMS
- Leidy Leon: Consultora Nacional Agua y Saneamiento- OPS/OMS
- Juan Fernando Garcia: Consultor Nacional APS y THS – OPS/OMS
- Wilson Leon: Contratista Gestión de conocimiento - OPS/OMS
- Lucy Arciniegas M: Oficial de Programas – OPS/OMS
- Maria Lucia Mesa: Contratista Investigación en salud- OPS/OMS
- Carolina Manosalva: Coord. Grupo Formación THS – MSPS
- Yesika Isabel Reyes: Entrenamiento Avanzado.- Grupo THS -MSPS

Taller de Reflexión

Colombia 09 - 11 de Octubre 2023

Capacitación Virtual/Presencial – Educación Continua

Problema: el personal asistencial de la Misión Médica en territorios PDET esta expuesta a altas vulnerabilidades que afectan su salud mental.

Objetivo: Desarrollar competencias para el cuidado de la salud mental de Recurso humano asistencial que ejerce funciones en el marco de la Misión Medica.

1

Planificación:

Analítico, Participativo, Diálogo entre/de saberes, Perfiles constructivos.

Ámbito Territorial:

- PDET  Programas de Desarrollo con Enfoque Territorial

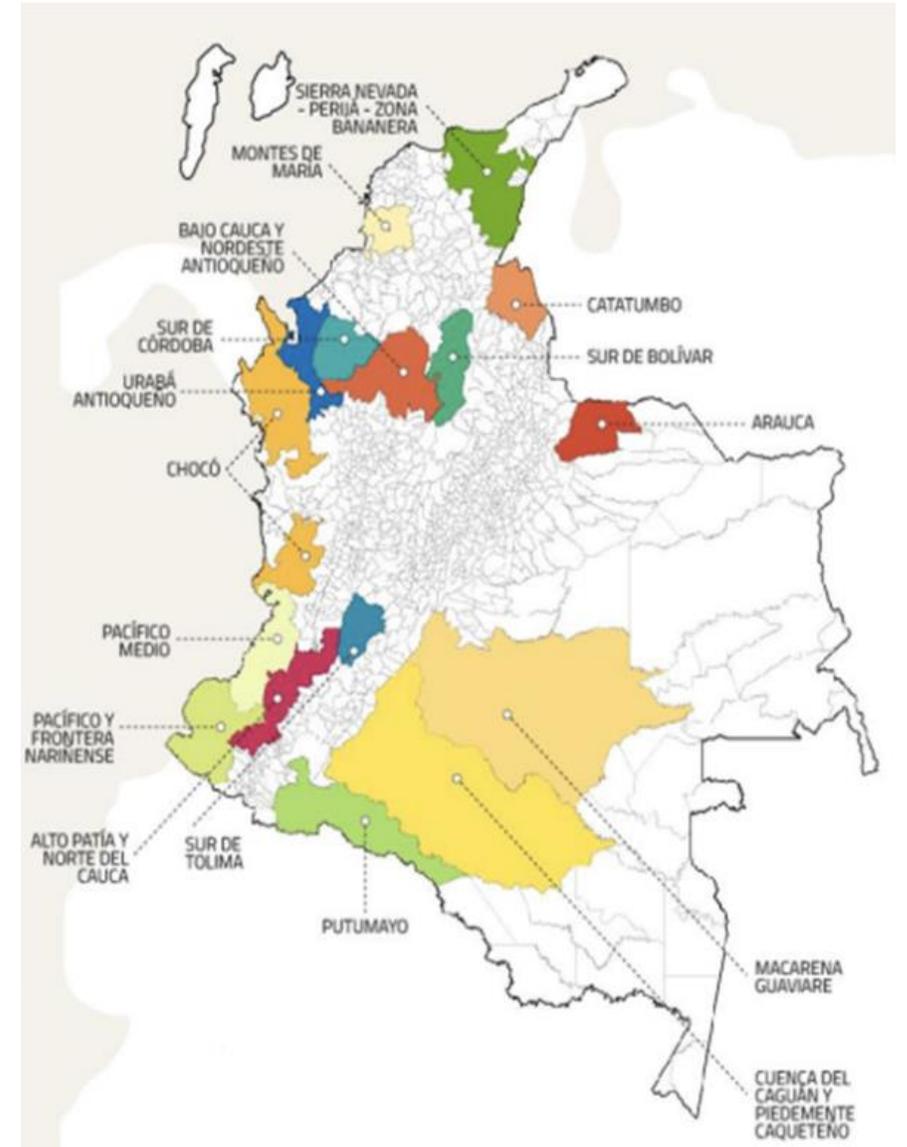
Actores claves:

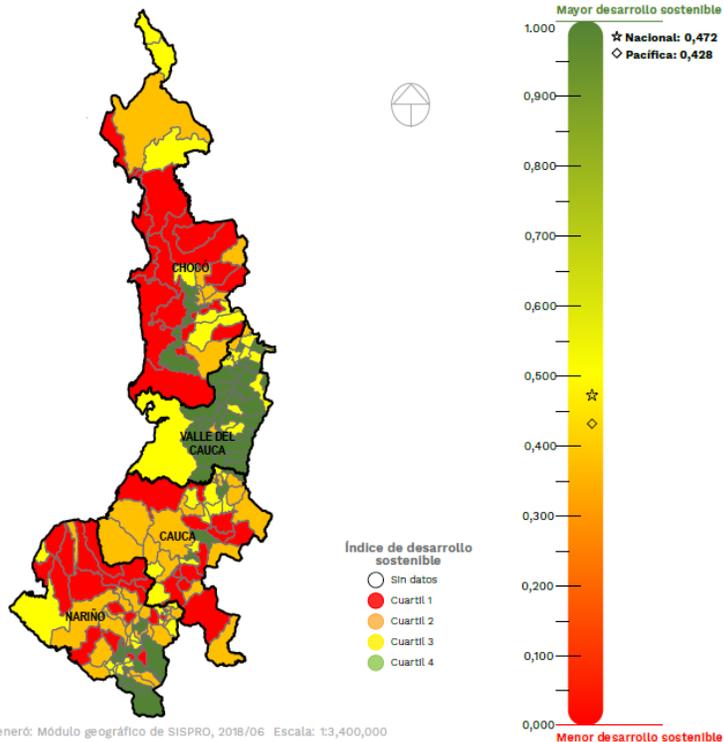
- Ministerios de Salud
- Secretarías de Salud Departamental
- Secretarías de Salud Municipal
- Prestadores de Servicios en Salud

Aliados para cooperación :

- SNU
- Mesas de salud
- ONG y OSC

Los Programas de Desarrollo con Enfoque Territorial (PDET)



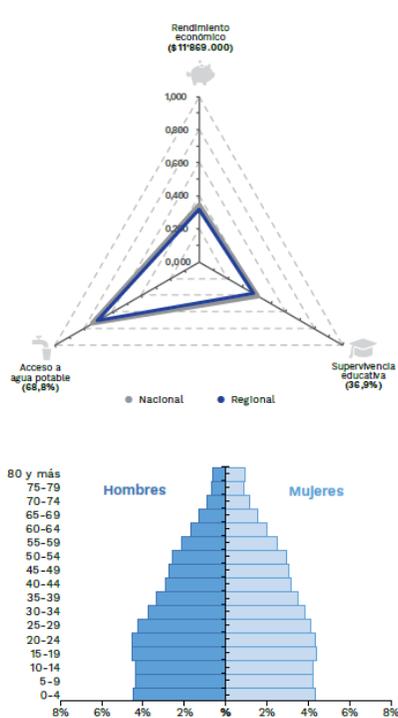


Generó: Módulo geográfico de SISPRO, 2018/06 Escala: 1:3,400,000

Subregión Chocó

Departamentos: Antioquia y Chocó.
Municipios: Murindó, Vigía Del Fuerte, Acandí, Bojaya, Carmen Del Darien, Condoto, El Litoral Del San Juan, Istmina, Medio Atrato, Medio San Juan, Nóvita, Riosucio, Sipí, Unguía

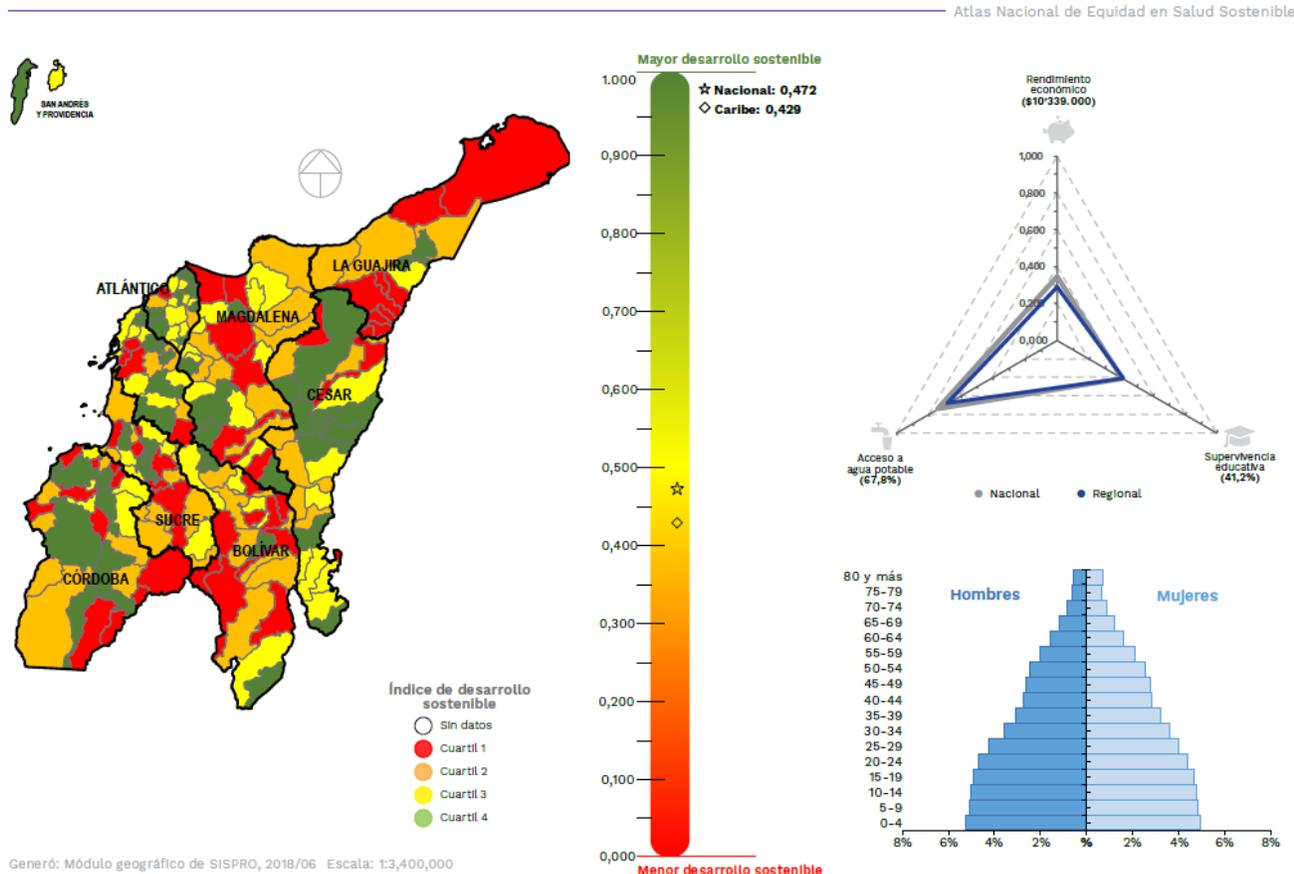
Población 2023: 252.049 habitantes.
% Población Rural: 68.1%.
% Población Urbana: 31.9%



Subregión Montes de María

Departamentos: Bolívar y Sucre.
Municipios: Córdoba, El Carmen De Bolívar, El Guamo, María La Baja, San Jacinto, San Juan Nepomuceno, Zambrano, Chalán, Coloso, Los Palmitos, Morroa, Ovejas, San Antonio De Palmito, San Onofre y Tolú Viejo

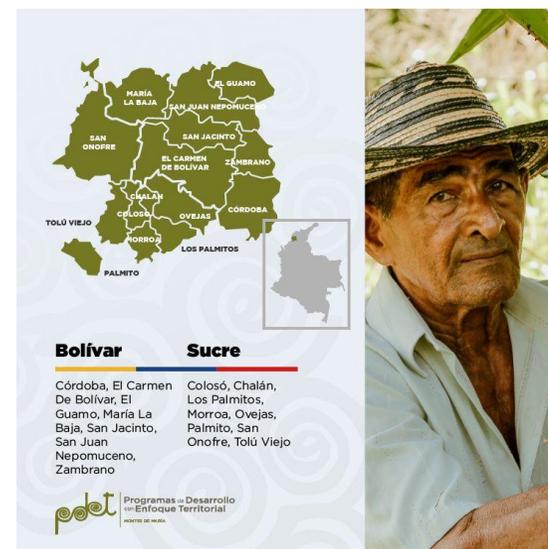
Población 2023: 406.265 habitantes.
% Población Rural: 46%.
% Población Urbana: 54%.



Generó: Módulo geográfico de SISPRO, 2018/06 Escala: 1:3,400,000

Curso Cuidado de la Salud mental Misión Medica

- ✓ Subregiones: Región Caribe/Montes de María
- ✓ Subregiones: Pacifico/Chocó



Bolívar **Sucre**

Córdoba, El Carmen De Bolívar, El Guamo, María La Boja, San Jacinto, San Juan Nepomuceno, Zambrano

Coloso, Chalán, Los Palmitos, Morros, Ovejas, Palmito, San Onofre, Tolú Viejo

pelet Programas = Desarrollo con Enfoque Territorial



Chocó **Antioquia**

Acandí, Bojayá, Carmen del Darién, Condoto, El Litoral del San Juan, Isthmina, Medio Atrato, Medio San Juan, Nóvita, Riosucio, Sipí, Unguía

Murindó, Vigía del Fuerte.

pelet Programas = Desarrollo con Enfoque Territorial

Contexto

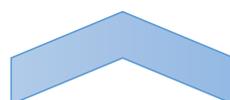
**Información del contexto local*

DIMENSIÓN	ASPECTOS AFECTADOS
Recurso humano	<ul style="list-style-type: none"> • Ataques directos a trabajadores del sector: homicidios; lesiones. • Afectación en el estado emocional y de salud mental de trabajadores del sector. • Limitaciones para vinculación de recurso humano por miedo. • Alta rotación de personal. • Temor del personal a ser asociados con algún actor del conflicto. • Interrupción del adiestramiento y la supervisión. • Desplazamiento y exilio de trabajadores del sector.



Colombia estaba entre los países con mayor prevalencia de ansiedad a nivel mundial (5,8% frente a un promedio mundial de 3,6%) y de mayor porcentaje de tiempo vivido con discapacidad por depresión (9,4% frente a un promedio mundial de 7,5%) (43). La situación sociopolítica y las consecuencias económicas relacionadas un contexto difícil para los equipos de salud, con un aumento del riesgo de estrés, ansiedad y otras patologías (44, 45).

El análisis preliminar de los datos del estudio HEROES en Colombia, obtenidos de 1719 miembros del personal de salud, muestra un alto riesgo de problemas de salud mental. Se estima que 98% de los profesionales de salud sufrieron altos niveles de malestar psicológico, con 22,8% con riesgo moderado a severo de problemas de depresión, 16,1% con riesgo moderado a severo de problemas de ansiedad y 2,6% con ideación suicida.



Puntos Claves

Impacto del conflicto armado en los servicios de salud en Colombia: una comprensión desde las vivencias de trabajadores del sector salud en municipios con alta intensidad del conflicto armado



Metodología de la Problemática:

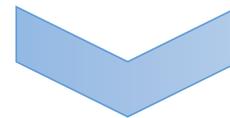
Una alternativa metodológica apropiada para la enseñanza superior.

- ✓ Diagnóstico/Analítico, Participativo, Diálogo entre/de saberes, Perfiles constructivos
- ✓ Metodologías/Herramientas/Datos/información previa/identificación de actores locales
- ✓ Valoración de las necesidades
- ✓ Aplicación cursos bases virtuales aplicados a los contextos locales
- ✓ Observación de la realidad en las Misiones que realizan y se adaptan a lo teórico.

Lo que se espera es que el personal de misión médica estén interesados, dedicados y demuestren poseer iniciativa que participen activamente para transformar realidades desde la base.

Observación de la Realidad/observar la realidad en sí, con sus propios ojos

- 1.1 Problema
2. Puntos-Clave
3. Teorización
- 3.1 Características Generales de la Metodología de la Problemática
- 3.2. El Método de Resolución de Problemas y la Metodología de la Problemática



Presentación

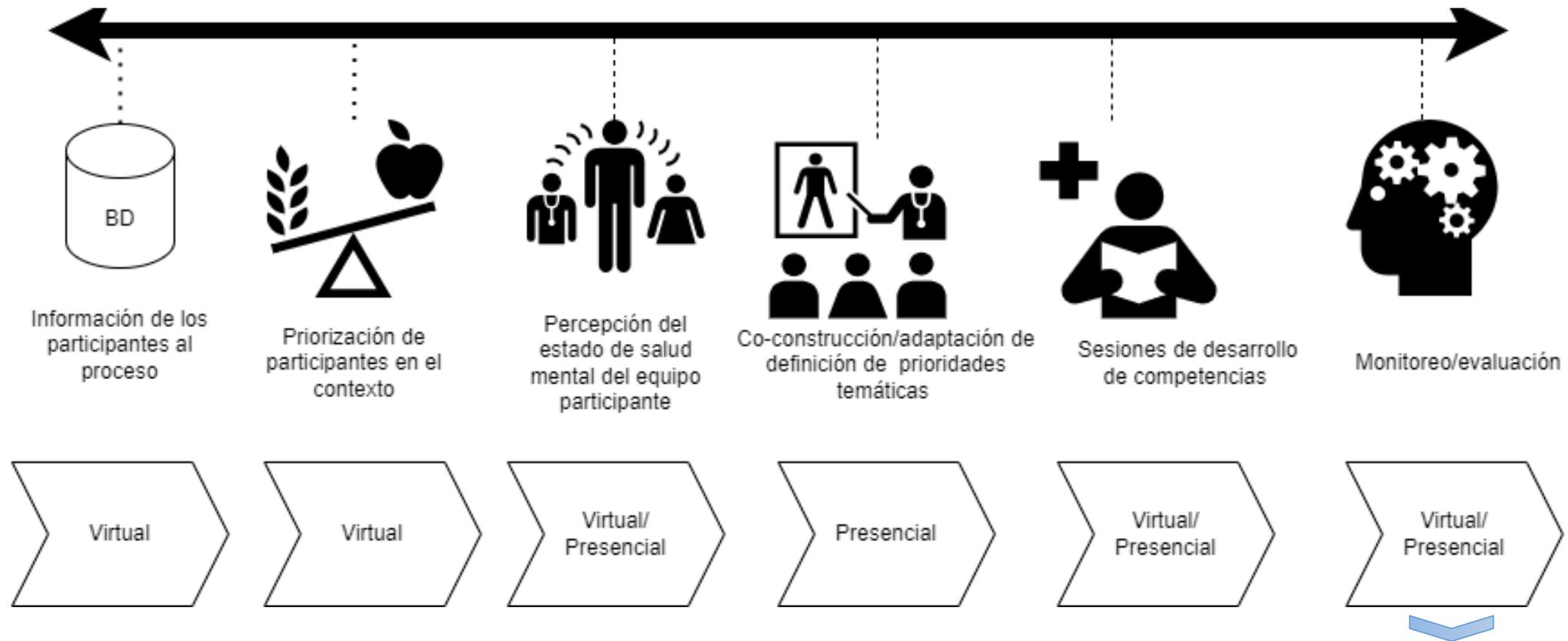
1. Público objetivo /Características
2. ¿Virtual o presencial? Diseño
3. Puntos Claves/responderían a las necesidades
4. Que ejes de interés
5. Contenido/ como lo digo/interculturalidad
6. Plan de acción

3.3. Observación de la Realidad

- Puntos – clave
- Teorización
- Hipótesis de solución
- Aplicación de la realidad

4. Hipótesis de Solución

Línea de tiempo



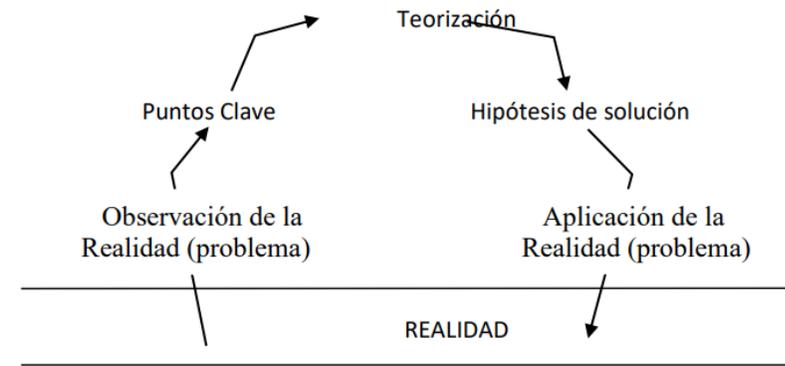
Establecer la respuesta a situaciones en salud mental

- Evaluación individual – Tamizaje
- Evaluación 30 – 60 días
- Red primaria de Salud Mental

INTRODUCCIÓN AL CURSO

Primera ayuda psicológica (PAP) en el manejo de emergencias

Este curso de primera ayuda psicológica (PAP) se propone ofrecer a las personas que no tienen formación profesional, herramientas para proporcionar una primera respuesta apropiada a quienes presenten dificultades psicológicas tras situaciones de crisis.



Las situaciones críticas, como las emergencias y los desastres, son eventos inesperados, impensables, potencialmente generadores de traumas, donde los recursos de afrontamiento que poseen las personas y las comunidades suelen resultar insuficientes y se tornan necesarios apoyos externos. Los equipos que intervienen en la respuesta también resultan afectados y constituyen una población de riesgo por el gran nivel de exposición, debido a sus tareas esenciales para mitigar los efectos en las personas damnificadas.

Contenidos

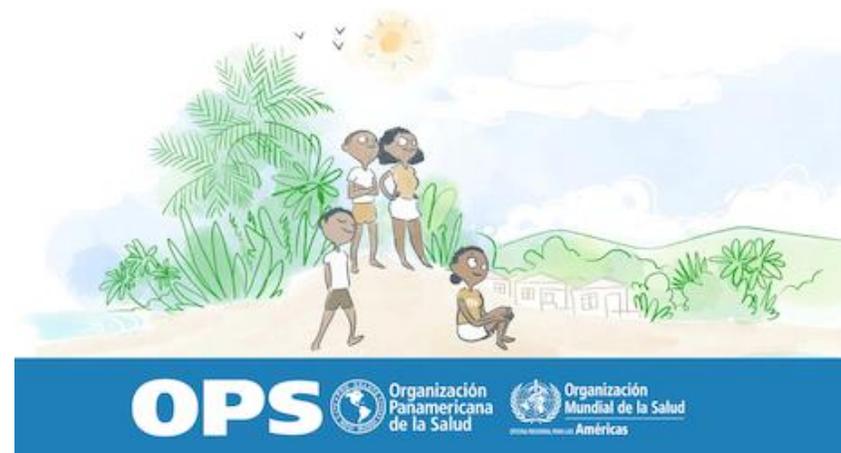
Primera ayuda psicológica (PAP) en el manejo de emergencias

Finalidad

Proporcionar un marco para que los cuidadores, voluntarios y equipos de respuesta de primera línea puedan dispensar apoyo psicológico y social a personas en situación de crisis.

Objetivos específicos

- ✓ Definir qué es la primera ayuda psicológica (PAP).
- ✓ Describir los factores que se deben considerar al proporcionar la PAP.
- ✓ Examinar el proceso de proporcionar la PAP.
- ✓ Indicar las medidas que los proveedores de la PAP deben adoptar para cuidarse y cuidar a sus compañeros.
- ✓ Identificar a las personas con necesidades especiales.
- ✓ Aplicar la PAP en diversas situaciones de crisis.
- ✓ Abordar las consideraciones relativas a la adaptación de PAP al contexto COVID-19.



Curso de primera ayuda psicológica está destinado a todos los voluntarios de la comunidad que puedan estar en condiciones de prestar apoyo en favor del bienestar psicológico y social de quienes atraviesan una crisis; por ejemplo, voluntarios de organismos de socorro, docentes, líderes religiosos, etc

Primera ayuda psicológica (PAP) en el manejo de emergencias



DURACIÓN DEL CURSO

Diez horas

MODALIDAD DEL CURSO

Curso de autoaprendizaje, gratuito, abierto al público y sin plazos para completarlo.

ESTRUCTURA DEL CURSO

Módulo 1: En qué consiste la PAP (una hora).

Módulo 2: Cómo ayudar de manera responsable (una hora).

Módulo 3: Cómo proporcionar la PAP (tres horas).

Módulo 4: Qué personas probablemente necesiten una atención especial (dos horas).

Módulo 5: Cuidado de uno mismo y de los compañeros (una hora y media).

Módulo 6: Aplicación de las aptitudes de PAP (una hora).

Módulo complementario: COVID-19 (una hora).

REFERENCIAS

Primera ayuda psicológica: Guía para trabajadores de campo.

<https://www.paho.org/es/node/44399>

Contenidos

Finalidad

Brindar conocimiento y estrategias para la identificación y el manejo del estrés asociado al entorno laboral y aportar recursos y prácticas para el autocuidado del personal en primera línea de respuesta en emergencias.

Objetivos específicos

- ✓ Reconocer las estrategias de autocuidado que poseen actualmente.
- ✓ Comprender los alcances de la noción de autocuidado y jerarquizar su importancia en los integrantes de equipos de primera respuesta.
- ✓ Poseer nociones clave sobre las características de las situaciones críticas y su impacto en las personas afectadas.
- ✓ Comprender el impacto y las reacciones adaptativas esperables de quienes asisten en primera línea de respuesta.
- ✓ Identificar factores de riesgo y protección asociados a la asistencia en la primera línea de respuesta.



- ✓ Comprender el estrés laboral del personal en primera línea de respuesta y los riesgos asociados.
- ✓ Comprender las principales condiciones de salud mental asociadas al estrés laboral.
- ✓ Contar con recursos de amplio alcance para reconocer tempranamente indicadores de malestar y detectar pautas de alarma.
- ✓ Incorporar estrategias de autocuidado del cuerpo: hábitos saludables.
- ✓ Contar con recursos para el manejo de emociones, sentimientos y pensamientos.
- ✓ Contar con herramientas de cuidado para el equipo de trabajo y elaboración del propio plan de autocuidado.

Duración del curso

10 horas

Modalidad del curso

- Curso de autoaprendizaje, gratuito, abierto al público y sin plazos para completarlo.

Estructura del curso

Módulo 0: INTRODUCTORIO

- Encuesta Autocuidado (pre-test)
- Qué es el Autocuidado
- Autocuidado del personal en primera línea de respuesta

Módulo I: SITUACIONES DE CRISIS Y SU IMPACTO

- Las situaciones críticas y sus efectos en la salud mental
- El impacto de las situaciones críticas en las personas afectadas y las reacciones esperables en quienes integran la primera línea de respuesta
- Factores de riesgo y protección para los proveedores de atención en primera línea de respuesta

Módulo II: DE LAS RESPUESTAS ADAPTATIVAS AL RIESGO DE ENFERMAR

- El estrés como mecanismo adaptativo y riesgos asociados al estrés agudo y crónico en quienes asisten en situaciones críticas
- Síndrome de burnout, desgaste por empatía, y trastorno por estrés postraumático
- Identificación temprana de indicadores de malestar y detección de señales de alarma



Módulo III: HERRRAMIENTAS DE AUTOCUIDADO

A- Autocuidado del cuerpo: Hábitos saludables

Técnicas de respiración, relajación y meditación

Ejercicio físico

Alimentación

Descanso y sueño

B- Autocuidado relativo a emociones, sentimientos y pensamientos

Manejo de las emociones

Manejo de pensamientos distorsionados

Actitudes vitales

Gestión de límites

C- Autocuidado en los equipos de trabajo

Habilidades de comunicación

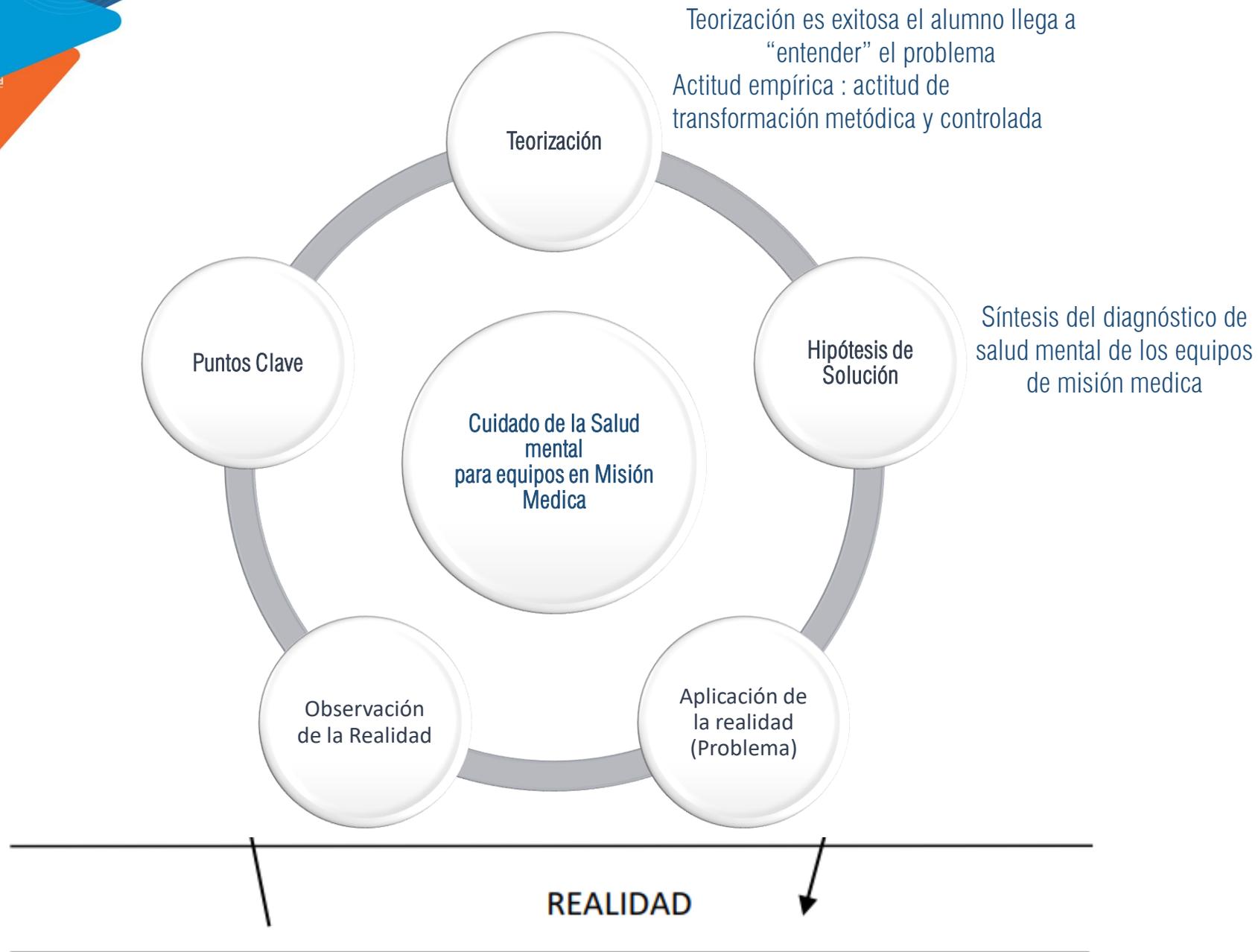
Dispositivos grupales ante eventos estresantes

Integración de herramientas: El propio plan de cuidado

Diagnostico

Mapa de actores

Análisis de la realidad a fin de transformarla desde los propios espacios de la práctica, interactuar con otros actores del sistema relacionados con la salud, así como, la participación activa de la población y sus líderes a fin de incorporarla en los programas de cooperación técnica de OPS.





¿Preguntas?

- ¿Tensiones entre tipos de prestadores de servicios de salud? (Público-Privado-Mixto).
- ¿Formación previa del Talento Humano en Salud ? (Preconcepciones, imaginarios sobre los procesos formativos en salud.
- ¿Tiempos de dedicación para la formación del equipo humano de misión médica?
- ¿Qué sigue? Fortalecimiento de capacidades
- Misión y Alcance de OPS