

SALUD MENTAL Y APOYO PSICOSOCIAL (SMAPS)
EN RESPUESTA AL COVID-19

GUÍA Y HERRAMIENTAS PARA EL USO DE
LOS EQUIPOS DE SMAPS DE LA OIM:
VERSIÓN III-FINAL

EDITOR

La OIM está comprometida con el principio de que una migración humana y ordenada beneficia a los migrantes y a la sociedad. Como organización intergubernamental, la OIM actúa con sus socios en la comunidad internacional para ayudar a enfrentar los desafíos operativos de la migración; avanzar el entendimiento de los problemas migratorios; fomentar el desarrollo social y económico a través de la migración; y defender la dignidad humana y bienestar de los migrantes.

Las opiniones expresadas en el informe son aquellas de los autores y no reflejan necesariamente las de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). Las denominaciones empleadas y la presentación del material en el informe no implica juicio alguno por parte de la OIM sobre la condición jurídica de ningún país, territorio, ciudad o zona citados, o de sus autoridades, ni respecto del trazado de sus fronteras o límites.

Esta publicación fue emitida sin una edición formal por parte de la OIM.

ORGANIZACIÓN INTERNACIONAL PARA LAS MIGRACIONES

17 route des Morillons

Apartado Postal 17, 1211 Geneva 19

Suiza

T. +41.22.717 91 11

F. +41.22.798 61 50

hq@iom.int

www.iom.int

© 2020 International Organization for Migration (IOM)

CITAS SUGERIDAS

IOM (2020). Salud Mental y Apoyo Psicosocial (SMAPS) en Respuesta al COVID-19:

Guía y Herramientas el uso de los Equipos SMAPS de la OIM: Versión III-Final. OIM, Ginebra.

PORTADA

© Orazio Battaglia. Gráfico-COVID 19. Óleo sobre Lienzo 2020.

Todos los derechos reservados. Ninguna parte de esta publicación puede ser reproducido, almacenado en un sistema de extracción, o transmitido de ninguna forma, o por cualquier medio, electrónico, mecánico, fotocopiado, grabación o cualesquiera sin el previo permiso escrito del editor.

PUB2020/037/R

TABLA DE CONTENIDOS

INTRODUCCIÓN	4
ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL COVID-19	4
RECOMENDACIONES GENERALES	6
PREPARACIÓN	7
QUÉ HACER EN LOS DIFERENTES ENTORNOS	8
Qué hacer en campamentos y asentamientos similares	8
Qué hacer en entornos urbanos	9
Qué hacer en el sistema de salud	9
Qué hacer en centros de detención	10
Qué hacer en centros de tránsito	10
RECOMENDACIONES	11
Para trabajadores migrantes y otros migrantes, incluyendo personas retornadas, varadas en cuarentena	11
Para poblaciones en mayor riesgo	11
Para niñez migrante	12
RITUALES FUNERARIOS	13
PROGRAMACIÓN SMAPS Y ATENCIÓN DE PERSONAL	13
ANEXOS	14
Consejos de cuidado del personal	14

INTRODUCCIÓN

La pandemia de COVID-19 es una amenaza tanto para la salud física como para la salud mental y bienestar psicosocial de migrantes. Una gran parte de la población mundial se verá afectada por la adversidad relacionada con el virus, abarcando la incertidumbre sobre su propio futuro, la pérdida de oportunidades de subsistencia, dificultades financieras, pérdida de seres queridos, el estigma y los efectos duraderos generados por el aislamiento, así como un sentido generalizado de temor. Estas preocupaciones están causando reacciones psicológicas inusuales que podrían empeorar o exacerbar las condiciones o vulnerabilidades de salud mental pre-existentes.

La pandemia por COVID-19 afecta a migrantes, al igual que a sus cuidadores. El estigma puede afectar aquellos migrantes provenientes de áreas de alta prevalencia, así como quienes laboran con personas que tienen COVID-19. Las preocupaciones sobre nuevos arreglos laborales afectan tanto a personas migrantes como al personal. El bienestar de quienes viven y trabajan en áreas urbanas densamente pobladas, campamentos, centros de tránsito y de detención, están particularmente en riesgo.

Las personas migrantes, especialmente las más vulnerables o aquellas en situación irregular, pueden enfrentar ciertos desafíos para acceder al sistema de salud; quizá no puedan recibir información confiable sobre la pandemia en su propio idioma; quizá estén separados de su red de apoyo y tengan que lidiar con un efecto de separación al cuadrado; y muchas veces tienen ocupaciones en los sectores más afectados o en el trabajo informal, estando en un mayor riesgo durante y después del brote.

La consideración de las necesidades de salud mental y la inclusión del apoyo psicosocial en las respuestas, están siendo promovidos por líderes mundiales, prestadores de servicios de salud y por la sociedad civil, con el objetivo de proveer acceso igualitario a la atención y apoyar la resiliencia individual y comunitaria. El Informe de Políticas del Secretario General

de las Naciones Unidas sobre COVID-19 y la Necesidad de Acción sobre la Salud Mental establece recomendaciones de cómo hacerlo, y puede ser leído por completo [aquí \(en inglés\)](#). El resumen en español puede ser leído [aquí](#).

Este breve documento recopila el material existente relacionado con la Salud Mental y el Apoyo Psicosocial (SMAPS) para la crisis del COVID-19, incluyendo otros recursos que pueden ser aplicables a dicho contexto. Los documentos están divididos en diferentes secciones, basados en los "espacios de nuevas vulnerabilidades" inherentes a ciertos programas de la OIM, aunque muchos de ellos son aplicables a otras áreas. Estos cubren tanto la transversalización de SMAPS como acciones específicas.

Las personas en el rol de gerencia o coordinación de SMAPS también encontrarán orientación sobre cómo abordar los problemas programáticos menos técnicos, pero más administrativos relacionados con la pandemia, incluyendo la redefinición del programa, capacidad de respuesta y cómo manejar las demandas para brindar apoyo a colegas que se encuentran en las mismas misiones.

El documento fue elaborado por la Sección Global de SMAPS de la OIM en consulta con 20 coordinadores de SMAPS y puntos focales en misiones de la OIM, y con la unidad de bienestar del personal. Además, incluye las mejores y más prometedoras prácticas y herramientas identificadas a través de estas consultas y el involucramiento de socios. Este documento ha sido actualizado cada dos semanas con nuevos hipervínculos y materiales, y actualizaciones/avances de mejores prácticas y herramientas identificadas. Esta es la tercera y versión final del documento. El texto resaltado con color significa que es información nueva.

ASPECTOS PSICOSOCIALES DEL COVID-19

Las reacciones psicológicas comunes de una pandemia incluyen, pero no están limitadas al miedo, ansiedad, confusión, frustración, enojo y retraimiento. Las personas quizá se preocupan por sus familiares o por su propia salud; sobre no tener suficiente acceso a suministros o medicamentos; la pérdida de trabajos y medios de subsistencia; o la incapacidad de mantener un rendimiento laboral con factores estresantes adicionales. Dichas preocupaciones son intensificadas por situaciones adicionales, tales como dificultades económicas, mayor presión por el cuidado de la familia, mayor exposición a tensiones familiares, distanciamiento social y estigma.

Las personas migrantes, especialmente las más vulnerables, pueden enfrentar un acceso desigual a los servicios de la salud y otros servicios; condiciones de trabajo, vivienda o refugio más riesgosos, mayor preocupación y sentido de culpabilidad en relación con quienes que quedaron atrás. Esta situación se exagera para aquellas personas migrantes en situaciones de mayor vulnerabilidad, incluyendo quienes se encuentran en centros de detención, de identificación y de tránsito, quienes viven en campamentos, personas migrantes varadas y quienes no tienen un control pleno sobre sus cuerpos, movimientos, interacciones sociales y ciclos de sueño, como frecuentemente sucede con víctimas de trata y migrantes en condiciones de servidumbre.

Los medios juegan un rol importante, informando sobre la situación y manteniendo las poblaciones actualizadas sobre las medidas tomadas por los gobiernos para poder controlar la propagación del virus. Sin embargo, puede existir un exceso de exposición, que para muchos migrantes puede empeorar por la falta de familiaridad con las fuentes de información del

país anfitrión, en términos de su capacidad para distinguir entre fuentes confiables y no confiables. También, la falta de dominio del idioma para poder entender los matices de lo que se está comunicando y el interés de seguir los medios de comunicación y redes sociales, tanto del país de origen, como del anfitrión, podrían duplicar la sobreexposición y malentendidos.

Hasta el momento, las medidas comunes tomadas por los gobiernos han incluido la prohibición de eventos públicos, medidas de higiene obligatoria y distanciamiento físico, cierre o restricción de movimiento en las fronteras, imposición de cuarentena para quienes llegan de áreas de alta prevalencia, prohibición de viajes de personas provenientes de esas áreas y la imposición de cierres extensivos o parciales, los cuales han tenido un efecto sobre los movimientos de migrantes, sus conexiones sociales, trabajo y medios de subsistencia. Otras medidas que afectan a las personas migrantes, son la suspensión de programas de reasentamiento, retornos voluntarios asistidos y retornos humanitarios que a su vez generan cuellos de botella y un mayor estado de ansiedad para quienes se encuentran en el proceso. Finalmente, muchas personas migrantes, como aquellas en situación irregular, quizá no tengan derecho a todos los niveles de atención a la salud, o quizá, no conocen cuáles son sus derechos de acceso para la atención a la salud bajo las circunstancias actuales; quizá incluso sean totalmente invisibles ante el sistema de salud pública. Las personas migrantes viviendo con enfermedades crónicas o trastornos mentales severos pueden ver su acceso a servicios básicos de la salud y a medicamentos obstaculizado debido a las restricciones de desplazamiento y a una mayor escasez de medicamentos, los cuales pueden crear estresores adicionales para ellos mismos y sus familias.



Capacitación sobre normas de higiene para prevenir la propagación del COVID-19 en el campamento Ali Khali, Teknaf en Bazar del Cox. Muse Mohammed, 2020.

Tener que permanecer en cuarentena o aislamiento por largos periodos de tiempo puede conducir al estrés, agotamiento, desapego emocional con otros, irritabilidad, insomnio, ansiedad, mayor uso de sustancias, baja concentración e indecisión, deterioro del rendimiento laboral, desmotivación para trabajar o desánimo. Estos sentimientos podrían perdurar hasta mucho después de finalizar el periodo de cuarentena. En estas situaciones, es crítico mejorar el auto cuidado y seguir las recomendaciones para mantener una buena condición de salud física y mental.

Es particularmente preocupante la realidad de aquellas personas migrantes, quienes debido a esta situación se encuentran atrapadas en centros de detención, de identificación y de tránsito, donde ciertas medidas indicadas, como el distanciamiento físico y provisiones de higiene no son posibles; también quienes no tienen las posibilidades económicas para seguir dichas recomendaciones, o quienes que son puestos en aislamiento o cuarentena mientras que están de viaje o en tránsito en lugares que no son sus países de origen o de acogida. Las personas migrantes pueden estar sujetas a estigmatización y discriminación en el lugar donde se encuentran y a su retorno, como es el caso general de migrantes provenientes de países o regiones de alta prevalencia.

A continuación puede encontrar hipervínculos o enlaces a recursos sobre reacciones psicosociales comunes ante una pandemia, algunos específicamente diseñados para la pandemia por COVID-19, y otros para situaciones similares, como por ejemplo el brote de la Enfermedad por el Virus del Ébola (EVE) en África Occidental en los años 2014-2016, y el brote del Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS) que afectó a 26 países en el año 2003. La mayoría de estos recursos actualmente se encuentran disponibles únicamente en inglés, por lo que en este documento se indicará para cada documento, cuáles se encuentran disponibles en español.

RECURSOS:

[Mapeando las inquietudes poblacionales en cuanto a la salud mental relacionados al COVID-19 y las consecuencias del distanciamiento físico: un análisis de las tendencias en Google](#), usa datos de tendencias de Google (1 Enero 2020 – 1 Abril 2020) para investigar el impacto de la pandemia y las medidas gubernamentales para mitigarlo en las preocupaciones de las personas, indexados por cambios en las frecuencias de búsqueda de temas indicando estrés mental, estresores sociales y económicos, y búsqueda de tratamientos de salud mental.

La IFRC, UNICEF y la OMS publicaron una guía para prevenir y abordar el estigma social relacionados con el brote de COVID-19: [Estigma Social Asociado con el COVID-19](#).

[Los Efectos Psicológicos de Poner a una Ciudad en Cuarentena](#), escrito por Rubin y Wessely, explora los efectos psicológicos de las medidas actuales para suprimir el COVID-19, basado en experiencias previas de ciudades puestas en cuarentena.

Publicado en The Lancet, [Prioridades Multidisciplinarias para la Investigación sobre la Pandemia por COVID-19: un llamado a la acción en ciencias de la salud mental](#) explora los efectos psicológicos, sociales y neurocientíficos del COVID-19, y define las prioridades inmediatas y estrategias a largo plazo para la investigación de las ciencias de la salud mental.

Brooks et al. revisaron 24 investigaciones sobre el impacto psicológico de una cuarentena para The Lancet en el año 2019: [Impacto Psicológico de una Cuarentena y Cómo Reducirlo: Repaso Rápido de la Evidencia](#).

Aunque no está directamente relacionado con el COVID-19, las publicaciones producidas durante los brotes de SARS y Ébola, respectivamente, puede ser de ayuda.

En el 2014, Hawryluck et al. examinó los efectos psicológicos de una cuarentena de 129 personas en Toronto, Canadá: [Control de SARS y Efectos Psicológicos de una Cuarentena, Toronto, Canadá](#).

Similarmente, Pellicchia et al. estudió las consecuencias sociales de una cuarentena de individuos asintomáticos sospechosos de haber estado en contacto con un caso positivo durante el brote de Ébola en Liberia: [Consecuencias sociales de las Medidas de Contención del Ébola en Liberia](#).

La Campaña Speak Your Mind o “Di lo que piensas” por su traducción al español, que aboga por la salud mental para todos, publicó una carta abierta, llamando a los líderes mundiales para proteger y escalar el apoyo de salud mental en las respuestas actuales y futuras ante el COVID-19. La carta puede ser leída y firmada [aquí](#).

RECOMENDACIONES GENERALES

Aunque las recomendaciones pueden variar dependiendo del país, las operaciones de la OIM y otras circunstancias, ciertos puntos clave generales que deben ser ampliamente comunicados a personas beneficiarias de programas, incluyen:

- Protéjase y proteja a otros, manteniendo distanciamiento físico y siguiendo las medidas de higiene.
- Busque información únicamente de fuentes confiables, tales como la OMS o las autoridades sanitarias nacionales y minimice su seguimiento a noticias que le generan angustia.
- Mantenga una rutina saludable que incluya suficiente reposo, movimiento corporal y actividades recreativas y de relajamiento.
- Balancee las actividades físicas y mentales, y enfóquese en actividades constructivas que le ayuden a aliviar la angustia. Recuerde adherirse a las reglas locales de distanciamiento físico y aislamiento cuando se ejercite..
- Mantenga contactos sociales mientras que mantiene un distanciamiento físico.
- Apóyese de sus valores y creencias espirituales como estrategias de afrontamiento positivo para encontrar motivación.
- Busque ayuda si lo necesita.

Las recomendaciones no están limitadas simplemente a mensajes, pero también puede informar la programación.

- Se pueden prever medidas de protección que permitan el distanciamiento físico, tales como la provisión de alternativas de albergue u otras soluciones en los sitios en que el distanciamiento físico no es posible. Esto puede ser parte de la respuesta de primer nivel en un programa de SMAPS, y prever, por ejemplo, la distribución de desinfectantes o mascarillas.
- Las campañas en redes sociales, boletines, podcasts, campañas MSG y otros sistemas de anuncios públicos pueden ser organizados por el programa de SMAPS para asegurar que las personas reciban información correcta en su respectivo idioma.
- Sugerencias sobre rutinas que sean posibles en las circunstancias particulares de cada contexto, pueden ser transmitidas mediante talleres con una cantidad limitada de líderes comunitarios o por medio de videoconferencias con facilitadores.
- El programa puede facilitar directamente las telecomunicaciones y contactos sociales virtuales, mejorando las provisiones de Internet, distribuyendo tabletas o teléfonos celulares a quienes están en mayor riesgo, enseñándoles cómo usar las plataformas de comunicación virtual.
- Actividades sociales que sean posibles dentro de un programa específico y basadas en las provisiones sanitarias, de higiene y distanciamiento nacionales, pueden ser obtenidas del [Manual SMAPS de Base Comunitaria en Emergencias y Desplazamiento](#) (capítulo 5 a 9) y propuestos. Si no es posible identificarlos, contacte: contactpss@iom.int.
- Oraciones, rituales religiosos diarios o semanales y contactos con funciones religiosas pueden ser organizados cuando sea adecuado y aceptable, por medio de la radio o redes sociales. Otros rituales religiosos, tales como sepultura se encuentran en el párrafo respectivo de la página 13.

Sin tener que reinventar la rueda, las recomendaciones y mensajes pueden ser obtenidos de los recursos presentados a continuación. Todas las

sea efectivo y antes de traducirlas a los lenguajes correspondientes.

Por ejemplo, recomendar un distanciamiento físico quizá no sea adecuado, e incluso puede ser contraproducente, si a las personas no se les permite mantener distancia debido a las condiciones en el centro de tránsito donde están albergados. En este caso, quizá sea mejor dar recomendaciones de higiene y distanciamiento que sean realmente posibles y útiles. Las sugerencias para buscar información de fuentes confiables tal vez no signifique mucho para migrantes vulnerables o irregulares, y el mensaje debe ir acompañado con ejemplos de fuentes confiables en las cuales pueden confiar en un idioma que puedan entender. Finalmente, la manera en que pueden obtener atención de salud tiene que ser definida en relación con las posibilidades que realmente estén disponibles para las diferentes categorías de migrantes.

RECURSOS:

La OMS publicó una guía sobre las consideraciones de SMAPS con mensajes para la población general y varios grupos sociales, que puede encontrarse aquí: [Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19](#) [Consideraciones psicosociales y de salud mental durante el brote de COVID-19](#) (disponible en inglés, español, francés y portugués).

La OMS publicó un folleto llamado Lidando con el Estrés durante el COVID-19, que incluye recomendaciones generales y está disponible en los siguientes idiomas: [Arabe](#); [Chino](#); [Inglés](#); [Francés](#); [Ruso](#); y [Español](#).

La OMS elaboró recomendaciones para atender su propia salud mental y elaboró una serie de tarjetas relacionadas con el COVID-19 para ser utilizadas en las redes sociales, y están disponibles aquí: [Tarjetas de Redes sociales](#).

Por último, la OMS publicó una [Guía para prevenir y abordar los estigmas sociales asociados con el COVID-19](#), indicando mensajes adecuados para usar en las respuestas al COVID-19.

OIM Irlanda elaboró una hoja informativa sobre las reacciones comunes ante un brote de coronavirus: [COVID-19 / Respuesta Emocional de Coronavirus, ¿Qué se puede esperar?](#).

El Centro de Control de Enfermedades de los Estados Unidos (CDC) compartió unas recomendaciones sobre cómo manejar el estrés relacionados al COVID-19: [Manejando la Ansiedad y Estrés](#) (disponible en español).

Roberto Biella Battista, un psicólogo de emergencias trabajando para el servicio telefónico de emergencias 118 en Lombardía Italia desarrolló una serie de recomendaciones, disponibles en [Italiano](#) y en [Inglés](#).

El Grupo Técnico de Trabajo en SMAPS de Sudán del Sur desarrolló una [serie de mensajes clave](#) adaptados al contexto local.

La OIM San José elaboró un folleto específicamente para migrantes: [Recomendaciones para Migrantes – Cómo lidiar con el estrés durante el brote de Coronavirus COVID-19](#). Disponible en español y otros idiomas [aquí](#).

[Lidando con el estrés durante brotes de enfermedades infecciosas](#) es un folleto publicado por el Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles y el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles.

La asociación psicológica Canadiense desarrolló una serie de [Hojas Informativas llamadas “La Psicología Funciona”](#) para el COVID-19 y para diferentes grupos.

La página web de Bienestar del Personal de la OIM ahora tiene una sección sobre cómo lidiar con el COVID-19, la cual está [aquí](#).

Se requiere ir más allá de compartir información para promover cambios de comportamiento, particularmente a la luz de la emergencia global que requiere evaluar ciertas conductas sociales y culturales descuidadas, y una falta de entendimiento de nuestra interconexión como sistema. Integrando ciertos modelos, tales como la [Creencia en Salud](#), logra facilitar que los individuos puedan tomar acciones para contrarrestar, detectar o controlar una condición de enfermedad.

PREPARACIÓN

El brote de COVID-19 se encuentra en diferentes etapas en los países donde opera la OIM. Aquellos países donde el brote apenas está iniciando, o que aún no ha iniciado, deben prepararse y deben definir un plan de contingencia.

Los coordinadores o gerentes de SMAPS deben:

- Estar conscientes de las medidas tomadas a nivel de país y las recomendaciones internacionales.
- Organizar grupos focales o encuestas rápidas para entender la percepción del COVID-19 entre la población meta, para poder desmitificar percepciones erróneas por medio de mensajes adecuados (ver casilla de abajo).
- Identificar grupos de beneficiarios, familias e individuos que están en mayor riesgo, o aquellos que podrían ser más vulnerables al brote (p.ej. personas ancianas viviendo solas) y movilizar las comunidades para preparar un plan para responder ante dichas necesidades.

La OIM Bazar de Cox, en preparación ante un posible brote en los campamentos de refugiados Rohingya y en comunidades de acogida, realizaron una [evaluación inicial](#) sobre las percepciones, mitos, rumores y temores sobre el COVID-19 entre las poblaciones locales, para poder informar sobre las respuestas y elaboración de mensajes. Además de esto, se publicaron [nuevos documentos](#) sobre la percepción local del COVID-19, basados en 16 discusiones de grupos focales con miembros de la comunidad Rohingya. También se desarrolló una [campaña de sensibilización](#) con mensajeros que van de puerta a puerta en bicicleta.

- Mapear las estructuras comunitarias, recursos y servicios humanos disponibles y que requieren ser movilizados durante las diferentes etapas de un brote.
- Mantener o intensificar la coordinación con socios y los Grupos de Trabajo de SMAPS – si es que existen – para asegurar un abordaje armonizado y una cobertura adecuada.
- Se debe actualizar las rutas de derivación (referenciación) para personas con condiciones de salud mental.
- El personal debe estar preparado para establecer diferentes arreglos laborales, incluyendo el teletrabajo.
- Identificar la tecnología requerida para el soporte remoto y preparar un plan de compras y distribución, si es necesario.

- Preparar materiales de capacitación personalizados para el personal y líneas frontales, incluyendo Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) y de auto cuidado. Para la preparación de mensajes clave y el plan de divulgación, los mensajes clave pueden ser dirigidos a la población general antes de que se genere un brote y luego puede ser ajustado a grupos específicos identificados como vulnerables.
- Las actividades deben ser ajustados a las necesidades de los grupos meta y a las regulaciones del país para cada etapa; priorizando el soporte remoto y el apoyo paritario. Aquellas personas que reciben atención clínica deben continuar recibiendo dichos servicios.
- Apoyar el establecimiento de mecanismos de respuesta basados y operados por la comunidad, incluyendo voluntarios quienes dan seguimiento a adultos mayores, capacitación de habilidades psicosociales básicas para líderes y activistas, etc.
- Prever formas para generar intervenciones basadas en las capacidades creadas dentro de la comunidad.
- Crear un sistema de supervisión técnica para el equipo SMAPS y miembros de la comunidad involucrados con la respuesta SMAPS, tomando en consideración las necesidades de logística y de telecomunicaciones.
- Orientar a los trabajadores prioritarios, tales como bomberos, policías, paramédicos, enfermería, líderes religiosos, personal de negocios esenciales y otros, sobre cómo apoyar a las personas afectadas por el COVID-19.

RECURSOS:

La [Nota Informativa de la IASC sobre la Actualización de Planes de Respuesta Humanitaria y de País para incluirlos en las Actividades de Salud Mental y Apoyo Psicosocial \(SMAPS\)](#) provee razonamiento para la priorización de acciones e intervenciones clave.

El Grupo de Referencia Inter agencial de SMAPS en Sudán del Sur desarrolló una guía para SMAPS en respuesta al COVID-19, la cual incluye consideraciones para la fase de pre-brote/preparación: [Consideraciones SMAPS en respuesta al pre-brote de COVID-19 en Sudán del Sur](#).

La IASC publicó [Habilidades Psicosociales Básicas – Una Guía para Socorristas COVID-19 \(disponible en español\) diapositivas en la guía](#), para trabajadores quienes proveen servicios esenciales durante el cierre.

Para el contexto africano, la [Guía para la Salud Mental y Apoyo Psicosocial para COVID-19](#) de los Centros Africanos para el Control y Prevención de Enfermedades provee una guía para los Estados Miembros de la Unión Africana sobre las consideraciones clave de SMAPS y una guía para la comunidad, trabajadores de la salud, cuidadores de poblaciones vulnerables y personas en cuarentena, aislamiento o centros de tratamiento.

[Sugerencias para Involucrar a las Comunidades en Entornos de Bajos Recursos, Remotamente y en Persona durante el COVID-19](#) es una guía multi agencial que provee consideraciones clave para involucrar a las comunidades sobre el COVID-19, y sugerencias sobre cómo involucrarse cuando existen restricciones de desplazamiento y medidas de distanciamiento físico establecidos, particularmente en entornos de bajos recursos.

[Guía Interina: Supervisión de Apoyo para voluntarios proveyendo Salud Mental y Apoyo Psicosocial durante el COVID-19](#) fue desarrollado por la IFRC para brindar supervisión a voluntarios de SMAPS.

QUÉ HACER EN LOS DIFERENTES ENTORNOS

CAMPAMENTOS Y ASENTAMIENTOS SIMILARES

Las personas que viven en campamentos pueden tener mayores dificultades para auto aislarse y acatar las recomendaciones sanitarias relevantes. Las condiciones adversas de vivienda pueden exacerbar los sentimientos de temor, angustia y enojo. Las intervenciones de SMAPS en campamentos deben seguir lo indicado en el [Manual de la OIM sobre Salud Mental y Apoyo Psicosocial basado en la Comunidad durante Emergencias y Desplazamientos](#) adaptado a la situación del COVID-19, lo cual implica evitar actividades que van en contra de las provisiones nacionales sobre medidas de seguridad y protección sanitaria. Por favor contacte a contactpss@oim.int por cualquier duda o comentario.

- Oraciones, rituales religiosos diarios o semanales y contactos con funciones religiosas, por medio de la radio o redes sociales, pueden ser organizados cuando sea adecuado y aceptable. Otros rituales religiosos, tales como rituales fúnebres, ver el párrafo respectivo en página 13
- Si existen equipos psicosociales móviles, podrían:
 - o Evaluar las percepciones del COVID-19 entre los beneficiarios,
 - o Diseñar concientización (desarrollando mensajes clave adecuados),
 - o Diseñar maneras apropiadas de compartir información,
 - o Ofrecer apoyo psicosocial específico antes de un cierre,
 - o Organizar apoyo psicológico virtual,
 - o Identificar y movilizar estructuras y recursos comunitarios existentes.
- Re-capacitar a los miembros de la comunidad instruidos en Primeros Auxilios Psicológicos (PAP) en la adaptación del PAP para el contexto del COVID-19.
- Mapear recursos existentes en los campamentos (p.ej. personas capacitadas en PAP)
- Capacitar trabajadores primera línea en SMAPS en epidemias, la adaptación de PAP para el contexto de COVID-19, anti-estigmatización alrededor del COVID-19 y el auto cuidado.
- Empoderar a los miembros de la comunidad y organizaciones de la sociedad civil brindando materiales impresos para su distribución y talleres realizados con una participación limitada, uno a uno, o virtualmente.
- Otras medidas para el apoyo remoto pueden ser creadas e intensificadas, incluyendo:
 - o Supervisión técnica remota de recursos comunitarios por medio de Skype o por teléfono,
 - o Líneas telefónicas de emergencia,
 - o Servicios remotos: PAP y servicios de consejería psicológica digitales.
- Peer to peer support can be established for people living in the same household.
- Se puede establecer un apoyo de pares para personas viviendo en la misma casa.
- Promover el apoyo familiar, buscando cultivar fortalezas y capacidades de resolución de problemas innatas para restaurar la confianza en su capacidad interior para superar la adversidad, brindando recomendaciones y soporte remoto.

- Se requiere establecer sistemas de apoyo comunitario para personas con vulnerabilidades, que son incapaces de proveer para sí mismas, acceder a servicios esenciales, etc.
- Se debe continuar la identificación y referencia (remitir) de personas experimentando altos niveles de distrés o presentando condiciones de salud mental.
- Asegurar que los equipos psicosociales móviles estén protegidos durante sus actividades (p.ej. suministrando máscaras u otro equipo de protección).

El equipo SMAPS de la OIM en Sudán del Sur ha liderado la producción de máscaras de protección sanitaria reutilizables. Los grupos de mujeres que previamente estaban involucradas en costura, ahora están produciendo 2000 máscaras por semana, lo cual fue introducido como un aporte a la actividad laboral, involucrando a personas particularmente vulnerables, tales como personas con discapacidades en la producción.

RECURSOS:

Para SMAPS en el marco de la respuesta COVID-19 en Entornos Humanitarios, por favor leer:

Nota Informativa provisional de IASC: Cómo abordar la salud mental y los aspectos psicosociales del brote de COVID-19 ([disponible en español](#)) elaborado por el Grupo de Referencia de IASC para SMAPS en entornos de emergencia, del cual OIM es miembro activo.

La OIM Bazar de Cox resumió los puntos principales de la Nota Informativa en un power point que se encuentra [aquí](#).

El documento [Aplicando normas humanitarias para combatir el COVID-19](#), contextualiza el COVID-19 en las Normas Sphere.

El IASC desarrolló un [Guía interina sobre el Ampliar las Operaciones de Preparación y Respuesta en Campamentos y Asentamiento Similares ante el brote por COVID-19](#) (conjuntamente desarrollado por la IFRC, OIM, ACNUR y OMS).

Los PAP son una intervención clave en y fuera de campamentos. Los recursos desarrollados para la respuesta a COVID-19 pueden encontrarse aquí: [Consideraciones Operativas de IASC para Programas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial Multisectorial durante la pandemia de COVID-19 – adaptando los Primeros Auxilios Psicológicos al contexto COVID-19](#).

Para proveer PAP remotamente, por favor ver esta interesante guía: [Guía interina para los Primeros Auxilios Psicológicos remotos durante un brote de COVID-19](#).

El Centro Psicosocial de IFRC ha desarrollado una herramienta de capacitación sobre PAP básica para COVID-19. Esta [capacitación virtual](#) interactiva puede ser usada por capacitadores en todo el mundo (disponible en español).

La OIM y PUI Irak tradujeron un recurso IFRC sobre cómo brindar un [PAP remoto](#), disponible en Árabe y Kurdo Bahdini.

[Las Consideraciones Operativas para Programas en Salud Mental y Apoyo Psicosocial durante la pandemia COVID-19](#) de IASC contiene una sección sobre la continuidad de la atención de SMAPS integral y clínica en entornos humanitarios durante la pandemia por COVID-19.

El Grupo de Trabajo técnico SMAPS de Sudán del Sur desarrolló un [Procedimiento Operativo Standard \(SOP\) y una nota de orientación sobre la asistencia remota de SMAPS durante el COVID-19](#) con puntos clave sobre la gestión de líneas telefónicas de emergencia y recomendaciones para todos los niveles de la pirámide de intervención de la IASC. Para la consejería psicológica remota, se desarrollaron materiales por parte de la OIM Bazar de Cox, OIM Irak y OIM Turquía, respectivamente:

[Guías de Tele-consejería – Equipo SMAPS, OIM Bazar de Cox, Bangladesh.](#)

OIM Irak elaboró una guía para el personal SMAPS para definir la escena y establecer un entorno privado para interacciones remotas con los receptores del servicio. Puede encontrarla [aquí](#).

El equipo SMAPS de la OIM Irak desarrolló un conjunto de guías internas sobre el COVID-19, incluyendo una guía para proveer apoyo psicosocial remoto y acudiendo a modalidades remotas para administrar varias actividades. Puede encontrarlas aquí: [Guías del Programa SMAPS de OIM Irak sobre modalidades de trabajo remoto.](#)

La OIM Turquía elaboró una [nota de orientación](#) sobre el uso de Facebook como modalidad para las actividades SMAPS.

ENTORNOS URBANOS

En entornos urbanos, las personas migrantes pueden enfrentar una falta de alojamiento adecuado durante el periodo de cuarentena, barreras al acceso de información y servicios, espacios sobrepoblados y redes de apoyo interrumpidas o debilitadas, al igual que problemas con subsistencias y medios de vida. La situación podría incrementar el estrés relacionado con su condición migratoria y limitar aún más el acceso a oportunidades de subsistencia. El acceso a servicios de salud necesita ser monitoreado.

Para mayor información, leer este artículo [La Salud Descuidada de Trabajadores Migrantes Internacionales durante la epidemia COVID-19](#). Las actividades existentes deben ser adaptadas a las necesidades de grupos meta y regulaciones de país en cada etapa, priorizando el soporte remoto y apoyo de pares. Las personas que reciben atención de salud mental deben continuar recibiendo dichos servicios, según los protocolos establecidos para la continuidad de la atención por parte del gobierno anfitrión.

Según lo permitido por las regulaciones de cada país, los equipos psicosociales móviles pueden jugar un rol clave en generar concientización, ofreciendo apoyo y vinculando con servicios. Además, pueden jugar un rol en:

- Mapeando recursos en áreas de apoyo social, refugio, alojamiento, paquetes de higiene y de seguridad, y atención de la salud para migrantes de acuerdo con su condición migratoria.
- Divulgando esta información a migrantes a través de folletos, medios de comunicación, redes sociales, redes informales.
- Preparando migrantes con anterioridad ante posibles medidas estatales, con sesiones sobre el auto cuidado y gestión del estrés.
- Proveer servicios de consejería psicológica remota.
- Apoyando la identificación de poblaciones vulnerables y refiriéndolos a otros programas críticos, tales como programas de distribución de apoyo en efectivo y en especie.
- Proveyendo a los centros migratorios existentes, lugares de congregación de migrantes y centros de salud y otros servicios con materiales de auto ayuda para migrantes, tales como los que se indican a continuación o variaciones de:

[Folleto de auto ayuda para Hombres Enfrentando Crisis y Desplazamiento.](#)

[Afrontamiento psicológico durante un brote de enfermedad.](#)

[Folleto de Auto cuidado y Habilidades de Afrontamiento en Situaciones Estresantes.](#)

IASC publicó [Habilidades Psicosociales Básicas – Guía para personal de primera línea de respuesta a la COVID-19](#) (disponible en español) y [diapositivas sobre la guía](#), dirigido a trabajadores que proveen servicios esenciales durante un cierre (personal paramédico y de, enfermería, personal voluntario, policías, propietarios y ayudantes de tiendas, cuidadores).

OIM Irak elaboró [un afiche sobre cómo establecer una rutina de salud diaria en casa](#), está disponible en el dialecto Árabe Iraquí, Kurdo Sorani y Kurdo Bahdini.

La OMS publicó la guía ilustrada [Haciendo lo que importa en tiempos de estrés](#), con el objetivo de equipar a personas con habilidades prácticas para ayudarles a lidiar con el estrés.

Para facilitar la continuidad del involucramiento de la comunidad durante la pandemia, se creó una guía multi-agencial: [Sugerencias para Involucrar las Comunidades durante el COVID-19 en Entornos de Bajo Recursos, Remotamente y en Persona.](#)

OIM Portugal organizó [sesiones de sensibilización SMAPS](#) virtuales para personas en contacto con migrantes afectados por COVID-19.

EN EL SISTEMA DE SALUD

Ciertas categorías de migrantes pueden sufrir un acceso desigual a los servicios de atención a la salud, o ser usados para no referir a los servicios de salud pública por el temor de ser registrado, o porque no conocen sus derechos vis-a-vis el acceso a la atención de salud. Aun cuando acceden al servicio, podrían encontrar dificultades lingüísticas y culturales. Esto se vuelve aún más riesgoso en situaciones de pandemia. Los gerentes y coordinadores de SMAPS deben vincularse con las autoridades sanitarias relevantes y comunidades migrantes para:

- Abogar por la inclusión de todas las personas migrantes en las opciones de prevención, respuesta y tratamiento en relación al COVID-19.
- Traducir información importante sobre protocolos para acceder a anamnesis, pruebas y tratamiento para COVID-19 en los idiomas de las comunidades migrantes en las áreas respectivas.
- Transversalizar la SMAPS en centros de salud primaria y estructuras de apoyo existentes y capacitación de profesionales gubernamentales, p.ej. trabajadores de salud en la respuesta del Anexo PAP para COVID-19.
- En áreas de alta migración, se debe asegurar que la unidad de emergencia y triage de COVID-19 pueda contar con servicios de interpretación relevantes a través de líneas telefónicas de emergencia o anclajes comunitarios.
- Traducir materiales impresos para la atención en casa o protocolos de alta hospitalaria distribuidos en hospitales o en centros de Emergencia y de triage COVID-19.

Por favor encuentre [aquí](#) las sesiones de capacitación virtual para trabajadores líneas telefónicas de ayuda usando el marco PAP desarrollado por la Dra. Nancy Baron. Los materiales fueron desarrollados para capacitar a psicólogos y psiquiatras que trabajan contestando dichas líneas telefónicas de ayuda para atender a profesionales de la salud y una línea telefónica de ayuda para pacientes en unidades de aislamiento.

La OMS desarrolló un documento guía provisional [Manteniendo los servicios de salud esenciales: guía operativa para el contexto COVID-19](#), la cual recomienda acciones prácticas que países pueden usar a nivel nacional, subregional y local para reorganizar y mantener un acceso seguro a servicios de salud de alta calidad y esenciales dentro del contexto pandémico.

La OMS también tuvo una presentación sobre [Protegiendo la salud mental de los trabajadores de salud en COVID-19](#), el cual puede ser visto en línea.

OIM Portugal está organizando [sesiones virtuales de sensibilización de SMAPS](#) para personas que están en contacto con migrantes afectados por el COVID-19. Las sesiones están dirigidas a estudiantes de medicina, actores de recepción, trabajadores sociales y actores de la sociedad civil. Estas sesiones de sensibilización remota ofrecen una guía práctica sobre la identificación y referenciación (remisión) a atención especializada, comunicación y auto cuidado. También se están planificando sesiones enfocadas en para consejeros de migrantes en primera línea y posiblemente para policías y personal de seguridad en centros de detención.

CENTROS DE DETENCIÓN

El COVID-19 está aumentando la incertidumbre sobre el futuro y la seguridad de las personas migrantes. La información imprecisa y los rumores solo logran difundir miedo entre las personas migrantes con desplazamiento limitado, quienes temen que el virus se propague dentro del centro de detención sin posibilidades de escapar de él. Las medidas de contención probablemente implican la cancelación de visitas y aumento del riesgo de aislamiento.

Las personas migrantes detenidas podrán enfrentar mayor estrés, enojo y frustración al seguir estas medidas, el cual podría resultar en una mayor tensión en los centros. Se han realizado llamados públicos para liberar a las personas detenidas y evitar la propagación de la enfermedad en confinamiento,

Algunas acciones podrían ayudar a apoyar el bienestar de las personas migrantes detenidas:

- Proveer información precisa sobre las medidas a ser tomadas, síntomas y servicios disponibles en el idioma de las personas migrantes para reducir el estrés.
- Facilitar comunicación con sus familiares y amistades, con llamadas telefónicas o modalidades virtuales cuando las visitas son canceladas, eventualmente brindando herramientas relevantes.
- Sugerir actividades sociales y ocupacionales que pueden continuar sin ser facilitados por el personal.

- Proveer un espacio físico y materiales que faciliten actividades creativas y físicas, como actividades demente-cuerpo, o ejercicios basado en resistencia, actividades socioculturales iniciadas por las personas detenidas, al igual que materiales sanitarios y protocolos de seguridad y de higiene. Los sistemas deben establecerse para asegurar el acceso a espacios recreativos acatando las medidas de distanciamiento físico.
- Establecer sistemas de apoyo de pares y fomentar rutinas de auto cuidado.
- Ofrecer consejería psicológica remota.
- Capacitar al personal sobre el Anexo de PAP para COVID-19 y SMAPS básico.

La Oficina Regional de la OMS para Europa publicó una guía interina dirigida a personas en prisión y en centro de detención. Esta se encuentra aquí: [Preparación, Prevención y Control de COVID-19 en Prisiones y otros Lugares de Detención.](#)

La ACNUDH y OMS desarrollaron la [Guía Interina IASC para COVID-19: Enfoque en Personas Privadas de su Libertad.](#)

CENTROS DE TRÁNSITO

Las personas viviendo en centros de tránsito o de recepción, o albergues para migrantes ya experimentan incertidumbre sobre su futuro y frecuentemente viven en espacios hacinados separados de su red de apoyo. El COVID-19 es una fuente de angustia y de incertidumbre adicional, la cual viene acompañada de la suspensión de gran parte de los programas de retorno y de reasentamiento, o de la imposibilidad de continuar con su camino. Las acciones recomendadas incluyen:

- Proveer información precisa en el idioma de las personas migrantes, al igual que maneras culturalmente sensibles y atractivas (solicitudes, folletos, mensaje por radio, talleres en línea) para reducir el estrés.
- Facilitar la comunicación con familiares y amigos con llamadas telefónicas o virtualmente.
- Sugerir actividades sociales y ocupacionales que puedan continuar sin involucramiento del personal.
- Proveer un espacio físico, material, materiales de higiene y protocolos de seguridad e higiene que faciliten la realización de actividades creativas y físicas, así como actividades socioculturales iniciadas por los residentes.
- Establecer sistemas de apoyo paritario y motivar rutinas de auto cuidado.
- Ofrecer consejería psicológica remota.
- Capacitar al personal y líderes migrantes sobre el Anexo de PAP para COVID-19 y SMAPS básico.
- Ofrecer supervisión técnica a distancia para los puntos anteriores.

RECOMENDACIONES

PARA TRABAJADORES MIGRANTES Y OTROS MIGRANTES, INCLUYENDO

PERSONAS RETORNADAS, VARADAS EN CUARENTENA

Las personas trabajadoras migrantes y turistas que están varadas en cuarentena debido a una potencial exposición, debido al cierre de fronteras, o porque deben permanecer aisladas después de llegar a su destino o al regresar nuevamente a casa, podrían enfrentar varios estresores adicionales. La OIM podría recibir solicitudes de ciertos gobiernos para brindar apoyo a estos grupos. La OIM probablemente trabajará con estos grupos de personas por primera vez y tendrán acceso limitados a ellos. Algunas acciones para aliviar esta situación podrían ser:

- Facilitar el contacto con embajadas, consulados y servicios.
- Traducción de información sobre la situación en los países (tránsito y residencia habitual) para ayudar a aliviar el estrés.
- Brindar materiales e información sobre el manejo del estrés y auto cuidado durante el periodo de cuarentena.
- Consejería psicológica telefónica o virtual en su propio idioma, a través de la movilización de recursos en su país. En este enlace puede encontrar sesiones de apoyo grupal remoto para migrantes puestos en cuarentena de prevención en un centro de migrantes en Argelia.

RECURSOS:

La Media Luna Roja de Hong Kong elaboró un folleto de auto ayuda para personas en cuarentena por SARS, el cual puede ser readaptado a la situación del COVID-19. El afrontamiento psicológico durante un brote de enfermedad – Personas puestas en cuarentena: [Afrontamiento Psicológico durante un brote de enfermedad – Personas puestas en cuarentena](#).

En este enlace puede encontrar sesiones de apoyo grupal remoto para migrantes puestos en cuarentena preventiva en un centro de migrantes en Argelia: [Reporte de actividad: Grupo de discusión con migrantes por Skype](#).

En respuesta a la pandemia y su impacto desproporcionado sobre las poblaciones desplazadas debido a su situación irregular, la OIM Indonesia desarrolló [Planes de Adaptación de SMAPS para 2020-21](#) y un [Plan de Repuesta SMAPS](#), que ilustra las necesidades de los migrantes impactados por COVID-19 y estrategias y actividades de respuesta SMAPS personalizados.

PARA POBLACIONES EN

MAYOR RIESGO

Este grupo incluye personas desde los 65 años de edad y mayores; personas viviendo en residencias de cuidado a largo plazo, personas con discapacidades y personas con condiciones preexistentes, tales como la hipertensión, diabetes mellitus, enfermedad coronaria, etc.. Para estas personas migrantes, es especialmente importante seguir las recomendaciones para evitar ser infectarse. Quizá encuentren obstáculos adicionales para acceder los servicios de salud y quizá encuentren que los servicios que usualmente recibían están siendo limitados.

Las personas migrantes de la tercera edad tienen más posibilidades de no hablar el idioma del país de acogida, y probablemente requieran de apoyo para realizar actividades diarias que podrían ser suspendidas o

afectados, y por ende sufrir los efectos adversos de la cuarentena. La comunidad puede facilitar su apoyo; y los proveedores de salud y ayuda social necesitan ser orientados sobre las vulnerabilidades y dificultades de este grupo para acceder los servicios de salud. [COVID-19: Cómo incluir a la población marginalizada y vulnerable en las comunicaciones de riesgo y en la participación comunitaria](#) cubre la inclusión.

Para más información, las Naciones Unidas publicó un Informe de Política sobre [el Impacto del COVID-19 en personas adultas mayores](#) el mes de Mayo 2020, y la OMS publicó una [Sección de Preguntas y Respuestas sobre Adultos mayores y el COVID-19 \(disponible en español\)](#), al igual que documentos sobre [Programación Inclusiva – Asegurando que la Asistencia y Protección aborde las Necesidades de la Población Marginalizada y En Riesgo](#) desarrollado por la CICR y las [Consideraciones de Edad, Género y Diversidad – COVID-19](#) creado por el ACNUR.

Las [Consideraciones Operativas de IASC para Programas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial Multisectorial durante la pandemia COVID-19](#) elaborado por el Grupo de Referencia de la IASC sobre SMAPS en entornos de emergencia, contiene una sección específica sobre las consideraciones para desarrollar respuestas de SMAPS para adultos mayores ante la pandemia por COVID-19.

La Alianza Internacional de Discapacidad (IDA) compiló una lista de obstáculos enfrentados por personas con discapacidades, junto con algunas soluciones y recomendaciones prácticas. [Hacia una Respuesta Inclusiva de personas con discapacidad ante COVID-19: 10 recomendaciones de la Alianza Internacional de Discapacidad](#).

El Clúster de Protección de Siria en Turquía, elaboró el documento titulado [Guía de Orientación Breve – Una Respuesta ante COVID-19 inclusiva de personas con discapacidad](#).

Las víctimas de trata podrían estar en mayor riesgo, y con opciones más limitadas para buscar ayuda, acceder los servicios de salud o retornar a sus países de origen. La coordinación con los equipos de protección es necesaria para apoyarles durante el cierre.

Las personas con condiciones de salud mental severas también están en mayor riesgo, y por ende los servicios de SMAPS deben ser adaptados, y deben establecerse consideraciones especiales esenciales para aquellos nuevos clientes que requieran de apoyo durante la pandemia.

Las [Consideraciones Operativas del IASC para Programas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial Multisectorial durante la pandemia de COVID-19](#) contienen una sección sobre la continuidad de la atención de integral y clínica de SMAPS en entornos humanitarios durante la pandemia por COVID-19, con información sobre las consideraciones alrededor de los usuarios de servicios considerados de alto riesgo, medicamentos y personas con condiciones de salud mental, bajo circunstancias específicas de vivienda.

La OMS ha publicado un documento guía provisional sobre la [Gestión Clínica del COVID-19](#), el cual incluye una sección sobre el manejo de sus manifestaciones neurológicas y mentales.

Otros grupos en necesidad de apoyo adicional podrían ser identificados. Por ejemplo, Las [Consideraciones Operativas de IASC para Programas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial Multisectorial durante la pandemia COVID-19](#) contiene una sección para abordar el uso de sustancias y conductas adictivas durante el brote de COVID-19.

La ONUDD creó un documento con [Sugerencias sobre Tratamiento, Cuidado y Rehabilitación de Personas con Trastornos por el Uso de Drogas en el contexto de la Pandemia COVID-19](#).

También están disponibles recursos sobre las implicaciones en género:

[Implicaciones de Género en Brotes de COVID-19 en Entornos de Desarrollo y Humanitarios.](#)

Puede encontrar una lista completa de recursos sobre el COVID-19 relacionados a Rendición de Cuentas e Inclusión en el [sitio web de IASC](#).

PARA NIÑEZ MIGRANTE

Los niños y niñas deben recibir información precisa, con mensajes adaptados de acuerdo con su edad. Ellos reaccionarán a las noticias y experimentarán la cuarentena de maneras diferentes, según su edad y contexto.

La UNICEF desarrolló una versión de prueba para el campo de una [Guía Operativa para la Implementación y Adaptación de Actividades SMAPS para Niños, Adolescentes y Familias](#) como respuesta a las solicitudes de programas de país para entender mejor qué aspectos de SMAPS requieren ser incluidos como parte de la respuesta a COVID-19 y cómo adaptar e implementar las actividades de SMAPS.

Similarmente, Las [Consideraciones Operativas de IASC para Programas de Salud Mental y Apoyo Psicosocial Multisectorial durante la pandemia COVID-19](#) abarcan una sección de las consideraciones de salud mental y apoyo psicosocial para niños, adolescentes y familias durante la respuesta COVID-19.

La Alianza para la Protección de Menores en la Acción Humanitaria ha producido una [segunda versión de la nota técnica](#) sobre la protección de menores durante la pandemia COVID-19, la cual incluye una serie de anexos para apoyar a los profesionales.

RECURSOS:

Actividades y mensajes para niños y niñas:

La hoja de datos [Ayudando a niños y niñas a lidiar con el estrés durante el COVID-19](#) muestra cinco recomendaciones de la OMS para apoyar a la niñez.

Molly Watts, una enfermera intensivista del Hospital de Niños de Southampton, escribió un libro ilustrado en línea para ayudar a niños y niñas a expresar sus preocupaciones sobre el brote de coronavirus: [David el Perro está preocupado por el Coronavirus](#).

[Mi héroe eres Tú, Un Libro de Cuentos para Niños y Niñas sobre el COVID-19 \(disponible en español\)](#) es un proyecto desarrollado por el Grupo de Referencia (GR) sobre SMAPS de IASC con la contribución de expertos de los miembros del GR, grupos de padres, cuidadores, educadores y niños, enfocados específicamente en SMAPS.

[Brindando Tratamiento Psicológico a Niños por Teléfono: Un conjunto de Principios Guía Basados en Investigaciones Recientes con Niñez Siria Refugiada](#) establece principios básicos para la entrega segura de terapia psicológica a niños y niñas por teléfono, basado en la adaptación de una terapia telefónica existente para niñez refugiada de origen sirio en el Líbano.

La [Nota Técnica Multi-agencia: Líneas de Ayuda a la Infancia y Protección a Menores durante la Pandemia COVID-19 \(disponible en español\)](#) tiene el objetivo de brindar asesoría práctica para los actores de protección de menores y proveedores de servicios sobre cómo apoyar a los menores y familias mediante un servicio de línea de ayuda para niñez, incluyendo la colaboración con líneas de ayuda nacionales para niños y niñas.

Ciertos materiales fueron elaborados para ayudar a niños y niñas a entender las realidades del coronavirus, los cuales pueden tener un efecto mitigante sobre sus temores y angustia, por ejemplo:

OIM Etiopía desarrolló un libro educativo para colorear sobre el COVID-19 para niños y niñas, personalizado al contexto local y puede ser visto [aquí](#).

La OIM Bazar del Cox desarrolló un [video en Rohingya con subtítulos en inglés](#) para una campaña de concientización con mensajes sobre los

aspectos de SMAPS del brote de COVID-19 para niños y niñas.

[¿Qué podemos decirle a los niños sobre el coronavirus \(COVID-19\)?](#)

Es una guía escrita por Atle Dyregrov y Magne Raundalen, la cual ofrece consejos para los padres de familia, información sobre el coronavirus, indicaciones sobre qué decirle a los niños y niñas e información sobre la vida familiar durante el brote.

La IFRC y Visión Mundial colaboraron para diseñar una serie de tarjetas de actividades para niños quienes están bajo cierre o con acceso limitado a la escuela y programas recreativos: [Tarjetas de Actividades Diseñada para Niños](#).

Denise Daniels se asoció con Scholastic y con el Centro de Estudio de Infancia de Yale para ayudar a niños y niñas, familias y educadores a lidiar con esta pandemia, y publicaron: [Primeros Auxilios Emocionales: Un Cuaderno para Ayudar a Niños a Lidiar con la Pandemia del Coronavirus](#); es un cuaderno de 16 páginas descargable y disponible en Inglés, Español y Francés.

[Diario de Bienestar de 14 días](#) es una actividad creada por la Cruz Roja de Hong Kong para niños que tienen que quedarse en cuarentena.

Recursos para cuidadores y educadores:

[COVID-19: El bienestar en usted y en sus hijos e hijas](#), escrito por la el Colaborativo de SMAPS y el Área de Responsabilidad (AoR) sobre Protección de Menores, la cual provee una serie de sugerencias para cuidadores.

[Crianza en Tiempos de COVID-19](#) es una serie de seis documentos de sugerencias de una sola página para padres de familia, el cual muestra cómo planificar tiempo cara-a-cara, cómo mantenerse positivos, cómo crear una rutina diaria, evitando malas conductas, manejando el estrés y hablando sobre el COVID-19.

La UNICEF también compartió [Cómo pueden los profesores hablarle a los niños sobre la enfermedad por Coronavirus \(COVID-19\) \(disponible en español\)](#) con sugerencias para entablar discusiones adecuadas según la edad para reasegurar y proteger a los niños.

La IRFC, UNICEF y la OMS crearon un documento: [Guía provisional para la prevención y el control de la COVID-19 en las escuelas \(disponible en español\)](#) con información sobre el COVID-19 e información para personal docente, cuidadores y miembros de la comunidad.

La CDC creó mensajes para padres de familia, personal docente, y aquellos trabajando con niñez, abarcando los principios generales e información para discutir con niños y niñas, y se encuentra aquí: [Hablando con niños sobre la Enfermedad del Coronavirus 2019: Mensajes para padres de familia, personal docente y aquellos trabajando con niños](#) (disponible en español).

[Consejos para padres y cuidadores durante el cierre de centros docentes por el COVID-19: Apoyando el bienestar y aprendizaje infantil durante los cierres escolares \(disponible en español\)](#) fue desarrollado por el grupo Colaborativo de SMAPS para Infancia y Familias y Save the Children. Consiste de mensajes y sugerencias enfocadas en apoyar a los padres de familia y cuidadores para poder mejorar el bienestar y resultados del aprendizaje de niños y niñas.

Adolescentes:

[Cómo los adolescentes pueden proteger su salud mental durante el Coronavirus \(COVID-19\) \(disponible en español\)](#) se encuentra disponible en el sitio web de la UNICEF y provee seis estrategias para adolescentes.

Infancia privada de su libertad o en cuidados alternos:

La Fundación Martin James desarrolló varios recursos dirigidos a niños y niñas en cuidado alternos y a sus cuidadores, incluyendo un informe de práctico sobre [Visitas en Casa e Intervenciones Presenciales y Sugerencias sobre Cómo Hablar y Escuchar a Niños, Niñas y Jóvenes en Cuidados Alternos](#).

El artículo [Las Implicaciones del COVID-19 para el cuidado de niños y niñas viviendo en instituciones residenciales](#) publicado en The Lancet provee información adicional sobre el impacto de la pandemia.

Estas herramientas no tienen derecho de autor y pueden ser traducidas libremente a todos los idiomas. Pero para evitar duplicados, por favor coordine sus planes de traducción con la Sección Global de SMAPS.

RITUALES FUNERARIOS

En muchos países afectados por la epidemia, no se permiten celebrar rituales funerarios y la disposición de cadáveres puede implicar la cremación. Esto puede causar angustia en las familias y podría ir en contra de prácticas religiosas de muchas comunidades de migrantes.

Para limitar la aflicción que podría generar a las familias y amigos, los gerentes y coordinadores de SMAPS podrían establecer un sistema de consultoría virtual con líderes religiosos de las comunidades de origen de los migrantes para encontrar el idioma adecuado, y formas de rituales remotas/diferentes que podrían brindar cierre usando los mecanismos simbólicos establecidos.

Esto lo realizó la OIM en situaciones de desastres naturales en donde no lograron encontrar todos los cadáveres. Cuando existen equipos/grupos funerarios en los campamentos, ellos pueden recibir orientaciones sobre los aspectos psicosociales del COVID-19 y ser asistidos para poder acceder el apoyo psicosocial y prevenir la estigmatización. Por favor encuentre una guía relevante en el Manual sobre [CB SMAPS en Emergencias y Desplazamientos](#) en el Capítulo 7: Ritos y Celebraciones.

En la plataforma Antropológica de Respuesta de Ciencias Sociales, antropólogos brindaron asesoría sobre cómo involucrarse en las dimensiones del brote de Ébola y cómo establecer intervenciones que sean localmente adecuadas, en donde algunos son aplicables al COVID-19. Información sobre la gestión de difuntos basado en la respuesta del Ébola pueden encontrarse [aquí](#).

El hecho de no tener acceso justo a rituales y tradiciones de sepultura, puede causar un impacto estresante en las comunidades. En Somalia, los equipos de SMAPS de OIM están involucrando a los líderes religiosos para desarrollar guías nacionales para la disposición apropiada de cadáveres.

PROGRAMACIÓN DE SMAPS Y CUIDADO DEL PERSONAL

La OIM está tomando medidas de protección para el personal, las cuales en la mayoría de los casos impactan las rutinas de trabajo. Esto puede llevar hacia modalidades de teletrabajo, una mayor carga de trabajo, mayor exposición al COVID-19 para personal de primera línea, la cancelación de días de Descanso y Recuperación y vacaciones, al igual que limitaciones temporales para trabajar. Muchos Jefes de Misión están pidiendo a los gerentes y coordinadores de SMAPS que tomen el liderazgo en cuanto a la atención de personal dentro de la organización. Es importante notar que los programas de SMAPS y la atención de personal necesita mantenerse separada, debido a varias razones:

a) Normas éticas que son inherentes a las profesiones de asistencia sobre la diferenciación entre relaciones terapéuticas, laborales y de amigos.

b) Carga de trabajo: se le pide tanto a usted como a su equipo reajustar programas y procedimientos y responder ante el incremento de demandas con limitaciones adicionales. Cuando se adicionan nuevas tareas puede resultar muy abrumador.

c) Perfil: no todos los expertos de SMAPS de la OIM son consejeros o psicólogos de consejería, y típicamente han trabajado más en el área de la gestión por años. Quizá no estén en la mejor posición para brindar consejería o establecer sistemas de atención de personal.

d) Sostenibilidad. La mayoría de los recursos de SMAPS de la OIM son generados por proyectos, mientras que la atención de personal es una responsabilidad corporativa. Los proyectos tienen sus propias fechas límite; beneficiarios que deben servir y límites de tiempo. La atención de personal necesita ser un proceso dedicado e ilimitado, el cual debe ofrecerse a los equipos de SMAPS también.

e) Permiso de Donante. Esto no puede tomar prioridad sobre sus otras obligaciones (ver b). Un cambio en funciones tendrá que buscarse de los donantes para posiciones de proyectos. Las misiones en capitales de donantes pueden brindar mayor orientación sobre este tema. Busque opiniones sobre la reprogramación de fondos.

Dicho esto, los gerentes o coordinadores de SMAPS, bajo circunstancias excepcionales, pueden involucrarse si:

a) Se resuelve la tarea,

b) Se valora como algo posible,

c) Concuera profesionalmente,

d) Existe un periodo de tiempo definido y una estrategia de salida, por lo que es muy claro que se llevará a cabo en un tiempo muy específico y se tiene un momento de entrega prevista, y

e) Es solicitado por la alta gerencia de la oficina.

En el resto de los casos, y como respuesta de primera línea, dirija el Jefe de Misión a la Unidad de Bienestar de Personal en la Sede o en la Oficina Regional en el Cairo. Existen más maneras indirectas sobre como los programas SMAPS pueden ayudar al cuidado del personal. Estos incluyen informar a los miembros del personal sobre los servicios de bienestar de personal disponibles, compartiendo los mensajes creados por la oficina de bienestar de personal; rápidamente identificando a expertos (psicólogos de emergencia y otros) en varios idiomas, mundialmente y a través de redes de apoyo regionales y nacionales.

ANEXO I: ATENCIÓN DE PERSONAL Y SUGERENCIAS

En general, y para su propio bienestar y de su equipo, siga las siguientes recomendaciones de la unidad de consejería de personal. Aquí podrá encontrar los mensajes clave de la OIM para afrontar la situación:

[Mensaje 1 – Manejo de la situación actual de salud \(disponible en español\)](#)

[Mensaje 2 – Comprender nuestras reacciones a la actual situación actual de salud \(disponible en español\)](#)

[Mensaje 3 – El Impacto del Aislamiento](#)

[Mensaje 4 – Gestión durante el COVID-19 \(disponible en español\)](#)

Otros recursos:

[Salud Mental y Apoyo Psicosocial para Personal, Voluntarios y Comunidades en un Brote del Nuevo Coronavirus \(disponible en español\)](#)

[Sitio web de Bienestar de Personal de la OIM](#)

Por favor tome en consideración los siguientes aspectos:

1. Concientización

Asegúrese de seguir todas las precauciones sanitarias seguras según lo aconsejado por la Unidad de Salud del Personal (OHU) y la OMS, y únicamente preste atención a la información proveniente de fuentes confiables. Limite la cantidad de veces que se actualiza, al menos de que sea necesario, incluyendo de redes sociales. El personal de OIM debe seguir regularmente las recomendaciones globales, regionales y nacionales para estar al tanto de los riesgos y medidas a ser seguidos. Puede encontrar información adicional sobre las implicaciones psicosociales del virus en esta presentación sobre la preparación para el personal de la ONU:

[Dimensiones e Implicaciones de la enfermedad del Coronavirus 2019 \(COVID-19\): Preparación para personal de la ONU.](#)

Puede encontrar más asesoría y guías técnicas de COVID-19 en el [sitio web de la OMS](#).

[COVID-19: combatiendo el pánico con información.](#)

2. Trabajando desde Casa

Genere una rutina y asegúrese de crear una separación entre el trabajo y el hogar, tanto en términos de tiempo como de espacio donde trabaja. Planifique su trabajo con su supervisor y colegas, y planifique sus tareas diariamente para mantenerse enfocado. Evite sentimientos de aislamiento teniendo reuniones regulares con sus colegas y asegúrese de tomar tiempos de descanso. Puede encontrar más información en los siguientes documentos:

[Las 3 C's para un teletrabajo efectivo](#)

3. Auto-Cuido

Aún si usted es parte del personal SMAPS, puede sentirse abrumado y puede experimentar estrés que puede resultar en fatiga, dificultad para enfocarse, irritabilidad u otras respuestas emocionales que podrían cambiar de un día a otro. Es importante mantener sus estrategias de afrontamiento usuales, al igual que adoptar nuevas para poder lidiar o afrontar el distanciamiento físico. Tome descansos cuando los necesite y planifique su tiempo para mantener un buen balance entre trabajo-vida personal, programando actividades en las noches o fines de semana. Puede usar su teléfono o computadora portátil para mantenerse en contacto con amigos, tenga cenas, tertulias o fiestas virtuales. Puede tomar clases por Internet para aprender una habilidad nueva, hacer actividades culturales o seguir videos de yoga o de ejercicios para mantenerse físicamente activo. Piense en maneras en que pueda apoyar a sus colegas, familia, amigos y a la comunidad. Ejercicios, tales como escribir un diario, podrían ayudarlo a manejar las preocupaciones. Si tiene alguna preocupación sobre su salud mental, p.ej. ansiedad, entonces por favor contacte a sus propios profesionales o a Bienestar de Personal (sw@iom.int). Para más información:

Puede encontrar información sobre actividades físicas [aquí](#) y [aquí](#), desarrollado por la OMS y las Recomendaciones [Globales sobre Actividades Físicas para la Salud \(disponible en español\)](#).

Al igual que recursos de la IFRC sobre cómo [Manejar el estrés en el campo \(disponible en español\)](#), y el portal de RRHH de la ONU sobre Auto-Cuido y Resiliencia.

Este artículo del New York Times provee algunos ejemplos prácticos y enlaces: [Rutina de Ejercicio Científico de 7 minutos](#) y [headspace](#) brinda mediación en línea.

4. Personal de Salud

El Personal de Salud enfrenta mayor riesgo de infección, mayor presión laboral, contacto diario con personas afectadas, muerte de pacientes y comunicación de la noticia a familiares, y posible estigma y discriminación. El personal de salud debe estar consciente sobre el riesgo de sufrir fatiga o agotamiento por compasión.

[Apoyo Psicológico Básico durante COVID-19 – Nota Guía para la Salud del Personal CICR](#)

[Psicológicamente afrontando un Brote de Enfermedad: Profesionales de Salud y Socorristas](#)

[Brote de la Enfermedad de Coronavirus \(COVID-19\): Derechos, Roles y Responsabilidades de los Trabajadores de Salud, Incluyendo Consideraciones Clave para la Seguridad y Salud Ocupacional.](#)

[El impacto psicológico de la Epidemia del SARS en Empleados Hospitalarios en China: Exposición Percepción de Riesgos y Aceptación del Riesgo.](#)

[Salud mental de trabajadores médicos en Wuhan, China lidiando con el nuevo coronavirus 2019.](#)

[Guías para la atención psicosocial en el manejo de enfermedades infecciosas.](#)

SALUD MENTAL Y APOYO PSICOSOCIAL (SMAPS) EN RESPUESTA AL COVID-19

GUÍA Y HERRAMIENTAS PARA EL USO DE LOS EQUIPOS DE SMAPS DE LA OIM: VERSIÓN III-FINAL

Descargo: Esta publicación ha sido actualizada tres veces y se encuentra en su versión final.

© 2020 Organización Internacional para las Migraciones (OIM)