



«REDULAC / RRD»
RED UNIVERSITARIA DE LAS AMÉRICAS Y EL CARIBE PARA LA REDUCCIÓN DE RIESGO DE DESASTRES



GUÍA PARA ASESORÍA DE PRUEBA PARA CORONAVIRUS - COVID-19





Colegio Colombiano de Psicólogos ©2020

Bernardo Useche Aldana. PhD.

Presidente del Consejo Directivo Nacional del Colegio Colombiano de Psicólogos.

Pedro Pablo Ochoa, Magíster.

Director del Equipo de Respuesta Psicológica frente al brote del COVID-19.

Comité Asesor Equipo de Respuesta Psicológica frente al COVID-19:

Milena Martínez Rudas, Magíster, Directora de Campos Programas y Proyectos Colpsic.

Paulo Daniel Acero, Magíster, Director Ejecutivo de Tribunales de Ética.

Leonidas Castro Camacho PhD. Delegado del Colegio Colombiano de Psicólogos frente al Ministerio de Salud y Consejo Nacional de Salud Mental.

María Clara Cuevas Jaramillo, PhD. Delegada del Colegio Colombiano de Psicólogos frente al Ministerio de Educación.

Presidentes de las Juntas de Gestión Capitular

Hiader Jaime López Parra, Presidente Capítulo Antioquia.

Henry Sánchez Olarte, Presidente Capítulo Boyacá.

Ever José López Cantero, Presidente Capítulo Bogotá y Cundinamarca.

Mónica Isabel Tabares Montoya, Presidente Capítulo Cumanday/Caldas.

María del Pilar Triana Giraldo, Presidente Capítulo Eje Cafetero.

Carlos Federico Barreto Cortés, Presidente Capítulo Huila y Amazonía.

Francisco Apolinar Larrañaga Pineda, Presidente Capítulo Meta y Orinoquia.

Lina Marcela Luna Ordoñez, Presidente Capítulo Santander.

Amílkar Calderón Chagualá, Presidente Capítulo Tolima.

Julieth Vanessa Salazar Rodríguez, Presidente Capítulo Valle.

Betty Luz Ruiz Ruiz, Presidente Capítulo Zona Norte.

Miembros del Consejo Directivo Nacional

Carmelina Paba Barbosa.

Esperanza Gaona Pérez.

Juan José Cañas Serrano.

Nancy Marina Vargas Espinosa.

Rodrigo Mazo Zea.

Santiago Trujillo Lemus.

Wilson López López.

Diagramación: Dirección de Comunicaciones, Colegio Colombiano de Psicólogos.

Se autoriza la reproducción y divulgación de material contenido en este documento para fines educativos u otros fines no comerciales sin previa autorización del titular de los derechos de autor, siempre que se cite claramente la fuente. Se prohíbe la reproducción total o parcial de este documento para fines comerciales.

ISBN: 978-958-53688-7-3

INTRODUCCIÓN

La asesoría para la prueba de COVID 19 es un proceso de carácter preventivo y educativo llevado a cabo por un/a asesor/a capacitado/a para ello y tiene lugar previa y posteriormente a la realización de la prueba para la detección del COVID 19. Su objetivo principal es establecer un espacio para la prevención de la infección por COVID 19 y promover en el/la consultante el desarrollo de comportamientos que disminuyan el riesgo de la infección al resto de la comunidad. La asesoría permite al/la consultante y su acompañante afrontar y comprender los resultados de la prueba, reflexionar sobre el propio ejercicio, replantear ideas erróneas sobre ello, identificar fuentes confiables para acceder a información, servicios y apoyo encaminados a asumir la prevención y el cuidado de su salud, y demandar los servicios de referencia que requiera.

La asesoría previa a la prueba, entrega información básica sobre la infección COVID 19, explica en qué consiste la prueba; indaga sobre contextos de vulnerabilidad individuales, sociales y programáticos que puedan afectar la capacidad de respuesta de cada consultante ante la infección, y a partir de ello desarrollar estrategias que puedan transformarlos. Adicionalmente alerta

a los/las profesionales de la salud a determinar el riesgo de contagio y el contexto en que se desenvuelve el/la consultante, para tomar medidas preventivas en pro de la comunidad.

La asesoría posterior a la prueba está orientada a ofrecer apoyo en la comprensión del resultado y entregar información de referencia, sea cual fuere el diagnóstico. En el caso de un resultado positivo, la asesoría post brinda un acompañamiento psicosocial para afrontar los sentimientos, las emociones y el impacto en la vida personal, familiar y afectiva del/la consultante; fomenta la prevención de posibles reinfecciones y la adquisición o fortalecimiento de hábitos saludables en materia de alimentación, actividad física, descanso y vida afectiva, que faciliten la adherencia al tratamiento médico sugerido y la protección se otros que se encuentran a su alrededor. De igual manera, la asesoría en estos casos debe contribuir a evaluar a otros miembros del entorno familiar y social del consultante.

A. BENEFICIOS DE LAS ASESORÍAS DE PRUEBAS PARA COVID 19.

- Permite al consultante acceder a información concreta y precisa acerca del COVID 19 y su estado frente a la infección. Esta información facilita al/la consultante generar una respuesta eficaz ya sea para evitar la infección y/o asumir las medidas adecuadas para su tratamiento.
- Ofrece elementos para que el consultante tenga la comprensión de la prueba a realizarse, así como el significado del resultado y la ruta a seguir.
- Facilita al consultante hacerse consciente de la propia vulnerabilidad y la de su entorno familiar frente al COVID 19 y, en consecuencia, adoptar medidas para transformar los factores que contribuyen a esta.
- Posibilita un espacio de acompañamiento psicosocial al consultante para afrontar los posibles efectos psicológicos, familiares y sociales del resultado de la prueba.
- El conocimiento del resultado de la prueba, junto con la asesoría, le permiten al consultante asumir las medidas necesarias para su autocuidado y acudir a los servicios médicos y sociales que requiera.
- Contribuye a eliminar la transmisión a través del conocimiento y las medidas de prevención pertinentes. Contribuye al establecimiento de planes de cuidado, de manera que cada una de las personas asuma la prevención de la infección por COVID 19
- Mejora la adherencia a las recomendaciones y al tratamiento médico, así como a las medidas de prevención.

- Incentiva el establecimiento de redes de apoyo social, familiar y comunitario al consultante.
- Facilita la instauración de una atención integral oportuna.



B. PROTOCOLO DE ASESORÍA PRE-PRUEBA

I. ACLARE EN QUÉ CONSISTE EL PROCESO DE ASESORÍA A REALIZAR

- a. Dé la bienvenida y realice la presentación del/la asesor/a.
- b. Establezca la identificación de la persona consultante.
- c. Explore el motivo por el cual la persona accede a la asesoría (porque se considera infectado y su posible ruta de contagio).
- d. Exponga los objetivos y la metodología de la asesoría.

II. EVALUÉ LOS CONTEXTOS DE VULNERABILIDAD DE LA PERSONA CONSULTANTE

- a. Explore los conocimientos básicos que la persona tiene sobre:
 - El coronavirus COVID 19.
 - Los mecanismos de transmisión
 - Las medidas de autocuidado.
- b. Corrija ideas erróneas.
- c. Indague y profundice sobre:
 - Factores de vulnerabilidad en el ámbito individual: Medidas de autocuidado



- Factores de vulnerabilidad en el ámbito social (creencias religiosas, red de apoyo, percepción de red de apoyo, tipo de apoyo que podría brindar su familia, afiliación al sistema de seguridad social en salud, cercanía a los servicios de salud).
- Cadena de contagio (indagar lugares, circunstancias y personas involucradas)

III. REFUERCE O APORTE INFORMACIÓN GENERAL SOBRE COVID 19

a. Explique cómo se transmite.

b. Refuerce información sobre la forma de evitar la exposición al virus, teniendo en cuenta que la principal forma de evitar la exposición al virus son las siguientes medidas:

- **Lavarse las manos frecuentemente** con un desinfectante de manos a base de alcohol o con agua y jabón. **¿Por qué?** Lavarse las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón mata el virus si este está en las manos.
- **Adoptar medidas de higiene respiratoria.** Al toser o estornudar, hay que cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo; tirando luego el pañuelo inmediatamente y lavándose posteriormente las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol, o con agua y jabón. **¿Por qué?** Al cubrir la boca y la nariz durante la tos o el estornudo se evita la propagación de gérmenes y virus. Si usted estornuda o tose cubriéndose con las manos puede contaminar los objetos o las personas a los que toque.
- **Mantener el distanciamiento social. Hay que mantener** al menos 1 metro (3 pies) de distancia entre usted y las demás personas, particularmente aquellas que tosan, estornuden y tengan fiebre. **¿Por qué?** Cuando alguien con una enfermedad respiratoria, como la infección por el COVID 19, tose o estornuda, proyecta pequeñas gotículas que contienen el virus. Si está demasiado cerca, puede inhalar el virus.
- **Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca. ¿Por qué?** Las manos tocan muchas superficies que pueden estar contaminadas con el virus. Si se toca los ojos, la nariz o la boca con las manos contaminadas, puede transferir el virus de la superficie a si mismo.



c. Oriente a la persona consultante para que ponga en práctica las siguientes acciones, en caso de haber estado expuesto al COVID-19:

- **Llame con antelación e informe a su dispensador de atención de salud sobre cualquier viaje que haya realizado recientemente o cualquier contacto que haya mantenido con viajeros.** ¿Por qué? Llamar con antelación permitirá que su dispensador de atención de salud le dirija rápidamente hacia el centro de salud adecuado. Esto ayudará también a prevenir la propagación del virus de la COVID-19 y otros virus.
- **Si tiene fiebre, tos y dificultad para respirar, solicite atención médica a tiempo.** Indique a su prestador de atención de salud si ha viajado a una zona del mundo en la que se haya notificado la presencia del COVID 19, o si ha tenido un contacto cercano con alguien que haya viajado desde esas zonas y tenga síntomas respiratorios. ¿Por qué? Siempre que tenga fiebre, tos y dificultad para respirar, es importante que busque atención médica de inmediato, ya que dichos síntomas pueden deberse a una infección respiratoria o a otra afección grave. Los síntomas respiratorios con fiebre pueden tener diversas causas, y dependiendo de sus antecedentes de viajes y circunstancias personales, el COVID 19 podría ser una de ellas.
- **Permanezca en casa si empieza a encontrarse mal, aunque se trate de síntomas leves como cefalea y rinorrea leve, hasta que se recupere.** ¿Por qué? Evitar los contactos con otras personas y las visitas a centros médicos permitirá que estos últimos funcionen con mayor eficacia y ayudará a protegerle a usted y a otras personas de posibles infecciones por el virus de la COVID-19 u otros.
- **Manténgase informado y siga las recomendaciones de los profesionales sanitarios.** Manténgase informado sobre las últimas novedades en relación con la COVID-19. Siga los consejos de su dispensador de atención de salud, de las autoridades sanitarias pertinentes a nivel nacional y local o de su empleador sobre la forma de protegerse a sí mismo y a los demás ante la COVID-19. ¿Por qué? Las autoridades nacionales

y locales dispondrán de la información más actualizada acerca de si la COVID-19 se está propagando en su zona. Son los interlocutores más indicados para dar consejos sobre las medidas que la población de su zona debe adoptar para protegerse.





d. Pregunte:

- ¿Qué acciones específicas puede emplear la persona consultante en su propia vida para prevenir la infección por el virus del coronavirus COVID 19?
- ¿Qué hacer cuando se obtiene un resultado positivo? Indique la necesidad de acceder a atención integral por parte de un equipo interdisciplinario, incluido el apoyo psicosocial.
- ¿Cuál es el tratamiento para la infección por COVID-19? Explique en qué consiste el tratamiento y señale las ventajas de conocer el diagnóstico temprano para iniciar oportunamente los cuidados en casa u hospitalario.
- ¿Qué pasaría en la vida de la persona en caso de que el resultado resultase positivo en los siguientes aspectos? Redes de apoyo (familia, amigos, pareja, etc); afectación psicológica; acceso a servicios sociales o de salud; prácticas de autocuidado.

IV. ANTES DE LA APLICACIÓN DE LA PRUEBA

a. Con la persona consultante, establezca acuerdos para la reducción de situaciones de vulnerabilidad y de riesgo frente al coronavirus COVID 19; lavado permanente de manos, aislamiento social, prácticas de autocuidado, etc.

b. Evidencie la posibilidad que tiene la persona de cumplir con el plan de trabajo y permítale identificar nuevas alternativas.

c. Aclare y finalice el proceso de información con la explicación detallada de cómo será la entrega del resultado: confirme el lugar, la hora, el nombre y el cargo del profesional que atenderá a la persona consultante.

d. Informe y aclare que, independientemente del resultado, la persona lo recibirá a través de una asesoría post test personalizada.





IV. CIERRE DE LA ASESORÍA

- a. Para finalizar la sesión, haga un recuento de la asesoría y pídale a la persona consultante que opine (con respecto a sus sentimientos) sobre la información recibida y si considera necesario que se le proporcione información adicional.
- b. Entréguele material informativo y educativo o motive a que los consulte en las fuentes oficiales.
- c. Evite que la persona abandone el lugar de la asesoría con dudas; para ello, asegúrese de la comprensión de todos los aspectos abordados en el proceso.
- d. Consigne en la historia clínica la descripción de la asesoría realizada y el plan de trabajo pactado.
- e. Defina si la posible cadena de contagio es clara y si es posible que el resultado sea positivo, de ser así aplique aislamiento preventivo mientras se tienen los resultados.

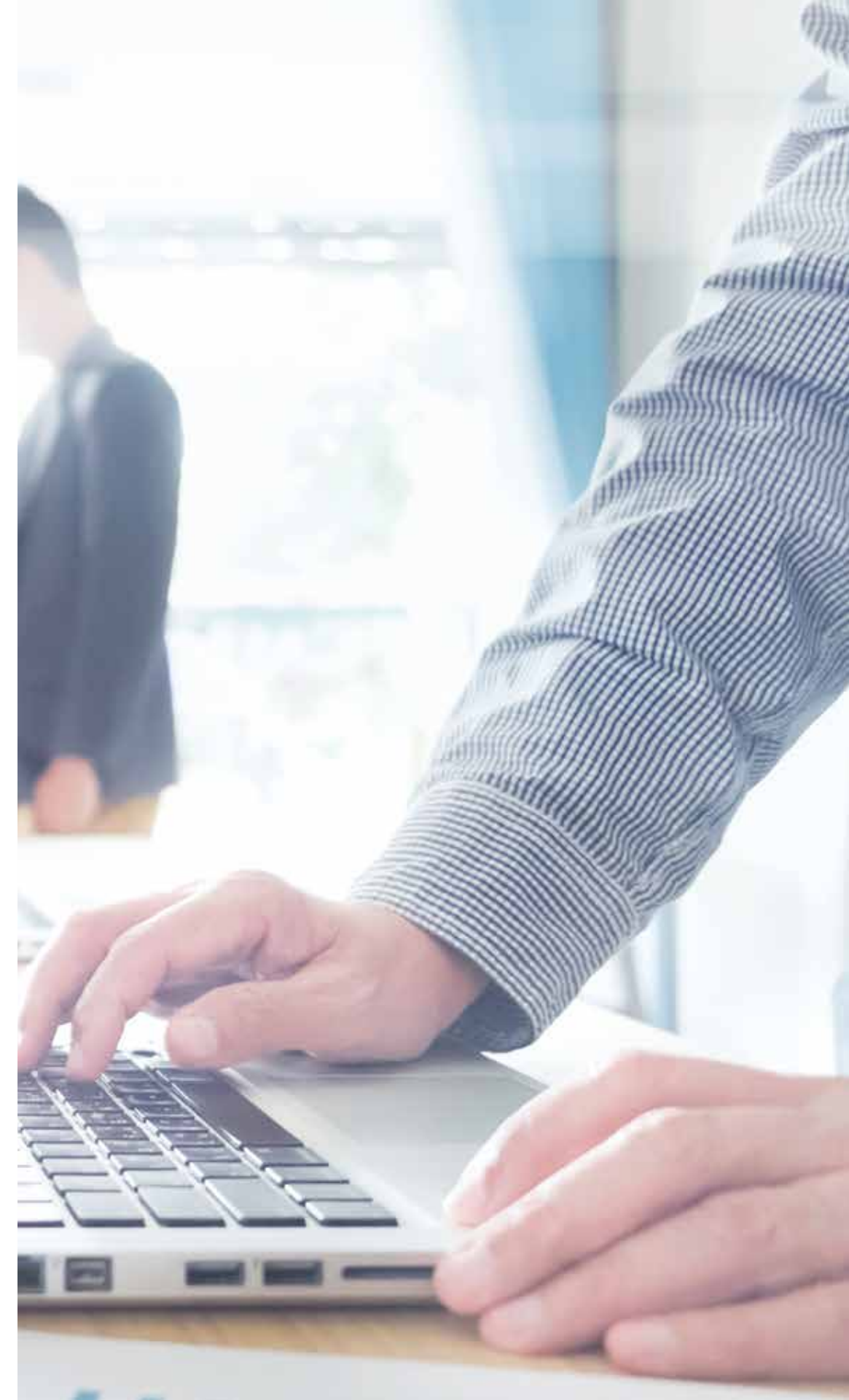
C. PROTOCOLO DE ASESORIA POST

I. ANTES DE INICIAR LA ASESORÍA POST PRUEBA

- a. Revise las notas consignadas en la historia clínica durante la asesoría pre prueba.
- b. Revise el plan de acción elaborado con la persona consultante.
- c. Cerciórese de contar con apoyo profesional disponible en caso de situaciones de crisis por parte de la persona consultante.

II. PROCESO DE ENTREGA DEL RESULTADO

- a. Dé la bienvenida a la persona consultante y preséntese.
- b. Confirme si la persona ha recibido o no la asesoría pre prueba.
- c. Refuerce o aclare que se trata de la asesoría post prueba del Coronavirus COVID 19 y que se van a revisar los resultados obtenidos, que depende del resultado tendrá que someterse a algunas medidas de asilamiento ya sea en casa o en un centro hospitalario acorde al estado de salud, la sintomatología actual y las enfermedades preexistentes.
- d. Informe el resultado.
- e. Esté atento a reacciones emocionales de la persona consultante, principalmente en los casos en que el resultado es positivo.
- f. Revise el plan de acción que se elaboró en la asesoría pre prueba e identifique los logros alcanzados y las acciones pendientes por implementar.



III. PROCESO CON EL CONSULTANTE ANTE RESULTADO NEGATIVO

- a. Permita que la persona consultante lea el resultado y oriéntela para que verifique que se trata del resultado que le corresponde. • Indague por el grado de comprensión de la persona consultante acerca del resultado NEGATIVO que se le ha entregado.
- b. Explique nuevamente el significado de un resultado NEGATIVO en la prueba.
- c. Refuerce sobre la importancia de las medidas de protección contra el virus como el lavado de manos. Entregue material educativo y permita que la persona consultante exprese sus sentimientos. Recuérdele que el ser negativo ante la prueba no garantiza que no lo desarrolle si no cumple con las condiciones de autocuidado.

IV. PROCESO CON EL CONSULTANTE ANTE RESULTADO POSITIVO

- a. Permita que la persona consultante lea el resultado y oriéntela para que verifique que se trata del resultado que le corresponde.
- b. Indague por el grado de comprensión de la persona consultante acerca del resultado POSITIVO que se ha entregado.
- c. Explique nuevamente el significado de un resultado POSITIVO y los procedimientos médicos para su seguimiento dependiendo de su sintomatología actual e historia clínica.
- d. Programe y oriente a la persona consultante para que inicie lo más pronto posible su atención integral a través del equipo interdisciplinario.

e. Permita que la persona consultante exprese sus sentimientos.

f. Cerciórese de que la persona ha comprendido el plan de acción y permítale aclarar dudas.

g. Informe las redes sociales de apoyo existentes, rutas y recomendaciones.

h. En caso de crisis, inicie la intervención apropiada. Atienda inmediatamente a la persona, hacerle esperar implica un mayor desgaste emocional y estimula la pérdida de autocontrol. Inicie la atención en crisis requerida

i. Derive al servicio médico correspondiente.

j. Verifique la ruta de contagio para establecer si existen más personas que puedan estar asociadas.

k. Solicítele al/el consultante que informe a sus contactos para que entren en aislamiento voluntario sin aun no muestran síntomas.

D. CUIDADO AL EQUIPO QUE IMPLEMENTA LA ASESORÍA

- a. Capacite a todo el equipo sobre la “Guía para asesoría de prueba para coronavirus Covid 19” esto permitirá que tengan toda la información y un protocolo que seguir en caso de que el/la consultante lo necesite. Recuerde que la información es la mejor manera de reducir la ansiedad.
- b. Evite que el personal atienda en esta prueba a personas conocidas o con características similares a su familia nuclear, esto aumentara el temor del profesional frente a la enfermedad, ya que puede identificarse con el/la consultante, y proyectar sus temores personales sobre el contagio.
- c. Limite el número de asesorías por personal, rote, haga turnos, no permita que una sola persona tenga a cargo todo este impacto emocional.
- d. Evite que estas actividades de asesoría sean las últimas que el personal realice antes de terminar su turno, puede ser algo impactante y requerir desmovilización psicológica, y por el horario de salida, puede que el personal se vaya sin el debido acompañamiento.
- e. Es recomendable que el coordinador del área verifique frecuentemente el grado de empatía y asertividad que tiene el equipo ante el/la consultante en la asesoría, puede que los altos niveles de burnout y fatiga por compasión afecten la sensibilidad del proceso y excluyan el apoyo que requiere el el/la consultante en este proceso.
- f. Este muy atento de si existe un caso de contagio en el personal asistencial o de apoyo, esto requerirá no solo la asesoría al personal, sino una acción de contención emocional a todo el equipo, ya que esto les recuerda su estado de vulnerabilidad y reactiva los temores, que por el arduo trabajo se niegan a manifestar.

g. Solicite apoyo de manera inmediata de un profesional de salud mental para su equipo, si reconoce sintomatología asociada a estrés agudo, depresión, alteraciones inusuales del sueño, consumo de sustancias psicoactivas, cambios inesperados de conducta, agotamiento físico y mental, irritabilidad excesiva, somatización, apatía hacia el trabajo o desinterés por sus actividades cotidianas.

h. Recuerde que situaciones de altos niveles de estrés, como las que se están viviendo actualmente, puede requerir acompañamiento grupal o individual, no dude en solicitarlo. Del estado emocional de su equipo, dependerá en gran medida la calidad de la atención ofrecida a la comunidad y el riesgo al que el mismo equipo se expone frente al Covid-19.



REALIZADO POR:

Lucely Obando

Psicóloga, Universidad el Valle
Magister en Salud Pública Univalle
Enfermera titulada del SENA
Docente e Investigadora
Grupo de Investigación PSIDEPAZ
Programa de Psicología
Universidad Libre, Cali
Institución Miembro de REDULAC/RRD

Carolina Piragauta Álvarez

Psicóloga, Pontificia Universidad Javeriana- Cali
Magíster en Neurociencias, UO Catalunya
Magíster en Psicología, USB
Doctora en psicología (Candidata), USB
Directora, Programa de Psicología Unilibre
Coordinadora nacional de la Red Colombiana de
Psicología de Emergencias y Desastres (RECAPED) del
Colegio Colombiano de Psicólogos (Colpsic).

REFERENCIAS:

Referencias: <https://www.who.int/es/health-topics/coronavirus>;
<https://www.minsalud.gov.co/salud/Documents/Gu%C3%ADa%20Metodol%C3%B3gica%20para%20la%20elaboraci%C3%B3n%20de%20gu%C3%ADas.pdf>; Piragauta Álvarez, C., & Vélez Botero, L. (2013). Caracterización del estado de la salud mental en los equipos de primera respuesta para emergencias y desastres: Afectación y beneficios del ejercicio de su labor. Disponible <http://hdl.handle.net/10819/1401>.