





Escuchame entre el ruido...

**Acompañamiento psicosocial en
tiempos de pandemia**





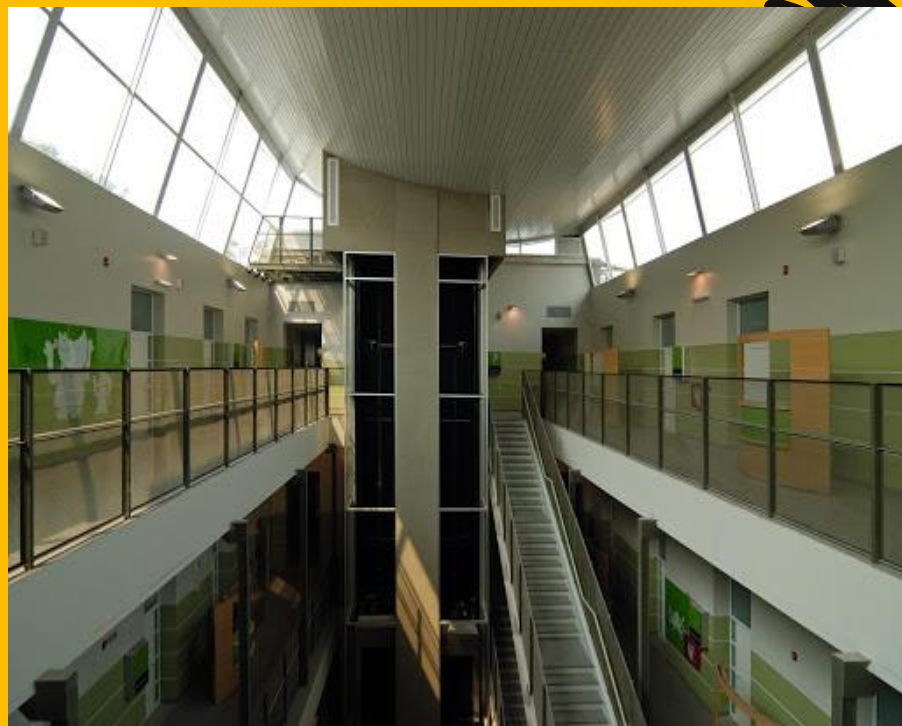
De pronto nos encontramos con otro Hospital... y el mismo.

Las salas de espera y pasillos vacíos, les niños, adolescentes y sus familias han dejado de habitarlo.

Sólo nosotros, les *trabajadores*, cruzando miradas cargadas de incertidumbre.

Surge entonces la pregunta... **¿Y ahora qué?**





¿Quiénes somos?

- X EAP: Equipo de Acompañamiento Psicosocial
- X Surge como una *intervención posible* en el marco de la pandemia por COVID-19, frente a los cambios en las funciones y roles en el trabajo hospitalario y en la esfera de la vida cotidiana.
- X Inicio: **marzo 2020**

DINÁMICO



Tres períodos de trabajo

MARZO - ABRIL

MAYO - JUNIO

JULIO HASTA LA
ACTUALIDAD





Surgimiento del EAP

INICIATIVA ENTRE COMPAÑERES

INTERDISCIPLINARIO y CONSTRUCCIÓN COLECTIVA






Ojalá cada vez los espacios hospitalarios sean más colectivos y en aprendizaje con otros.





Objetivos de nuestro trabajo



-  **Habilitar** espacios de circulación de la **palabra**, en un espacio cuidado y de confianza.
 -  **Acompañar** el malestar que se visibiliza y se genera en les trabajadores del hospital, de todas sus áreas, debido a la irrupción de la pandemia.
 -  Acompañar a que cada grupo de trabajadores logre recuperar protagonismo en la **redefinición** de su cotidiano, construyendo alternativas en forma grupal.
- 
- 



**Primer período de trabajo:
Marzo – Abril**

Un hospital expectante...

Conceptos trabajados y formulación del trabajo del EAP

- ✓ Construcción de un nuevo equipo, atravesado también por el contexto de pandemia.
- ✓ Ofrecer un lugar de escucha y de circulación de la palabra, dejando en claro que no se trata de un tratamiento psicoterapéutico.
- ✓ Noción de CRISIS.
- ✓ Cambio en la lógica de cuidados.

Modalidad de trabajo

- ✓ Presentación del EAP como dispositivo en los diferentes sectores del hospital (aún sin pacientes COVID). Modalidad presencial.
- ✓ Se trabaja desde pequeños grupos en el acercamiento de una primera escucha de las situaciones.
- ✓ Se articula con los equipos de guardia de Salud Mental para ofrecer el acompañamiento a trabajadores de otros turnos/ franqueros.
- ✓ Se orienta para atención especializada en crisis y asistencia terapéutica externa.

En los diferentes espacios se observó...

- ✓ Ansiedad, preocupación frente al “*qué vendrá*”.
- ✓ Malestar frente a las nuevas condiciones de trabajo.
- ✓ Disminución drástica de la tarea asistencial.
- ✓ Se evidenciaron conflictos institucionales pre- existentes.
- ✓ Información del protocolo.
- ✓ Desconcierto y preocupación frente a los insumos.
- ✓ Equipo de Protección Personal y las capacitaciones.
- ✓ Establecimiento de criterios propios de cuidado adoptados por los diferentes sectores, a pesar del conocimiento de las normativas.
- ✓ Coexistencia de dos escenarios de atención en internación.
- ✓ Visibilización de los diferentes trabajadores que previo a la pandemia se sentían poco valorados.
- ✓ Incertidumbre de los residentes sobre la extensión de su año de formación.
- ✓ “Relajamiento” en las medidas de cuidado en los espacios compartidos.

Percepción de no estar siendo cuidados como trabajadores



Luego de algunos encuentros...



Se observó mayor organización de los nuevos grupos de trabajo.

Donde se evidenciaron conflictivas pre - existentes, continuaron vigentes.

En aquellos servicios en donde la grupalidad funcionó como sostén, no se volvió a requerir la intervención del EAP.

Importancia de devolver al grupo la resolución de los conflictos.

Se observó preocupación por los pacientes de los consultorios externos que no estaban concurrendo al hospital y la ansiedad sobre qué pasará con ellos.

 Administrativos

 Consultorios externos

Espacios con los que se trabajó

 Internación

 Guardia

 Limpieza

 Seguridad

 Mantenimiento

 Cocina



Segundo período de trabajo: Mayo- Junio

*Aumento de la circulación comunitaria del COVID e
ingreso de los pacientes a las salas de internación*



Modificaciones en el equipo de trabajo

- Nuevos malestares y temores con escaso tiempo para la circulación de la palabra
- Disminución del trabajo presencial y la demanda al EAP.
- Se continúa el acompañamiento de los equipos en seguimiento, demanda espontánea y contacto telefónico con algunos servicios.
- Se reevalúa la intervención del equipo en función de la nueva situación institucional.
- Se inicia el **acompañamiento telefónico** a les compañeres durante el período de aislamiento.



Emergentes

- ✓ Temores y angustias frente a la incertidumbre en la espera del resultado del hisopado.
- ✓ Miedo a ser fuente de contagio de seres queridos, compañeros de trabajo y pacientes.
- ✓ Malestares en torno a las dificultades de comunicación con la ART y para la atención en OS.
- ✓ Muchos trabajadores refieren malestar por la dificultad en el acceso a EPP, o diferenciación de accesos según áreas o procedimientos a realizar.
- ✓ Dificultad en los canales de información. Aún referían dificultades para acceder a las actualizaciones de protocolo o capacitaciones respecto a los cuidados necesarios.



Tercer período de trabajo: Julio hasta la actualidad

Nuevas demandas, nuevas propuestas.

- 
- 
- ✓ **Seguimiento telefónico** de los compañeros en situación de aislamiento.
 - ✓ *Dos propuestas grupales* en **modalidad virtual**:



Espacio con enfermería.



Espacio con residentes de pediatría.

Espacio virtual enfermería



Jueves a las 10 y a las 14hs.

Grupo de Acompañamiento a Residentes de Pediatría



“El grupo al que pertenece un individuo es la base para su percepción, sus sentimientos y sus acciones”

Kurt Lewin

Modalidad: Todos los **Lunes** a las **14 hs** a través de la plataforma ZOOM. Lo coordinan residentes de salud mental (psicólogas y psiquiatra).

Objetivo: Brindar *escucha* y *sostén* durante este período de emergencia sanitaria. Ofrecer un espacio de reflexión tanto para pensar soluciones a problemáticas específicas del día a día hospitalario, como para buscar formas más beneficiosas de manejar las ansiedades que el contexto actual presenta.



Temáticas y obstáculos que insisten:

- **Frustración y falta de motivación** en el trabajo. Cambios en la función, sensación de falta de desafíos en la clínica y escaso aprendizaje.
- Preocupación frente a la **incertidumbre** respecto a la residencia (rotaciones, fechas, funciones).
- **Miedos** en torno a generar el contagio de seres queridos y a la potencial pérdida de alguno/a de ellos/as.
- **Estrés crónico.**



ENCUENTRO POR ZOOM
ORGANIZADO POR RESIDENTES
DEL EQUIPO DE EAP DE

SALUD MENTAL

*invita a todas las residencias
a participar de un
encuentro para conversar y
acompañarnos en épocas de
pandemia*

**TODOS LOS LUNES DE JUNIO
14 HS**

En el recorrido hemos comenzado a trabajar...



- La relevancia de contar con un espacio seguro en el cual expresar sus emociones.
- La riqueza de acompañarse con pares que atraviesan la misma situación.
- Las consecuencias esperables debido al contexto nuevo y desafiante.
- La tolerancia a la frustración y el manejo de expectativas (sobre sí mismos y sobre el futuro) ajustadas a la realidad que nos toca atravesar de forma colectiva.
- Toma de perspectiva y flexibilidad para lidiar con problemáticas conocidas en un escenario desconocido hasta el momento.



Reflexión final sobre la importancia de LO GRUPAL




En palabras de las **residentes**:

“ Compartir lo que les pasa en un grupo , las libera y las hace sentir acompañadas, empatizar”.


En palabras de **Lewin**:

“ Estar en un grupo es la posibilidad de poder salir de nuestra propia mirada, poniéndonos en el lugar del otro para desde allí mirar, sentir, comprender esa relación desde los ojos de ese otro”.





Cómo seguimos...

- X En este momento ya pasados el estrés agudo de la primeras etapas y siendo la característica de esta situación en la pandemia un estrés/distress que se prolongacontinuo.
 - X ¿Qué puede pasar en nosotros ante un estrés continuo?
- 



Estrés

Fatiga

Agobio...



...Desgaste por empatía /
burn out / **estrés sostenido**

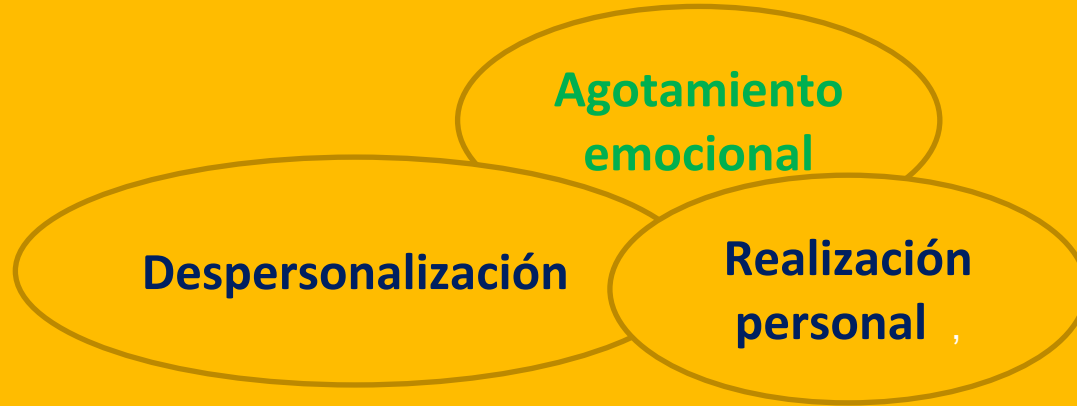




Estrés sostenido



- x Puede llevarnos a agotamiento extremo físico / psíquico.... Cansancio agobio.
- x Aparece cuando fracasan los mecanismos de adaptación..



Escala de Bourn Out



NEUROBIOLOGÍA DEL ESTRÉS / RESILIENCIA

x Adaptación / Cuidados personales /

Trabajo en equipo / Descansos / Escucha

x *Factores Protectores*






Espacios para el cuidado personal

Espacios de Escucha

Práctica de Atención Plena
...

Talleres: Manejo de Desgaste por empatía
Impacto de la pandemia

Para participar, pueden comunicarse con Salud Mental
- Internos 6024/6057/6219 -
eapelizalde@gmail.com



**Muchas
gracias!!!**

