

**Recomendaciones dirigidas
a la población general para
el cuidado de personas con
consumo problemático de
sustancias, sus familiares y
su entorno en el marco de
la pandemia por covid-19.**



**Ministerio de Salud
Argentina**

Mayo 2021

Documento elaborado por la Dirección Nacional de Salud Mental y Adicciones

En virtud del actual escenario epidemiológico en el país y la consiguiente necesidad de continuar con las medidas preventivas para evitar la transmisión comunitaria del virus y para evitar la saturación del sistema de salud, se torna necesario reforzar el acompañamiento y los cuidados para la población en general y para quienes conviven o conocen personas que presenten situaciones de consumo problemático de sustancias.

La pandemia como fenómeno inédito exigió una reorganización de la vida cotidiana de todas las personas. La bibliografía y experiencia en otras situaciones críticas de emergencias y desastres hacen referencia al impacto en la salud mental de la población a medida que las personas ven excedida su posibilidad de afrontamiento con los recursos habituales.

Hay reacciones frente a lo amenazante de la situación que se consideran esperables tales como: sentir ansiedad, angustia, incertidumbre, irritabilidad y aumento de la sensación de vulnerabilidad, entre otras. Se considera importante diferenciar emociones esperables de situaciones que requieran intervenciones del equipo de salud para su tratamiento.

En este sentido, la Organización Mundial de la Salud advierte: *“No busquen canalizar sus emociones fumando, bebiendo alcohol o consumiendo productos estupefacientes”*.¹ Las circunstancias de estrés podrían generar una tendencia, tal como se menciona en diversos estudios, a recurrir al uso de sustancias psicoactivas.²

La Ley Nacional de Salud Mental 26657 en su Artículo 4, *“establece que las adicciones deben ser abordadas como parte integrante de las políticas de salud mental. Las personas con uso problemático de drogas, legales e ilegales, tienen todos los derechos y garantías que se establecen en la presente ley en su relación con los servicios de salud”*.

La pandemia también exigió modificar las lógicas de funcionamiento de las instituciones para garantizar acceso y continuidad de tratamientos, por ejemplo, incorporando la modalidad remota para evitar agravamiento de cuadros clínicos y evitar la transmisión comunitaria del virus. En este sentido, los resultados obtenidos de una encuesta desarrollada por esta Dirección en julio del año 2020³, arrojan que el 41,95% (n=172) del personal de salud que respondió la encuesta, percibió aumento en el consumo de

https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/coping-with-stress.pdf?sfvrsn=9845bc3a_2

² https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/53113/OPSNMHMHCOVID-19200042_spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y

³ Encuesta realizada durante el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio (ASPO/DISPO): variaciones en dispositivos asistenciales, consumo de sustancias psicoactivas y salud mental durante la pandemia por COVID-19. Marzo 2021

sustancias, prevaleciendo el consumo de alcohol y psicofármacos sin prescripción médica, confirmando entre los motivos de consulta, el impacto emocional de la pandemia asociado a cambios en el entorno, falta de contención, dificultades socio-económicas, conflictiva laboral, mayor tiempo libre, conflictiva familiar, cambio o pérdida de rutina, entre otros.

Estas recomendaciones tienen como propósito orientar a la población en general sobre situaciones de consumo problemático de sustancias, propias, de un familiar o de un conocido y socializar criterios que faciliten la identificación de situaciones que requieren apoyo, acompañamiento y atención de personas con consumo problemático de sustancias (alcohol y otras drogas) para generar intervenciones oportunas y acceso al sistema de salud.

RECOMENDACIONES DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN GENERAL

- Es importante prestar atención a los consumos excesivos de alcohol y otras drogas en situaciones de angustia desencadenadas por la pandemia.
- Evitar la automedicación con psicofármacos. Su consumo sin prescripción médica puede ser tan problemático como cualquier otro.
- Recordar que las medidas preventivas son de distanciamiento físico, pero no social. Existen maneras alternativas para estar cerca y comunicarnos con otros. - Procure continuar los vínculos con personas de su confianza.
- Compartir las emociones del impacto de la pandemia son una manera prioritaria de cuidado personal y de los otros durante estas situaciones de emergencia y favorecen la construcción de salud a largo plazo.

RECOMENDACIONES DIRIGIDAS A LA POBLACIÓN AFECTADA Y SU ENTORNO

- Es clave tener en cuenta que quienes presentan consumo problemático de sustancias, son personas que están sufriendo. No lo hacen en contra suyo. No le adjudique mala intención al consumo.
- No discrimine, no juzgue, no expulse.

- Sea tolerante, demuestre empatía. Acompañar estas situaciones es parte de los cuidados que todos y todas podemos brindar.
- Es importante escuchar, contener, contar con una red de personas que acompañen y cuiden.
- Contar con personas que nos escuchen y con quienes podamos compartir lo que nos pasa es muy importante para la salud de todos y todas.
- Tratar con respeto y amabilidad son aspectos claves para el cuidado propio y de quienes nos rodean.
- Ante la aparición de situaciones que considere que está fuera de su alcance resolver, **consulte en las líneas telefónicas de apoyo psicosocial** que en todas las jurisdicciones están a disposición de la población
- No sienta vergüenza o temor por consultar para recibir asesoramiento y acompañamiento de equipos de salud.
- Todo acompañamiento y atención temprana son consideradas clave para evitar riesgos mayores
- Si se encuentra ante situaciones de urgencia por descompensación, por conductas asociadas al consumo excesivo de sustancias, comuníquese de inmediato con el servicio de emergencias de su localidad.

RECOMENDACIONES ANTE SITUACIONES QUE REQUIEREN ATENCIÓN INMEDIATA

Resulta muy importante identificar situaciones que requieren atención profesional inmediata.

- Si alguien de su entorno presenta una combinación de síntomas (manifestados en forma leve o grave) como: temblores, sudoraciones, náuseas y vómitos, agresividad, marcada ansiedad, aislamiento, pesadillas recurrentes: Comuníquese de manera inmediata con el servicio de emergencias de su localidad que orientarán sobre cómo proceder para el cuidados de todos y todas cuidados.
- Si la persona se encuentra en tratamiento por consumo de sustancias: Comuníquese con su referente o coordinador del tratamiento. Es muy importante que el dispositivo asistencial esté enterado de estas circunstancias. No lo naturalice ni minimice.
- Si la persona no dio cuenta hasta el momento de un problema con el alcohol u otras drogas: consulte con el servicio telefónico de salud, preferentemente de salud mental/ apoyo psicosocial de su localidad.
- Si piensa que usted o alguien de su entorno está atravesando agravamiento de sus problemas en relación con el alcohol u otras drogas, o surgen situaciones que le generan preocupación o dudas , contáctese con los servicios telefónicos a disposición en su localidad .

RECOMENDACIONES PARA POBLACIÓN EN TRATAMIENTO

- Mantenga comunicación con su equipo tratante. Es importante continuar los tratamientos que había iniciado
 - En caso de abandono, es importante informar a la institución para elaborar en conjunto estrategias de cuidado.
- Para consultar información actualizada: <https://www.argentina.gob.ar/coronavirus/cuidarnos> Coronavirus

PARA MÁS INFORMACIÓN:

[MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN](#)

Teléfono: 0800 Salud Responde: 0800-222-1002

[TELEFONOS OFICIALES DE APOYO PSICOSOCIAL DE CADA JURISDICCIÓN](#)

Para reportar síntomas, pedir ayuda psicosocial por COVID-19 y por motivos de salud mental y adicciones en todas las jurisdicciones del territorio nacional.

DIRECCIÓN NACIONAL DE SALUD MENTAL Y ADICCIONES DEL MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN

Apoyo psicosocial a las personas afectadas, directa e indirectamente, por COVID-19.
Teléfono: 0800-222- 1002 opción 6.

Email: saludmental.apoyo@msal.gov.ar

Atención: de lunes a sábado de 9 a 17 hs

HOSPITAL NACIONAL EN RED ESPECIALIZADO EN SALUD MENTAL Y ADICCIONES “LIC. LAURA BONAPARTE”

Teléfonos: (011) 4305 0091 / 92 / 93 / 94 / 95 / 96, interno 1155

Atención: de 8 a 20 horas G

SEDRONAR

Teléfono: 141

Atención: las 24 horas

AGENCIA NACIONAL DE DISCAPACIDAD

Por Whatsapp: (011) 2478-4746.

Atención: Lunes a Viernes de 8 a 18hs.

argentina.gob.ar/salud