

Atención integral de la salud ante situaciones de violencias por motivos de género

Herramientas para equipos de salud

OPS



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
REGIONAL PARA
Américas



Ministerio de Salud
Argentina

Atención complementaria de la salud mental

Capítulo 4 del Manual clínico VMG

Manifestaciones posibles luego de una agresión sexual

- Ansiedad, pánico, angustia, rabia, ideas vinculadas a la venganza, autorreproches, pesadillas, temores, trastornos sexuales, flashbacks, asco, rechazo al cuerpo, sensación de suciedad, impotencia, vergüenza, etc.
- En caso de violación, sentir humillación y degradación.
- Sentir “que solo a ella le pasó”.
- Presentar confusión, desorganización y/o falta de conexión en el relato.
- Expresar disociación (actuar como si la violencia sexual no hubiese ocurrido).
- Relatar el episodio de manera desafectivizada o no recordarlo por momentos.

Apoyo psicosocial básico

- Ofrecer el apoyo de primera línea ANIMA en cada consulta.
- Establecer un encuadre terapéutico de consultas estimadas para evitar tanto la revictimización como la sobrecarga de la persona, programando en cada consulta cuándo será la siguiente.
- Tener siempre presentes las recomendaciones para brindar en su atención un trato digno y respetuoso, con perspectiva de género y diversidad.
- Indagar acerca de las redes de apoyo y cuidado con las que cuenta la persona, para definir las estrategias de acompañamiento.
- Evaluar en cada consulta el estado emocional y mental de la persona. Preguntar si se siente mejor, o si refiere algún problema nuevo o persistente.

Apoyo psicosocial básico

- Explicar a la persona que los tiempos de recuperación son singulares y que probablemente se sentirá mejor a medida que pase el tiempo. El equipo de salud junto a quienes integren la red de cuidado de la persona están disponibles para acompañar a transitar ese proceso.
- Realizar intervenciones que apunten a fortalecer su autonomía.
- En caso de depresión, consumo excesivo de alcohol o de sustancias psicoactivas, o trastorno por estrés postraumático realizar una reevaluación.
- En caso de que el tratamiento deba continuar y se requiera un nivel de mayor complejidad, se podrá realizar una derivación referenciada.

Fortalecimiento de la autonomía de mujeres y LGBTI+

- Fortalecer su capacidad de autonomía, para que pueda ir tomando sus propias decisiones.
- Reencontrarse con sus deseos, reanudar las actividades cotidianas, sobre todo las que le interesaban o le producían satisfacción.
- Buscar actividades recreativas que le ayuden a aliviar la ansiedad y la tensión.
- Promover la participación en actividades artísticas y culturales que faciliten la expresión de sentimientos y ayuden a tramitar las agresiones atravesadas.

Fortalecimiento de la autonomía de mujeres y LGBTI+

- Seguir progresivamente una pauta regular de sueño y evitar dormir demasiado.
- Practicar actividad física con regularidad.
- Evitar la automedicación y el consumo excesivo de alcohol u otras sustancias.
- Acudir a la consulta a la mayor brevedad posible si presenta pensamientos de autolesión o ideación suicida.

Es de suma importancia recordarle a la persona que siempre que así lo requiera puede consultar con el equipo de salud.

Recursos de apoyo psicosocial disponibles

Contar con una red social de apoyo es una de las medidas de protección más importantes para toda persona que atraviesa situaciones de VMG.

Es común que los maltratos y las violencias ejercidas contra las mujeres y LGBTI+ ocasionen distanciamientos de sus círculos sociales habituales o dificultades para vincularse con ellos.

Se puede preguntar a la persona:

- “¿Con quién te gusta estar cuando no te sentís bien?”
- “¿A quién recurrís en busca de consejo?”
- “¿Con quién sentís más comodidad para compartir tus problemas?”

Recursos de apoyo psicosocial disponibles

Siempre articular con las áreas específicas que abordan la problemática de VMG, así como con referentes de la comunidad para poner a la persona en contacto con recursos de apoyo social, como por ejemplo:

- Centros comunitarios
- Abordajes grupales y de Grupos de Ayuda Mutua (GAM)
- Actividades que le permitan generar ingresos y otras actividades vocacionales
- Educación formal y no formal

Evaluación del estado de la salud mental

- Debe ser realizada al mismo tiempo que se hace el examen general de la salud. Requiere observar y escuchar atentamente, en el marco de un plan terapéutico específico para la persona.
- En los casos en los que el equipo de salud identifica una persona con un padecimiento mental grave, debe realizarse la derivación referenciada y asistida al equipo de salud mental, teniendo en cuenta la singularidad de la persona y de la situación.

Riesgo inminente de suicidio y autolesión

- Las situaciones de VMG pueden ocasionar manifestaciones graves que impliquen riesgo de suicidio y/o autolesión. Hablar sobre el tema suele aliviar la ansiedad relacionada con los pensamientos suicidas y ayuda a la persona a sentirse comprendida.
- Las personas usualmente dan algún tipo de indicación verbal o conductual respecto de sus intenciones autolesivas. El suicidio es un grave problema de salud pública que puede prevenirse en la mayoría de los casos.

Atención de los padecimientos de salud mental más graves

Evaluación del estado de la salud mental

Trastorno depresivo
moderado a grave

Trastorno por estrés
postraumático (TEPT)

Atención de la salud mental

- Ofrecer información clara y oportuna
- Fortalecer el apoyo psicosocial
- Prescripción de psicofármacos
- Seguimiento

