

La OMS advierte que el impacto psicológico del aislamiento debe atenderse con medidas "imaginativas" -



Organización Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud (OMS) subrayó hoy que las medidas de confinamiento obligatorio determinadas por muchos países para mitigar la propagación del coronavirus están causando un fuerte impacto psicológico en las sociedades, que debe ser atendido con medidas "imaginativas".

"El aislamiento, el distanciamiento físico, el cierre de escuelas y lugares de trabajo, son desafíos que nos afectan, y es natural sentir estrés, ansiedad, miedo y soledad en estos momentos", aseguró durante una conferencia de prensa el jefe de la OMS para Europa, Hans Kluge.

Asimismo, explicó que los trabajadores de la salud son los más afectados psicológicamente y que son también uno de los grupos de mayor riesgo ante la actual pandemia (uno de cada 10 infectados en Europa pertenece a ese sector), por lo que la OMS aconsejó medidas para asistirlos en este momento de dificultad.

La especialista en salud mental del organismo Aiysha Malik propuso cambiar turnos en las posiciones de mayor estrés, incrementar la comunicación entre los equipos de trabajo, contar con personal de equipo psicosocial en los hospitales y asegurarse que los trabajadores en primera línea tengan amplia experiencia.

Los especialistas consideran que otro grupo a tener en cuenta en cuanto a impacto psicológico son las embarazadas, los adultos mayores o los niños, y advirtieron que los más pequeños "pueden experimentar ansiedad al ver que un familiar fallece o debe recibir tratamiento", por lo que quienes los rodean deben prestarles especial atención y "ser honestos con ellos".

El mayor tiempo en casa de algunos niños en hogares en los que existen problemas de convivencia familiar los hace aún más vulnerables, señaló la experta, citada por la agencia EFE.

Malik advirtió sobre el riesgo de recaída que estos momentos de aislamiento y estrés producen en personas con adicciones, por lo que transmitió el mensaje de que acudir al alcohol, las drogas o el juego para afrontar estas dificultades "sólo puede empeorar las cosas".

Como conclusión los especialistas remarcaron que en general la respuesta a estos desafíos es mostrar afecto y cuidado hacia los demás tomando en cuenta las recomendaciones de distanciamiento social, y proyectando cercanía a través de una llamada telefónica, una postal o una videoconferencia.

"Es esencial que afrontemos los retos mentales que esta crisis produce en Europa y el resto del mundo, también diseminando información puntual, comprensible y veraz a todos, incluidos los más jóvenes y los mayores", concluyó Kluge.

LA NACIÓN 26.03.2020

<https://mail.google.com/mail/u/0/?tab=rm&ogbl#inbox/QgrcJHsHkwwHMrQKVZnTVZFFgQkKjXqSKJb>