

## FICHA TECNICA

### SALA DE APOYO EMOCIONAL

#### Introducción

La pandemia decretada por la OMS (Organización mundial de la Salud) debida al COVID 19, ha desencadenado crisis sanitaria a nivel mundial, ocasionando miles de pérdidas humanas, en diversos sitios del mundo.

Como medida de contención en Colombia se impuso el aislamiento social, a fin generar disminución de contagios del virus, sin embargo esta disposición no ha sido acatada por la totalidad de la población, lo que probablemente desencadenará un contagio masivo que desbordará la capacidad de atención del sistema de salud, en especial en el Hospital Pedro León Álvarez Díaz.

Las dificultades en la atención médica durante el brote epidémico llamado coronavirus (COVID-19) se encuentra exponiendo al personal de salud a sufrimiento intenso y estrés con sentimientos de frustración ante la muerte y la sobrecarga laboral, lo que conlleva a trastornos como el insomnio, la fatiga, el miedo, la culpa, la pena y el agotamiento, síntomas que exigen especial atención para suplir las necesidades de apoyo emocional del personal de salud; el objetivo más importante de tomar medidas al respecto, es el de mantener la capacidad de ayuda y generar en el servidor un plan de beneficios a nivel emocional, que permitan el equilibrio en su estado físico y mental.

Retos a los que se enfrenta el personal de salud en esta crisis sanitaria

1. Desbordamiento de la demanda asistencial
2. Rechazo de la sociedad hacia el personal de salud
3. Incumplimiento normativo frente a las medidas de aislamiento social, por parte de la comunidad
4. Equipos biomédicos y elementos de protección personal insuficientes
5. Incomprensión por parte de la comunidad
6. Exposición al desconcierto de las familias
7. Dilemas éticos y morales

Con el fin de disminuir los efectos psicológicos generados en el personal de la institución a causa de la atención en salud en la emergencia sanitaria actual, el programa de humanización en su eje servidores, propone la sala de apoyo emocional, con el fin de brindar un espacio que permita al servidor, ser escuchado y reconectarse con su vocación

#### Objetivo:

Proporcionar al personal de salud herramientas que permitan el manejo adecuado de las emociones y el restablecimiento de las condiciones físicas y mentales que permitan continuar desarrollando sus actividades de atención de manera constante, permanente y humanizada.

### Material utilizado:

- ✓ Camilla
- ✓ Escritorio
- ✓ Música de relajación
- ✓ Pliegos papel periódico
- ✓ Silla relajación (en calidad de préstamo JUST)
- ✓ 2 vibradores para masaje
- ✓ Esencias naturales
- ✓ Área designada capilla
- ✓ Listas de asistencia

**Alcance:** Aplica a todos los servidores institucionales que soliciten el servicio de apoyo emocional.

### Responsables:

- ✓ Coordinadora y auxiliar de humanización y Trabajo Social E.S.E hospital Pedro León Álvarez Díaz
- ✓ Voluntario apoyo emocional (programa de humanización)
- ✓ Coordinación de rehabilitación - Terapeuta ocupacional
- ✓ Médica de concurrencia apoyo biosseguridad
- ✓ Psicóloga clínica institucional
- ✓ Coordinadora regional "JUST"

### Patrocinadores externos:

Se cuenta con el patrocinio de la coordinadora regional de productos naturales "JUST" quien pretende fortalecer el área de relajación a través del desarrollo de aromaterapia

### Procedimiento

Se dispondrá de un lugar ubicado en el tercer piso al lado de pediatría, 3 días a la semana; el espacio físico se encuentra dividido en 4 zonas así:

- 1. Zona de descarga emocional:** en esta área el servidor contará con la presencia de un licenciado teólogo (voluntario externo) y psicóloga institucional, quienes después de permitir catarsis ofrecen herramientas al servidor para afrontar las adversidades que se presentan a nivel personal, familiar, social e incluso institucional.
- 2. Zona de Relajación:** en este momento el servidor tiene la posibilidad de desconexión temporal de las situaciones cotidianas y de conexión con la naturaleza y con su cuerpo, además recibe masaje corporal a través de equipos especializados en relajación muscular.



**3. Zona de aromaterapia:** a través de un vehículo compuesto por esencias naturales, el servidor podrá experimentar bienestar físico y emocional, crear nuevas sinergias, mejorar estado anímico y concientizarse sobre la importancia del autocuidado, el contacto con algunas esencias tales como, valentía, alegría, reanima y tranquilidad permiten generar sentimientos relacionados con la resiliencia, la templanza y la esperanza.

**4. Zona de proyecto de vida:** en este espacio los servidores reciben instrucciones específicas de bioseguridad y autocuidado como base de la protección para evitar el contagio, además se refuerza temas relacionados con salud mental tales como:

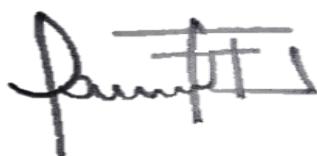
- ✓ Promoción de pensamientos positivos
- ✓ Creación de distractores enfocados en gustos personales
- ✓ Rechazo a la información negativa y no oficial

En este espacio se registra en un papel de colores la acción a realizar en el momento de la superación de la crisis.

Adicional el hospital ha establecido una línea de apoyo emocional a fin de ofrecer a los trabajadores de la salud, asistencia psicológica, emocional y espiritual que permita superar las situaciones de crisis relacionadas con el momento epidemiológico actual.

Línea de apoyo: 322 8414373

En coordinación con el área de salud pública el equipo de apoyo emocional se desplazara a los centros y puestos de salud del área de influencia del hospital a ofrecer el servicio a la totalidad de los trabajadores

**JANNETH FORERO VALENCIA**

Trabajadora social  
Especialidad Gerencia Pública  
RP. 109075212



**SECSALUD**  
GOBERNACIÓN DE CUNDINAMARCA



La Mesa (Cund.) – Calle 8 N°. 25-34 PBX: 5878570 Ext. 558/570 FAX. Ext: 533  
[www.hospilamesa.gov.co](http://www.hospilamesa.gov.co) – Email: [trabajo.social@hospilamesa.gov.co](mailto:trabajo.social@hospilamesa.gov.co)