

ABRIL 2020

Estigma Social asociado a COVID 19.

El estigma social en el contexto de la salud es la asociación negativa entre una persona o grupo de personas con ciertas características o una enfermedad específica, esto puede contribuir a afectar la salud, sufrir discriminación o perder un estatus o vínculo social.

En un brote, esto puede significar que las personas están etiquetadas, estereotipadas, discriminadas, tratadas por separado y / o experimentan pérdida de estado debido a un vínculo percibido con una enfermedad.

El brote actual de COVID 19 puede generar estigma y discriminación hacia ciertas personas, por ejemplo las que ingresan del exterior procedentes de Asia y Europa, personas que han estado en contacto con el virus o cuidadores de persona enfermas, trabajadores de la salud y personas con otras enfermedades.

El Estigma y la discriminación está relacionada con el miedo y el desconocimiento (en este caso del COVID 19) lo que puede disminuir la solidaridad en las comunidades y contribuir a una situación que facilite la propagación del virus lo que afecta a la capacidad del sector salud para controlar al COVID 19, es por esto que entre todos es muy importante tomar medidas orientadas a disminuir y eliminar el estigma y la discriminación.

Tenga en cuenta:

Cualquier persona puede enfermar independientemente de su raza o etnia. Las personas con trastornos mentales y por consumo de sustancias psicoactivas pueden experimentar mayor estigma discriminación y barreras de acceso a los servicios de salud. Las personas que hayan completado el periodo de cuarentena o terminado el tratamiento no representan un riesgo de infección para otras personas.

El estigma puede:

- Hacer que las personas oculten la enfermedad para evitar la discriminación.
- Hacer que las personas no busquen atención médica a tiempo.
- Hacer que las personas no quieran tener comportamientos saludables.

Cómo abordar el estigma Social.

Se debe generar confianza en servicios y consejos de salud confiables, mostrando empatía con las personas, además se debe comprender la enfermedad y adoptar medidas prácticas y efectivas para que las personas puedan ayudar a mantenerse a sí mismos y a sus seres queridos a salvo.

La forma en que nos comunicamos sobre COVID-19 es fundamental para ayudar a que las personas tomen medidas efectivas de cuidado y evitar el estigma y discriminación, es importante poder tener espacios de diálogo abierto y honesto del tema.



Las palabras importan:

Elige las palabras con cuidado, la forma en que nos comunicamos puede afectar las actitudes de los demás; Ciertas palabras (caso, caso sospechoso, aislamiento, víctima...) pueden tener un significado negativo para las personas y alimentar actitudes estigmatizantes, crear un miedo generalizado o deshumanizar a las personas con la enfermedad retrasando el acceso a los servicios de salud para obtener un diagnóstico y tratamiento oportuno.

El lenguaje debe poner en el centro a las personas, y se debe promover la capacitación en esta forma de lenguaje especialmente en los medios de comunicación y demás actores como los profesionales de salud y personas en contacto con población en riesgo o con COVID 19, la forma en que se informa sobre este tema puede afectar en cómo se percibe y se trata a las personas, familias y comunidades afectadas.

QUE HACER: Al referirse a las personas: "personas que tienen COVID-19", "personas que están siendo tratadas por COVID-19", "personas que se están recuperando de COVID-19" o "personas que murieron después de contraer COVID-19"

QUE NO HACER: referirse a las personas como "casos COVID-19", "víctimas".

QUE HACER: Al referirse a las personas: "personas que pueden tener COVID-19", "personas con presunción de COVID-19 "

QUE NO HACER: referirse a las personas como "sospechosos de COVID-19", "casos sospechosos".

QUE HACER: referirse a las personas como que "adquieren" o "contratan" COVID-19

QUE NO HACER: referirse a las personas como que "transmiten COVID-19" "infectan a otros", "propagan el virus", este lenguaje implica una transmisión intencional y asigna culpa.

QUE HACER: cuando hable del tema, hágalo con precisión según los datos científicos y las fuentes oficiales de salud, como el Ministerio de Salud y Protección Social, OPS u OMS.

QUE NO HACER: repetir o compartir rumores sin confirmación de la fuente; usar un lenguaje exagerado diseñado para generar miedo como "peste", "apocalipsis", etc.

Trabajar juntos para eliminar el estigma y la discriminación:

Todas las personas, con los actores institucionales, comunitarios y medios de comunicación tienen un papel importante para prevenir y detener el estigma que rodea a las personas que tienen, están siendo tratadas o están en riesgo de adquirir COVID 19.

Se requiere de un ejercicio reflexivo al comunicarse en redes sociales y otras plataformas de comunicación, mostrando comportamientos de apoyo en torno a la nueva enfermedad por coronavirus.



Acciones para contrarrestar el estigma y la discriminación:

En su hogar:

- Planifique cómo quiere dialogar sobre el COVID 19 con su familia. Asegúrese de incluir: Cuál es el brote actual de la enfermedad, cómo se contrae, cuáles son los posibles peligros, medidas de protección que se están tomando en la comunidad, en el país y en el resto del mundo, y que estén al alcance de toda la familia.
- Mantenga el dialogo en un lugar cómodo y aliente a los miembros de la familia a hacer preguntas.
- Considere tener una discusión por separado con los niños pequeños para usar un lenguaje que puedan entender y abordar los miedos o conceptos erróneos específicos que puedan tener.
- El abordaje del estigma se realiza desde la población escolar (6 años) en adelante.
- Concéntrese en apoyar a los niños alentando preguntas y ayudándoles a comprender la situación actual.
- Hable sobre sus sentimientos y valide estos.
- Ayúdelos a expresar sus sentimientos a través del dibujo u otras actividades.
- Aclarar información errónea o malentendidos sobre cómo se propaga el virus y que no todas las enfermedades respiratorias son COVID 19
- Proporcione un ambiente cómodo y tenga un poco de paciencia extra.
- Vuelva a consultar regularmente con sus hijos o cuando la situación cambie.
- Tenga especial consideración y paciencia con las personas con trastornos mentales y por consumo de sustancias psicoactivas, no emita juicios o reproches si se exacerbaban síntomas de trastornos mentales, ansiedad de consumo u otros síntomas de abstinencia, favorezca el acceso a tratamiento y pida ayuda a servicios de salud si la situación no mejora.

Con su Comunidad:

- Si bien algunas personas pueden estar preocupadas por el COVID 19 es importante no dejar que el miedo conduzca al estigma social, trate a todas las personas con compasión e intervenga si escucha que otros hacen declaraciones que causan estigma contra las personas de su comunidad, tenga un comportamiento empático con las personas, corrija los conceptos erróneos, al mismo tiempo que reconoce que los sentimientos y el comportamiento (miedo, etc) de las personas son muy reales, aún si la creencia es falsa.
- Las personas que tienen o están siendo tratadas por COVID 19 y está limitada su movilidad en los hogares o aquellas personas que lo hacen de manera voluntaria por posibles exposiciones están haciendo lo correcto y ayudando a proteger sus comunidades por lo que no deben ser hostigados ni acosados, incluso a través de las redes sociales; al contrario se debe apoyar por teléfono, mensajes de texto, redes sociales y apoyar en resolver necesidades de adquirir alimentos, agua y elementos de protección y productos que requiera mientras no sea posible salir del hogar.



Aspectos generales.

Difunda información para disminuir el desconocimiento y disminuir el temor: Comparta información de las fuentes oficiales disponibles, con un lenguaje simple (evite términos clínicos), que sea precisa y específica del país o la región, de las poblaciones en riesgo, de las opciones de tratamiento y dónde acceder a la atención médica e información. Las redes sociales son útiles para llegar a un gran número de personas con información de salud a un costo bajo.

Involucre a personas influyentes o líderes sociales: de representación o alcance nacional o regional, que inviten a la reflexión sobre las personas que están estigmatizadas y cómo apoyarlas.

Amplifique las voces: tengo en cuenta a las personas, las historias e imágenes de quienes han experimentado el COVID 19 y se han recuperado o que han apoyado a un ser querido a través de la recuperación para enfatizar que la mayoría de las personas se recuperan.

Incluya las diferentes poblaciones y grupos étnicos: Todos los materiales deben mostrar diversas comunidades afectadas y trabajando juntas para evitar la propagación de COVID-19. Asegúrese de que la tipografía, los símbolos y los formatos sean neutrales y no sugiera ningún grupo en particular.

Periodismo ético: promueva el contenido en torno a prácticas básicas de prevención y autocuidado, síntomas y cuándo buscar atención médica. Centrarse demasiado en el comportamiento individual y la responsabilidad de los pacientes de tener y "difundir COVID-19" puede aumentar el estigma de las personas que pueden tener la enfermedad. Hacer hincapié en los esfuerzos para encontrar una vacuna y un tratamiento puede aumentar el miedo y dar la impresión de incapacidad de detener la enfermedad.

Vincularse: a las diferentes iniciativas para abordar el estigma y los estereotipos para crear un movimiento y un ambiente positivo que muestre cuidado y empatía por todos.

Bibliografía de Referencia

- WHO, UNICEF, IFRC (2020) Social Stigma associated with COVID-19. A guide to preventing and addressing social stigma.
- The National Child Traumatic Stress Network (2020) Parent/Caregiver Guide to Helping Families Cope With the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)
- NIDA. (2020, March 12). COVID-19: Potential Implications for Individuals with Substance Use Disorders. Recuperado de <https://www.drugabuse.gov/about-nida/noras-blog/2020/03/covid-19-potential-implications-individuals-substance-use-disorders> on 2020, March 20
- Centers for Disease Control and Prevention, CDC, (2020) SHARE FACTS ABOUT COVID-19. Recuperado de <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/share-facts-h.pdf>

Adaptación del Ministerio de Salud y Protección Social, Consejo Nacional de Salud Mental, Marzo 2020

