



Sistema
de **Cuidados**

ACCIONES EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

INFORME | MAYO 2020



Sistema
de **Cuidados**

ACCIONES EN TIEMPOS DE CORONAVIRUS

INFORME | MAYO 2020

Los cuidados atraviesan toda nuestra vida. Necesitamos cuidados cuando nacemos y mientras crecemos, luego cuidamos a las niñas y niños de nuestra familia, a algún familiar con discapacidad o a nuestra vecina, que es mayor y vive sola. Más tarde, cuando envejecemos, podemos precisar que nos cuiden.

Ahora, con la emergencia sanitaria y los cambios de rutinas que tenemos que adoptar para hacer frente al coronavirus, los cuidados cobran más protagonismo. Esta tarea, básica para el sostén y el disfrute de la vida, debe asumirse de forma compartida. Compartida entre quienes somos parte de la sociedad, es decir, las familias, el Estado, el mercado y la comunidad. Compartida entre varones y mujeres para que tengamos las mismas oportunidades de desarrollar nuestros proyectos de vida.

A continuación contamos qué acciones implementamos en estas semanas, qué cambios generamos en nuestros servicios para seguir cuidando a las personas en situación de dependencia y qué recomendamos a quienes tienen que cuidar.

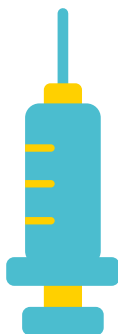
PROTEGEMOS A QUIENES MÁS LO NECESITAN



Protocolos para centros de larga estadía

Establecemos protocolos sanitarios de prevención y actuación ante la aparición de casos de confirmados o en contacto con covid19 en los centros de larga estadía para personas mayores.

Estos protocolos detallan acciones a tomar frente a los distintos escenarios, atendiendo la heterogeneidad de los centros. Fueron elaborados por las instituciones con competencia en la temática, Ministerio de Salud Pública y Ministerio de Desarrollo Social.



Vacuna contra la gripe

Priorizamos a los sectores de la población más expuestos por las tareas, entre ellos, asistentes personales y quienes trabajan en los centros de cuidados para personas mayores.

Esta vacuna es indispensable para que estas personas puedan seguir cumpliendo con su invaluable labor con el menor riesgo posible.

También visitamos los centros de cuidados de larga estadía para personas mayores para poder proteger contra la gripe a las personas que allí viven o trabajan.



Insumos para Asistentes personales

Las y los asistentes personales trabajan directamente con población de riesgo ante esta pandemia. Por este motivo es importante reforzar las medidas en su labor diaria. Gracias a una donación de Unicef, facilitamos al Sindicato Único de Asistentes Personales (SUAP) 5.000 frascos de alcohol en gel y 40 mil pares de guantes descartables.

Estos insumos de higiene y protección permiten que más de 4.500 personas que trabajan como Asistentes personales puedan cuidar a las personas en situación de dependencia con mayores garantías. Esta donación se suma a las conseguidas por el SUAP de forma particular, así como a los materiales facilitados por las personas asistidas y sus familias.

ADAPTAMOS NUESTROS SERVICIOS



Centros de Día para personas mayores

Las medidas de distanciamiento físico supusieron un desafío para los Centros de Día. La propia naturaleza del servicio, en la que las personas mayores de 65 años concurren al centro para participar de las actividades, tuvo que adaptarse a esta nueva realidad en la que las personas deben permanecer en su casa, sin que esto signifique que estén solas y aisladas. En los 10 centros de día que actualmente funcionan

generamos distintas estrategias de acompañamiento y cuidado. Desde videollamadas para compartir sentimientos ante la emergencia, hasta visitas para arrimar medicamentos o alimentos. También actividades de estimulación cognitiva y clases de gimnasia por whatsapp para mantener la actividad física.



Atención ciudadana: portal de cuidados, trámites en línea

En el contexto actual, los trámites en línea ganan mayor protagonismo y facilitan que las personas que quieren postularse a formación o que necesitan averiguar en qué está su solicitud de servicios puedan hacerlo de forma cómoda, rápida y sencilla, y lo que es más importante aún: desde casa.



Teleasistencia en casa

Brindamos contención y sostén a las personas mayores para que no estén aisladas y para reforzar la comunicación clara y sencilla de las recomendaciones para la prevención.

Junto a las empresas que brindan Teleasistencia en casa reforzamos el servicio de escucha activa con el objetivo de que el distanciamiento físico no tenga repercusiones graves en la salud mental de las personas mayores.

RECOMENDAMOS ACCIONES PARA CUIDAR



Para Asistentes personales

Las personas en situación de dependencia severa necesitan más cuidados en esta época. Por este motivo, las personas que cuidan tienen que extremar las precauciones. La emergencia sanitaria exige que, tanto las cuidadoras y cuidadores como las personas que necesitan cuidados y sus familias, diseñen estrategias que permitan evitar los contagios y mantener la calidad de vida.

En este sentido, elaboramos dos guías con recomendaciones: una para las personas que trabajan como asistente personal de personas mayores y otra para quienes atienden a niñas y niños.



Para Centros de larga estada, hogares o residenciales para personas mayores

En estos centros viven las personas más vulnerables ante la infección, por su edad. Algunas de ellas pueden además tener enfermedades crónicas y un sistema inmunológico más débil. Además, en estos centros se suma otra característica que favorece la propagación: el contacto grupal, generalmente en espacios cerrados.

Por todo esto, realizamos un documento con recomendaciones que puedan servir de guía tanto para

las personas que gestionan y trabajan en estos centros, como para familiares de las personas que viven allí.

Estas recomendaciones abordan aspectos como: la comunicación y contención emocional, la adaptación de los servicios que promueven la autonomía de las personas mayores, las estrategias de trabajo en equipo para las cuidadoras/es y la continuidad del contacto con las personas cercanas a las y los residentes.



Capacitaciones en línea

Promovemos un plan de capacitación a través de youtube que brinda conceptos clave sobre prevención de riesgos y pautas básicas para el manejo de personas en situación de dependencia con COVID-19 para todas las personas que trabajan en cuidados.

Estas capacitaciones abordan temas como el uso correcto y del alcohol en gel, medidas preventivas a tomar con la población de riesgo, acciones que deben realizarse a la llegada y salida del hogar de una persona en situación de riesgo o protocolos a implementar en centros de la larga estadía entre otros.

PONEMOS VALOR Y DAMOS SENTIDO



Compartir los cuidados, nos acerca a la igualdad

Este momento de emergencia sanitaria sobrecarga a las familias, en particular a las mujeres, sobre quienes, históricamente, ha recaído la mayor parte del trabajo de cuidados y las tareas del hogar. Muchas veces puede implicar tareas domésticas extra e incluso en el caso de tener hijas e hijos pequeños asumir un rol más activo en el seguimiento de las clases a distancia.

En este contexto se hace aún más importante reflexionar sobre cómo podemos distribuir de manera más justa las tareas de cuidados, sin sobrecargar a ninguna persona, sobre todo las mujeres.



Historias de cuidados: reconocimiento a las personas que cuidan

Queremos reconocer la función social que cumplen tanto quienes trabajan cuidando como quienes, de forma anónima y desinteresada, contribuyen a mantener la calidad de vida de las personas en situación de dependencia.

Queremos saber cómo nos estamos cuidando en esta época de cambios en las rutinas y por eso hicimos un llamado, a través de las redes sociales, para que quienes quieran puedan compartirnos las **actividades**

nuevas y los hábitos modificados para dar un abrazo virtual a una persona mayor querida o seguir cuidando a una niña o un niño en situación de discapacidad.

Recopilamos estas historias para documentar las nuevas formas de cuidar que surgen a raíz de la emergencia sanitaria y que nos permiten dar cuenta de cómo los cuidados sostienen la vida y cumplen una importante función social.



Acciones de autocuidado para personas mayores de 65 años

Impulsamos una campaña de comunicación con acciones para que las personas de más de 65 años puedan cuidarse mejor. Estas personas conforman el grupo de mayor riesgo al contagio de la infección respiratoria Covid19 y las medidas adoptadas provocan cambios bruscos en su rutina. Por ello, es importante que puedan adaptarse a esta nueva realidad sin descuidar su salud física y mental.

Para esto, elaboramos materiales audiovisuales y gráficos en los que presentamos “6 acciones para cuidarte en tiempos de coronavirus”. Con un tono amigable y cercano, la campaña pone foco en recomendaciones para afrontar la emergencia, desde un perspectiva de derechos.

PORTAL DE CUIDADOS

0800 1811 TELÉFONO FIJO

***1811 CELULARES ANTEL**

SISTEMADECUIDADOS.GUB.UY

Ministerio de Desarrollo Social, Administración Nacional de Educación Pública, Banco de Previsión Social, Congreso de Intendentes, Instituto del Niño y el Adolescente del Uruguay, Ministerio de Economía y Finanzas, Ministerio de Educación y Cultura, Ministerio de Salud, Ministerio de Trabajo y Seguridad Social, Oficina de Planeamiento y Presupuesto.

compartir los cuidados nos acerca a la igualdad



SistemadeCuidados



@cuidadosuy