	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 1</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p>VIGENCIA: 2020-2021</p>

Fecha: 02 de junio del 2020

Elaborado por:

Dirección de Desarrollo de Servicios de Salud.

Programa Atención Integral al Adolescente, Área de Atención Integral a las Personas

Revisado por: Dr. José Miguel Angulo Castro. Jefe Area Atención Integral a las Personas.

Dr. Mario Mora Ulloa, Enlace Coordinador DDSS.

Avalado por: Dr. Mario Ruiz Cubillo. Gerencia Médica

Para: Profesionales de salud de los tres niveles de atención

Título

Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud

Relación con normativa vigente


- Plan Estratégico Institucional 2019-2022
- Acuerdo de Junta Directiva de la Caja Costarricense de Seguro Social, en la sesión 8972, Artículo 3, del Acta 7.203, el día 25 de junio 2018, aprobó la Política Institucional de Atención Integral a la Adolescencia, así como la propuesta de Servicios Hospitalarios diferenciados y amigables para personas adolescentes.
- Decreto Ejecutivo 42227-MP-S del 16 de marzo del 2020, que establece “Declaratoria de Emergencia en todo el territorio nacional, debido a la situación de emergencia sanitaria por la enfermedad COVID-19”
- Ministerio de Salud, 18 de marzo 2020. Lineamientos de salud mental y apoyo psicosocial en el marco de la alerta sanitaria por Coronavirus (COVID-19).

Objetivos

Establecer los criterios que permitan a los profesionales de la salud el fortalecimiento de la prevención y manejo de las conductas de riesgo de las personas adolescentes con el fin de minimizar que sean propagadores de la enfermedad por Covid-19.

Justificación

El país y el sector salud, incluida la C.C.S.S. se enfrentan a grandes retos para brindar sus servicios a la población costarricense ante la realidad de la pandemia por Covid-19. Se han establecido metas prioritarias enfocadas en evitar un contagio masivo de la población con el virus que

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right"><i>Página 2</i></p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL</i> Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p><i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</i></p>	<p><i>VIGENCIA: 2020-2021</i></p>

produce el Covid-19, lo cual llevaría a una crisis sanitaria y un colapso en el sistema de salud.

En todos los países los pacientes infectados por Covid-19 son mayoritariamente adultos, y solo un porcentaje muy bajo son menores de 20 años de edad; y de estos, son menos aún los que requieren hospitalización.

Sin embargo, aunque la población adolescente tenga un riesgo individual bajo de contagio por Covid-19, los expertos y las autoridades de salud advierten que debido al hecho de que la población afectada va en aumento, es inevitable que más jóvenes y adolescentes contraigan el virus, y además de ser fuente de propagación de la enfermedad, es posible que algunos de ellos presenten complicaciones graves a pesar de no tener condiciones de riesgo conocidas.


Dada la presente situación de emergencia, es de enorme importancia reconocer que las respuestas, actitudes, motivaciones y comportamientos de las personas adolescentes ante esta pandemia del COVID-19 podrían ser determinantes para el futuro de sí mismos, sus familias, y para el país.

Desde el sector salud siempre ha sido preocupante la actitud de omnipotencia de las personas adolescentes y lo que los adultos interpretan como aparente indiferencia ante los temas relacionados con el cuidado de la salud. Sin embargo, de mayor preocupación es la prevalencia de paradigmas negativos alrededor de la interpretación que se hace de estas actitudes, que hacen énfasis en interpretarlas como conductas “rebeldes, problemáticas, antisociales, egoístas, etc.” Estos paradigmas se basan en interpretaciones erradas que no toman en cuenta los recientes hallazgos sobre neurodesarrollo y crecimiento del cerebro durante la adolescencia, los cuales permiten entender muchas de sus actitudes y conductas de riesgo.

Además, los nuevos hallazgos señalan la pertinencia de fortalecer las capacidades de acompañamiento y supervisión del mundo adulto hacia las personas adolescentes, como la mejor respuesta eficaz a corto plazo para el manejo de sus conductas de riesgo.

Por otra parte, debe reconocerse que muchas de las actitudes despreocupadas de los adolescentes ante el Covid-19 inadvertidamente fueron alimentadas por los mensajes que se enviaron desde el inicio de la epidemia, que subrayaban que era una condición que afectaba casi exclusivamente a los adultos, especialmente a los adultos mayores, y aún más a aquellos con condiciones de riesgo.

Ante este panorama, se torna de vital importancia para los adultos, especialmente los padres y las personas que trabajan con adolescentes (incluyendo los profesionales del sector salud) conozcan las estrategias adecuadas de comunicación y supervisión que favorezcan el acatamiento de las personas adolescentes de las medidas de protección, aislamiento social, confinamiento y otras dictadas por las autoridades de salud. Esta es una tarea de gran relevancia ante el riesgo de que la población adolescente y joven sean fuente de propagación de la pandemia del Covid-19. Por el contrario, es urgente aprovechar esta coyuntura para propiciar

	CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD		<i>Página 3</i>
ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520	VIGENCIA: 2020-2021

más bien que este segmento de la población pueda tener un papel de cambio y sean promotores de la salud, autocuidado y cuidado mutuo de toda la comunidad.

Fundamentación del lineamiento


El avance científico y el desarrollo de nuevas tecnologías, especialmente en aparatos de nueva generación para estudios con neuroimágenes no invasivas, han permitido un mayor entendimiento de los cambios que ocurren en el cerebro durante el período de la adolescencia. Gracias a estos avances, en los últimos años se ha logrado establecer la vinculación entre los procesos de neurodesarrollo cerebral y las conductas de las personas adolescentes. Específicamente, se ha logrado entender con mayor claridad las conductas de riesgo de los adolescentes. Afortunadamente, estos conocimientos están repercutiendo en cambios en las políticas públicas relacionadas con este grupo poblacional, cambios en legislación, actualización en los modelos de educación, estrategias de comunicación, manejo de situaciones relacionadas con sus conductas de riesgo, etc.

Está claro que las exigencias del mundo moderno repercuten y afectan de manera especial a las personas adolescentes, y requieren de su parte la utilización de todas sus habilidades cognitivas para adaptarse a los cambios y avanzar con los procesos que les permitirán el logro de metas y aproximarse a la adultez con el máximo desarrollo posible de sus potenciales. No obstante, la nueva evidencia indica que los adolescentes, desde una perspectiva de grado de neurodesarrollo cognitivo, no están listos para asumir muchas de las responsabilidades que se esperan de ellos. En particular es importante destacar, en resumen, que desde una base biológica en realidad no están preparados para entender y asumir muchas de las consecuencias de sus decisiones, actos u omisiones.

Esto se puede explicar por el hecho de que durante la adolescencia el desarrollo cerebral no es un proceso homogéneo, sino que las diferentes estructuras maduran en tiempos distintos.

La parte posterior del cerebro, que incluye ganglios basales y otras estructuras de lo que se conoce como el cerebro primitivo, son las que primeramente inician su desarrollo en la adolescencia temprana. Estas estructuras son las que median conductas relacionadas con la necesidad de experimentación, la impulsividad, problemas en el control de emociones, dificultades en la regulación de experiencias placenteras (por ejemplo, la necesidad de gratificación inmediata) dificultades para priorizar, anticipar consecuencias y posibles resultados de sus elecciones, etc.

Por otra parte, los lóbulos frontales son las estructuras cerebrales que permiten el autocontrol y la regulación de las emociones (control de impulsos) anticipación de resultados y consecuencia ligadas a conductas, empatía, flexibilidad, planificación de metas, toma de decisiones en base a la anticipación de posibles resultados, etc., alcanzan su máximo desarrollo hasta la fase final de la adolescencia, es decir, entre los 19 y 21 años de edad. Una de estas estructuras es la corteza prefrontal, encargada de lo que se conoce como las funciones ejecutivas del cerebro. La

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 4</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL</i> Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p><i>CÓDIGO:</i> LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p><i>VIGENCIA:</i> 2020-2021</p>

maduración de la corteza prefrontal permite el control de la impulsividad y de otras emociones, como el enojo (lo que favorece la adaptación a la vida comunitaria), ejercicio de la disciplina, solidaridad, trabajo en equipo, toma de decisiones en base a la obtención de metas, anticipación de resultados, etc.

En otras palabras, la forma particular en que se desarrolla el cerebro durante la adolescencia permite entender que prevalezca en ellos actos impulsivos, la urgencia de la experimentación, pérdida del miedo y muy pobre capacidad de medir las consecuencias de sus conductas y decisiones.

Por tanto, corresponde a las personas adultas a cargo de los adolescentes protegerlos mediante el ejercicio de estrategias de supervisión, acompañamiento y establecimiento de límites claros, que provean de sus deficiencias en cuanto a toma de riesgos. En otras palabras, no es realista por parte del mundo adulto esperar que los adolescentes controlen sus conductas y decisiones como si fuesen ya adultos con todas sus capacidades cognitivas plenamente desarrolladas.


En el caso de los funcionarios de salud, lo expuesto anteriormente justifica la importancia de mejorar estrategias de comunicación que permitan trabajar adecuadamente con las personas adolescentes y sus padres de familia o cuidadores. Esto es vital para que los adolescentes puedan cumplir las indicaciones y regulaciones que se esperan de ellos para el cumplimiento del confinamiento, distanciamiento físico, normas de higiene, etc.

Descripción del Lineamiento:

Indicaciones a los profesionales que atienden a personas adolescentes:

Encuadre: a diferencia de la persona adulta, el adolescente requiere de parte del profesional de salud mucho más esfuerzo en términos de establecer una adecuada relación y comunicación entre el profesional y ellos como usuarios de los servicios. Por sus condiciones de desarrollo y poca experiencia con los servicios de salud, se debe iniciar el proceso de consulta o consejería con mayor tolerancia y empatía que lo usualmente utilizado. El adolescente requiere más tiempo para sentirse cómodo, seguro, respetado y que es escuchado. Se le tiene que explicar con claridad aspectos relacionados con la confidencialidad y su derecho al consentimiento o asentimiento. El profesional debe aplicar su paciencia por cuanto usualmente la persona adolescente requiere explicaciones con lenguaje amigable, en un marco de respeto mutuo.

Las instrucciones que se le suministran deben ser detalladas, pausadas, reiteradas y hasta enfatizadas con ejemplos, ya que no es inusual que, por su ansiedad ante el proceso de la consulta, necesite repetición de las instrucciones o conceptos claves. Es vital que el profesional tenga presente que las actitudes defensivas y de omnipotencia del adolescente son el resultado de múltiples procesos, como son en parte sus experiencias previas con adultos que parten de paradigmas de que la persona adolescente “no sabe, no coopera, no tiene experiencia, etc.” y entonces hay que instruirlos desde una perspectiva vertical: nosotros sabemos, ellos no saben.”

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 5</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL</i> Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p><i>CÓDIGO:</i> LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p><i>VIGENCIA:</i> 2020-2021</p>

Sin embargo, como se ha indicado, fundamentalmente las actitudes del adolescente parten de una base biológica: su capacidad cognoscitiva no lo hace estar preparado para entender los riesgos como lo podría hacer una persona adulta ya con experiencia y sus procesos cognitivos plenamente desarrollados.

Puntos esenciales que debe conocer la persona adolescente:

El adolescente debe saber que si bien es cierto el Covid-19 es una condición que se manifiesta más gravemente en personas adultas y adultas mayores, especialmente con enfermedades previas, en realidad cualquiera puede contagiarse, independientemente de su edad. Cualquier persona, sin importar su edad o si no presenta factores de riesgo, puede presentar un cuadro de Covid-19 que lo puede llevar a complicaciones de salud graves o hasta la muerte.

Una de las crisis que está produciendo el Covid-19 se asocia al contagio simultáneo de varias personas. Cuando hay un contagio masivo de personas en un lapso corto (como el ocurrido en Italia) los servicios de salud se saturan rápidamente y se pierde la capacidad de ofrecer asistencia a las personas con complicaciones que ameritan hospitalización y atención en Unidades de Cuidados Intensivos. Además de un asunto de disponibilidad de camas para hospitalización, hay también una realidad en cuanto a la disponibilidad de suficientes respiradores para la atención masiva de enfermos graves.


Además del problema que representaría la atención de un gran número de enfermos simultáneos por Covid-19, los centros de salud deben continuar con la atención de la carga usual de enfermos por condiciones como los accidentes, traumatizados por violencia, personas que sufren infartos, accidentes vasculares, complicaciones por diabetes, cáncer, infecciones, etc. Si los servicios se saturan por enfermos con Covid-19, las personas con estas complicaciones mencionadas y otras enfermedades no podrían atenderse tampoco por colapso del sistema de salud.

La importancia de cumplir a cabalidad con las indicaciones del aislamiento físico y el confinamiento (Quedarse en casa) se fundamente no solo ante la posibilidad de contagiarse del Covid-19 por contacto con personas asintomáticas, o de convertirse inadvertidamente en un transmisor de la enfermedad en la familia o la comunidad, sino también con el objetivo de evitar enfermarse de otros problemas o tener accidentes que ameriten tener que asistir a un centro de salud. Se necesita que los hospitales estén disponibles para la atención de enfermos por Covid-19.

Si bien es cierto hasta el momento la gran mayoría de personas jóvenes y adolescentes que se han contagiado del Covid-19 no han requerido hospitalización, esta situación puede cambiar muy rápidamente si se da un contagio masivo de personas.

Las personas jóvenes y los adolescentes infectados por Covid-19, al tener cuadros leves de la enfermedad o en muchos casos ser totalmente asintomáticos, se constituyen en una fuente de contagio para otros miembros de su familia o su comunidad.

La persona adolescente debe saber de la enorme importancia de cumplir las recomendaciones

	CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD		<i>Página 6</i>
ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</i>	<i>VIGENCIA: 2020-2021</i>

de aislamiento e higiene, tanto para no enfermarse él mismo, sino también para no convertirse, sin sospecharlo, en un transmisor del virus y propagador de la enfermedad con sus familiares y en su comunidad.

Explicar con detalles la importancia del distanciamiento físico entre personas de al menos 1.8 metros, relacionado con la evidencia del traslado del virus en partículas a partir de estornudos, tos, personas que gritan o cantan, etc.

Asociar lo anterior con la recomendación del uso de medidas de protección como uso de mascarillas, caretas de protección facial, lavado de manos frecuente con agua y jabón durante al menos 30 segundos, y uso regular de alcohol gel de más de 70% de alcohol.

El adolescente debe conocer y asociar las instrucciones anteriores con la importancia de cumplir con la prohibición de que se realicen actividades grupales o masivas como conciertos, partidos de fútbol, fiestas, deporte en grupos, etc.

Deben tener claridad sobre la justificación del quedarse en casa y las razones que fundamentan la prohibición de participar en actividades grupales ya sean educativas o recreativas, como los conciertos, fiestas, asistencia a estadios, participación en actividades como ciclismo grupal, fútbol, y otros deportes que impliquen contacto físico o la presencia de varias personas, así como la importancia de no compartir equipos deportivos, botellas de agua, audífonos, etc.


Se debe enfatizar a la persona adolescente que además de la transmisión del virus del Covid-19 por contacto cercano con personas infectadas, también se debe tener presente que el virus sobrevive por períodos prolongados en las superficies en que cae luego de su expulsión en gotitas de saliva cuando las personas estornudan, tosen o eliminan saliva de la boca.

Sobre el manejo de adolescentes con problemas inmunológicos durante la pandemia Covid-19:

Los padres o cuidadores y los propios adolescentes deben saber que los síntomas del Covid-19 en Adolescentes usualmente cursan de una manera no complicada, con síntomas que semejan un resfriado común, aún en las personas jóvenes con algún compromiso inmunológico. Sin embargo, es importante en estas personas cumplan con mayor celo y disciplina con todas las recomendaciones sanitarias establecidas referentes al confinamiento, aislamiento físico e higiene.

Se les debe aconsejar que deben estar pendientes de sus citas médicas de control y evitar no perderlas a no ser que específicamente sean llamados para reprogramarlas. Igualmente, deben continuar con sus tratamientos prescritos y consultar con el centro médico si hay alguna dificultad con las recetas de seguimiento prescritas. Cuando se tenga que asistir a los centros de salud para el control médico especializado, se deben seguir las medidas de protección usuales: el adolescente debe ser acompañado por solo uno de sus progenitores y preferiblemente debe usar cubrebocas y guantes, evitar tocarse la cara, nariz u ojos y utilizar alcohol gel de forma frecuente si no es posible el lavado de manos en los distintos momentos del traslado a su cita.

Si por alguna condición o por contactos con personas enfermas se sospecha que el adolescente

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 7</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL</i> Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p><i>CÓDIGO:</i> LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p><i>VIGENCIA:</i> 2020-2021</p>

está infectado por coronavirus, se pueden solicitar instrucciones a la línea telefónica establecida para la asistencia por Covid-19. En caso de urgencia por deterioro de la salud y la presencia de síntomas respiratorios u otros asociados al cuadro clínico del Covid-19 se debe instruir a los encargados de la persona adolescente a acudir al centro médico acatando los protocolos y consulta diferenciada establecidos.


Sobre la Salud Mental de las personas adolescentes durante la pandemia por Covid-19:

La rápida progresión del Covid-19 y las proyecciones de sus posibles consecuencias si no se evitara un contagio masivo, como afortunadamente hasta ahora se está logrando en el país gracias a las medidas preventivas tempranas impuestas y al esfuerzo de todos en acatarlas, provoca, no obstante, un gran estrés social. Además, las consecuencias económicas a causa del desempleo, los problemas de producción, transporte, comercialización, etc., incrementan los temores, desesperanzas, inseguridad y estrés en todas las personas.

El personal de salud no está exento de este estrés social. Por el contrario, la evidencia indica que, por su contacto directo con la problemática, pacientes enfermos y la alta posibilidad de contagio por el virus en los servicios, el personal de salud se ve particularmente afectado por este estrés. Se debe ser consciente de esta situación y tomar todas las medidas de autocuidado para proteger la propia salud física y emocional, y si se detectan situaciones que se salen de nuestro control, comunicarlo a las jefaturas y buscar ayuda profesional prontamente. (la institución ha creado servicios especiales para la atención de los funcionarios de salud)

A todas luces los cambios que vida que el Covid-19 están produciendo a nivel mundial son más que evidentes. En el caso de las personas adolescentes, acostumbrados en general a vivir en un mundo de alta tecnología, pero de muchas opciones de socialización, el confinamiento y normas de aislamiento físico imponen una carga especial tomando en cuenta que se encuentran en una etapa vital del desarrollo y donde el compartir con sus pares es parte cotidiana y esencial en sus vidas. Más allá de lo que podría considerarse un mero aburrimiento por quedarse en casa, el adolescente es consciente del cambio súbito que viven no solo su familia sino toda la sociedad sin excepciones geográficas o socioculturales. Los padres del adolescente viven angustias por pérdida laboral o cambios impuestos por el teletrabajo, hay restricciones en transporte, en contactos con familiares cercanos o amistades, etc. Principalmente, permea una enorme incertidumbre sobre cuánto tiempo puede llevar esta crisis, sobre la posibilidad de una recesión económica, lidiar los cambios en los tiempos o nuevos perfiles de empleo (o su carencia), determinar la veracidad de la información que se propaga en las redes sociales, manejar los temores generados, y principalmente, la incertidumbre sobre el tiempo que tomará esta crisis y las condiciones de regreso a algún grado de “normalidad” previa.

Como ante cualquier situación de crisis aguda o de desastre, hay una respuesta emocional esperada de angustia y miedo generalizado, que empezará a agravarse si la situación de crisis no es resuelta pronto. Ahora como sociedad globalizada nos enfrentamos a una realidad, que, si bien sabemos que eventualmente mejorará, no hay parámetros claros para prever con alguna certeza cuándo o cómo será este retorno a una mejoría. Al contrario, ante la probabilidad de que el aislamiento y el estrés social se prolonguen por tiempo indefinido, se incrementa la angustia y

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 8</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL</i> Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p><i>CÓDIGO:</i> LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p><i>VIGENCIA:</i> 2020-2021</p>


los temores. Enfrentarse a esta realidad es todo un reto y ciertamente conlleva a la necesidad de desarrollar estrategias de ajuste y equilibrios para mantener una buena salud mental, por lo que los expertos advierten de la posibilidad del surgimiento de patologías relacionadas con crisis de angustia generalizada, crisis de pánico, insomnio, fobias, estrés postraumático y depresión, así como situaciones de mayor gravedad como gestos o ideación suicida, descompensación de condiciones como los trastornos esquizofrénicos, trastornos bipolares, trastornos obsesivo-compulsivos, etc.

Sobre la información que el personal de salud debe aportar a los padres de familia o guardianes de personas adolescentes:

Encuadre: El rol educativo de los padres de familia es insustituible y esta premisa tiene una función aún más trascendental en lo referente a la prevención del contagio masivo de personas ante la pandemia del Covid-19. El adolescente es en extremo perceptivo a las conductas y motivaciones de los adultos, muy fácilmente captan contradicciones y a diferencia de los niños, es crítico y cuestiona los mensajes o instrucciones que recibe. Por tanto, es fundamental el rol de modelaje que ejercen los adultos que conviven con él y que son responsables de su bienestar. Los mensajes de las autoridades de salud referentes a medidas preventivas ante la crisis actual no tienen ningún sentido para la persona adolescente si primeramente no son aceptadas y adoptadas por los adultos de su entorno. En otras palabras, si los adultos responsables de las personas adolescentes no aceptan las recomendaciones de higiene, aislamiento físico y otras, y las irrespetan, no podemos esperar una aceptación y cumplimiento de las mismas por parte ellos.

El ejercicio de la autoridad de los padres de adolescentes es una tarea compleja y parte de como se estableció la misma desde que el adolescente era un niño. Se debe asesorar al adulto en la importancia del establecimiento de límites precisos con sus hijos en relación al cumplimiento de las normas de aislamiento físico y no participación en actividades grupales, aún con los vecinos y amigos cercanos del barrio, así como no compartir objetos no esenciales como celulares, música, accesorios como aretes, pulseras, etc., así como en la aplicación de las normas de higiene y desinfección frecuente indicadas.

La adolescencia es una etapa de gran actividad social y el confinamiento actual lamentablemente incrementa las tendencias al sedentarismo y poca actividad física adoptados en los últimos años como estilo de vida por una parte importante de la población. Los padres de familia deben establecer un equilibrio entre el fomento de actividad física dentro del hogar y el uso de las tecnologías modernas (computadoras, teléfonos inteligentes, videojuegos, etc.). El uso adecuado de los teléfonos inteligentes y otras tecnologías es por sí sola una tarea compleja de supervisar porque el adolescente compensará la no asistencia a clases y actividades sociales o deportivas con un mayor uso de videollamadas, juegos en línea y otros. El equilibrio entre tiempo invertido en actividades académicas y el invertido en juegos o contacto social debe negociarse y establecerse límites claros en cada caso particular, tomando en cuenta cargas escolares, personalidad y necesidades específicas de la persona adolescente. Especial supervisión debe ponerse al uso nocturno de los celulares inteligentes para que no alteren los horarios y patrones de sueño, así como la cantidad y calidad de horas del mismo.

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 9</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p>VIGENCIA: 2020-2021</p>

Puntos esenciales:

Adoptar un modelaje positivo ante sus hijos adolescentes con la adopción de normas de lavado de mano frecuentes, no tocarse la cara y otras indicaciones de higiene oficializadas por las autoridades de salud.

Modelaje de la importancia del distanciamiento físico no fomentando los saludos tradicionales como estrechar las manos, besos, etc. No realizar reuniones familiares con parientes que no convivan bajo el mismo techo, y la no participación en actividades sociales. Se debe favorecer los contactos laborales, familiares o sociales por medio del uso de las nuevas herramientas tecnológicas (teleconferencias, videollamadas, etc.) Facilitar que sus contactos sociales sean igualmente a través de las redes sociales.

No se debe salir, salvo excepciones calificadas, ante la presencia de cuadros gripales o síntomas de tipo respiratorio.

Si fuera necesario acudir a los servicios de salud seguir las recomendaciones establecidas (separación de la recepción de pacientes con fiebre o síntomas respiratorios de aquellos que consultan por otras condiciones)

Monitoreo frecuente de la temperatura o presencia de síntomas respiratorios en los miembros de la familia.

Modelaje de la importancia de la desinfección frecuente de superficies y de artículos que provienen del exterior del hogar.


Favorecer el realizar ejercicios básicos dentro de la vivienda de manera creativa (uso de pesas, equipos estacionarios, rutinas básicas según las posibilidades del hogar, etc.)

Favorecer la realización de actividades de recreo como grupo familiar, por ejemplo, juegos de mesa, disfrute de una película en familia, actividades novedosas en línea, etc.

Modelaje positivo prestando atención a las comunicaciones y recomendaciones dadas en forma oficial por las autoridades sanitarias, consulta de información en sitios oficiales del Ministerio de Salud o la C.C.S.S., no compartir mensajes con información no oficial o de procedencia dudosa, especialmente aquellos que solo fomentan el miedo o el pánico.

Estar atentos ante indicios de problemas de adaptación o síntomas que indiquen crisis de angustia, pánico de tipo depresivo. Muchas condiciones presentes previos al inicio de la presente pandemia pueden agravarse o hacerse obvias si no se habían detectado. Ante dudas sobre estas condiciones o la capacidad del adolescente de manejar el estrés, condiciones de riesgo o incertidumbre sobre la capacidad de mantener la integridad o seguridad de la persona adolescente, buscar apoyo entre los adultos del grupo familiar y de requerirse consultar a los servicios de salud.

En los casos de que el adolescente requiere de abordaje psicológico en el servicio de emergencias, se hace referencia al lineamiento técnico: Plan de contingencia para el abordaje

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 10</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p>VIGENCIA: 2020-2021</p>

psicológico de emergencia para los tres niveles de atención de la CCSS, ante la situación epidemiológica COVID-19, avalado por Gerencia Médica mediante el oficio GM-MDD-5710-2020, los procedimientos para la intervención psicológica (punto 8, página 5), los servicios de psicología utilizarán los medios alternos de atención autorizados por la Caja Costarricense de Seguro Social. Dentro de los medios alternos, (punto 10, página 7), está disponible el uso de la telepsicología en caso de requerir apoyo por parte del Hospital Nacional Psiquiátrico.

Sobre la atención del adolescente con ansiedad, efecto del confinamiento decretado por las autoridades de salud

A pesar de que para los adultos se trata de un confinamiento producto de la pandemia, lo cual representa algo nuevo para todas las generaciones vivientes hoy en día, y lo que para un adulto significa únicamente limitar sus salidas a compras de necesidades básicas, para un adolescente es una situación catastrófica.

Inicialmente, estarán muy emocionados por haberse alejado de la escuela y centros educativos para pasar más tiempo en casa, en los próximos meses, pueden experimentar un trauma agudo. La falta de las actividades sociales con sus amigos representa una pérdida que puede ser semejante a un duelo, sin despedirse. Existen los medios digitales para comunicarse con ellos como los teléfonos móviles o tabletas por los cuales pueden usar aplicaciones. Pero no todos los adolescentes tienen los recursos necesarios para acceder a los medios digitales.

Según Wang, C. 2020, el impacto psicológico por la pandemia en China afectó la salud mental de la población contagiada en un 53,8%. 16,5% reportaron síntomas depresivos severos, 28,8% síntomas de ansiedad moderados, 8,1% estrés con niveles moderados a severos.¹

Identificación de los síntomas

Los adolescentes mostrarán síntomas de angustia asociados a mialgias, cansancio y niveles elevados de estrés y ansiedad. Particularmente en la presión por la higiene de manos, uso de equipos protectores y el alejamiento social.


Queda bajo criterio del profesional si el adolescente requiere de atención por parte de psicología o tratamiento farmacológico o en casos severos de referir dentro de la red integrada de servicios al servicio de psiquiatría.

La institución, mediante oficio GM-MDA-4010-2020, establece que los pacientes pueden ser atendidos por los profesionales de salud por medio de llamadas telefónicas. En caso de los pacientes con diagnóstico de COVID, la atención a los adolescentes va enfocada en las comorbilidades asociadas.

Acatamiento

Directores Médicos y Coordinadores de Áreas de Salud

¹ Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., et al. 2020. Immediate Psychological Responses and Associated Factors During the Initial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (Covid-19) Epidemic among the General Population in China.

	<p align="center">CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</p>		<p align="right">Página 11</p>
<p>ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p>LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</p>	<p>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520</p>	<p>VIGENCIA: 2020-2021</p>

Profesionales de la Salud y personal en contacto con población adolescente

Responsable de verificar el cumplimiento

Directores de Áreas de Salud
Dirección de Red de Servicios de Salud

Contacto para consultas

Área de Atención Integral a las Personas
Teléfono 22238948
Correo electrónico: corraaip@ccss.sa.cr

Referencias

Blakemore, S. et al. (2010) **The Rol of Puberty in the Adolescent Brain**. Human Brain Mapping 31:926-933

Casey, B. y Jones, R. (2010) **Neurobiology of the Adolescent Brain and Behavior: implications for substance use disorders**. Journal American Acad Child and Adolescent Psychiatry Vol. 49 Nº 12: 1189-1201

CDC: <https://www.coronavirus.gov>

NIH: <https://www.nih.gov/coronavirus>

Johnson, S. et al. (2009) **Adolescent Maturity and the Brain: The Promise and Pitfalls of Neuroscience Research in Adolescent Health Policy**. Journal of Adolesc Health 45: 216-221


Knapp, P. and Mastergeorge, A. (2009) **Clinical Implications of Current Findings in Neurodevelopment**. Psych Clinics of NA, Vol 32, March (1): 177-197

Palacios Cruz, M. el al **COVID-19, una emergencia de salud pública mundial**, Rev. Clin. Española 2020 <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066>

Ravi Philip Rajkumaar COVID-19 and Mental Health: a review of existing literature Asian J. of Psychiatry 52 (2020) 102066 <https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.03.001>

Romer, D. (2010) **Adolescent Risk Taking, Impulsivity, and Brain Development**: implications for Prevention. Developmental Psychobiology 52: 263-276

Wang, C., Pan, R., Wan, X., Tan, Y., Xu, L., et al. (2020). Immediate Psychological Responses and Addociated Factors During the Inicial Stage of the 2019 Coronavirus Disease (Covid-19) Epidemic among the General Population in China. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2020**, 17(5), 1729.

	CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL GERENCIA MÉDICA DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD		<i>Página 12</i>
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	LINEAMIENTO TÉCNICO PARA EL Manejo de personas adolescentes con conductas de riesgo ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-290520	VIGENCIA: 2020-2021

White, A. (2009) **Understanding Adolescent Brain Development and its Implications for the Clinician.** *Adolesc Med* 20: 73-90

Información actualizada y oficial de la Organización Mundial de la Salud sobre el Covid-19 se puede acceder en estas direcciones:

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports/>

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

<https://www.epi-win.com/>