

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 1</i>
ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020
		VIGENCIA: 2020 - 2021

<b>Fecha:</b> 26 de junio del 2020
<b>Elaborado por:</b> <b>Dirección de Desarrollo de Servicios de Salud.</b> Área de Atención Integral a las Personas, Programa Atención Integral al Adolescente.
<b>Revisado por:</b> <b>Dr. José Miguel Angulo Castro.</b> Jefe Area Atención Integral a las Personas. <b>Dr. Mario Mora Ulloa,</b> Enlace Coordinador DDSS.
<b>Avalado por:</b> <b>Dr. Mario Ruiz Cubillo.</b> Gerencia Médica
<b>Para:</b> Personal de Salud de los tres niveles de atención.

### Relación con normativa vigente

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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”</li> <li>• 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).</li> <li>• Plan Estratégico Institucional 2019-2022</li> <li>• 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.</li> </ul>
---

### Título

<b>Manejo diferenciado de personas adolescentes ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud</b>
---

### Objetivo

Establecer criterios de comunicación que permitan al personal de salud de los tres niveles de atención el manejo diferenciado de personas adolescentes ante la pandemia por Covid-19 en la Red Integrada de Servicios de Salud, desde la perspectiva de la relación entre neurodesarrollo del adolescente y sus conductas de riesgo.
--

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

	<p align="center"><b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b>  <b>GERENCIA MÉDICA</b>  <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b>  <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b>  <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b></p>		<p align="right"><i>Página 2</i></p>
<p>AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</p>	<p><i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i></p>	<p><i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i></p>	<p><i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i></p>

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.

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

También debe reconocerse que muchas de las actitudes despreocupadas de las y 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 las y los adultos, especialmente los padres, madres 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.

### **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

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 3</i>	
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i>	<i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i>

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 síntesis, es importante destacar que a partir de una base biológica las personas adolescentes no están preparadas 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 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.

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 4</i>	
ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i>	<i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i>

Por tanto, corresponde a las personas adultas a cargo de las y los adolescentes protegerlos(as) mediante el ejercicio de estrategias de supervisión, acompañamiento y establecimiento de límites claros, que actúen como contrabalance ante sus deficiencias para medir consecuencias. 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 seguir las indicaciones y regulaciones que se esperan de ellos para el cumplimiento del confinamiento, distanciamiento social, normas de higiene y protección, etc. De lo contrario, sus actitudes de omnipotencia, necesidades de gratificación inmediata y pobre capacidad de medir las consecuencias de sus acciones, se puede convertir en un grave problema de salud pública ante la presente pandemia del Covid-19.

#### **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, sin embargo, con el paso del tiempo, posteriormente 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 despedidas. Aunque existen los medios digitales para comunicarse con ellos como los teléfonos móviles o tabletas por los cuales pueden usar aplicaciones, 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.<sup>1</sup>

#### Identificación de los síntomas

Las y 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

<sup>1</sup> 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.

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 5</i>
<small>AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</small>	<small>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</small>	<small>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</small>
		<small>VIGENCIA: 2020 - 2021</small>

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 las y los profesionales de salud por medio de llamadas telefónicas. En caso de las y los pacientes con diagnóstico de COVID, la atención a las y los adolescentes va enfocada en las comorbilidades asociadas.

### Descripción del Lineamiento:

#### Indicaciones al personal de salud en la atención a las personas adolescentes:

- 1. Realizar contacto con la persona adolescente que facilite una comunicación clara, respetuosa y diferenciada acorde a su etapa de desarrollo.**

A diferencia de la persona adulta, el adolescente requiere de más esfuerzo para establecer una adecuada relación y comunicación entre el personal de salud y ellos(as) como usuarios de los servicios. Por sus condiciones de desarrollo y poca experiencia con los servicios de salud, se debe brindar la consulta o consejería con mayor tolerancia y empatía. El adolescente requiere más tiempo para sentirse cómodo, seguro, respetado y escuchado. Se le tiene que explicar con claridad sobre la confidencialidad y su derecho al consentimiento o asentimiento.

- 2. Explorar el motivo de consulta, afirmándole que la atención lleva la finalidad de resolver su necesidad o problema, sin juzgamiento alguno.**

Comunicarle con claridad y tomando en cuenta sus necesidades, que los servicios de salud están para atenderlo, por lo que se requiere contar con su colaboración y la descripción de sus síntomas. Se debe explicar con lenguaje claro y sencillo las intervenciones que se van a realizar en la atención, por ejemplo, el examen físico o que se le preguntará sobre ciertas características de su cuerpo o que se tendrá que realizar algunos exámenes de laboratorio o gabinete, entre otros.

- 3. Indagar sobre aspectos y dimensiones importantes durante la adolescencia, como salud mental, relaciones interpersonales, salud sexual y reproductiva, entre otros.**

Es necesario abrir un espacio de confianza para poder identificar conductas de riesgo o situaciones problemáticas que estén viviendo y que les sea difícil de expresar.

- 4. Brindar instrucciones detalladas, pausadas, reiteradas y enfatizadas con ejemplos para facilitar su comprensión.**

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 6</i>	
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i>	<i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i>

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 personal tenga presente que las actitudes defensivas y de omnipotencia del y la adolescente son el resultado de múltiples procesos, entre ellas sus experiencias previas con sus familiares y otros adultos que parten de paradigmas de que la persona adolescente es rebelde, irrespetuosa, sana, no cooperadora, etc.

**Puntos esenciales en los que debe asesorarse a la persona adolescente:**

**a. Medidas básicas de prevención del Covid-19**

En todo contacto o atención con personas adolescentes, es conveniente reforzar la educación de las medidas básicas de prevención del Covid-19, que les permitirán protegerse a sí mismos, sus familias y las personas cercanas, de tal forma que contribuyan a evitar la propagación del virus, cumpliendo con las medidas establecidas por las autoridades de salud, que buscan minimizar las posibilidades de contagio y transmisión de esta enfermedad.

1. Explicar la importancia del lavado de manos con agua y jabón al menos durante 30 segundos cada vez.
2. Reforzar el uso de alcohol en gel para limpieza de manos en lugares públicos donde no se puede realizar el lavado de manos.
3. Plantear las razones por las que No debemos tocarnos la cara con las manos sucias, especialmente si se está en un lugar público.
4. Explicar la importancia de que en caso de estornudar o toser, se debe cubrir la nariz y la boca con el antebrazo (protocolo del estornudo)
5. Enfatizar en las maneras y los motivos por los que se debe mantener el distanciamiento físico, ya que se puede tener contacto social por medios virtuales (teléfono, computadora, redes sociales, etc. es decir:
  - a. mantener una distancia 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.
  - b. No saludar de mano o beso a los familiares o amigos.
  - c. No participar en actividades grupales o reuniones con personas que no viven con nosotros por tiempos prolongados.
  - d. Utilizar equipo de protección personal como mascarillas y protectores faciales
  - e. Justificar el porqué de las regulaciones que prohíben la participación en actividades grupales, conciertos, deporte en grupos.
  - f. Explicar el fundamento de las recomendaciones de no participación en deportes de contacto y de no compartir equipos deportivos, botellas de agua, audífonos, etc.
6. Reforzar que muchas personas pueden haberse contagiado del virus y no presentar síntomas, pero si pueden transmitirlo a otros.
7. Aclarar que las personas que padecen enfermedades crónicas o problemas inmunológicos, así como también las personas adultas mayores, tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente o morir por el Covid-19
8. Explicar que, aunque en niños y adolescentes las manifestaciones de la enfermedad pueden

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 7</i>
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020
		VIGENCIA: 2020 - 2021

ser menos severas en la gran mayoría de los casos, cada día hay un número mayor de personas en esta edad que se han infectado y que al ser una enfermedad por un virus nuevo, aún no se conocen las repercusiones y complicaciones que puede tener en las personas que lo padecen.

La rápida progresión del Covid-19 y las proyecciones de sus posibles implicaciones para el sistema de salud, que podría saturarse y no tener capacidad de atender a tantas personas enfermas al mismo tiempo, con sus consecuencias en el incremento de posibles fallecimientos, provoca 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. Para las personas adolescentes la ausencia de actividades sociales presenciales con sus amigos representa una pérdida grave, que semeja a una condición de duelo. Muchos adolescentes se encuentran con largas jornadas de estudio y trabajos educativos en casa, que en ocasiones pueden ser excesivos y con poca o nula asesoría o acompañamiento, lo que incrementa los niveles de agotamiento, estrés, ansiedad y frustración.

**b. Medidas básicas para el autocuidado de la salud física y mental de las personas adolescentes:**

1. Explicar la importancia de mantener una alimentación saludable, para evitar problemas de sobrepeso y obesidad, mejorar el rendimiento académico y mantener la salud en general.
2. Enfatizar en la recomendación de alcanzar el equilibrio entre altos niveles de actividad física / ejercicio, bajos niveles de comportamiento sedentario y suficiente sueño cada día
3. Promover la realización de al menos 30 minutos de ejercicios diariamente en casa para evitar complicaciones del sedentarismo y mejorar la salud física y mental.
4. Recomendar que de ser posible se incorpore actividades vigorosas, al igual que aquellas que fortalecen músculos y huesos, al menos 3 veces a la semana.
5. Reforzar la importancia de romper con el tiempo sentado prolongado tan frecuentemente como sea posible., es decir que, por cada hora de estar sentado, levantarse al menos 5 minutos para cambiar de posición y ponerse en movimiento.
6. Recomendar dormir de forma ininterrumpida al menos 8 horas por noche.
7. Promover organizar el día con tiempos para la alimentación, realizar la actividad física, contribuir en los quehaceres del hogar, establecer rutinas con horarios establecidos para levantarse y acostarse, realizar las actividades académicas y tener espacios para recreación y comunicación con sus familiares y amigos.

**Indicaciones al personal de salud en la atención a padres de familia o encargados de personas adolescentes**

**1. Enfatizar el rol educativo de los padres de familia es insustituible.**

Explicar claramente la función trascendental de los padres y madres de familia en el cuidado de sus hijos e hijas adolescentes y aún más trascendental en lo referente a la prevención del contagio masivo de personas ante la pandemia del Covid-19.

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 8</i>	
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020	VIGENCIA: 2020 - 2021

## 2. El rol de modelaje de los padres es fundamental.

El adolescente es en extremo perceptivo a las conductas y motivaciones de los adultos, muy fácilmente captan contradicciones y a diferencia de los niños y niñas, es crítico y cuestiona los mensajes o instrucciones que recibe. Por tanto, es fundamental el rol de modelaje que ejercen las y los adultos que conviven con él o ella y que son responsables de su bienestar.

## 3. Las medidas de salud deben ser adoptadas por los padres, madres o encargados(as).

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.

## 4. Asesorar al adulto y adulta en la importancia del establecimiento de límites precisos con sus hijos.

En relación con el cumplimiento de las normas de aislamiento físico e higiene, y la 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.

## 5. Los padres y madres de familia o encargados(as) 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.).

Se debe tomar en cuenta que el adolescente compensará la no asistencia a clases y actividades sociales o deportivas con un mayor uso de videollamadas, juegos en línea y otros. 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.

### **Puntos esenciales para enfatizarse con el padre y madre de familia o encargado(a):**

1. Adoptar un modelaje positivo ante sus hijos e hijas 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.
2. 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

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 9</i>	
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i>	<i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i>

uso de las nuevas herramientas tecnológicas (teleconferencias, videollamadas, etc.)  
 Facilitar que sus contactos sociales sean igualmente a través de las redes sociales.

3. Modelaje adecuado al no salir, salvo excepciones calificadas.
4. Monitoreo frecuente de la temperatura o presencia de síntomas respiratorios en los miembros de la familia.
5. Modelaje de la importancia de la desinfección frecuente de superficies y de artículos que provienen del exterior del hogar.
6. 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.)
7. 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.
8. 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.
9. No puede esperarse que el adolescente adopte conductas adecuadas y las medidas de protección recomendadas si vive en un entorno donde sus padres de familia y otros adultos significativos cercanos no respetan esas recomendaciones y las incumplen de distintas formas.
10. Las personas adultas deben estar atentas 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.
11. 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 psicológico de emergencia para los tres niveles de atención de la CCSS**, avalado ante la situación epidemiológica COVID-19 (Gerencia Médica lo aprueba en el oficio GM-MDD-5710-2020), los procedimientos para la intervención psicológica (punto 8, página 5) y los servicios de psicología utilizarán los medios alternos de atención autorizados por la Caja Costarricense de Seguro Social.

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 10</i>
ÁREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020
		VIGENCIA: 2020 - 2021

--

### Acatamiento

Directores Establecimientos de Salud de los tres niveles de atención Personal de salud de los tres niveles de atención
---

### Responsable de verificar el cumplimiento

Directores Establecimientos de Salud de los tres niveles de atención Dirección de Red de Servicios de Salud
--

### Contacto para consultas

<b>Área de Atención Integral a las Personas</b> Teléfono 22238948 Correo electrónico: <a href="mailto:corraaip@ccss.sa.cr">corraaip@ccss.sa.cr</a>
--

### Referencias

<p>Blakemore, S. et al. (2010) <b>The Rol of Puberty in the Adolescent Brain</b>. Human Brain Mapping 31:926-933</p> <p>Casey, B. y Jones, R. (2010) <b>Neurobiology of the Adolescent Brain and Behavior: implications for substance use disorders</b>. Journal American Acad Child and Adolescent Psychiatry Vol. 49 Nº 12: 1189-1201</p> <p>CDC: <a href="https://www.coronavirus.gov">https://www.coronavirus.gov</a></p> <p>NIH: <a href="https://www.nih.gov/coronavirus">https://www.nih.gov/coronavirus</a></p> <p>Johnson, S. et al. (2009) <b>Adolescent Maturity and the Brain: The Promise and Pitfalls of Neuroscience Research in Adolescent Health Policy</b>. Journal of Adolesc Health 45: 216-221</p> <p>Knapp, P. and Mastergeorge, A. (2009) <b>Clinical Implications of Current Findings in Neurodevelopment</b>. Psych Clinics of NA, Vol 32, March (1): 177-197</p> <p>Palacios Cruz, M. el al <b>COVID-19, una emergencia de salud pública mundial</b>, Rev. Clin. Española 2020 <a href="https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066">https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102066</a></p> <p>Ravi Philip Rajkumaar COVID-19 and Mental Health: a review of existing literature Asian J. of Psychiatry 52 (2020) 102066 <a href="https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.03.001">https://doi.org/10.1016/j.rce.2020.03.001</a></p> <p>Romer, D. (2010) <b>Adolescent Risk Taking, Impulsivity, and Brain Development: implications for Prevention</b>. Developmental Psychobiology 52: 263-276</p>
---

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>	<i>Página 11</i>	
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020	VIGENCIA: 2020 - 2021

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. *Int. J. Environ. Res. Public Health* **2020**, 17(5), 1729.

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/>

## ANEXO

### **Oferta de servicios de psicología en la Institución ante la pandemia:**

En los servicios de Psicología de la Caja, se han emitido lineamientos de atención para los establecimientos de salud de los tres Niveles de Atención, de manera particular, de esta forma:

1. Actualización lineamiento técnico versión N° 2 sobre la categorización de las personas objeto de atención en los servicios de psicología de la consulta externa de los tres niveles de atención de la CCSS ante la condición epidemiológica COVID-19. Código L.GM.DDSS.ARSDT.CNP- 24032020., aval GM-MDA-4010-2020, establece las categorías de atención para los diferentes grupos poblacionales. De manera puntual el documento señala cómo se atenderán diferentes tipos de emergencia, entre ellas los eventos asociados a suicidio o ideación suicida, las vías de ingreso y atención. De igual manera se regula forma de atención de las personas adolescentes, durante la Emergencia por COVID-19 y que se mantendrá hasta que las autoridades de la Caja lo estimen pertinente.
2. El Lineamiento técnico Plan de contingencia para el abordaje psicológico de emergencia para los tres niveles de atención de la CCSS ante la situación epidemiológica COVID-19. Código L.GM.DDSS.ARSDT.CNP- 16042020., aval GM-MDD-5710-2020, define cómo deben estar organizados los servicios para atender todos los riesgos asociados y previsible, relacionadas con la emergencia en curso.
3. A su vez la Oferta de Servicios de Psicología 2018, aval GM-MDD-3970-2018, señala la

	<b>CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL</b> <b>GERENCIA MÉDICA</b> <b>DIRECCIÓN DE DESARROLLO DE SERVICIOS DE SALUD</b> <b>ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS</b> <b>PROGRAMA DE ATENCIÓN INTEGRAL A LA ADOLESCENCIA</b>		<i>Página 12</i>
AREA ATENCIÓN INTEGRAL A LAS PERSONAS	<i>LINEAMIENTO: MANEJO DIFERENCIADO DE LAS PERSONAS ADOLESCENTES ANTE LA PANDEMIA POR COVID-19 EN LA RED INTEGRADA DE SERVICIOS DE SALUD</i>	<i>CÓDIGO: LT.GM.DDSS-AAIP-PAIA. 26062020</i>	<i>VIGENCIA: 2020 - 2021</i>

manera en que se organiza la actividad psicológica por Nivel de Atención y que, de igual manera debe ser contemplada en las actividades disciplinares durante la emergencia y posterior a esta.

4. De manera complementaria, los servicios de psicología también mantienen oferta específica en el tema en cuestión, dentro de lo regulado en el documento Lineamiento técnico para el abordaje de las personas con riesgo de suicidio en la red de servicios de salud de la caja costarricense de seguro social, aval GM-MDA-9391-2019.

Los servicios de psicología, en función de la vía de ingreso, ya sea referencia o interconsulta, y según su programación y personal asignado, atenderán lo correspondiente, con base en procedimientos basados en la evidencia científica, ya sea en intervención en crisis primaria o atención continua en Consulta Externa o Intrahospitalaria, se aplicarán los procedimientos técnicos y evaluaciones, según el criterio técnico del profesional de psicología tratante y, se podrá trabajar en equipo de atención o sesiones técnicas interdisciplinarias, en previo acuerdo con los profesionales de otras disciplinas con el fin de coadyuvar en la mejor atención de cara a la persona adolescente.