

Telemedicina y COVID-19

Telemedicine and COVID-19

Subcomisión de Tecnologías de Información y Comunicación

A partir que la organización Mundial de la Salud (OMS) ha declarado la pandemia en relación a la creciente propagación de la infección por coronavirus, es necesario contar con soluciones que permitan evitar el colapso de las instituciones de salud ante la creciente demanda de atención sanitaria por parte de los pacientes. En países que ya están atravesando fases más avanzadas de la epidemia, el propio personal de salud ha sido aislado por su contagio, por lo que disminuye el recurso humano que es vital en este momento. La propia evolución de la enfermedad requiere respuestas rápidas y efectivas.

Ante estas situaciones la telemedicina puede ayudar a brindar servicios de atención de la salud para la prevención y detección de los enfermos, y para su correcta orientación ante esta creciente demanda.

También es necesario desalentar las consultas presenciales sobre dudas y síntomas, que pueden manejarse de manera virtual. De esta manera, se puede limitar el contacto con potenciales infectados al mínimo, así aquellos pacientes que realmente necesitan ser atendidos de manera presencial pueden tener un mejor acceso.

El servicio de teleconsulta también puede dar mayor capacidad de respuesta ya que muchos profesionales (incluso en aislamiento preventivo) podrían sumarse a la primera línea de atención.

En este sentido, contar con un sistema de atención virtual brinda una herramienta valiosísima para la prevención, detección, seguimiento y tratamiento de casos sospechosos. Esta comunicación médico-paciente de manera virtual, no sólo evita la exposición o el contagio, sino que

además puede integrarse a una Historia Clínica Electrónica, donde se encuentra información clínica y antecedentes, que le dan más herramientas al profesional que realiza la teleconsulta.

Los beneficios de la telemedicina son claros y han sido ampliamente descriptos en la literatura científica internacional.

En septiembre de 2019 el Ministerio de Salud aprobó la Recomendación para el Uso de la Telemedicina.¹ Este documento, que se confeccionó dentro del marco de la Estrategia Nacional de Salud Digital 2018-2024, tiene como uno de sus objetivos que se implementen redes de telesalud, que permitan la atención a distancia del paciente y las consultas de segunda opinión, para mejorar la accesibilidad, evitar los traslados y compensar las diferencias regionales de especialidades y recursos.

El documento recomienda utilizar sistemas de teleconsulta sincrónica mediante videollamada o videoconferencia, y describe la modalidad de instrumentación de la misma para garantizar la calidad y seguridad en la correcta atención de los pacientes. La recomendación también establece que, como toda actividad asistencial, la teleconsulta es una prestación de salud y es necesario establecer una remuneración de la misma para la institución/profesional que brinda el servicio.

En ese sentido, contamos también con una publicación de la Sociedad Argentina de Pediatría (SAP) del año 2019 que apoya y refuerza los recursos y herramientas de la teleconsulta y orienta a su vez acerca de sus límites y alcances.²

El reciente artículo de Hollander y Carr concluye que, “los desastres y las pandemias plantean desafíos únicos

para la prestación de atención médica. Si bien la telemedicina no los resolverá a todos, es adecuada para escenarios en los que la infraestructura permanece intacta y los médicos están disponibles para atender a los pacientes. La implementación del programa lleva tiempo, pero los sistemas de salud que ya han invertido en telemedicina están bien posicionados para garantizar que los pacientes con COVID-19 reciban la atención que necesitan. En este caso, puede ser una solución prácticamente perfecta”.

REFERENCIAS

1. Ministerio de Salud y Desarrollo Social. 1º Recomendación para el Uso de la Telemedicina. Encuentro entre el profesional de la salud y el paciente utilizando las tecnologías de la información y comunicación en tiempo real. [Consulta: 06-08-20]. Disponible en: https://www.argentina.gov.ar/sites/default/files/anexo_1_recomendacion_uso_de_telemedicina_-_grupo_asesor_1.pdf
2. Krynski L, Ghersin S, Del Valle M, Cardigni G. Comunicación a través de medios electrónicos en pediatría. Recomendaciones de uso. *Arch Argent Pediatr.* 2019;117 Supl4: S175- S179.
3. Hollander JE, Carr BG. Virtually Perfect? Telemedicine for Covid-19. *N Engl J Med.* 2020;382(18):1679-1681.

El aislamiento preventivo en los hogares y el cuidado emocional de la familia

Estamos viviendo una situación inédita donde es necesario tomar conciencia de lo inevitable e imprescindible del aislamiento. Situación que a todas/os nos genera mucha incertidumbre y angustia; las familias nos vemos obligadas a estar encerradas y compartiendo, muchas veces, viviendas no tan espaciosas y cómodas para trabajar, estudiar, jugar, etc. Son momentos difíciles que nos tocan vivir y que debemos afrontar lo mejor posible.

Queremos transmitir ciertas reflexiones e ideas, para ir pensando y transitar por esta crisis con el menor daño posible, no solo en lo físico, sino también en lo emocional.

¿Cómo cuidar y contener a nuestros niños/as y adolescentes?

La angustia que sentimos las/os adultas/os ante la incertidumbre también la viven las/os menores pero la expresan de otra manera; se inquietan, hacen berrinches, están más demandantes, más rebeldes...

No podemos dejar de advertir que el tema de la muerte de gran número de personas está rondando las conversaciones, noticieros, etc. desde hace varias semanas; las/os chicas/os están asustados, es necesario hablar con ellas/os y explicarles claramente qué es lo que está pasando (adaptando el discurso a la edad del destinatario).

- Evitar que estén expuestas/os al torbellino de noticias que llegan por los distintos medios: no están en condiciones de procesar ese exceso de información.
- Reforzar el concepto que NO estamos de vacaciones: las vacaciones invitan al relax, al disfrute, a la despreocupación y a la falta de obligaciones. Tenemos que seguir trabajando, estudiando, estar atentos a las medidas de higiene y tratar, dentro de lo posible, de crear el clima de vida cotidiana que se vive habitualmente.
- Respetar horarios y actividades: crear una rutina favorece un ordenamiento interno y ayuda a pasar el día (hora de levantarse, desayuno, tarea escolar, recreación, hora del baño, cena y horario para dormir). Modificar la rutina los fines de semana, seguir poniéndose contentos porque llega el “finde” y se puede hacer algo diferente (horarios más relajados, más juegos, películas, cocinar algo especial).
- Utilizar la tecnología a nuestro favor: facilitar la conexión por videollamada, *Skype*, *Zoom*, etc. para conectarse con los familiares y compartir lo que hacen, que puedan ver que las/os abuelas/os, por ejemplo, están bien. Recordar las advertencias que se escuchan continuamente sobre las personas mayores.
- Promover que por estos medios también jueguen con los amigos, no solo a los juegos de consola en línea, sino que compartan actividades, conversaciones, experiencias. Jugar en línea al ahorcado, batalla naval en papel como en otras épocas. Las/os más grandes pueden coordinar y conectarse en el mismo horario para hacer juntas/os clases de yoga, gimnasia, etc.; hay múltiples aplicaciones gratuitas a las que recurrir. Tener durante el día una actividad programada con otros, genera expectativas y disminuye la sensación de soledad y aislamiento.
- Tomarse el tiempo para explicarles que esta es una situación nueva, excepcional, que para todas/os va a ser difícil estar tantos días cumpliendo el aislamiento preventivo en los hogares sin poder salir, que seguramente va a haber momentos de malhumor, de enojos, fastidios y alguna que otra discusión. Anticipar esto y no ponerle un peso excesivo, ayuda a que cuando surja, se resuelva de una manera más satisfactoria.
- No olvidarse que todas/os, niñas/os, adolescentes y adultas/os necesitan espacios de privacidad, de intimidad, muy difícil de

obtener en estas circunstancias. Respetar que alguien quiera estar solo en algún momento, sugerir que se utilicen los distintos lugares de la casa, aunque sea pequeña, para poder hacer algo en privado. Las/os adultos, en especial, deben proponerse tener al día un espacio de privacidad aunque sea breve; esto hará que después estén más disponibles emocionalmente para las altas demandas de las/os pequeñas/os del hogar.

Si entre todas/os logramos mantener la calma sin restarle seriedad a la situación, podremos enfrentar y atravesar el aislamiento preventivo obligatorio cuidando y protegiendo a nuestras familias de la mejor manera posible. ■