

COVID-19

Guía para la transición individual

La Guía para la Transición Individual (ITG, por sus siglas en inglés) fue diseñada para ayudar a personas, familias, coordinadores de apoyo y al resto del equipo a identificar los apoyos y servicios necesarios para que las personas vuelvan a participar en actividades fuera del hogar, si eligen hacerlo y cuando lo hagan, una vez que se levanten las órdenes de permanecer en el hogar impuestas como resultado de la pandemia de COVID-19. Esta guía debe utilizarse para evaluar las circunstancias particulares de cada persona a medida que cambian las condiciones y los equipos vuelvan a reunirse para reevaluar si es necesario revisar o modificar los apoyos y servicios que recibe la persona. Los coordinadores de apoyo deben comenzar a recopilar información durante sus controles de bienestar semanales y facilitar los debates en equipo.

La ITG debe usarse para identificar cualquier cambio en las necesidades de apoyo, los servicios, las estrategias de mitigación de riesgos y los resultados de los planes según se detalla en el Plan de Apoyo Individual (ISP, por sus siglas en inglés) de la persona. Los coordinadores de apoyo deben usar el ISP comentado junto con esta herramienta de transición poniendo énfasis en las áreas de salud y seguridad.

La ITG incluye seis áreas esenciales para tener en cuenta cuando una persona está realizando la transición a más actividades fuera de su hogar: deseo de regresar a las actividades y los entornos comunitarios, estado de salud física, medidas de control de infecciones, necesidades de salud mental y salud conductual, cambios en la rutina, condiciones de apoyos y servicios. Cada sección incluye preguntas para tener en cuenta, orientación basada en las condiciones de la persona en cada una de las seis áreas esenciales, y recursos que pueden ser de utilidad. Las preguntas están elaboradas para la persona, pero también pueden ser formuladas para la familia o los cuidadores.

Es fundamental que los equipos tengan en cuenta los impactos en los proveedores y si pueden reanudar los servicios en el mismo nivel que antes de que se establecieran las órdenes de permanecer en el hogar impuestas como resultado de la pandemia de COVID-19. Para algunos proveedores, solamente será posible prestar servicios cuando su ubicación esté en la fase verde. Por ejemplo, es posible que algunos servicios diurnos de apoyo para participar en la comunidad que dependan totalmente de sus instalaciones no puedan ser proporcionados a la misma cantidad de personas debido a la pauta de

distanciamiento social. Es necesario que los equipos analicen qué servicios adicionales o alternativos necesitarían implementarse para ayudar a la persona a participar en actividades comunitarias.

Este documento fue elaborado para que lo utilice el coordinador de apoyos en las conversaciones que tenga con la persona y su familia. Los resultados de las conversaciones que se estén realizando y los siguientes pasos a seguir se deben documentar en las notas de servicios.

DESEO DE REGRESAR A ACTIVIDADES Y ENTORNOS COMUNITARIOS

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Puede hacer las cosas que le gustaba hacer antes de que entrara en vigor la orden de permanecer en el hogar?
- ¿Las actividades preferidas están actualmente cerradas o tienen acceso limitado? (Algunos ejemplos podrían ser ir de compras, ir al cine, jugar bolos, hacer trabajo voluntario).
- ¿Qué le gusta hacer/cuáles son sus actividades preferidas?
- ¿Qué opina sobre salir a la comunidad para participar en actividades que disfrutaba antes de la orden de permanecer en el hogar?
- ¿Cómo le gustaría pasar su día?
- ¿Hay alguna preocupación/ansiedad sobre las actividades comunitarias y el transporte hacia/desde las actividades comunitarias?
- ¿Ha notado nuevas fortalezas/resiliencias que hayan surgido durante este tiempo para usted y su familia? (Por ejemplo, ¿pasó usted tiempo haciendo algo nuevo o encontró un nuevo pasatiempo que antes no hacía, como cocinar?).

ORIENTACIÓN:

Si la persona demuestra un deseo de regresar a las actividades y/o los ámbitos comunitarios, entonces:

- El coordinador de apoyos debe facilitar una conversación con la persona, su familia/sus cuidadores y el equipo para evaluar si la persona necesita apoyo para reintegrarse nuevamente en la comunidad. Esto debe estar individualizado y depender en gran medida de las necesidades únicas de la persona y los desafíos potenciales.
- Planifique el apoyo a la persona para el regreso a esas actividades, si están disponibles y según las pautas de la Oficina de Programas para el Desarrollo (ODP) (por ejemplo, el medio de transporte debe limitar la cantidad de pasajeros).
- Si se trata de una actividad que no se puede realizar mientras se cumplen las precauciones actuales, identifique y ofrezca actividades alternativas que la persona podría disfrutar a cambio.
- El equipo debe analizar la manera en que la persona típicamente se involucra con otros, tanto con personas que conoce como con personas que no conoce, para identificar riesgos y estrategias de mitigación.

Si la persona no está segura o expresa cierta ansiedad en relación con el regreso a las actividades y/o a los ámbitos comunitarios, entonces:

- El coordinador de apoyos debe facilitar una conversación con la persona, su familia/sus cuidadores y el equipo para evaluar si la persona necesita apoyo para reintegrarse nuevamente en la comunidad. Esto debe estar individualizado y depender en gran medida de las necesidades únicas de la persona y los desafíos potenciales.
- Considere continuar brindando apoyo a la persona de forma remota e involucrar a los proveedores para que la ayuden a identificar soluciones para reducir la ansiedad.

- Considere maneras de exponer de manera sistemática a una persona a la comunidad con la esperanza de aliviar las preocupaciones o la ansiedad de la persona.

Si la persona parece no estar dispuesta a regresar a las actividades y/o los entornos comunitarios o expresa una ansiedad considerable por regresar a dichas actividades o entornos, entonces:

- Continúe brindando apoyo a la persona en su entorno actual y vuelva a tener conversaciones más adelante para intentar aumentar sus niveles de confort.
- El coordinador de apoyos debe facilitar una conversación con la persona, su familia/sus cuidadores y el equipo para evaluar si la persona necesita apoyo para reintegrarse nuevamente en la comunidad. Esto debe estar individualizado y depender en gran medida de las necesidades únicas de la persona y los desafíos potenciales.

RECURSOS:

- <https://aidinpa.org/back-into-the-community-who-to-listen-to-and-what-to-trust/>
- <https://paautism.org/resource/vision-boards-community-supports/>
- <https://asdnext.org/resource/activities-community-social-recreation/>
- <https://paautism.org/resource/social-distancing-social-story/>
- <https://paautism.org/resource/wearing-mask-social-story/>
- <https://aidinpa.org/safety-while-completing-errands/>

ESTADO DE SALUD FÍSICA

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Cómo se siente físicamente?
- ¿Ha habido algún cambio en su estado de salud desde el inicio de las restricciones como resultado de la pandemia de COVID-19?
- ¿Tiene algún signo o síntoma de COVID-19?
- ¿A usted o a alguien de su hogar se le realizó la prueba de detección de COVID-19? De ser así, ¿cuáles fueron los resultados de la prueba?
- Antes de la pandemia de COVID-19, ¿tenía usted alguna afección médica que requería apoyo?
- ¿Tiene algún riesgo de salud identificado? (diabetes, enfermedad pulmonar, presión arterial alta, más de 65 años, otros riesgos identificados a través de la herramienta de detección de riesgos de salud para personas que reciben servicios residenciales).
- ¿Está tomando todos los medicamentos recetados, si corresponde?
- ¿Está siguiendo una dieta especial? ¿Ha habido algún cambio por precauciones alimenticias especiales?
- ¿Algún miembro de su hogar está enfermo o tiene un diagnóstico de COVID-19 positivo?

Nota: Además de los síntomas típicos de la COVID-19 identificados por los Centros para la Prevención y el Control de Enfermedades (CDC), los proveedores de la ODP han notado que en las personas con discapacidad intelectual/autismo la infección por COVID-19 se ha presentado como debilidad o un cambio en el comportamiento básico sin síntomas respiratorios o antes de que surjan estos síntomas. Los proveedores deben tener esto en cuenta durante la prestación de servicios y los exámenes previos a la prestación de servicios, y observar atentamente a las personas para detectar signos de debilidad o cambios en el comportamiento que puedan ser indicativos de enfermedad.

ORIENTACIÓN:

Si la persona se ha recuperado totalmente de la COVID-19 o no tiene signos/síntomas de COVID-19, puede informar sobre la posible aparición de síntomas de COVID-19 o tiene un familiar/cuidador confiable que lo haga, y no tiene otro problema de salud física, entonces:

- Considere el modo de brindar apoyo a la persona que vuelve a realizar más actividades comunitarias, si están disponibles, mientras continúa monitoreando y vigilando el estado de salud actual.

Si la persona tiene algún signo/síntoma de COVID-19 que no sea fiebre (tos, falta de aliento/dificultad para respirar) o no puede informar sobre la posible aparición de síntomas de COVID-19 y/o no tiene un familiar/cuidador confiable que lo haga, o tiene algún otro problema de salud física, entonces:

- Implemente estrategias para garantizar la atención y el seguimiento de los problemas de salud por parte de expertos médicos apropiados, y la posibilidad de realizar pruebas de detección de COVID-19;
- Los servicios deben proporcionarse de manera remota, si corresponde.
- Considere la manera en que las opciones de telesalud pueden brindar apoyo a la persona.

Si la persona tiene COVID-19 o síntomas activos confirmados de COVID-19, está esperando los resultados de la prueba de detección de COVID-19, tiene signos/síntomas actuales consistentes con COVID-19 o tiene alguna afección de salud de alto riesgo, entonces:

- La persona debe buscar atención médica y deben suspenderse las reuniones de equipo sobre la transición hasta que se resuelvan los problemas de salud.
- Considere la manera en que las opciones de telesalud pueden brindar apoyo a la persona.

RECURSOS:

- <https://www.health.pa.gov/topics/disease/coronavirus/Pages/Coronavirus.aspx>
- <https://paautism.org/health>
- <https://paautism.org/resource/telehealth-covid19/>
- <https://aidinpa.org/telehealth/>

MEDIDAS DE CONTROL DE INFECCIONES

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Se lava usted las manos con frecuencia?
- ¿Necesita apoyo para lavarse las manos?
- ¿Puede practicar el distanciamiento social cuando está interactuando con otras personas? ¿Comprende por qué es importante esto? (Por ejemplo, si viera a su amigo hoy, ¿qué haría? ¿Le daría un abrazo, no se acercaría y lo saludaría levantando la mano?)
- ¿Hay dificultades para mantener el distanciamiento social? De ser así, ¿cuáles son?
- ¿Tiene una mascarilla y puede usarla para salir a hacer actividades?
- ¿Cuánto tiempo puede usar una mascarilla?
- Si vive en su casa con su familia, ¿todos en su familia tienen mascarillas?
- ¿Puede toser o estornudar en el pliegue del codo, y lo hace?
- ¿Aceptaré participar en pruebas de detección para precaución (controles de temperatura, etc.) cuando participe en actividades comunitarias?
- ¿Tiene alergias o sensibilidad a productos de limpieza o desinfectante/jabón de manos?
- ¿Su comunicación se verá afectada por el uso de mascarillas, ya sea de manera receptiva (leer los labios) o expresiva?
- ¿Está usted trabajando?
- ¿Puede cumplir con todas las medidas nuevas de seguridad en el trabajo?

ORIENTACIÓN:

Los equipos deben planificar en función de la capacidad que tiene la persona para practicar el distanciamiento social, usar mascarillas, lavarse las manos en forma regular y tomar precauciones de seguridad relacionadas con la desinfección.

Si la persona puede practicar una buena higiene/un buen lavado de manos, practicar el distanciamiento social, usar una mascarilla durante el tiempo necesario para una actividad dada, toser o estornudar en el pliegue del codo, de manera independiente o con apoyos, entonces:

- Brinde apoyo a la persona para regresar a las actividades comunitarias, si están disponibles.

Si la persona no es consistente al practicar una buena higiene/un buen lavado de manos, practicar el distanciamiento social, usar una mascarilla durante el tiempo necesario para una actividad dada, toser o estornudar en el pliegue del codo, entonces:

- Brinde apoyo a la persona para mejorar sus habilidades relacionadas con el cumplimiento de precauciones de seguridad adecuadas para evitar contraer o propagar la COVID-19.

Si la persona no puede o no quiere practicar (con o sin apoyos) una buena higiene/un buen lavado de manos, practicar el distanciamiento social, usar una mascarilla durante el tiempo necesario para una actividad dada, toser o estornudar en el pliegue del codo, entonces:

- Si hay un motivo médico que impide que una persona pueda usar una mascarilla, continúe proporcionando a la persona los apoyos que está recibiendo actualmente hasta que se levante la orden de usar mascarilla.
- Continúe brindando apoyo a la persona en su entorno actual y vuelva a tener conversaciones más adelante para aumentar la capacidad y/o voluntad de la persona para practicar las precauciones de seguridad necesarias para evitar contraer o propagar la COVID-19.

RECURSOS:

- https://www.google.com/search?q=face+mask+with+clear+window&sxsrf=ALeKk03tvkkCI6rNxIzz4ALwsmitUTLnvA:1588692738156&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjFp8LShZ3pAhXngnIEHa1iBG8Q_AUoAnoECAwQBA&biw=1458&bih=720
- <https://www.governor.pa.gov/wp-content/uploads/2020/04/20200415-SOH-worker-safety-order.pdf>
- <https://paautism.org/resource/coronavirus-resources/>
- <https://paautism.org/resource/coronavirus-social-story/>
- <https://paautism.org/resource/hand-washing-social-story/>
- <https://paautism.org/resource/testing-covid-social-story/>
- <https://paautism.org/resource/wearing-gloves-social-story/>
- <https://paautism.org/resource/wearing-mask-social-story/>
- <https://aidinpa.org/handwashing-for-self-advocates/>

NECESIDADES DE SALUD MENTAL Y SALUD CONDUCTUAL

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Ha adquirido usted alguna habilidad nueva (como habilidades para superar dificultades) para hacer frente a la crisis de la COVID-19?
- ¿Ha notado algún síntoma nuevo o que ha empeorado que piensa que podría estar relacionado con su salud mental?
- ¿Tiene alguna preocupación por su seguridad (autolesión o agresión)?
- ¿Ha surgido algún problema en su hogar que no supo cómo manejar? ¿Se siente preparado para un problema que pudiera surgir?
- ¿Recibía usted tratamiento de salud mental y/o apoyo conductual (asesoramiento/terapia) antes de las restricciones impuestas por la pandemia de COVID-19? De ser así, ¿aún lo recibe? ¿El plan sigue siendo eficaz/sigue dando resultados?
- ¿Ha experimentado alguna de las siguientes situaciones mientras estaba en su hogar?
 - Estrés
 - Aislamiento
 - Muerte de un familiar, cuidador, amigo
 - Alguien de su hogar tiene/tuvo COVID-19 (la persona tuvo que irse del hogar para ponerse en cuarentena, cambio de personal, cambio de rutina)
 - Otros eventos traumáticos que puede haber experimentado
- Si experimentó alguna de las situaciones anteriores, ¿es necesario que reciba apoyo conductual o de salud mental (asesoramiento/terapia/asesoramiento por duelo) u otro tipo de apoyos?

ORIENTACIÓN:

Si la persona se siente segura y tiene los apoyos y las habilidades que necesita para enfrentar cualquier preocupación mental o conductual actual, entonces:

- Brinde apoyo a la persona para regresar a las actividades comunitarias, si están disponibles.

Si la persona se siente insegura y no tiene el apoyo o las habilidades que necesita para enfrentar cualquier preocupación mental o conductual actual, entonces:

- Asegúrese de que se implementen los apoyos apropiados o se disponga de acceso a servicios, y que puedan ayudar a la persona con sus necesidades de salud mental o conductual.

Si la persona está teniendo una crisis de salud mental debido a su reciente experiencia, entonces:

- Asegúrese de que se implementen los apoyos apropiados o se disponga de acceso a servicios, y que puedan ayudar a la persona con sus necesidades de salud mental o conductual.

RECURSOS:

- <https://www.dhs.pa.gov/Services/Mental-Health-In-PA/Pages/default.aspx>
- Anuncio de la ODP [20-035: Prevención y respuesta a crisis conductuales](#).
- <https://paautism.org/resource/mindful-about-meltdowns/>
- <https://paautism.org/resource/coping-covid/>
- <https://paautism.org/resource/be-well-mental-health/>
- <https://paautism.org/resource/get-safe-and-be-sound/>
- <https://paautism.org/resource/how-to-create-a-coping-zone/>
- <https://paautism.org/resource/mental-health-stressors-coping/>
- <https://paautism.org/resource/coping-covid/>
- <https://aidinpa.org/anxiety-what-you-need-to-know/>
- <https://aidinpa.org/dealing-with-negative-thoughts-and-maintaining-a-sense-of-control/>
- <https://paautism.org/resource/mental-health-crisis-intervention/>
- <https://paautism.org/resource/trauma-and-coping/>

CAMBIOS EN LA RUTINA

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Cómo pasa usted sus días desde que se implementó la orden de permanecer en el hogar?
- ¿Cómo es su sueño cada noche?
- ¿Ha tenido algún cambio en sus patrones/horarios de sueño?
- ¿Está haciendo alguna actividad física o ejercicio todos los días?
- ¿Ha tenido algún cambio en su actividad física?
- ¿Ha mantenido contacto con personas que son importantes para usted? (Familiares, amigos, personal con el que tiene una relación estrecha).
- ¿De qué manera mantiene el contacto? ¿Por teléfono? ¿Videollamada? ¿Otra forma?
- ¿Ha creado rutinas nuevas en su día que le gustaría mantener?

ORIENTACIÓN:

Si la rutina diaria actual de la persona se alinea con los requisitos de sus actividades (como el empleo) cuando realice la transición, entonces:

- Brinde apoyo a la persona para mantener su rutina actual.
- Considere alguna actividad nueva en la que la persona quiera continuar participando y cómo puede incorporarse en su rutina.

Si la persona necesitará adaptar su rutina diaria actual para alinearla con los requisitos de sus actividades (como el empleo) cuando realice la transición, entonces:

- Ayude a la persona a identificar qué cambios le gustaría priorizar en su rutina diaria y cómo su equipo puede brindarle apoyo.

Si la rutina diaria actual de la persona no se alinea con los requisitos de sus actividades (como el empleo) cuando realice la transición, entonces:

- Ayude a la persona a buscar servicios adicionales para resolver los impactos negativos en su rutina diaria. Identifique las maneras en que el equipo puede apoyar a la persona cuando comience la transición a la rutina que tenía antes de que se implementara la orden de permanecer en el hogar.
- Pídale al equipo que ayude a la persona a desarrollar un horario para crear una rutina que ayude a establecer estructura para su día.

RECURSOS:

- <https://aidinpa.org/routines-and-schedules-during-an-emergency/>
- <https://paautism.org/resource/visual-schedules/>
- <https://paautism.org/resource/adjusting-new-situations-environment-anxiety/>
- <https://aidinpa.org/staying-connected-while-socially-distancing/>
- <https://aidinpa.org/being-flexible-and-starting-new-routines/>

CONDICIONES DE APOYOS Y SERVICIOS

PREGUNTAS PARA TENER EN CUENTA:

- ¿Qué servicios está recibiendo usted actualmente todas las semanas?
- ¿De qué manera ha estado recibiendo apoyos durante la orden de permanecer en el hogar?
- ¿Qué tan satisfecho estuvo con esos apoyos?
- ¿De qué manera quiere recibir apoyos en el futuro?
- ¿Tiene la tecnología de apoyo necesaria para recibir servicios de forma remota? (Smartphone, tableta, etc.).
- ¿Ha tenido el mismo personal durante la orden de permanecer en el hogar?
- ¿Hay alguien del personal que le gustaría que continuara brindándole apoyo?
- ¿Tiene acceso a la tecnología necesaria para tener éxito con el apoyo remoto?
- ¿Tiene lo que necesita para poder comunicar sus deseos y necesidades? (p. ej., un intérprete)
- ¿Tiene un trabajo al que regresará?
- ¿Necesitará apoyo para poder regresar al trabajo?
- ¿Cuenta usted actualmente con apoyo familiar que deberá ser reemplazado porque regresarán a su trabajo?
- Si dirige usted mismo sus servicios, ¿hay personal de servicio de apoyo (SSP) disponible cuando se restituya la regla de 40/60?

ORIENTACIÓN:

Si la persona no quiere ningún cambio en los apoyos y servicios actuales después de que se levante la orden de permanecer en el hogar, entonces:

- Continúe brindando los apoyos y servicios actuales según lo permitido en el Apéndice K, siempre que pueda garantizarse la salud y seguridad de la persona (por ejemplo, continúe brindando servicios remotos).
- Evalúe si la persona tiene lo que necesita para recibir apoyo remoto y/o telesalud (tecnología de apoyo) y de no ser así, ayúdela para que pueda obtener lo que necesita.
- Evalúe si la persona ha perdido alguna habilidad desde que se estableció la orden de permanecer en el hogar o ha adquirido nuevas habilidades o competencias.

Si la persona necesita algunos cambios en los apoyos y servicios actuales después de que se levante la orden de permanecer en el hogar, entonces:

- El equipo debe analizar las opciones disponibles para brindar el apoyo necesario a la persona (por ejemplo, la persona vuelve a su trabajo y necesita apoyo en el trabajo) y adaptarlo según corresponda.
- Evalúe si la persona ha perdido alguna habilidad desde que se estableció la orden de permanecer en el hogar o ha adquirido nuevas habilidades o competencias.

Si la persona necesita cambios significativos en los apoyos y servicios después de que se levante la orden de permanecer en el hogar, entonces:

- El equipo debe analizar las opciones disponibles para brindar el apoyo necesario a la persona (por ejemplo, el proveedor de la persona ha dejado de brindar servicios que eran beneficiosos para la persona) y adaptarlo según corresponda.
- Evalúe si la persona ha perdido alguna habilidad desde que se estableció la orden de permanecer en el hogar o ha adquirido nuevas habilidades o competencias.

RECURSOS:

- <https://aidinpa.org/caring-for-someone-with-covid-19-at-home/>
- <https://aidinpa.org/staying-connected-while-socially-distancing/>