



EL AUTOCUIDADO EN CONTEXTOS HUMANITARIOS Y FRÁGILES

PANORAMA GENERAL

Casi una cuarta parte de la población mundial vive en contextos frágiles, donde los sistemas sanitarios son más débiles y las necesidades sanitarias mayores.¹

- Vivimos en una “era de crisis” en la que múltiples crisis superpuestas, como conflictos, fenómenos climáticos, brotes de enfermedades infecciosas y volatilidad económica, están desestabilizando los sistemas sanitarios y perjudicando la salud de la población.
- Los conflictos graves y continuos suponen una gran amenaza para la cobertura sanitaria universal (CSU) debido a la interrupción de las cadenas de suministro, los daños en la infraestructura sanitarias y el desplazamiento de los trabajadores sanitarios.
- Los países que se encuentran en situaciones de fragilidad, conflicto y crisis soportan una elevada carga de morbilidad y mortalidad. Representan más del 70 % de los casos de enfermedades epidémicas como el cólera, el 60 % de las muertes maternas evitables, el 53 % de las muertes de niños menores de 5 años y el 45 % de las muertes infantiles.²
- La situación sanitaria y de seguridad de las mujeres y niñas en situaciones de crisis es particularmente grave. Las afecciones relacionadas con la salud sexual y reproductiva siguen siendo la principal causa de muerte y sufrimiento entre las mujeres en edad fértil en contextos humanitarios.³
- Las recientes tendencias de estancamiento o disminución de la financiación de los donantes están ejerciendo una presión adicional sobre los sistemas sanitarios ya desbordados.

EL PAPEL DEL AUTOCUIDADO

En un mundo que se enfrenta a crisis cada vez más graves, el autocuidado puede ayudar a mantener los servicios vitales durante las emergencias y reforzar la resiliencia de las comunidades.

- La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda las intervenciones de autocuidado en situaciones de conflicto y humanitarias en las que los sistemas sanitarios están desbordados, siempre que exista un entorno propicio.⁴

- Los enfoques de autocuidado complementan las respuestas sanitarias convencionales, permitiendo a las personas gestionar su salud cuando se interrumpe el acceso a la atención formal.
- Cada vez hay más pruebas de que las intervenciones de autocuidado, incluidas las relativas a la salud materna y neonatal, el VIH y las infecciones de transmisión sexual, la anticoncepción, el aborto seguro y la violencia de género, son viables, aceptables y eficaces en contextos humanitarios y frágiles. Sin embargo, es necesario seguir investigando para optimizar su implementación.⁵
- El autocuidado puede ayudar a promover los objetivos del Paquete de servicios iniciales mínimos (PSIM), la norma mundial para la prestación de servicios esenciales de salud sexual y reproductiva en la respuesta humanitaria.⁵
- Las tecnologías sanitarias digitales ofrecen una plataforma prometedora para ampliar las intervenciones de autocuidado, aprovechando el aumento de la posesión de teléfonos móviles y la conectividad en entornos frágiles y humanitarios para ampliar el acceso a información y servicios sanitarios fundamentales.⁵

LLAMAMIENTO A LA ACCIÓN

Únase a Self-Care Trailblazer Group (SCTG) para abogar por una mayor atención, investigación e inversión a fin de promover enfoques de autocuidado en contextos humanitarios y frágiles e impulsar el progreso hacia la CSU.

- Destacar las graves y desproporcionadas necesidades sanitarias en entornos humanitarios y frágiles y el papel que puede desempeñar el autocuidado en la promoción de un acceso ininterrumpido a la asistencia sanitaria, en consonancia con los objetivos de CSU.
- Reforzar la colaboración a través del nexo entre ayuda humanitaria y desarrollo, garantizando la representación humanitaria en las redes nacionales de autocuidado y viceversa, y fomentando el compromiso con los actores del sector privado y los empresarios para ampliar el acceso a los productos y servicios de autocuidado en los entornos afectados por crisis.
- Abogar por la inclusión de las regiones humanitarias y afectadas por la fragilidad en los planes nacionales piloto, de implementación y de ampliación del autocuidado desde el inicio del desarrollo de las directrices de autocuidado, garantizando que los planes de implementación y las consideraciones operativas se aborden y se doten de recursos en forma adecuada.
- Instar a donantes, ejecutores, responsables políticos e investigadores a subsanar las deficiencias de la investigación sobre las prácticas de autocuidado existentes en contextos humanitarios y frágiles, las preferencias y necesidades de las personas desplazadas en cuanto a información y productos de autocuidado, y la viabilidad e impacto de las intervenciones de autocuidado en zonas de difícil acceso.
- Abogar por una financiación flexible y a largo plazo para apoyar la programación del autocuidado, la investigación sobre su aplicación y la promoción en contextos humanitarios y frágiles.

PROFUNDIZAR

Consultar estos recursos para obtener más información sobre el autocuidado y los entornos humanitarios y frágiles.

- WHO expert meeting on advancing the role of self-care interventions for sexual and reproductive health and rights in fragile and humanitarian settings (2023) (Reunión de expertos de la OMS sobre la promoción del papel de las intervenciones del autocuidado para la salud y los derechos sexuales y reproductivos en contextos frágiles y humanitarios [2023])

- Global Call to Action for Sexual and Reproductive Health Self-Care in Humanitarian and Fragile Settings (Llamamiento mundial a la acción para el autocuidado en la salud sexual y reproductiva en contextos humanitarios y frágiles)
- Self-Care for Sexual and Reproductive Health in Humanitarian and Fragile Settings: Barriers, Opportunities and Lessons Learned (El autocuidado en la salud sexual y reproductiva en contextos humanitarios y frágiles: barreras, oportunidades y lecciones aprendidas)
- Sexual and reproductive health self-care in humanitarian and fragile settings: where should we start? (El autocuidado en la salud sexual y reproductiva en contextos humanitarios y frágiles: ¿por dónde empezar?)

REFERENCIAS

1. Organisation for Economic Co-operation and Development (OECD). (2022). States of Fragility. OECD. www.oecd.org/en/publications/states-of-fragility-2022_c7fedf5e-en.html.
2. “Accessing essential health services in fragile, conflict-affected and vulnerable settings,” World Health Organization, www.who.int/activities/accessing-essential-health-services-in-fragile-conflict-affected-and-vulnerable-settings.
3. Dawson A, Tappis H, Tran NT. Self-care interventions for sexual and reproductive health in humanitarian and fragile settings: a scoping review. *BMC Health Serv Res*. 2022;22(1):757. doi.org/10.1186/s12913-022-07916-4.
4. WHO guideline on self-care interventions for health and well-being, 2022 revision. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2022.
5. Tran, N.T., Tappis, H., Moon, P. et al. Sexual and reproductive health self-care in humanitarian and fragile settings: where should we start? *Confl Health* 2021;15(22) doi.org/10.1186/s13031-021-00358-5.