

HERRAMIENTA DE DETECCIÓN ASPIRE

Para profesionales

Evaluación del estado de salud general de las personas que reciben apoyo y de su acceso a la asistencia sanitaria

Tras la realización de nuestra encuesta **ASPIRE** (Acceso a la atención sanitaria, salud y prostitución) y a la vista de las necesidades identificadas (especialmente en lo que respecta a la atención de la **salud mental**), el Mouvement du Nid (asociación francesa de apoyo a las personas en situación de prostitución y sobrevivientes) le propone el siguiente formulario, que puede rellenar en el marco de sus seguimientos.

Diseñado para ayudaros en vuestra labor diaria, se inspira directamente en el cuestionario Aspire. Este se elaboró conjuntamente con un equipo de investigadoras especializadas en salud pública, una psicóloga, trabajadoras sociales y sobrevivientes de la prostitución, cuya aportes, basados en sus experiencia, han permitido desarrollar una herramienta que intenta ajustarse al máximo a las realidades vividas. Al abarcar todos los aspectos de la salud, garantiza un **acompañamiento adaptado a las personas mayores de edad que son o han sido víctimas de violencias masculinas** (explotación sexual a través de la prostitución, la trata de personas y la pornografía, violencia de pareja, etc.), gracias a :

- Una comprensión precisa y profunda de su estado de salud general
- Una mejor comprensión de sus necesidades y de las dificultades a las que se enfrentan a la hora de acceder a la atención sanitaria
- El inicio de conversaciones, a partir de temas relacionados con la salud, sobre la violencia que han sufrido; desde superar la negación (sensibilización) hasta gestionar las consecuencias, especialmente las traumáticas.

Diseñado como una herramienta para utilizar a lo largo de todo el proceso de atención a las personas que reciben apoyo, le recomendamos utilizarlo durante sus primeros encuentros, para así tener una forma de evaluar sus necesidades de salud a medio y largo plazo. Por lo tanto, le sugerimos que lo/ las participantes vuelvan a rellenar el cuestionario al cabo de entre 6 y 12 meses, con el fin de realizar un seguimiento de los cambios en su estado y sus necesidades.

Una participante incluso quiso fotocopiar sus respuestas y pidió volver a realizar la evaluación seis meses después !

– comentó una trabajadora social durante la encuesta

Además de abordar temas que rara vez o casi nunca se tratan, esta herramienta ofrece **un formato de evaluación rápido y realista** basado en afirmaciones que la persona puede marcar si se siente identificada – este enfoque que recibió una valoración muy positiva durante la encuesta.

Las afirmaciones se ajustan perfectamente a la situación por la que estoy pasando. Es como si la persona que las ha escrito se hubiera metido en mi cabeza – afirmó uno de las encuestadas

Nos gustaría reiterar, tal y como se destaca en las recomendaciones de nuestra investigación participativa, que

- **El tiempo dedicado** a cada persona y la exploración sistemática de sus experiencias vividas
- Así como **la información facilitada y las oportunidades para dar respuestas detalladas** → animan a las personas a abrirse y, gracias a eso, liberar su dolor, lo que facilita el apoyo.

Por último, le recomendamos que reserve un tiempo específico para estas conversaciones en un espacio adecuado, cómodo y privado; y si es posible, prepare bebidas y/o comidas reconfortantes tanto para la persona acompañada como para usted; y hacer pausas si es necesario

Al final del cuestionario encontrarán recursos y contactos útiles

Este formulario se basa en la encuesta ASPIRE realizada en el seno del Mouvement du Nid et del Amicale du Nid, en la que participaron más de 260 personas. Sin sustituir un diagnóstico médico, le proponemos que lo rellene para evaluar su estado de salud y sus necesidades. Marcaremos la casilla si la afirmación es cierta en su caso y, por supuesto, podremos matizarla

¿Cómo valora su estado de salud general en este momento?

Diría que es: ☐ muy bueno ☐ bastante bueno ☐ regular ☐ bastante malo ☐ muy malo

El seguimiento médico

	Ya he hablado con una persona de confianza sobre lo que estoy viviendo o lo que he vivido.
	Ya he consultado o hablado con un profesional sanitario (médica/o de cabecera, comadrona, ginecóloga, psicóloga...) sobre lo que estoy viviendo o he vivido.
	Ya he consultado o hablado con un profesional sanitario (médica/o de cabecera, comadrona, ginecólogo, psicólogo...) sobre mis problemas de salud.
	Sé a quién acudir en caso de necesidad.
	No puedo o me niego a acudir al médico porque :
	Es demasiado caro.
	No tengo tiempo.
	Está demasiado lejos o es inaccesible.
	Ninguno/a médico/a habla mi idioma ni, al menos, inglés, lo que me impide expresarme correctamente y dificulta la comunicación
	Me da vergüenza, no quiero o no sé cómo hablar de eso.
	Otros :

La salud física*



**Los síntomas físicos descritos –que pueden ser crónicos– pueden ser signos de un trastorno por estrés postraumático (como fatiga, dolores de cabeza, de estómago, de espalda, etc.), relacionados con los efectos de un trauma pasado.*

SÍ A VECES NO

			A menudo me siento muy cansada/o, sin energía.
			A menudo me duele la cabeza.
			A menudo me duele el estómago.
			A menudo me duele la espalda.
			A veces tengo la sensación de no poder respirar, de asfixiarme, de que me aprietan el pecho.
			A menudo como mucho y muy rápido para sentirme mejor y después me siento asqueada.
			Como alimentos muy dulces y/o muy grasos para sentirme mejor.
			A menudo no tengo hambre, ni ganas de comer.
			Tengo problemas o dolores en los huesos y las articulaciones.
			Tengo dolores en algunas partes del cuerpo. En caso afirmativo, ¿en cuáles?
			Tengo problemas cardíacos.
			Me duele uno o varios dientes.
			Me duelen los ojos / Tengo problemas de visión.
			Me gustaría pedir una cita para hacerme pruebas médicas o un chequeo.
			Preferiría que me atendiera una médica (mujer).

Observaciones : _____

El sueño



SÍ A VECES NO

			No puedo conciliar el sueño ni dormir sin pastillas, medicación o fármacos.
			Duermo mal o tengo pesadillas: mi sueño es inquieto, y poco reparador.
			Me cuesta conciliar el sueño / siempre me duermo (muy) tarde.
			Me despierto varias veces por la noche.
			Tengo pesadillas y me siento ansiosa/o por la noche.
			Me cuesta volver a dormirme una vez que me despierto.
			Me gustaría pedir una cita con un/a médico/a para hablar de esto.

La salud mental



SÍ A VECES NO

			Siento poco interés o placer al hacer las cosas cotidianas.
			A menudo me siento (muy) triste, lloro mucho.
			Quiero que el sufrimiento se termine, a tal punto que deseo dejar de vivir.
			Todos mis recuerdos aparecen constantemente en mi mente, aunque quiera dejar de pensar en ellos.
			Tengo dificultades para recordar todo lo que ha pasado en mi vida.
			Me cuesta concentrarme.
			Tengo problemas de memoria.
			Evito a las personas, los lugares y/o las cosas que me hacen pensar demasiado en mi pasado o en los abusos que he sufrido.
			Me culpo a mí misma; me siento responsable de lo que ha pasado o está pasando en mi vida.
			Guardo rencor a una o varias personas por lo que estoy viviendo o he vivido.
			Experimento sentimientos negativos: miedo, ira, vergüenza, culpa...
			Siento que estoy « desfasada/o » respecto al resto de la sociedad, como si no encajara en ningún sitio.
			Me siento distante y separada/o de los demás; no confío en la gente.
			Me siento sola; no tengo mucho contacto con otras personas.
			A menudo estoy a la defensiva, « en alerta máxima », y me sobresalto con facilidad.
			Tengo (o he tenido, a menudo) ataques de pánico; estoy bastante estresada/o.
			He perdido el deseo o el interés que solía tener por mis aficiones (salir, cocinar, etc.) o por hacer ejercicio. Ya no disfruto salir de casa.
			Me gustaría concertar una cita con un o una psicólogo/a para hablar de lo que me preocupa.

Observaciones : _____

Salud sexual y ginecológica



	No utilizo ningún método anticonceptivo.
	Me gustaría concertar una cita para hablar de esto con un/a médica/o (y encontrar un método anticonceptivo adecuado).
	Utilizo preservativos / la píldora / un implante / un DIU / otro:
	Tengo menstruaciones abundantes y dolorosas.
	Creo que tengo / tengo problemas ginecológicos (infecciones urinarias, candidiasis, miomas, lesiones, etc.).
	Me gustaría concertar una cita para una revisión ginecológica.
	Necesito concertar una cita para un aborto.
	Estoy embarazada o tengo intención de quedarme embarazada, y me gustaría concertar una cita para hablar de esto.
	Me gustaría hacerme pruebas para detectar infecciones de transmisión sexual (VIH, clamidia, etc.).
	He sido víctima de la mutilación genital femenina (MGF) / Me han practicado una ablación.
	Me gustaría recibir información o ver a un o una médico/a para hablar de esto (como por ejemplo, opciones de cirugía reconstructiva tras la ablación o cualquier otra información).
	Tengo problemas médicos relacionados con el tratamiento hormonal o con intervenciones quirúrgicas / tengo dificultades / quiero consultar a un/a médico/a para hablar de ello

Hábitos de vida / Estrategias de supervivencia



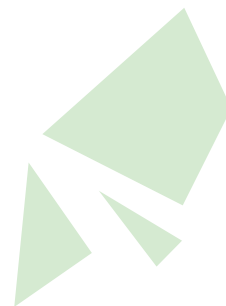
	Me centro en mis estudios / mi trabajo / mis hijos para seguir adelante y evitar pensar.
	Escucho mucha música (de día, de noche) para sentirme mejor.
	Me centro en mi fe / rezo para sentirme mejor.
	No puedo dejar de beber alcohol. Bebo copas a la semana.
	Me gustaría concertar una cita con un profesional para hablar de esto (psicóloga/o, especialista en adicciones...).
	Fumo cigarrillos y no consigo dejarlo.
	Me gustaría recibir ayuda para dejar de fumar (cita con un especialista en adicciones, etc.).
	Fumo marihuana con regularidad. Frecuencia:
	Consumo sustancias (drogas) para sentirme mejor, dejar de pensar o dormir mejor. Frecuencia:
	Me gustaría concertar una cita con un profesional para hablar de esto (psicóloga/o, especialista en adicciones...).
	Me gustaría hablar de esto con otras personas como yo, en un grupo de apoyo y/o un taller colectivo sobre este tema.

Observaciones : _____

[illegible]

Es posible que, al responder a ciertas preguntas, la persona mencione espontáneamente **el maltrato que haya podido sufrir** o se dé cuenta del impacto que dicho maltrato tiene o ha tenido sobre su salud, lo permite la posibilidad de hablarlo juntas.

Si esto no ocurre en esta fase, le sugerimos que saque el tema de conversación, aunque también puede ser más adelante, durante otra sesión, dependiendo del estado de ánimo de la persona – y del suyo. Le recordamos que preguntar de forma sistemática sobre la violencia es una recomendación de la Autoridad Nacional de Salud Francesa.

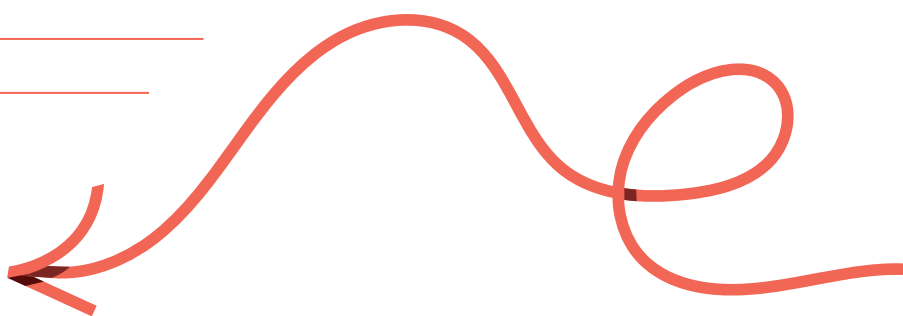


Preguntas sugeridas para preguntarles sobre sus experiencias:

A veces, estos síntomas, dolores o mecanismos de defensa (como pensamientos negativos, actos de violencia contra una misma o contra los demás, o el consumo de drogas o alcohol) están relacionados con experiencias pasadas de maltrato, ya sea por parte de una pareja o de personas que le hayan hecho o que le estén haciendo daño actualmente.

- ▶ ¿Te ha pasado esto alguna vez? ¿Y cuándo eras niña o más joven?
- ▶ ¿Has sufrido o estás sufriendo actualmente maltrato (por parte de una pareja o parejas, clientes (puteros) o proxenetas/jefes)?
- ▶ Si tienes o has tenido una relación o has estado casada con un hombre, ¿cómo te trata o te trataba?
- ▶ ¿Alguna vez has tenido miedo de él o de otras personas?
- ▶ ¿Alguna vez te ha humillado o insultado tu pareja, otros hombres o personas en el contexto de la prostitución?
- ▶ Si mantienes relaciones íntimas, ¿cómo son?
- ▶ ¿Tienes la capacidad de decidir lo que quieres o lo que no quieres hacer?

Resumen de todas las medidas previstas



Para terminar, con el fin de fomentar la autonomía de la persona, no dude en enseñarle un ejercicio (de anclaje, visualización u otro) que pueda realizar por sí misma cuando lo necesite.

Recursos e información útil



Durante la entrevista:

Los temas tratados pueden desencadenar recuerdos traumáticos, haciendo que resurjan sentimientos o imágenes asociadas al abuso, que de repente se vuelven demasiado dolorosas para la persona. El cuerpo reacciona instintivamente con un mecanismo de defensa que el cerebro percibe como un peligro físico inminente, aunque la amenaza de intrusión se produzca en el interior. La sensación de desbordamiento, por su parte, es muy real. Las señales pueden manifestarse de tal forma que preparen a la persona para:

► **Huir**, lo que lleva a **reacciones como**: agitación motora, signos de estrés o ansiedad, una voz que se acelera y se vuelve más aguda, palpitaciones, risas o reaccionar de forma inapropiada a las preguntas, apartar la mirada, buscar el móvil, etc.

► **Desconectarse**, lo que puede provocar **reacciones como**: mirar al vacío, inmovilizarse, voz que se va apagando, bostezos; como si la persona se «apagara», ya no le respondiera, se sintiera extremadamente cansada y ya no pudieras comunicarte con ella – ya no está «ahí», presente con usted...

Para ayudar a la persona a reconectarse con el momento presente y comprender que hoy está aquí, en esta habitación con usted, a salvo y segura, recomendamos utilizar técnicas de «anclaje» (<https://centre-bertha-pappenheim.fr/2021/08/15/trousse-de-secours/>), por ejemplo:

► **Estimula los cinco sentidos** (vista, tacto, cinestesia, oído y gusto) con preguntas como:

- « Nombra el objeto azul más pequeño que veas en la habitación »
- « ¿Puedes identificar dos cosas que oigas? »

Pero también: amasar, jugar con un objeto blando; oler aceites esenciales intensos; practicar un ejercicio de respiración tipo «coherencia cardíaca»; caminar, saltar sin moverse del sitio, estirarse; pasar las manos por debajo de agua fría o caliente; morder algo ácido (como un caramelo)...

► **Estimula las funciones cognitivas**: hacer ejercicios de cálculo mental, deletrea palabras en voz alta, sugiere recitar los meses del año al revés, en otro idioma, etc...

Para comprender e identificar mejor los efectos de la violencia en la salud mental:

► **Explicación sobre el estrés postraumático y su afecto sobre el cerebro**: (<https://centre-bertha-pappenheim.fr/2021/09/10/mecanismes-du-psychotraumatisme-2>)

► **Las consecuencias del trauma psicológico**, de Muriel Salmona, psiquiatra (Video 12 minuto)

Para obtener más información:

► **Lea nuestro informe de investigación ASPIRE**, el resumen y las recomendaciones en nuestra página web.

► ¿Necesitais **formación** o **sesiones sobre estos temas** (prostitución, violencias y sus consecuencias, etc.)? Póngase en contacto con nosotras en formation@mouvementdunid.org

► Escuche el podcast « **La Vie en Rouge** », producido por sobrevivientes de la prostitución, para comprender mejor sus experiencias y sus puntos de vista, así como los mecanismos de control a los que se enfrentan y los retos que les implica salir de la prostitución.

► **Last Girl First !** La prostitución en la encrucijada de la opresión sexista, racista y de clase. Héma Sibi – CAP International (<https://mouvementdunid.org/wp-content/uploads/2022/10/PS213-Dossier-LGF.pdf>)

► Guides de l'Amicale du Nid = « **Prostitution et Santé** » (2023), « **Prostitution et addictions** » (2024)

Para obtener más información: (continuación) :

- ▶ **Guide PASS** : fiche reflexe pour le repérage et la prise en compte des patient·e·s en situation de précarité. (https://sante.gouv.fr/IMG/pdf/guide_coordo_pass_parcours_et_inclusion_en_pass.pdf)
- ▶ Fiches repères (consentement, dépistages IST, droits santé sexuelle des -26 ans) et cahiers engagés CRIPS (addictions, sexualité, jeux argent, réseaux sociaux)
- ▶ Guides santé Psycom
- ▶ **Centre national de ressources et de résiliences Cn2r** (<https://cn2r.fr>)
- ▶ Cartes et vidéos **“Réponses pour Elles”** (<https://ikambere.com/nos-outils-sante-sexuelle>)
- ▶ **Guide d'informations WATIZAT** pour les personnes exilées. (<https://watizat.org>)
- ▶ Soliguide

Contactos útiles y posibles orientaciones

- ▶ Centros de Salud Sexual (CSS)
- ▶ Centros de información, detección y diagnóstico gratuitos (CeGIDD)
- ▶ Página web de GAMS, para casos de mutilación genital (<https://federationgams.org>) y <https://excisionparlonsen.org/>
- ▶ PASS ville et hospitaliers
- ▶ Mission d'Accompagnement Santé (MAS) de la CNAM
- ▶ Dispositifs locaux d'appui à la coordination des parcours de santé complexes
- ▶ COMEDE - Agir en faveur de la santé des exilé·e·s et défendre leurs droits
- ▶ CPTS (Communautés professionnelles territoriales de santé) ARS
- ▶ **Adicciones** : CSAPA, Narcotiques Anonymes, Alcooliques Anonymes
- ▶ **Embarazo / crianza de los hijos** : réseaux locaux périnataux / dispositifs « équipe mobile précarité maternité »
- ▶ **Enfermedades crónicas y prevención** : Ikambere (Maisons en Île-de-France et interventions partout en France)
- ▶ **Oftalmología** : prise de RDV : Point Vision, rendez-vous rapide avec un ophtalmologue / Lunettes : Vision solidarité (<https://www.visionsolidarite.org>)
- ▶ **Salud mental** : dispositifs « équipe mobile précarité santé mentale » ; à Paris : Institut de victimologie (<https://www.cpiiv.org>), services dédiés aux parcours traumatiques, (<https://parcours-exil.org>) ; Centres régionaux du psychotraumatisme (CRP)



▶ Revisión médica = si las personas están afiliadas al sistema general de la Seguridad Social (la «carte vitale» francesa), tienen acceso a **revisiones médicas completas y gratuitas** a cargo de la CPAM. Es una cita de medio día que incluye consultas con todos los especialistas.

