

"El efecto de COVID-19 sobre la salud mental del personal de la salud es acumulativo"

Publicado el: 16-11-2020

Una secuela importante que nos muestra la COVID-19 es la afectación de trabajadores de la salud, de los cuales uno de cada cinco encuestados durante la pandemia presentó síntomas moderados a graves de depresión, aunque solo un tercio recibió ayuda especializada.

Una secuela importante que nos muestra la COVID-19 es la afectación de trabajadores de la salud, de los cuales uno de cada cinco encuestados durante la pandemia presentó síntomas moderados a graves de [depresión](#), aunque solo un tercio recibió ayuda especializada.

Estos son datos preliminares de una investigación realizada sobre 9.488 médicos, enfermeros, administrativos y otros miembros del personal de la salud (74,6% mujeres) que interactúa con casos confirmados o sospechosos de COVID-19 en Argentina, Chile, Guatemala, México, Perú y Venezuela.

"La pandemia dejó al descubierto la falta de políticas activas de protección de la salud mental de los trabajadores de la salud. Y la primera gran lección es la necesidad de desarrollarlas", comentó a *Medscape en español* el líder de la investigación, Dr. Rubén Alvarado, psiquiatra y epidemiólogo de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Chile.

La encuesta se realizó entre mayo y septiembre, y se repetirá en las próximas tres a cuatro semanas. "El efecto de COVID-19 sobre la salud mental del personal de salud es acumulativo, por lo que nuestra hipótesis es que vamos a encontrar mayor deterioro", sostuvo el Dr. Alvarado.

Algunos datos del estudio fueron citados por el Dr. Jarbas Barbosa, subdirector de la Organización Panamericana de la Salud: "A más de 75% de los trabajadores de la salud le preocupa contraer COVID-19, y sobre todo, transmitirla a sus seres queridos". El funcionario también dijo que en Chile 1 de cada 10 trabajadores de la salud tiene ideas suicidas.

"Los trabajadores de la salud se han visto particularmente afectados por COVID-19, haciendo grandes sacrificios personales y tomando decisiones sumamente difíciles en la primera línea de la respuesta a la pandemia", resaltó el Dr. Barbosa.

Otros especialistas también alertaron sobre la situación en las recientes *Jornadas Nacionales y Jornada Rioplatense del Foro Latinoamericano Colaborativo en Calidad y Seguridad en Salud, organizadas en esta ciudad y celebradas en formato virtual el 30 de octubre*.

"Les ruego que se vean en el espejo. En medio de las presiones que vivimos por la pandemia tenemos que cuidar nuestra salud mental. Si no nos cuidamos, no vamos a tener energía para cuidar a las personas a las que servimos. La pandemia de salud mental ya está entre nosotros y va a ser tema durante los próximos dos a cinco años", señaló Pedro Delgado, M.Sc., psicólogo venezolano y magíster en gestión y liderazgo de atención médica, que dirige la rama para Europa y Latinoamérica del *Institute for Healthcare Improvement*, con sede en Boston, Estados Unidos. "Les ruego que se vean en el espejo. En medio de las presiones que vivimos por la pandemia tenemos que cuidar nuestra salud mental. Si no nos cuidamos, no vamos a tener energía para cuidar a las personas a las que servimos. La pandemia de salud mental ya está

entre nosotros y va a ser tema durante los próximos dos a cinco años", señaló Pedro Delgado, M.Sc., psicólogo venezolano y magíster en gestión y liderazgo de atención médica, que dirige la rama para Europa y Latinoamérica del *Institute for Healthcare Improvement*, con sede en Boston, Estados Unidos.

Búsqueda de trastornos depresivos

Los nuevos datos difundidos forman parte del estudio [HEROES](#) (*The Covid-19 HEalth caRe wOrkErS [HEROES] Study*), impulsado por el Dr. Alvarado desde abril, y que ya ha recolectado respuestas a través de un cuestionario en línea autoadministrado en 25 países de cuatro continentes, incluyendo, en la región, los seis mencionados, junto con Brasil, Uruguay, Ecuador, Puerto Rico, Bolivia y Colombia. La iniciativa también la lideran investigadores de la *Columbia University Mailman School of Public Health*, en Nueva York, Estados Unidos.

Uno de los instrumentos utilizados es la escala *Patient Health Questionnaire* (PHQ-9), que permite realizar la búsqueda de trastornos depresivos mediante una encuesta de autoevaluación.

Según datos preliminares de los seis países de la región, que el Dr. Alvarado presentó a comienzos de octubre en la XXXV Reunión Anual de Investigación del Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz, en la Ciudad de México, 36,4% de los encuestados se siente cansado o sin energía, 23,6% tiene problemas para dormir o ha dormido demasiado, 15,6% tiene poco interés o placer en hacer cosas y 13,2% tiene dificultad para concentrarse en ciertas actividades.^[1]

Respecto de los síntomas moderados a graves de depresión, se manifestaron en 22,7% del total de la muestra. Pero las proporciones varían en los países estudiados, desde 14,2% en Venezuela hasta 36,7% en Chile.

De acuerdo con el Dr. Alvarado, algunos factores que correlacionan con valores más altos en esta escala son:

- Trabajar efectivamente con pacientes que tienen COVID-19.
- Déficit de acceso a equipos de protección personal.
- Tener familiares con diagnóstico de la enfermedad.
- Sufrir episodios de discriminación y violencia.
- Falta de confianza en las medidas de las autoridades locales y nacionales.

Otra dimensión del problema es la respuesta del sistema a estos padecimientos. "En mayor o menor medida, los países han desarrollado estrategias de salud mental que son buenas, pero que tienen bajo impacto", destacó.

Para graficarlo, compartió con *Medscape en español* otros resultados preliminares: 36,6% de los participantes consideró que necesita ayuda, con proporciones que oscilan desde 16,2% en Venezuela hasta 50,9% en Chile.

Sin embargo, solo un tercio de ellos recibió apoyo psicológico/psiquiátrico presencial o a distancia, con porcentajes que varían desde 27,0% en Perú hasta 52,1% en Argentina. Es relevante bajar a los niveles locales las estrategias de soporte, porque no están llegando a todos los que las necesitan, subrayó el Dr. Alvarado.

El presentismo como problema

En cambio, también hay trabajadores de la salud que requerirían asistencia, pero que no lo admiten o reconocen, en parte por estigma, pero también porque eso puede conspirar contra el presentismo, destacó el Dr. Alvarado.

"Los trabajadores de la salud tienen fuerte vocación de ayuda. Pero en ciertas circunstancias, el presentismo puede ser un problema que está empezando a ser estudiado", manifestó.

El impacto emocional no terminará con la llegada de las vacunas o el aplanamiento de las curvas. El Dr. Alvarado anticipó que dentro de seis meses repetirán el cuestionario con nuevos instrumentos, para detectar [estrés postraumático](#).

Por otra parte, en la poscrisis será importante reparar el sistema de salud; reforzar la moral laboral y la capacidad de resiliencia de organizaciones, equipos y profesionales, y evitar el daño emocional de los eventuales litigios, señaló en las Jornadas de Calidad el Dr. José Joaquín Mira Solvez, Ph. D., catedrático de psicología de la Universidad Miguel Hernández, en Elche, España, y uno de los líderes del sitio web *Segundas víctimas del SARS-CoV-2 (COVID-19)* (<https://segundasvictimascovid19.umh.es/>), que ofrece una batería de recursos para mitigar el estrés agudo asociado a la crisis del nuevo coronavirus, que desde abril ha recibido más de 85.000 visitas.[2]

¿Pero alguien se va a ocupar de la salud mental de los trabajadores cuando la cuestión vuelva a salir de la agenda? "La pandemia puso de relieve la necesidad de la moral laboral como ingrediente indispensable del trabajo. Aunque todos tenemos experiencias de que cuando las cosas están mal se hacen muchas promesas, pero después se olvidan", advirtió el Dr. Mira Solvez.

"Me voy a dedicar a hacer todo lo posible para que esto no sea así. Cuando comencé este estudio en marzo y se extendió a todo el mundo, sabía que era muy importante generar evidencia, y que estos datos sirvan para tomar decisiones", puntualizó el Dr. Alvarado.

Fuente: <https://netsaluti.com>