

Repercusión psicológica en los profesionales sanitarios tras trabajar contra el virus SARS-CoV-2

Autora: Esperanza Verdugo Román

Categoría profesional y lugar de trabajo: Enfermera. Hospital de la Merced de Osuna (Sevilla, España).

Sr Director:

Noviembre de 2020, el mundo sigue en alerta sanitaria. Los sanitarios nos enfrentamos a la segunda "ola" del virus covid-19. Observamos desde nuestros lugares de trabajo que los casos de positivos en coronavirus y los ingresos en los hospitales siguen aumentando. En la mayoría de hospitales, los quirófanos han cerrado ya que la mayoría de camas se están destinando a pacientes positivos en covid-19, por lo cual los pacientes que se someten a una intervención quirúrgica no pueden disponer de una cama para su recuperación. Se han disminuido o cerrado las consultas externa, hospitales de días, rehabilitación... ya que tanto sus profesionales como el lugar que ocupaban se han destinado a pacientes con coronavirus. Por tanto la mayoría de profesionales que trabajaban en servicios determinados como lo son "Planta de Traumatología", "Planta de cirugía", "Planta de rehabilitación", "Hospital de día", "Consulta externas"... atienden actualmente pacientes respiratorios con neumonía bilateral positivos en covid-19.

Este virus inició en diciembre de 2019, llegó a su punto extremo en Abril de 2020, cuando finalizó el estado de alarma y así el confinamiento de su población. Pero volvemos al inicio de todo.

Fuimos "héroes sin capa", pese a no tener medios sacamos nuestro trabajo hacia delante pero... ¿cómo podemos afrontar esta segunda ola?. El virus covid-19, ha tenido un gran impacto tanto en la sociedad como en la sanidad, provocando efectos negativos para nuestra salud, debido a la sobrecarga asistencial y al alto estrés al que se hemos enfrentado durante estos meses de pandemia.

A nivel físico hemos acabado agotados por los EPIS, contagiados por la exposición, desarrollando fiebre, tos, mialgias, escalofríos, fatiga, dolores de cabeza, dolor de garganta, disnea o dificultad respiratoria, náuseas/vómitos y diarrea; pero a nivel psicológico hemos estado expuestos a una gran cantidad de preocupación, inseguridad, temor, insomnio, pérdida de apetito, fatiga, irritabilidad, atención deficiente, y desesperación, estrés, angustia, depresión, ansiedad o burnout, ya que nuestro gran miedo es contagiar a nuestros familiares.

Nuestra labor principal es cuidar de los pacientes, pero ¿y quién cuida de nosotros? Está demostrado que hemos padecido y padecemos mayores afectaciones psicológicas y emocionales que el resto de la población. Aun así, no existen números actuales que velen por la seguridad psicológica y emocional de los sanitarios que hemos trabajado y trabajamos en la pandemia contra el coronavirus. Por ello como enfermeras tenemos la obligación de promover y aumentar nuestro interés por la investigación, para así poder desarrollar actividades que ayuden al cuidado de la salud mental de nuestros profesionales.

La promoción y prevención de la salud son unas de las labores pioneras en el mundo de la enfermería, pero no olvidemos la investigación como herramienta fundamental para la formación de equipos multidisciplinarios que prevengan la aparición de factores estresantes, debido al impacto psicológico al que nos enfrentamos al trabajar con pacientes positivos en coronavirus, para así poder cuidar nuestra salud física y mental.

REFERENCIAS

1. Pérez Valdés MA, Álvarez Morales NE, Rodríguez Cárdenas AE. Repercusión psicológica y social de la pandemia COVID19. Revista de Ciencias Médicas de Mayabeque (Internet). [Citado el 6 de Noviembre de 2020]. 27 (2). Disponible en: <http://medimay.sld.cu/index.php/rcmh/article/view/1663>
2. Lorenzo Ruiz A, Díaz Arcaño K, Zaldívar Pérez D. La psicología como ciencia en el afrontamiento a la COVID-19: apuntes generales. [Internet]. [Citado el 6 de Noviembre de 2020]. 10 (2). Disponible en: <http://www.revistaccuba.sld.cu/index.php/revacc/article/view/839>
3. García Iglesias JJ, Gómez Salgado J, Martín Pereira J, Fagundo Rivera J, Ayuso Murillo D, Martínez Riera JR y col. Impacto del SARS-COV-2 (COVID19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: Una revisión sistemática. Rev Esp Salud Pública [Internet]. [Citado el 7 de noviembre de 2020]. 94. Disponible en: <https://www.redaccionmedica.com/contenido/images/CovidDiegoAyuso.pdf>
4. Palacios Cruz M., Santos E., Velázquez Cervantes MA., León Juárez Mm. Covid- 19, una emergencia de salud pública mundial. Rv Clínica Española (Elsevier) [Internet]. [Citado 10 de Noviembre de 2020]. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0014256520300928>
5. Jeff Huarcaya v. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. Rev Peruana de Medicina experimental y Salud Pública [Internet]. [Citado el 11 de Noviembre de 2020]. 37 (2). Disponible en: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/5419>
6. Chacón Fuentes F, Fernández Hermida JR, García Vera M^ªP. La psicología ante la pandemia de la Covid19 en España. La respuesta de la Organización Colegial. Rv Clínica y Salud [Internet]. [Citado el 17 de Noviembre de 2020]. 31 (2). Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1130-52742020000200009&script=sci_arttext&lng=pt