

ATENCIÓN SANITARIA EN LOS PACIENTES DE SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE COVID-19

María Teresa Pérez Jiménez¹

Resumen

Esta situación de incertidumbre y tensión constante generados por el SARS-CoV-2, ha supuesto un aumento del estrés de la población en general y en los profesionales sanitarios en particular, desencadenando reacciones de ansiedad a corto plazo y agravamiento de los problemas de salud mental existentes, por no hablar de los que se están generando a corto o medio plazo en toda la población a nivel mundial. Enfermería, siempre está al frente en las crisis de atención sanitaria, incluida esta pandemia; en todo el mundo, las enfermeras se enfrentan a enormes desafíos, incluida la atención a la salud mental de toda la población. Las enfermeras debemos estar, ahora más que nunca, presentes en la comunidad, organizarnos bien y reafirmar nuestro compromiso social con el cuidado de la ciudadanía. Debemos estar presentes, visibilizar nuestras acciones en cuidados ofrecidos a la sociedad, salir a la calle a cuidar de las personas en sus contextos, en sus domicilios. Realizar seguimiento telefónico a las personas contagiadas, ofrecer apoyo emocional y psicológico. En definitiva, dar soporte y respuesta a todas las necesidades de la sociedad actual, amenazada por este virus. Dependiendo del lugar de trabajo de cada uno, hemos visto a profesionales trabajando al límite, tal es el caso de los servicios de urgencias, atención primaria, unidades de cuidados intensivos, medicina interna y preventiva o infecciosos. Por lo tanto, desde todas las direcciones se nos pide responsabilidad, no abandonar el barco y un compromiso moral y profesional mayor aún si cabe. Los profesionales de primera línea en esta pandemia son de enfermería, se han entregado en cuerpo y alma atendiendo a toda la ciudadanía, en los momentos de mayor vulnerabilidad provocada por un virus que ha venido para quedarse. Es por ello que el apoyo psicológico a estos profesionales es fundamental para poder “cuidar al que cuida” y atender a las necesidades vitales de los profesionales, que también son personas vulnerables.

Palabras claves: atención sanitaria en salud mental.

¹ Diplomada Universitaria en Enfermería por la Universidad de Jaén, Máster en Salud Digital por la Universidad Europea Miguel de Cervantes, Máster en Dirección y Gestión por la Universidad Cardenal Herrera. Coordinadora de la Revista Digital Redes de Dirección de Enfermería del Hospital Universitario Son Espases y gestión de la cuenta de Twitter @Redes_HUSE Pertenece a la Comisión Hospitalaria de “Prevención del Suicidio”. enfermeradevacion@gmail.com

HEALTH CARE IN MENTAL HEALTH PATIENTS IN TIMES OF COVID-19

María Teresa Pérez Jiménez

Abstract

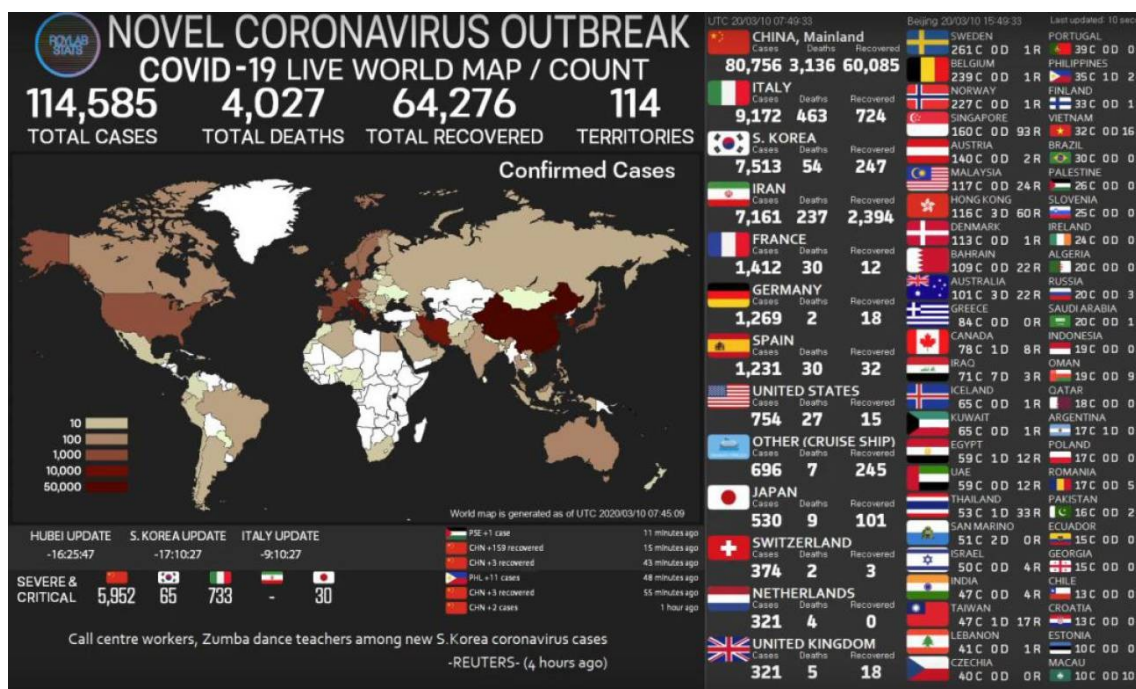
This situation of uncertainty and constant tension generated by SARS-CoV-2 has led to an increase in stress for the general population and for healthcare professionals in particular, triggering short-term anxiety reactions and aggravation of existing mental health problems, not to mention those that are being generated in the short or medium term in the entire population worldwide. Nursing is always at the forefront in healthcare crises, including this pandemic; Around the world, nurses face enormous challenges, including providing mental health care for the entire population. Nurses must be, now more than ever, present in the community, organize ourselves well and reaffirm our social commitment to caring for citizens. We must be present, make our actions visible in the care offered to society, go out to the streets to take care of people in their contexts, in their homes. Carry out telephone follow-up to infected people, offer emotional and psychological support. In short, to support and respond to all the needs of today's society, threatened by this virus. Depending on the workplace of each one, we have seen professionals working to the limit, such is the case of emergency services, primary care, intensive care units, internal and preventive or infectious medicine. Therefore, from all directions we are asked for responsibility, not to abandon ship and a moral and professional commitment even greater if possible. The first-line professionals in this pandemic are nurses, they have given themselves body and soul, serving all citizens, in the moments of greatest vulnerability caused by a virus that has come to stay. That is why psychological support for these professionals is essential to be able to "take care of the caregiver" and attend to the vital needs of the professionals, who are also vulnerable people.

Keywords: health care in mental health.

Introducción

La pandemia de la Covid-19 ha ocasionado una crisis sanitaria y de salud pública a nivel mundial desde que fue declarada por la OMS el pasado 11 de marzo del 2020, obligando a todos los países a tomar medidas para frenar el virus y controlar la pandemia.

El mapa actual del coronavirus nos deja más de 43,1 millones de casos y más de 1,1 millones de muertos en todo el mundo, datos a 26 de octubre de este inolvidable 2020. El nuevo coronavirus SARS-Co-V-2 continúa extendiéndose por el planeta, afectando a toda la sociedad y en todos los niveles, provocando una crisis sanitaria y de toda la red asistencial en todos los hospitales y centros sanitarios de todo el mundo.



Cada día gobiernos de todo el mundo toman medidas para frenar el virus que van desde la ya pasada cuarentena y el largo confinamiento de meses atrás a los aislamientos domiciliarios o en el hospital, medidas restrictivas, uso obligatorio de mascarilla, distancia social, toque de queda y el estado de alarma forman ya parte de nuestras vidas.

Esta situación de incertidumbre y tensión constante que estamos viviendo desde la aparición del coronavirus en nuestras vidas, ha supuesto un aumento del estrés de la población, desencadenando reacciones de ansiedad a corto plazo y agravamiento de los problemas de salud mental existentes, por no hablar de los que se están generando a corto o medio plazo en toda la población a nivel mundial.

Según recomienda el Comité Permanente Interinstitucional de Naciones Unidas para la asistencia humanitaria, las actuaciones en Salud Mental y Apoyo Psicosocial han de ser un componente central de cualquier respuesta de Salud Pública (IASC 2020) y forman parte de la estrategia integral dirigida a prevenir las infecciones, salvar vidas y reducir al mínimo sus efectos que aconseja la OMS (WHO 2020).(1)

En situaciones de catástrofe, se ha observado un aumento de la prevalencia tanto de los trastornos mentales comunes (pasando de un 10 a un 15-20%) como de los trastornos mentales graves (de un 1.5% a un 3- 4%) (Van Ommeren 2005).

Así mismo, en crisis recientes por enfermedad transmisible como la actual, con medidas de cuarentena y aislamiento de personas (Jeong 2016), se ha comprobado que cerca del 50% de la población con la enfermedad, o en riesgo alto de padecerla, en situación de aislamiento, experimenta problemas de ansiedad, que persisten a los 6 meses en el 20% de los casos. Los principales factores de riesgo, asociados al aislamiento, para el desarrollo de síntomas de ansiedad y depresión y su mantenimiento son la gravedad de sintomatología de la enfermedad infecciosa, la disponibilidad de alimentos y ropa para cubrir las necesidades básicas durante el aislamiento, el contacto reducido con la red social (vía telefónica o internet incluidas), la historia previa de enfermedad mental y las pérdidas económicas que genera en la persona.
(2)

Por otra parte, como en el caso de otras catástrofes naturales o situaciones con importante estrés social, las personas con mayor vulnerabilidad (personas sin hogar, con escaso apoyo social o con bajos recursos

socioeconómicos) son las que igualmente desarrollan y mantienen con más frecuencia afectación mental (Adams 2006). (3)

Todos estos datos ponen sobre la mesa la necesidad de contar con medidas preventivas de salud pública y de apoyo psicosocial que garanticen la salud mental de toda la población, por tanto, será prioritario elaborar un plan estratégico que recoja las medidas a llevar a cabo.

Para ello será necesario analizar los circuitos asistenciales y el cambio que tuvieron que realizar para adaptarse a la llegada del coronavirus, cómo lo vivieron los profesionales sanitarios de salud mental, escuchando sus vivencias e inquietudes y sobre todo y fundamental, escuchar la voz de los pacientes y asociaciones de salud mental para detectar mejoras en la atención y poder implementarlas cuanto antes.

Circuitos asistenciales: respuesta de la red de salud mental ante la Covid-19

Ante la aparición de la Covid-19 cada país y cada organización sanitaria ha respondido con todos los recursos materiales, humanos y estratégicos que ha tenido al alcance, sometiéndose a una carrera contra reloj para dar respuesta a las necesidades de salud de la población, dando prioridad a las personas contagiadas por el coronavirus y dejando aparcada la atención de todo lo demás, que no es poco.

Todos los recursos disponibles se pusieron a disposición de gobiernos, gerencias y hospitales, convirtiendo la red asistencial en Covid-no Covid y cancelando, cerrando y parando todo tipo de actividad asistencial que no fuera atender a la gravedad de la situación provocada por la pandemia. Por tanto, muchas redes asistenciales se vieron afectadas, entre ellas, la red de salud mental, ya que las gerencias, mandan.

Todas las organizaciones sanitarias comenzaron su proceso de transformación allá por marzo de este 2020, cerrando consultas, transformando plantas en unidades Covid, cerrando quirófanos y dejando de operar todo lo que no fuera urgente...en definitiva, todos los procesos asistenciales se vieron afectados y se cambiaron los circuitos de atención a la ciudadanía en las urgencias y atención primaria.

En cada comunidad o en cada lugar tendrán una experiencia diferente y se hizo de una forma, pero sin duda alguna, en todos los centros sanitarios la prioridad era llevar al límite el compromiso social de todos los profesionales sanitarios, incluso asumiendo riesgos, sufrimientos personales y familiares, pero quedando a total disposición de nuestras organizaciones y a disposición del gobierno para seguir atendiendo y cuidando la salud de la ciudadanía.

En estos momentos el acceso a información sobre la Covi-19, protocolos y medidas tomadas por la OMS llegaban por todas partes a los profesionales, a través de las redes sociales, medios de comunicación y de manera interna a través de correos corporativos y de los mandos intermedios, de tal manera que los profesionales íbamos recibiendo instrucciones en los cambios de actuación y de atención a los pacientes.

El compromiso fundamental de todos los profesionales sanitarios es el de proteger a toda costa a toda la población, en mi caso, como profesional de salud mental, proteger a todas las personas con problemas graves de salud mental desde las unidades asistenciales, comunidades terapéuticas, casas hogar de FAISEM, etc, es decir, desde todos los dispositivos y en toda la red de salud mental de todas las comunidades, en este caso desde Málaga (Andalucía, España).

En la red de salud mental en la que trabajo, hubo que re-organizar los circuitos asistenciales para los pacientes de salud mental, con todas las dificultades que supone, pero, sin embargo, hubo una respuesta unánime por parte de la dirección de la unidad de gestión clínica, así como de todos los equipos profesionales de comunidades terapéuticas, atención primaria, casas hogar y demás dispositivos de atención de salud mental.

Fundamental la actuación de un equipo de profesionales que trabajó en un programa de apoyo emocional y psicológico para dar respuesta a las necesidades de los pacientes. Fundamental la adecuación de las urgencias de salud mental para atender a los pacientes, con todas las medidas de protección adecuadas. Y fundamental e imprescindible la rápida actuación de la unidad de gestión clínica dando respuesta inmediata ante el caso de un paciente Covid positivo y con enfermedad mental, que atendimos y cuidamos en la unidad en

las mejores condiciones de seguridad y aislamiento que exigía el coronavirus, ya que una parte de la unidad se transformó en unidad Covid quedando el resto de la unidad para atender a los demás pacientes en condiciones de seguridad y protección.

Durante esta pandemia, en mi ciudad, se han seguido atendiendo a los pacientes de salud mental, realizando el test PCR de Covid a todos los pacientes que ingresan y desde marzo hasta ahora, tan sólo hemos tenido ingresado un paciente positivo con enfermedad mental y ningún profesional que atendió a esta persona durante su ingreso se contagió del coronavirus, lo cual indica que se utilizaron eficazmente los equipos de protección individual (EPIs).

La realidad de la red de salud mental en cada comunidad ha sido y es diferente, no pretendiendo este artículo analizar cada una de ellas, pero sí mencionar algún caso concreto más, que nos haga ver las dificultades a las que se han tenido que enfrentar provocadas por la Covid-19.

En este artículo me referiré a la situación de la red asistencial de salud mental de la comunidad de Madrid analizada por la Asociación Madrileña de Salud Mental y que reflejó en este post en su blog (4).

“La psiquiatría hospitalaria, como el resto de las especialidades, han cerrado sus consultas externas, primero, y luego han puesto sus camas a disposición de la atención al COVID, en pocos días desde el comienzo, todas las unidades hospitalarias, incluida psiquiatría pasaron a ser unidades COVID. Sus profesionales se han puesto en situación de espera para poder reemplazar a los especialistas de Medicina Interna, Neumología o Geriátrica en la atención al COVID, realizando funciones de apoyo, acompañamiento o administrativas mientras tanto, o han ofrecido programas de atención psicológica diversa (relajación, mindfulness, etc.) a los profesionales implicados en la atención directa al COVID.”

Cierre de unidades, reubicación de pacientes, cierre de consultas, dispositivos de rehabilitación cerrados y mucha población de riesgo sin recibir la atención necesaria. En el post está toda la información sobre el caso de Madrid en plena pandemia, sin duda refleja la dificultad de los circuitos

asistenciales y el caos que el coronavirus ha supuesto para toda la atención sanitaria, en concreto en salud mental.

Importancia de la presencia enfermera en la atención a los pacientes de salud mental

Las enfermeras siempre están al frente de las crisis de atención médica, incluida la pandemia de COVID-19. Para reconocer el servicio vital de las enfermeras para el cuidado de la salud, la Organización Mundial de la Salud designó 2020 como el Año Internacional de la Enfermera y la Partera, y en este año, en todo el mundo, las enfermeras se enfrentan a enormes desafíos de la pandemia de COVID-19, incluida la atención a la salud mental de toda la población.

Las enfermeras debemos estar, ahora más que nunca, presentes en la comunidad, organizarnos bien y reafirmar nuestro compromiso social con el cuidado de la ciudadanía. Debemos estar presentes, hacernos ver, ofrecernos a la sociedad, salir a la calle a cuidar de las personas en sus contextos, en sus domicilios. Realizar seguimiento telefónico a las personas contagiadas, ofrecer apoyo emocional y psicológico. En definitiva, dar soporte y respuesta a todas las necesidades de la sociedad actual, amenazada por este virus.

La presencia enfermera es una intervención de la clasificación NIC. Incluye actividades tan necesarias como:

- Mostrar una actitud de aceptación.
- Comunicar oralmente empatía o comprensión por la experiencia que está pasando el paciente.
- Ser sensible con las tradiciones y creencias del paciente.
- Establecer una consideración de confianza y positiva.
- Escuchar las preocupaciones del paciente.
- Permanecer en silencio, según corresponda.
- Establecer contacto físico con el paciente para expresar la consideración, si resulta oportuno.

- Ayudar al paciente a darse cuenta de que se está disponible, pero sin reforzar conductas dependientes.
- Permanecer con el paciente para fomentar su seguridad y disminuir sus miedos.
- Permanecer con el paciente y transmitirle sentimientos de seguridad y confianza durante los períodos de ansiedad.
- Ofrecerse a entrar en contacto con otras personas de apoyo, según corresponda. (5)

Esta intervención forma parte del trabajo diario de los profesionales de salud mental y a pesar de que se ha seguido realizando en las unidades asistenciales, se ha visto amenazada a causa de la Covid-19, teniendo que tomar precauciones y medidas de protección y seguridad para dar respuesta a la atención a los pacientes de salud mental.

En Salud Mental se hace muy difícil mantener la distancia de seguridad de 1.5 metros con la persona, ya que forma parte de nuestra atención diaria el contacto directo con el paciente, a la hora de realizar actividades asistenciales como la higiene, la entrevista, escucha activa, actividades terapéuticas o actuación rápida en la resolución de conflictos con la contención verbal e incluso llegando a contención mecánica en situaciones de riesgo y de seguridad.

La seguridad de los profesionales se ha visto doblemente amenazada y se ha tenido que fomentar mucho el uso de medidas de protección en los pacientes ingresados, facilitando mascarillas durante su estancia y también en los momentos de visita con sus familiares.

Aun así, la presencia enfermera ha sido constante y una intervención fundamental para la atención eficaz de los pacientes en salud mental, algo que no ha sido difícil, ya que “estar con las personas” forma parte de nuestro trabajo diario, algo que hay que poner en valor, dotando de profesionales formados todas las redes asistenciales de salud mental en todo el mundo.

Vivencia de los profesionales: aprender de la experiencia



Los profesionales sanitarios estamos viviendo una situación que nunca imaginamos que íbamos a vivir, con lo cual, moviliza en nosotros sentimientos encontrados, mayoritariamente negativos, que van desde el miedo, la rabia, impotencia, ira, incertidumbre y sensación de caos, afectando a la labor profesional diaria.

Todas estas reacciones son humanas y esperables, por tanto, ser capaces de mantener la calma, actuar con racionalidad y ética, adaptándonos a circunstancias cambiantes, siendo flexibles, generosos y mostrar todo el compañerismo posible, se hacen vitales en la situación provocada por la pandemia.

Dependiendo del lugar de trabajo de cada uno, hemos visto a profesionales trabajando al límite, tal es el caso de los servicios de urgencias, atención primaria, unidades de cuidados intensivos, medicina interna y preventiva o infecciosos. Por lo tanto, desde todas las direcciones se nos pedía

responsabilidad, no abandonar el barco y un compromiso moral y profesional mayor aún si cabe.

Los profesionales de primera línea de esta pandemia se han entregado en cuerpo y alma atendiendo a toda la ciudadanía, en los momentos de mayor vulnerabilidad provocada por un virus que ha venido para quedarse. Es por ello que apoyo psicológico a estos profesionales es fundamental para poder “cuidar al que cuida” y atender a las necesidades vitales de los profesionales, que también son personas vulnerables.

La vivencia de los profesionales requiere ser escuchada, recogida y analizada, para que sirva de aprendizaje en cuanto al qué hacer y qué no hacer ante situaciones críticas provocadas por este virus u otros que vendrán, por lo que hemos de estar preparados, anticiparnos y actuar con la mayor rapidez posible.

Cada persona reacciona de una forma diferente a situaciones de estrés, ante los cambios y ante el caos. Sin embargo, en la mayoría de profesionales han surgido reacciones comunes en cuanto a la inquietud que supone trabajar ante un virus desconocido, del que poco o nada se sabe y del que no sabemos todavía cuánto tiempo estará entre nosotros.

Para hacer frente al virus todos hemos sufrido cambios en nuestras unidades, se han visto afectados derechos de los profesionales como las vacaciones, días libres o permisos. Hemos sufrido cambios de servicio, incluso de provincia. Hemos doblado y hasta triplicado turnos de trabajo para dar respuesta a las necesidades asistenciales de los centros sanitarios. Y por desgracia, muchas vidas se han quedado por el camino, porque este virus ha provocado tantas muertes que también se ha llevado a miles de profesionales sanitarios y de tantos sectores.

En tiempos de caos e incertidumbre son necesarios profesionales que sepan liderar en estas circunstancias, porque la situación es la que es, no la que queremos o deseamos ni la que parece. Así que todos los profesionales debemos responder y actuar como debemos, reforzar nuestro compromiso y llevar la ética como bandera.

En los tiempos que vivimos, mejorar la información y comunicación se hace una necesidad imperiosa. Todo el conocimiento y aprendizaje sobre la Covid-19 debe compartirse, generar redes de trabajo a nivel mundial y fomentar la inteligencia colectiva siendo estas las claves para superar juntos esta pandemia.

Bibliografía

- (1)(2) (3) Guía de actuaciones en Psiquiatría, Salud Mental y Apoyo Psicosocial en la pandemia por Covid 19. Servicio Madrileño de Salud <https://psiquiatriaclinica.es/wp-content/uploads/2020/04/01-Comunidad-general-31-Marzo-Gu%C3%ADa-PSQySM-COVID19.pdf>
- (2)(4) Covid-19 y la respuesta de la red de salud mental en Madrid <https://amsm.es/2020/03/31/covid-19-y-respuesta-de-la-red-de-salud-mental-en-madrid/>
- (5) Presencia Enfermera <http://www.eldiagnosticoenfermero.es/2020/05/presencia.html?q=presencia+enfermera>