

<https://doi.org/10.24245/mim.v39i5.8365>

Salud mental de los profesionales de la salud en tiempos de pandemia

Mental health of health professionals in times of pandemic.

Juan Amado Ojeda Bello

Resumen

Los profesionales de la salud son una población vulnerable para padecer trastornos psiquiátricos. Durante la pandemia de COVID-19 aparecieron nuevos factores estresantes, como el aumento de muertes, el miedo a contagiarse y afectar a sus seres queridos, etc., que favorecieron la aparición de estos trastornos rápida y alarmantemente en este grupo. Los trastornos psiquiátricos no deberían estar implícitos en la práctica médica; esto solo refleja la escasa red de apoyo que tienen, el poco interés de las autoridades de la salud ante estos temas y un ambiente hostil que, en conjunto, evitan que los profesionales sanitarios puedan solicitar ayuda.

PALABRAS CLAVE: COVID-19; salud mental; trabajadores de la salud.

Abstract

Health workers are a vulnerable population to present psychiatric disorders. During the COVID-19 pandemic, new stressors appeared, such as the increase in deaths, the fear of becoming infected and affecting their loved ones, etc., which favored the appearance of these disorders rapidly and alarmingly in this group. Psychiatric disorders should not be implicit in medical practice; this only reflects the poor support network they have, the little interest of health authorities in these issues, and a hostile environment that, together, prevent health professionals from being able to ask for help.

KEYWORDS: COVID-19; Mental health; Health workers.

División de Neurociencias, Instituto de Fisiología Celular, Universidad Nacional Autónoma de México, Ciudad de México, México.

Recibido: 13 de noviembre 2022

Aceptado: 12 de diciembre 2022

Correspondencia

Juan Amado Ojeda Bello
mdojedab@gmail.com

Este artículo debe citarse como:

Ojeda-Bello JA. Salud mental de los profesionales de la salud en tiempos de pandemia. Med Int Méx 2023; 39 (5): 797-800.

En diciembre de 2019 un nuevo virus hacía su debut y se encendían las alarmas en el mundo.¹ Para marzo del 2020 la OMS declaró a la COVID-19 como pandemia.² La primera línea de defensa ante esta nueva pandemia fue el personal de las áreas de medicina, enfermería, nutrición, química clínica, psicología, rehabilitación, medicina prehospitalaria, etc., quienes se enfrentarían a un suceso inimaginable.

Con el paso de los días y de las semanas, el número de casos aumentó considerablemente, llevando a los hospitales al colapso. A falta de un tratamiento efectivo por ser un nuevo virus, el desconocimiento de las vías fisiopatológicas subyacentes de la enfermedad y las comorbilidades de los pacientes, el aumento exponencial en el número de muertes fue inevitable.

Es bien sabido que, en ninguna carrera del área de la salud existe un programa que prepare a los futuros profesionistas para evitar trastornos psiquiátricos ante la muerte de sus pacientes y mucho menos durante una pandemia. En estas circunstancias la salud mental resulta ser un hilo muy delgado y fácil de romper.

Los involucrados en el cuidado de la salud son susceptibles a padecer enfermedades psiquiátricas, este hecho se ha agravado durante la pandemia, ya que han aparecido nuevos factores, como el temor a infectarse y poner en peligro a sus seres queridos, preocupaciones por la falta de equipo de protección personal, la incertidumbre por no contar con un tratamiento efectivo con los consecuentes resultados desfavorables del paciente, el contagio y muerte de compañeros de trabajo, etc. Todo ello suscita profundos sentimientos de culpa y temor; aunado a esto se encuentra una mala calidad del sueño e insomnio,³ que resultan ser una combinación peligrosa que da origen a problemas psiquiátricos.

Estos nuevos factores estresantes psicológicos, se materializaron en un aumento de la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático⁴ en comparación con los que no trabajaron en unidades COVID.⁵ Los médicos que están en la primera línea de atención de COVID-19 tienen una prevalencia de trastorno de estrés postraumático del 2.1 al 73.4%, dependiendo del momento en el que se encontraba la pandemia.⁶

Con estos datos, es evidente que el personal de salud durante esta pandemia fue una población vulnerable de padecer este tipo de trastornos y, en cuanto se hacen presentes, deberían ser canalizados con un profesional competente y tener una red de apoyo para superar rápida y eficazmente estos problemas.

Pero ¿qué pasa cuando no existe un programa que ayude a salvaguardar la salud mental de los trabajadores de la salud? Claramente el resultado es una indudable catástrofe que puede desencadenar un problema de salud pública en el mediano o largo plazo, porque una inadecuada salud mental no solo conlleva una atención subóptima del paciente,⁷ sino también está asociada con deterioro funcional con efecto duradero en el estado de salud de los profesionales de la salud.⁸

Por otra parte, existen factores que pueden exacerbar los síntomas al impedir la búsqueda temprana de ayuda, como el estigma que hay en el personal de salud sobre estos temas y que parece difícil que desaparezca en los próximos años; anteponer el trabajo a la salud física y mental, algo muy común en este sector; el miedo a las probables consecuencias laborales que resulten de pedir ayuda, etc.

Para hacer frente a estas adversidades durante 2020 en México nació un programa liderado por el Instituto Nacional de Psiquiatría Ramón de la Fuente Muñiz para la atención del personal de

primera línea durante la pandemia.⁹ De manera similar la Secretaría de Salud de Morelos activó una red de apoyo para médicos y enfermeras.¹⁰ Por otra parte, el ISSSTE incorporó la estrategia del perrito Harley, “El Tuerto”.¹¹ Sin embargo, se necesitan más programas permanentes que ayuden a salvaguardar el bienestar mental de todos los trabajadores de la salud. Además, estos programas deberían intervenir antes de que inicien estos trastornos y no después, proporcionando condiciones idóneas de trabajo.

Es necesario replantearse qué se está haciendo por la salud mental de este grupo. El aumento de la ansiedad, la depresión y el trastorno de estrés postraumático observados en este gremio durante esta pandemia son ineludibles efectos de la falta de programas que ayuden a mitigar los factores estresantes psicológicos sobre su bienestar mental.

Las enfermedades mentales no deberían estar supeditadas al acto médico, esto solo refleja la escasa red de apoyo que tienen, el poco interés de las autoridades de la salud ante estos temas y un ambiente hostil que, en conjunto, evitan que los profesionales sanitarios puedan solicitar ayuda. Es prioritario que los directivos de los hospitales y políticos encargados de esta área se involucren en la creación de programas para resolver estos problemas, ya que los profesionales que fungen como la primera línea de defensa, requieren una auténtica intervención por parte de éstos, para mejorar su salud mental y la atención de los pacientes.¹²

Con respecto a la atención hacia los pacientes, se ha visto que el agotamiento, la ansiedad y la depresión tienen como consecuencia una atención subóptima del paciente, con el consecuente aumento de los errores médicos.^{13,14,15} Con este argumento surgen las siguientes preguntas: ¿caso las autoridades en salud no se han dado cuenta que se está violando la no maleficencia (uno de los principios de la bioética), como

consecuencia de la falta de programas enfocados en la salud mental de los trabajadores de la salud? Entonces, ¿por qué son insuficientes o inexistentes los programas que salvaguarden la salud mental de estos trabajadores y, como consecuencia, propiciar una mejoría en la calidad de la atención? No existen respuestas claras a esta pregunta.

Lo único seguro es que los trastornos mentales en los profesionales de la salud son un problema de antaño que se ha agravado con la pandemia. Aún no sabemos la magnitud de esto, pero, sin duda, es una luz roja que ya se puede ver en el horizonte.

Para reflexionar...

REFERENCIAS

1. Wu F, Zhao S, Yu B, Chen Y, et al. A new coronavirus associated with human respiratory disease in China. *Nature* 2020; 579 (7798): 265-269. DOI: 10.1038/s41586-020-2008-3.
2. WHO. Coronavirus disease (COVID-2019) situation reports. Situation report-51. Dirección URL: <https://www.who.int/docs/default-source/coronavirus/situation-reports/20200311-sitrep-51-covid-19.pdf?sfvrsn=1ba62e57_10>.
3. Danet A. Psychological impact of COVID-19 pandemic in Western frontline healthcare professionals. A systematic review. *Med Clin (Barc)* 2021; 156 (9): 449-458. DOI: 10.1016/j.medcli.2020.11.009.
4. Chutiyami M, Cheong A, Salihi D, Bello UM, et al. COVID-19 pandemic and overall mental health of healthcare professionals globally: A meta-review of systematic reviews. *Front Psychiatry* 2022; 12: 804525. DOI: 10.3389/fpsy.2021.804525.
5. Di Tella M, Romeo A, Benfante A, Castelli L. Mental health of healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Italy. *J Eval Clin Pract* 2020; 26 (6): 1583-1587. DOI: 10.1111/jep.13444.
6. D’Ettorre G, Ceccarelli G, Santinelli L, Vassalini P, et al. Post-traumatic stress symptoms in healthcare workers dealing with the covid-19 pandemic: A systematic review. *Int J Environ Res Public Health* 2021; 18 (2): 601. DOI: 10.3390/ijerph18020601.
7. Tawfik D, Scheid A, Profit J, Shanafelt T, et al. Evidence relating health care provider burnout and quality of care: a systematic review and meta-analysis. *Ann Intern Med* 2019; 171 (8): 555-567. DOI: 10.7326/M19-1152

8. Hirten R, Danieletto M, Tomalin L, Choi K, et al. Factors associated with longitudinal psychological and physiological stress in health care workers during the COVID-19 pandemic: Observational study using apple watch data. *J Med Internet Res* 2021; 23 (9): e31295. <https://doi.org/10.2196/31295>.
9. Ambrosio R. Atención psiquiátrica en personal sanitario ante COVID-19. Dirección URL: <<https://gaceta.facmed.unam.mx/index.php/2021/06/02/atencion-psiquiatrica-en-personal-sanitario-ante-covid-19/>>.
10. Secretaría de Salud de Morelos. Activa SSM red atención de Salud Mental para personal médico y de enfermería. Dirección URL: <<https://salud.morelos.gob.mx/noticias/activa-ssm-red-atencion-de-salud-mental-para-personal-medico-y-de-enfermeria#:~:text=Servicios%20de%20Salud%20de%20Morelos,sanitaria%20por%20coronavirus%20COVID%2D19.>>>.
11. ISSSTE. Inicia ISSSTE Jornada de Apoyo Psicológico a personal médico en áreas COVID-19 de hospitales del país con el perrito Harley. Dirección URL: <<https://www.gob.mx/issste/prensa/inicia-el-issste-jornada-de-apoyo-psicologico-a-personal-medico-en-areas-covid-19-de-hospitales-del-pais-con-el-perrito-harley>>.
12. Walton M, Murray E, Christian MD. Mental health care for medical staff and affiliated healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Eur Heart J Acute Cardiovascular Care* 2020; 9 (3): 241-247. <https://doi.org/10.1177/2048872620922795>
13. Behnam M, Tillotson RD, Davis SD, Hobbs GR. Violence in the emergency department: a national survey of emergency medicine residents and attending physicians. *J Emerg Med* 2011; 40: 565-579. <https://doi.org/10.1016/j.jemermed.2009.11.007>.
14. Villafranca A, Hamlin C, Benoit P, Jacobson E, on behalf of Intraoperative behaviors research group. Abstract PR079: exposure to negative intraoperative behaviors alters the residency applications of some students. *Anesth Analg* 2016; 123: 116-117. <https://doi.org/10.1213/01.ane.0000492487.34942.bf>
15. Barnes K, McGuire L, Dunivan G, Sussman A, et al. Gender bias experiences of female surgical trainees. *J Surg Educ* 2019; 76: 76: e1-e14. <https://doi.org/10.1016/j.jsurg.2019.07.024>.

AVISO PARA LOS AUTORES

Medicina Interna de México tiene una nueva plataforma de gestión para envío de artículos. En: www.revisionporpares.com/index.php/MIM/login podrá inscribirse en nuestra base de datos administrada por el sistema *Open Journal Systems* (OJS) que ofrece las siguientes ventajas para los autores:

- Subir sus artículos directamente al sistema.
- Conocer, en cualquier momento, el estado de los artículos enviados, es decir, si ya fueron asignados a un revisor, aceptados con o sin cambios, o rechazados.
- Participar en el proceso editorial corrigiendo y modificando sus artículos hasta su aceptación final.