

CRISIS SANITARIA | EFECTOS COLATERALES DE LA PANDEMIA

LAS OTRAS VÍCTIMAS DE LA COVID-19

Mujer, profesional sanitaria y con ansiedad: perfil de las llamadas durante el confinamiento al Servicio de Atención Psicológica del Centro Sociosanitario Hermanas Hospitalarias

DP / PALENCIA

Estrés, intranquilidad, preocupación constante, miedo, tristeza, soledad, incertidumbre, crisis de angustia o insomnio «fueron las manifestaciones más comunes de la sociedad española durante el confinamiento por la pandemia de coronavirus», comenta Carlos Martín, director médico y responsable de la Unidad de Investigación y Docencia (UID) del Centro Sociosanitario Hermanas Hospitalarias Palencia. «Estas patologías aún siguen existiendo cuando ya llevamos un año de epidemia. Por lo tanto, seguimos manteniendo nuestras recomendaciones para tratar de tener una calidad de vida aceptable», añade.

Para poder analizar las consecuencias de la epidemia en la salud mental de la sociedad española, el equipo de Psicología de Hermanas Hospitalarias ha elaborado un informe, que se publicará próximamente en la revista *Informaciones Psiquiátricas*, uno de los medios referentes del sector.

Este documento se basa en las 120 llamadas telefónicas recibidas en el servicio gratuito de atención psicológica telefónica del centro sociosanitario entre el 30 de marzo y el 29 de mayo de 2020, correspondientes al confinamiento domiciliario. Un total de 52 personas reclamaron ayuda por diferentes situaciones durante la primera oleada de la pandemia. Las llamadas fueron atendidas por un equipo de cinco profesionales de Psicología de Hermanas Hospitalarias, uno de los centros de referencia en Castilla y León.

Se pudieron identificar dos colectivos especialmente vulnerables y que han sido denominados en el artículo como las otras víctimas de la Covid: los profesionales sanitarios que vivieron en primera línea el problema del contagio, con sobrecarga y en unas condiciones precarias en cuanto a medidas de seguridad, y las personas con psicopatología previa. En especial, se vieron afectados los pacientes con trastornos mentales graves y en situación de aislamiento extremo por el riesgo que entrañaba para ellos la exposición al virus. En una segunda etapa, los psicólogos incluyen también entre los grupos más afectados a aquellas personas que se han visto expuestas a sucesos especialmente traumáticos por



Equipo de Psicología del Centro Sociosanitario Hermanas Hospitalarias de Palencia. / DP



Carlos Martín es el responsable de la Unidad de Investigación y Docencia. / DP

la presencia de la Covid-19 entre sus seres más cercanos.

PERFIL. De las 120 llamadas recibidas en Hermanas Hospitalarias, el 20% fue resuelta en la primera, mientras que cerca del 80% requirió de un seguimiento telefónico. En los casos más severos fueron necesarias hasta siete intervenciones, e incluso seguimiento continuado en consul-

ta pasado el confinamiento domiciliario de la primera ola.

En cuanto al género de los usuarios atendidos el 19% fueron hombres y el 81% mujeres. Además, el grupo más numeroso de llamadas, el 26,84%, la realizó personal sanitario o sus familiares.

Los síntomas y signos detectados fueron la ansiedad en un 57,7% y depresión en el 11,5% de los usuarios.

Un empeoramiento de las sintomatologías previas se observó en el 28,9% de los casos analizados.

PREOCUPACIONES. «Las principales preocupaciones de estas personas son lógicas y normales. El miedo al contagio propio o de algún ser querido, miedo a perder el empleo, el exceso de malas noticias, la falta de contacto social, la situación económica y social y los cambios en los hábitos de vida fueron las principales preocupaciones de la población general. Por ejemplo, se vieron especialmente afectadas las familias con problemas de convivencia previos o padres divorciados que se topaban con dificultades para gestionar la custodia», destaca Carlos Martín.

«Pero el colectivo sanitario desarrolló unas patologías adicionales que deberían de preocupar al resto la sociedad, ya que de su buena salud física y mental depende el cuidado del resto de los ciudadanos. La complicada situación laboral de los sanitarios les llevó a experimentar irritabilidad y propensión al enfado, sentimientos de culpa, problemas

DECLARACIONES**CARLOS MARTÍN**
DIRECTOR MÉDICO

«El colectivo sanitario desarrolló unas patologías adicionales que deberían de preocupar al resto de la sociedad»

«Se vieron especialmente afectadas las familias con problemas de convivencia previos»

de sueño o fatiga emocional. Asimismo, el bajo estado de ánimo y la irritabilidad tenían una elevada prevalencia», añade Martín.

HERRAMIENTAS. En todos los casos, el trabajo del equipo de profesionales de Hermanas Hospitalarias se centró en enseñar a las personas atendidas diferentes herramientas para afrontar y gestionar estas emociones. Por ejemplo, el control de la sobreinformación de las noticias para evitar entrar en esa espiral de hipocondría, recurrir a pautas de sueño y buena alimentación.

Otras de las recomendaciones que el equipo de psicología del centro dio y sigue dando es mantener la mente activa, hacer tareas que absorban la atención como cocinar, leer, dibujar, hacer ejercicio físico y establecer rutinas horarias.

Situado a la entrada de la capital palentina, y rodeado de 90.000 metros cuadrados de zonas verdes, Hermanas Hospitalarias -anteriormente San Luis- cuenta con más de 400 profesionales. En el centro conviven diariamente cerca de mil personas entre usuarios del área de hospitalización, residentes de la sociosanitaria y profesionales.

Su experiencia de 130 años le ha llevado a desarrollar tratamientos innovadores en el campo de las enfermedades mentales, como es la terapia asistida con galgos, por la que ha recibido el Premio Nacional Enfermería en Desarrollo 2015, la horticultura o el taller radiofónico conocido como *Radio Gurugú*.

También en 2015, el centro recibió la Medalla de Oro de la Ciudad de Palencia. Y fue reconocido con el Premio Nacional del Voluntariado Social de manos de la Reina Doña Letizia. Asimismo, en reconocimiento a la contribución y la labor de desarrollo de la psicología que realizan los profesionales del centro, ha recibido el Premio Juan Huarte, del Colegio Oficial de Psicólogos de Castilla y León. En 2017, fue premiado por *ABC Salud* como el Mejor Centro Sanitario Privado de España y el galardón Mérito Nacional a la Donación Altruista de Sangre en España 2017. En 2019 fue reconocido con el distintivo Óptima Castilla y León por implementar políticas de igualdad de oportunidades entre mujeres y hombres.