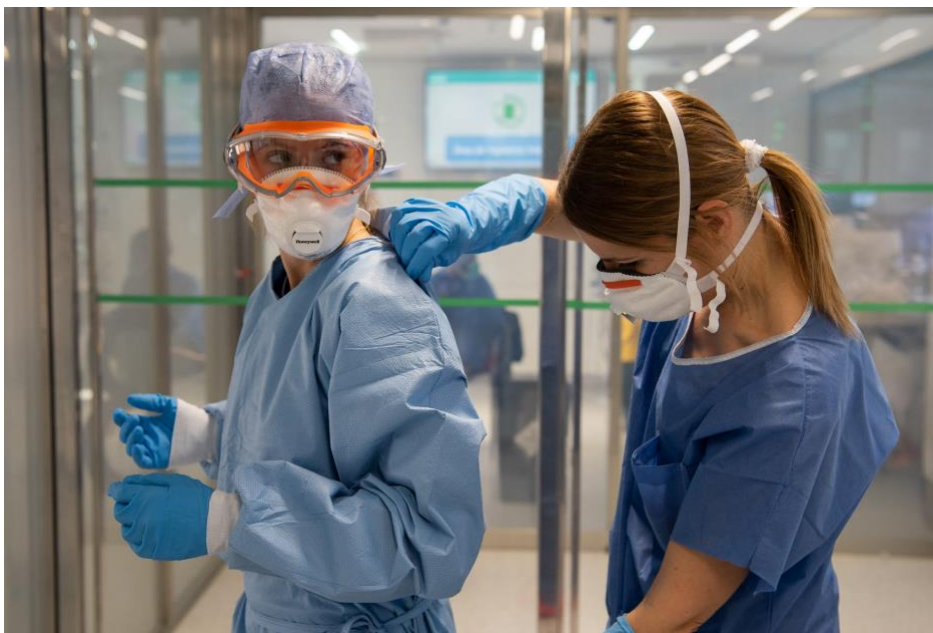


## “El impacto de una segunda ola puede ser devastador para la salud mental del personal sanitario”



Fueron llamados “héroes sin capa” durante los peores momentos de la pandemia de SARS-CoV-2, pero para ellos no era heroicidad, sino demostrar su profesionalidad habitual en un sistema que se colapsó y que podría volver a hacerlo en la prevista “segunda ola”. A las patologías físicas del personal sanitario que se contagiado del virus se une una salud mental deteriorada. Sobre el impacto de la COVID-19 en la salud de estos trabajadores acaba de publicar una revisión en [Journal of Affective Disorders](#) Gonzalo Salazar de Pablo, psiquiatra e investigador predoctoral de la Universidad Complutense de Madrid y del Instituto de Psiquiatría, Psicología y Neurociencia del King’s College de Londres.



Trabajadoras del Hospital Clínic de Barcelona en plena pandemia. /[Francisco Àvia\\_Hospital Clínic](#)

**MARÍA MILÁN , 20 de julio.- Quizá sea ahora mismo una de las preguntas del millón: ¿está preparado nuestro personal para una segunda ola de la pandemia?**

Creo que se ha trabajado mucho y se han establecido medidas para proteger a los sanitarios y a toda la población, y en caso de infección optimizar los recursos y el tratamiento. Sin embargo, en cuanto a preparación a

nivel psicológico, lamentablemente, todo apunta a que el impacto de una segunda ola puede ser devastador.

### **Acaba de publicar un artículo sobre el impacto del coronavirus en la salud física y mental de estos trabajadores. ¿Qué les ha llamado más la atención de sus resultados?**

El objetivo de nuestra investigación era evaluar cual es el impacto de los coronavirus (SARS, MERS y COVID-19, de manera separada y conjunta) en la salud física y salud mental de los profesionales sanitarios. Lo que más nos ha llamado la atención es lo alto que ha sido el impacto en la salud mental de los profesionales, no solo en la crisis del COVID-19 sino también en la del SARS y en la del MERS. Sin embargo, también nos ha sorprendido la baja frecuencia de síntomas de estrés postraumático en profesionales expuestos al COVID-19, aunque sospechamos que es posible que aumente de manera considerable en los próximos meses. Algunos científicos se refieren a este posible efecto a medio-largo plazo como la cuarta ola.

### **El personal sanitario engloba un colectivo más amplio que el de medicina y enfermería, ¿a qué trabajadores han tenido en cuenta en el estudio?**

Hemos tenido en cuenta a cualquier trabajador sanitario: médicos y enfermeros, pero también auxiliares de enfermería, personal administrativo, personal de limpieza... El 74% de los estudios que hemos encontrado incluían varios profesionales diferentes. Dentro de los estudios que se centraban en unos profesionales en particular, siendo los estudios sobre enfermeros y médicos los más frecuentes, también encontramos estudios que evaluaban a estudiantes de medicina y a trabajadores sociales por ejemplo.

### **¿Qué consecuencias para la salud física de estos trabajadores ha tenido la pandemia?**

A nivel físico, lo más frecuente ha sido que aquellos profesionales sanitarios con una infección por coronavirus desarrollen fiebre (75.9%), tos (47.9%), mialgias o dolores musculares (43.6%), escalofríos (42.3%), fatiga (41.2%), dolores de cabeza (34.6%), disnea o dificultad respiratoria (31.2%), dolor de garganta (25.3%), náuseas o vómitos (22.2%) y diarrea (18.8%)

### **¿Y psicológicas?**

A nivel psicológico, los profesionales han estado expuesto a una gran cantidad de estrés y eso ha llevado a problemas psicológicos importantes. Entre ellos, más de un tercio han tenido problemas de insomnio y *burnout* -trabajador quemado o agotado-. Más de uno de cada cuatro han tenido síntomas depresivos o de ansiedad. También han sufrido estigma debido a su profesión y el contacto con el virus.

### **¿Cuáles preocupan más de los dos tipos?**

Ambas son muy preocupantes, es difícil elegir. En el caso de las consecuencias físicas, se ven fundamentalmente en las personas infectadas, y aunque debido a su trabajo los profesionales sanitarios están más expuestos y el riesgo de contagio es mayor, el impacto a nivel físico es similar al de los no sanitarios. De hecho, en parte, debido a la mayor detección de casos y seguramente también por ser personas con menor patología de base, la mortalidad ha sido menor.

Por otro lado, todos los profesionales expuestos a la enfermedad están en riesgo de sufrir problemas psicológicos. Además, estos problemas pueden no aparecer hasta meses después, cuando las estrategias de afrontamiento se agotan.



El psiquiatra Gonzalo Salazar de Pablo. /  
G. S. P.

### **A pesar de tener una de las mejores sanidades del mundo, ¿ha servido esta crisis para poner de manifiesto la precariedad del personal sanitario?**

Mi opinión personal es que sí. Después de trabajar en Reino Unido y en Estados Unidos, pienso que nuestra sanidad es tan buena precisamente porque los profesionales tienen una carga de trabajo muy alta y están dispuestos y acostumbrados a trabajar al 100%, también con los recursos justos para el trabajo que tienen que realizar. Cuando en una situación como esta, se eleva la demanda de manera drástica, no hay margen de maniobra y la situación no es sostenible. Básicamente, el sistema se colapsa.

### **¿Cómo podemos ayudar, por un lado, la sociedad y, por otro, las Administraciones públicas, a estos trabajadores?**

La sociedad tiene una labor muy importante. En determinados momentos, se verán obligados a tomar una decisión, realizar determinada actividad de ocio o no, ponerse una mascarilla o no ponérsela... Hemos pasado por una situación muy difícil, con muchas limitaciones y queremos olvidar lo que ha ocurrido, pero es momento de ser responsables y apoyar a los profesionales sanitarios es también esto.

Respecto a las Administraciones públicas, en el caso de los profesionales sanitarios, lo más importante es que se establezcan medidas de seguridad para proteger a los trabajadores. No queda tan lejos cuando los profesionales no disponíamos de suficientes equipos de protección personal de calidad. A nivel psicológico, es importante que los profesionales dispongan de atención psicológica de manera rápida en caso de que aparezcan problemas de salud mental. Personalmente iría más lejos y creo que sería bueno implantar

medidas preventivas que intentaran mejorar la resiliencia y optimizar las medidas de afrontamiento de los profesionales.

### **Además de la UCM, ¿qué otras instituciones han participado en la revisión?**

El estudio se ha llevado a cabo con la colaboración de varias universidades, entre ellas el King's College de Londres y la Universidad Complutense de Madrid. También con varios investigadores de Korea y de Italia, que ha sido un país que ha sufrido también de manera muy temprana y significativa esta crisis.

Diseñamos el proyecto en marzo de este año, y gracias al esfuerzo de los investigadores implicados y de la revista, que ha procesado el estudio en muy poco tiempo, hemos tenido los resultados disponibles en Julio, apenas cuatro meses después.



**Referencia bibliográfica:** Salazar de Pablo, G., Vaquerizo-Serrano, J., Catalan, A., Arango, C., Moreno, C., Ferre, F., Shin, JI., Sullivan, S., Brondino, N., Solmi, M. y Fusar-Poli, P. "Impact of coronavirus syndromes on physical and mental health of health care workers: Systematic review and meta-analysis". *Journal of Affective Disorders* 275 (2020). DOI: [10.1016/j.jad.2020.06.022](https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.06.022)