



COLEGIO OFICIAL
DE PSICOLOGIA
de Castilla-La Mancha

PSICOLOGÍA BASADA EN LA EVIDENCIA CIENTÍFICA

¿Cómo afectó la pandemia por COVID19 a la salud mental de los profesionales sanitarios en primera línea durante la primera y segunda ola en España?

Autor: Darío Méndez Díaz. Catedrático de Psicología en la Facultad de Medicina de Ciudad Real de la Universidad de Castilla-La Mancha. Director del grupo de investigación EMOCOG. N° Colegiado: CM 02965.

OBJETIVOS DEL ESTUDIO

El estudio de las consecuencias que ha provocado la pandemia por COVID-19 en la salud mental es uno de los principales temas de interés actualmente en el ámbito de la investigación clínica. Por ejemplo, diferentes investigaciones han señalado que la COVID-19 ha causado en la población general un incremento de los problemas vinculados con los trastornos de ansiedad y de los trastornos relacionados con traumas (Pfefferbaum y North, 2020). Más allá de los efectos del COVID-19 sobre la población general, la salud mental de los profesionales sanitarios se ha visto especialmente afectada por el COVID-19 por diversas razones. Por ejemplo, durante la primera ola de COVID19, los profesionales tuvieron que atender a los pacientes con COVID sin los equipos adecuados de protección individual (EPIs), como las mascarillas, haciendo que dichos profesionales vivieran en una situación constante de alto estrés, debido al riesgo de contagio (Bajo et al., 2021). A pesar del creciente interés en el estudio de la salud mental de los profesionales sanitarios, hasta la realización de este estudio existían muy pocos estudios científicos comparando los efectos sobre la salud mental provocados por cada ola, a pesar de las diferencias que han existido. Por ejemplo, en países como España, en la segunda ola se alcanzó un suministro adecuado de EPIs para profesionales en primera línea. Además, las autoridades sanitarias pudieron planificar con mayor detalle los recursos humanos sanitarios, contratando más personal, y reduciendo parcialmente la sobrecarga laboral existente durante la primera ola. También se desarrollaron protocolos de actuación y planes de formación específicos para el

afrontamiento de la pandemia por COVID-19. Finalmente, en países como España desde la segunda ola ha existido una buena disponibilidad de vacunas para el personal sanitario. Por todas estas razones el objetivo de esta investigación realizada por Bajo y cols. (2024) (<https://doi.org/10.1007/s12529-023-10190-1>), fue analizar la salud mental de los trabajadores sanitarios durante la primera y segunda ola de la pandemia por COVID19.

DESCRIPCIÓN DE LA METODOLOGÍA

Todos los participantes (240) fueron sanitarios (médicos: 55%, enfermeros: 45%) en primera línea de atención a pacientes con COVID que trabajaron en hospitales públicos o privados de los territorios más afectados por la primera y segunda ola en España. En la primera ola se completó el estudio entre el 28 de marzo y el 04 de abril del 2020, semana de mayor sobrecarga del sistema sanitario español debido al número de nuevos contagios diarios detectados. En la segunda ola el estudio se realizó entre el 22 y el 29 de enero de 2021, la semana de mayor sobrecarga de la segunda ola. De acuerdo con las recomendaciones de la OMS, no solamente se evaluó la salud mental desde una perspectiva psicopatológica, sino también empleando una aproximación basada en la salud mental positiva evaluando indicadores de bienestar. Finalmente, también se evaluó el reconocimiento social que percibieron los profesionales sanitarios.

DESCRIPCIÓN DE LOS RESULTADOS Y CONCLUSIONES

Los profesionales sanitarios presentaron altos niveles de ansiedad y sintomatología traumática en ambas olas, aunque los valores fueron menores en la segunda ola frente a la primera. Tal y como los autores esperaban, los profesionales informaron de mayores niveles de bienestar hedónico y bienestar psicológico en la segunda ola. Sin embargo, el bienestar social de los profesionales fue menor en la segunda ola. Este resultado paradójico se explicó porque durante la primera ola hubo un reconocimiento social muy importante de los profesionales sanitarios, y tanto las personas como las instituciones acogieron a los profesionales mostrando signos de admiración y gratitud (como los aplausos en los balcones y ventanas del 14 de marzo al 17 de mayo de 2020). En la segunda ola, sin embargo, desaparecieron los gestos espontáneos de agradecimiento, las conductas estigmatizantes aumentaron y además la población comenzó a culpar a los sanitarios del colapso en la atención médica provocado por el COVID-19, de los retrasos en las citas y del tiempo de espera para las operaciones.

QUÉ APORTA EL ARTÍCULO A LA PSICOLOGÍA

Las instituciones públicas, la sociedad en general, y las personas a título individual deben cuidar adecuadamente a los profesionales sanitarios y reconocer su trabajo. Aunque en muchas ocasiones la psicología científica se ha centrado en cómo afectan los aspectos individuales a la salud mental de las personas, los factores sociales juegan también un importante papel (Blanco et al., 2016). En este sentido, este artículo de investigación demuestra como el reconocimiento social es un importante factor de protección del bienestar de los profesionales sanitarios.

PUNTOS CLAVE

- La pandemia por COVID19 afectó significativamente la salud mental de los profesionales sanitarios.
- En la primera ola mostraron más ansiedad e intensidad traumática, así como menores niveles de bienestar hedónico y psicológico.
- En la segunda ola tuvieron menor bienestar social e informaron de un menor reconocimiento social.
- El reconocimiento social es clave como factor de protección de la salud mental de los profesionales sanitarios.

REFERENCIAS

- Bajo, M., Gallego, P., Stavradi, M., Lamprinakos, G., Luna, P., y Díaz, D. (2021). Anxiety, trauma and well-being in health-care professionals during COVID-19 first wave in Spain: the moderating role of personal protection equipment availability. Health and Quality of Life Outcomes, 19(1), 207. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01845-2>.*
- Bajo, M., García-Jiménez, G. M., Stavradi, M., & Díaz, D. (en prensa, 2024). Positive*

mental health of frontline healthcare professionals during COVID-19 first wave and second wave in Spain: the protective role of social recognition. International Journal of Behavioral Medicine. <https://doi.org/10.1007/s12529-023-10190-1>.

Blanco, A., Blanco, R., & Díaz, D. (2016). Social (dis)order and psychosocial trauma: Look earlier, look outside, and look beyond the persons. American Psychologist, 71(3), 187-198. <https://doi.org/10.1037/a0040100>.

Pfefferbaum, B., y North, C. S. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. New England Journal of Medicine, 383(6), 510-512. <https://doi.org/10.1056/NEJMp2008017>.