

COVID-19 en unidades médicas



Vision CEVECE
2022 Semana 08

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica y Control de Enfermedades. Av. Fidel Velázquez No. 805, Col. Vértice. C.P. 50150. Tel. (722) 2193887. Estado de México.



importancia del personal médico

- El personal de salud son todas las personas involucradas en actividades para mejorar la salud y comprende a quienes proporcionan los servicios (médicos/as, enfermeras/os, parteras/os, odontólogos/as, trabajadores/as comunitarios/as y trabajadores/as sociales, personal de laboratorio, gabinete, farmacéuticos/as, personal auxiliar). También se incluye a quienes dirigen y organizan el funcionamiento del sistema de salud como gerentes, administradores/as o directivos/as.
- El trabajo del personal de salud es más que la atención directa a los enfermos de COVID-19. Sus tareas también consisten en cuidar la salud de la población a través de actividades de educación, prevención y promoción; además, realizan tareas como identificar casos, buscan sus contactos, toman y analizan pruebas diagnósticas, entre otras actividades adicionales a su trabajo diario, tanto en clínicas y hospitales como en la comunidad.
- En la atención a la pandemia por COVID-19, el personal de salud enfrenta muchos retos, de entre los cuales identificamos tres como prioritarios: pandemiónium, derivado de la celeridad del avance de la pandemia y del caos inicial para responder a la emergencia; precariedad del sistema de

salud para responder a un problema de salud pública de gran magnitud; y la paranoia derivada de la respuesta social del temor ante lo desconocido.

- Pandemiónium: desde el inicio, el personal de salud de los países de Latinoamérica y el Caribe (LAC) ha estado como primera línea de atención, expuesto a circunstancias extremas para desempeñar su trabajo, a mayor riesgo de infección, largas jornadas laborales, en muchos casos sin el equipo apropiado y enfrentando angustia, fatiga, agotamiento ocupacional, incertidumbre, dilemas éticos e inusualmente, estigma, que se manifiesta en violencia física y psicológica por parte de la población.
- Precariedad: la región tiene escasez de personal de salud y ante la pandemia, esta necesidad se ha exacerbado.
- Paranoia: el temor ante lo desconocido ha generado una conducta agresiva y discriminatoria hacia los profesionales de la salud. La sociedad requiere de información clara, precisa y entendible acerca de la importancia y valor del personal de salud ante la pandemia.

El personal de salud son todas las personas involucradas en actividades para mejorar la salud y comprende a quienes proporcionan los servicios.

retos del personal de salud

- La incertidumbre, el estrés que conlleva las dificultades en la atención médica durante un brote epidémico como COVID-19 exige una especial atención a las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario. Cuidarse a sí mismo y animar a otros y otras a autocuidarse mantiene la capacidad de cuidar a las y los pacientes.
- Desbordamiento en la demanda asistencial. Mientras muchas personas acuden reclamando atención de salud, el personal sanitario también enferma o ve a sus personas cercanas enfermar; máxime en circunstancias como la de la COVID-19 en las que las y los profesionales se contagian y deben guardar cuarentena o ellos/as mismos/as precisan atención médica.
- El riesgo de infección no se detiene. Existe un mayor riesgo de contraer enfermedades temidas y transmitirlas a familiares, amigos/as y otras personas en el trabajo.
- Equipos insuficientes e incómodos. Equipo de Protección Personal puede ser insuficiente, poco confortable, limita la movilidad y la comunicación y la seguridad que produce puede ser incierta.
- Proporcionar apoyo y atención sanitaria. Conforme aumenta la demanda y la

asistencia, la angustia de la y el paciente y las familias puede ser cada vez más difícil de manejar para el personal sanitario.

- Gran estrés en las áreas de atención directa. Ayudar a quienes lo necesitan puede ser gratificante, pero también difícil, ya que las y los trabajadores pueden experimentar miedo, pena, frustración, culpa, insomnio y agotamiento. Son reacciones esperables en situaciones de esta magnitud e incertidumbre. Comprenderlas como reacciones normales ante estados anormales contribuye a cuidarse.
- Exposición al desconsuelo de las familias. La crisis de la COVID-19 está exponiendo al personal sanitario a un sufrimiento intenso ante una muerte en aislamiento que tiene a las familias desconsoladas por no poder acompañar y ayudar a sus seres queridos.
- Dilemas éticos y morales. La falta de medios, la sobrecarga y la propia evolución incierta de las y los pacientes, hacen que en ocasiones la o el profesional de la salud se vea obligado/a a tomar de decisión complejas, en un breve tiempo, generando intensos dilemas morales y culpa.

La incertidumbre, el estrés que conlleva las dificultades en la atención médica durante un brote epidémico como COVID-19 exige una especial atención a las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario.

salud mental de las y los médicos

- Sin embargo, el mismo personal de salud también ha sido blanco de distintas formas de violencia y estigmatización, ya sea por creer que son focos de contagio o por la muerte de pacientes.
- Estas situaciones están teniendo un impacto en su salud mental. De acuerdo con cifras de Amnistía Internacional, durante la emergencia sanitaria han fallecido, al menos, 248 de estos/as trabajadores/as a causa de COVID-19, lo que posiciona a México como el quinto país con más muertes de personal de salud.
- Además, la pandemia ha puesto sobre la mesa otro tema igualmente importante: la falta de atención que viven, desde siempre, los mismos profesionales de la salud. Nunca nos hemos preocupado por el bienestar del personal de salud, siempre nos preocupamos por la de las y los pacientes, pero, ahora, el fenómeno de la COVID nos ha enseñado que estos profesionales también se enferman, también requieren cuidados y también requieren protección.
- A lo anterior se suma que ninguna institución, ni pública ni privada, tenía las estrategias exactas para proteger la salud física y mental de ellos y ellas, por lo que es importante tener estas medidas de autocuidado en todo momento e incluso enseñarlas desde que las y los estudiantes de medicina acuden a la universidad.

- Aunque algunas instituciones –como el Departamento de Psiquiatría y Salud mental de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM) o el Plan de Acción en Salud Mental ante la emergencia por COVID-19 del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS)– abrieron servicios para atender la salud mental del personal de salud, se observó que un bajo porcentaje de médicos/as pidieron ayuda, tanto de los que estuvieron en la primera línea, como los que no.
- El estudio "The mental health of frontline and non-frontline medical workers during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) outbreak in China: A case-control study" (Qi Cai, 2020. Journal of Affective Disorders, volume 275) arroja que sólo 4.5% del personal de salud mental pidió atención, lo que es una clara señal de que la gente no se atiende por problemas de salud mental.
- Además del miedo al estigma, las y los profesionales de la salud pueden presentar ansiedad, trastornos de depresión, trastornos del sueño, burnout, entre otros.
- Un fenómeno que también hemos observado, que por fortuna no es alto el porcentaje, pero claro que la repercusión que tiene es muy alta, es la ideación suicida y, en algunos casos, el suicidio.

En estos últimos siete meses, la población en general ha advertido que las y los profesionales de la salud son imprescindibles, y les han llamado héroes mientras les aplauden desde sus balcones o sus redes sociales.

cuidando su salud mental

- Si bien son diversas las problemáticas que el personal de salud debe enfrentar durante la pandemia, también existen herramientas que les ayudan a preparar y proteger su salud mental, ya que este podría ser el comienzo de otras olas de contagio.
- Durante la conferencia *Staying safe & staying sane: Sustaining and maintaining the mental health needs of healthcare workers*, realizada en el evento *Omnia Health Live*, Neil Greenberg, experto en psiquiatría y profesor en defensa de la salud mental del Kings College en Londres, mostró algunas tácticas que les permitirán proteger su salud mental. Algunas de estas herramientas son:
- Seguridad económica: los gobiernos deberían proveer cierta seguridad financiera para prevenir que la mayoría de la gente pierda sus empleos y caigan en la pobreza.
- Autochequeo: antes de presentarse en la atención en primera línea, se recomienda al personal de salud autoevaluarse para saber si están preparados/as para el reto, sobre todo si se trata de profesionales que ya se encontraban jubilados/as.

- Prepararse para el fracaso y la frustración: el personal de salud debe entender que, incluso cuando sean grandes especialistas, la gente puede llegar a morir y eso a veces está fuera de sus manos.
- Equipo de protección personal psicológico: es posible preparar a las y los profesionales de salud para los desafíos que les esperan, sobre todo ayudándoles a encontrar aquello que les ayuda a mejorar su salud mental. Algunas cosas que les pueden ayudar es: escuchar música relajante, aprovechar el tiempo libre para hacer actividades que les despejen la mente y mantener el contacto con sus seres querido, incluso a la distancia.
- Capacitación adecuada: proporcionar al personal de salud en primera línea una capacitación adecuada, les ayudará a mantener su salud mental y nivelar su estrés, ya que sabrán cómo actuar, cómo atender mejor a la y el paciente y cómo protegerse del contagio.
- Hablar de sus emociones: incluso si es entre colegas, hablar de cómo se están sintiendo puede ser útil para sobrellevar la situación; de esta manera se puede recordar que no están solos y solas en lucha contra la pandemia.

Si bien son diversas las problemáticas que el personal de salud debe enfrentar durante la pandemia, también existen herramientas que les ayudan a preparar y proteger su salud mental, ya que éste podría ser el comienzo de otras olas de contagio.

Estado de México

- Una vez detectado el brote, las acciones promocionales y preventivas deberán orientarse a divulgar primeramente las medidas para la contención de la propagación del virus.
- A pesar de que la pandemia por COVID-19 presenta una tendencia a la baja, en México se observa todavía un número alto de contagios activos, lo que representa un riesgo de que surjan brotes por cualquiera de las variantes de COVID-19 al interior de las unidades médicas. En diferentes unidades de atención en el Estado de México, se ha incrementado el número de pacientes con sospecha de infección por SARS-COV2, lo que obedece a una transmisión comunitaria y alta transmisibilidad de la variante ómicron; que en consecuencia genera un incremento en el número de atenciones, así como el riesgo de contagios intrahospitalarios entre las y los pacientes y el personal de salud.
- De acuerdo con el Sistema de Vigilancia Epidemiológica de Enfermedad Respiratoria Viral (SISVER), al 25 de octubre de 2021, el personal de salud que se vio afectado por la pandemia fue de 283,122 casos totales acumulados, 38,269 casos sospechosos acumulados y 531,609 casos negativos; a esta fecha de corte, el 49% de los casos activos en el país

- correspondió a personal de salud; entre quienes fueron más afectados/as se encuentra el personal de enfermería con el 38.9% seguido de otras y otros trabajadores de la salud con el 32% y las y los médicos con el 25.3%.
- Para el Estado de México, el Instituto de Salud del Estado de México (ISEM) en su Boletín COVID-19, menciona que en enero del 2022, el número de casos acumulados confirmados de COVID-19 en personal de salud fue: enfermería: 10,162 casos; otros/as trabajadores/as de la salud: 7,732 casos; personal médico: 5,481 casos; personal de laboratorio: 644 casos y odontólogos/as: 247 casos.
- La Ciudad de México, el Estado de México, Puebla, Veracruz, Jalisco, Guanajuato, Nuevo León, Chihuahua, Tamaulipas y Tabasco son las 10 entidades con el mayor número de defunciones, concentrando el 64.6% del total de las defunciones en el personal de salud. Las defunciones confirmadas en personal de salud por profesión fue del 45% en médicos, 31% de otros trabajadores de la salud, 19% de enfermeras, 3% de dentistas y el 2% de laboratoristas.

Para el Sistema de Salud del Estado de México, resulta prioritaria la identificación precoz de brotes de COVID-19 ocurridos en unidades médicas para poder atenderlos en forma.

Nota: este tríptico es impreso en papel reciclable



Contacto



Opiniones

Gobierno del Estado de México

Secretaría de Salud

Centro Estatal de Vigilancia Epidemiológica

y Control de Enfermedades

Fidel Velázquez 805, Col. Vértice,

Toluca, Estado de México, C.P. 50150

Teléfono: 01(722) 219 38 87

Si quieres estar en contacto con nosotros vía internet y realizar comentarios, visítanos en:

www.salud.edomexico.gob.mx/cevece/

correo: cevece@salud.gob.mx

o síguenos por:

