



En el país hay cientos de profesionales de la salud que sienten angustia por los pacientes a los que no han podido brindar los cuidados necesarios. / Mauricio Alvarado

La otra cara de la pandemia

“El personal de salud no es inmune al miedo”

En una encuesta realizada por un grupo de investigación de medicina de la U. de Cartagena se encontró que la ansiedad, el estrés laboral y el miedo a contraer COVID-19 son sentimientos frecuentes en el personal de salud.



JULIANA JAIMES

jjaimes@elespectador.com
@juljaimes

Alejandro* es especialista en medicina crítica en Pereira (Risaralda). A diario atiende a pacientes contagiados de COVID-19 que se encuentran en la Unidad de Cuidados Intensivos (UCI). Trabaja en dos clínicas diferentes de Pereira: está agobiado. Dice que las preocupaciones del personal de salud van más allá de la falta de elementos de bioseguridad; temas previos, como el atraso en sus salarios, se conjugaron con la crisis sanitaria que vive el país. Bajo sus hombros recae la seguridad de su equipo de trabajo y la toma de decisiones frente al manejo de los escasos recursos con los que cuenta la UCI. La falta de manos capacitadas ya empieza a sentirse. La parte más complicada del día: decirles a los familiares, por teléfono, la muerte de sus seres queridos. Esos son solo algunos de

los aspectos que lo han hecho sentirse más vulnerable. “Como ser humano me siento acorralado”.

Como Alejandro hay cientos de profesionales de la salud en el país que hoy sienten angustia por los pacientes a los que no les han podido brindar los cuidados necesarios. Temor al estar alejados de su familia por seguridad, incertidumbre frente al colapso del sistema de salud. Para la psiquiatra Katherine Parra, todos estos elementos configuran un escenario perfecto para que el cuerpo manifieste cuadros de ansiedad, estrés y miedo. “Ya no tiene que ver solo con el trabajo sino con la sociedad. Creo que es la primera vez que en todas las áreas de la vida, el personal de salud se ve en situaciones que los están sobrecargando”.

En un estudio realizado por el equipo de investigación Salud de la Mujer, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Cartagena, se buscó evaluar la presencia de manifestaciones psicológicas y físicas en médicos generales del país. A través de un cuestionario, 531 profesionales respondieron cómo se

sintieron emocional y físicamente del 20 al 30 de marzo, momento en el que Colombia hasta ahora empezaba la cuarentena obligatoria. Los resultados arrojaron un alto grado de estrés, miedo y ansiedad. Sentimientos que, para Álvaro Monterrosa, director del grupo de investigación, se podrían agrupar en una somatización de síntomas de COVID-19.

“Cuando una persona se encuentra sometida a condiciones de angustia, el organismo se defiende con mecanismos que hace que muchos de esos sentimientos se conviertan en fenómenos biológicos”, señaló Monterrosa. La encuesta demostró que el 38 % de los participantes informaron haber creído presentar afecciones clínicas similares a las que produce el virus SARS-CoV-2. Este indicativo fue más frecuente en las mujeres que en los hombres. La mitad de los encuestados temía ser portador asintomático y 90 % de los profesionales sintió miedo de llevar el COVID-19 a su casa.

Para el grupo de investigación es claro que el personal de salud no es

inmune a sentirse vulnerable. “La mitad de ellos se sienten decepcionados o piensan en retirarse del trabajo que cumplen, y seis de cada diez sintieron la necesidad de mudarse de casa como prevención para no llevar el virus a su hogar”, agregó el director del estudio.

Colombia está cerca de cumplir dos meses desde que se detectó el primer caso de coronavirus en el país. Aunque aún no ha llegado el pico de la epidemia, las escenas de angustia al terminar los turnos ya son recurrentes. “He visto compañeros míos llorando por la angustia. Muchos han renunciado porque no aguantan la situación. Ellos tienen miedo por sus familiares. Hay también compañeros que ya han tirado la toalla y han dicho: hasta aquí llegué”, señaló un médico general en Cartagena.

Para la psiquiatra Katherine Parra, estos episodios de ansiedad podrían incluso llegar a afectar la forma en la que estos profesionales de salud realizan su trabajo. “Se convierte como una máquina que todo el tiempo está dando vueltas y eso genera alteraciones del sueño, de la concentración, fallas en la memoria y en las actividades rutinarias que van a costar más trabajo porque ya la cabeza no está direccionada a realizar una labor, pues se está maquinando en la preocupación”.

Más de dos millones de personas en el planeta se han contagiado de COVID-19. Colombia ya superó la barrera de los 4.000 infectados, de los cuales 169 hacen parte del personal de salud, y tres de ellos perdieron la vida. Más allá de ser profesionales sanitarios, las personas que se enfrentan al conteo de

muestran también temen por su vida y la de sus seres cercanos. “La comunicación con las familias solo se hace a través del teléfono. Y eso cuando los familiares tienen este recurso. Muchos pacientes fallecen solos, abandonados. La familia no se puede despedir, los cadáveres no se pueden velar. Todos los días intentamos llamar a los parientes para decirles cómo siguen los pacientes, pero es muy angustiante tener que comunicarles que la persona falleció y que no lo puede ver más”, agregó Alejandro.

Ante la ansiedad, el miedo y el estrés laboral, la principal recomendación es hablar y exponer de forma verbal lo que sienten. “Una cosa importante que nunca hacemos es hablar de esa ansiedad y de ese miedo que nosotros sentimos, no lo hacemos porque creemos que nos vamos a hacer más vulnerables”, agregó Parra. Los grupos de apoyo entre trabajadores de la institución deben ser reforzados por el personal de recursos humanos y las Aseguradoras de Riesgos Laborales (ARL) de cada institución.

Sin embargo, ninguno de los profesionales de la salud consultados por este diario ha recibido algún tipo de apoyo en esta área. “Aún no hemos recibido estos espacios. Es una propuesta hecha en la junta directiva, pero no se ha hecho nada”, confesó una auxiliar de enfermería en Bogotá. “Desde las empresas tiene que haber responsabilidad social y acompañarlos durante este tiempo. Si ya no gastamos dinero en la fiesta de fin de año, creo que debemos redireccionar esos recursos en el bienestar de la gente y en disponer personal que los acompañe porque esta va a ser una carga por mucho tiempo”, agregó la psiquiatra Katherine Parra.

La incertidumbre y el desconcierto frente a una situación desconocida es una de las primeras causantes de la ansiedad. Un panorama inexplorado, como el que enfrenta el personal de salud, que se acrecienta por problemas previos en el sistema, genera ruido en la mente de los profesionales que, ahora más que nunca, necesitan contar con lucidez para salvar vidas. “Hay angustia porque no sabemos si estamos bien o mal preparados, no se han hecho las pruebas suficientes, no se sabe cuántas camas e insumos faltan. Entendemos que la cuarentena ha sido la mejor medida, pero aún no sabemos cómo ha evolucionado la epidemia. Angustia sí, hay mucha angustia”, concluyó Alejandro. ■

*Nombre cambiado por petición de la fuente.