



El saldo negativo que dejará el nuevo coronavirus en la salud mental de la humanidad preocupa a los expertos. El personal sanitario es uno de los grupos más susceptibles de sufrir las consecuencias y, por eso, en Costa Rica se estudiará su condición emocional

7 AGO 2020 Ciencia y Tecnología

La atención de pacientes con COVID-19 recae principalmente sobre las espaldas de profesionales en medicina, enfermería, microbiología y otros, así como en personal técnico y administrativo. Este grupo tiene a diario **jornadas intensas** para resguardar la salud de las personas contagiadas por el coronavirus.

Estos funcionarios se ven sometidos a múltiples presiones psicosociales de manera permanente e, incluso, al riesgo de infectarse y de poner en peligro su vida y la de sus seres queridos.

Además, el miedo, la angustia, la incertidumbre y el encerramiento, tras varios meses de haber iniciado la pandemia, son circunstancias que tienen un impacto social, pues han cambiado por completo nuestras formas de vida.

Al calor de la pandemia, las acciones de los Gobiernos y las instituciones se centran sobre todo en el cuidado de la salud física. Como resultado, **la salud mental no es una prioridad** y pasa a un segundo plano, aun cuando la Organización Mundial de la Salud ([OMS](#)) insiste en que **la salud es un estado integral**, que comprende al ser humano en todas sus facetas.

En mayo pasado, esta organización **alertó sobre las consecuencias del nuevo coronavirus en la salud mental**, a corto y largo plazo, especialmente entre el personal sanitario y de primera respuesta, debido al posible aumento de trastornos y de suicidios.

En este contexto, en Costa Rica, surge **una iniciativa interinstitucional** para tomar acciones inmediatas, a partir del análisis de los efectos psicosociales en la **salud física y mental del personal** de la Caja Costarricense de Seguro Social ([CCSS](#)), que se encuentra en la **primera línea de atención de la pandemia** por el COVID-19.

El estudio será efectuado por la Universidad de Costa Rica (UCR) y la Universidad Nacional ([UNA](#)), con la colaboración de la CCSS y el [Ministerio de Salud](#). Actualmente, se está a la espera del visto bueno del Consejo Nacional de Investigación en Salud (Conis) para aplicar el proyecto.

De acuerdo con **Henriette Raventós Vorst, Vanessa Smith Castro y Raúl Ortega Montero**, investigadores a cargo del análisis, se ha observado que entre un 20 % y 30 % del personal sanitario, directamente involucrado en la atención y cuidado de los pacientes, sufre alguna consecuencia en su salud psicológica.

Una evaluación efectuada en Canadá a trabajadores sanitarios en medio de la pandemia reveló que casi la mitad de ellos (47 %) declaró necesitar apoyo psicológico; mientras que en China un 50 % sufría depresión, un 45 % ansiedad y un 34 % insomnio.

“A largo plazo, los efectos en la salud mental van a ser muchos y todas las acciones que hagamos ya con estas personas, que están trabajando en primera línea, son muy importantes”, destacó **Vanessa Smith**, científica social del Instituto de Investigaciones Psicológicas ([IIP](#)) de la UCR.



El personal sanitario es uno de los grupos más vulnerables de la población a los efectos psicosociales de la pandemia, pues está sometido de manera permanente al estrés y al temor de ser contagiado. Foto: Miriet Ábrego, *Semanario Universidad*.

Esta misma preocupación fue expresada por la directora del Departamento de Salud Mental y Abuso de Sustancias de la OMS, Dévora Kestel, quien advirtió en una conferencia de prensa que es probable que se dé **"un aumento a largo plazo del número y la severidad de los problemas de salud mental"**, debido al "sufrimiento inmenso de cientos de millones de personas".

Entre los grupos de mayor riesgo, están el personal sanitario y de primera respuesta (por la ansiedad y estrés que están viviendo); niños, niñas, y adolescentes; mujeres en peligro de violencia doméstica; adultos mayores; personas con condiciones mentales preexistentes u otras enfermedades.

Capacidad sobrepasada

En Costa Rica, el trabajo interinstitucional sobre salud mental se inició desde marzo pasado, por medio de la mesa técnica operativa en salud mental y apoyo psicosocial. En esta instancia participan el Ministerio de Salud, la CCSS, la Comisión Nacional de Prevención de Riesgos y Atención de Emergencias ([CNE](#)) y las **universidades públicas**, entre otras instituciones.

Raúl Ortega, psicólogo de la UNA, aseguró que en estos meses de pandemia se han efectuado una gran cantidad de labores, desde tomar los lineamientos de la OMS y adaptarlos a Costa Rica, hasta examinar cómo llevar las acciones de salud mental al ámbito comunitario.

“Esta emergencia es única. Llevamos varios meses en ella y no sabemos cuándo va a terminar. **Estamos, simultáneamente, atendiendo el impacto y la consecuencia de la crisis**”, subrayó.

Según el investigador, todas las personas tenemos un rol que cumplir para proteger nuestra salud mental y la de la comunidad. Sin embargo, **“en este momento, todo está sobrepasado, tanto la institucionalidad pública como nuestras propias capacidades de afrontamiento”**.

A escala mundial, se ha observado un aumento significativo de síntomas depresivos, ansiedad, comportamientos obsesivos y compulsivos, agresividad e irritabilidad, aseguró la médica **Henriette Raventós**, coordinadora del estudio al personal de la CCSS.

“En un conversatorio con psiquiatras de diferentes partes del mundo, ellos expresaron que es muy similar lo que están viendo en sus consultas. Personas que no presentan ningún trastorno mental empiezan a tener sintomatología que es totalmente normal ante una situación de emergencia”, detalló la investigadora del Centro de Investigación en Biología Celular y Molecular ([CIBCM](#)) de la UCR.

El medio digital [Infobae](#) reportó que con la pandemia se ha evidenciado que una de cada cuatro personas en el mundo sufre de trastornos mentales, el 40 % de la población está experimentando síntomas leves de ansiedad y el 23 % de depresión como consecuencia del aislamiento social.

Para los especialistas, en una emergencia **estas reacciones son normales**, pues muestran la capacidad que tenemos las personas de afrontar situaciones críticas que nos ponen al límite de nuestras capacidades.



El estudio interinstitucional, liderado por la UCR y la UNA, para conocer los efectos de la pandemia en la salud mental del personal sanitario de la Caja Costarricense de Seguro Social, cuenta con el aval de esta institución y del Ministerio de Salud. Foto: Miriet Ábrego, *Semanario Universidad*.

“La situación de emergencia nos pone alerta y el cuerpo se prepara. Pero si esta alerta se sostiene en el tiempo, va desgastando y produce dificultad para dormir, para comer o ganas de comer más, irritabilidad, enojo, frustración, dolor de cabeza o de estómago y preocupación continua”, añadió Ortega.

El estudio

La investigación de la UCR y de la UNA tiene como objetivo **indagar sobre las diferentes formas de malestar físico y emocional del personal sanitario de la CCSS** involucrado, de forma directa o indirecta, en la atención y contacto con los usuarios.

Se aplicará un **cuestionario en línea** y se invitará, a través de las jefaturas, a que todos los trabajadores de dicha institución lo respondan, de manera anónima y voluntaria.

Además, se busca que participe todo el personal de hospitales, clínicas, ebáis y demás centros de la red integrada de servicios de la CCSS del país; así como de distintas áreas, por ejemplo, medicina, enfermería, laboratorio, farmacia, limpieza, lavandería, transportes, seguridad y administración.

“A largo plazo, los efectos en la salud mental van a ser muchos y todas las acciones que hagamos ya con estas personas, que están trabajando en primera línea, son muy importantes”. Dra. Vanessa Smith Castro, Instituto de Investigaciones Psicológicas de la UCR.

El cuestionario fue **diseñado por expertos en respuesta psicológica en situaciones de emergencia**. Contiene una sección de datos demográficos y de condiciones de vida de los funcionarios, su situación laboral y su vida familiar, explicó Smith.

“Es un cuestionario corto, se responde en 15 minutos y se puede completar desde una computadora o teléfono celular”, indicó la psicóloga de la UCR.

En abril pasado, se efectuó **un estudio entre el personal de salud de Estados Unidos**, el cual proporcionó datos sobre las **principales preocupaciones de esta población**. Dicho trabajo constituye un antecedente que sirvió para el diseño de la consulta que se hará en Costa Rica.

Entre los temores identificados, los profesionales mencionaron que no se les reconociera su conocimiento para responder a las necesidades, su salud personal, que no tuvieran acceso a condiciones adecuadas y a equipo para brindar la atención a los pacientes y que no tenían claro si la institución les iba a ayudar en caso de que ellos se infectaran con el coronavirus.

En Costa Rica, **“nuestra principal intención es proporcionar información de primera mano basada en evidencia científica sobre cuáles son los principales retos que están enfrentando los funcionarios que laboran en primera línea, para poder apoyar el trabajo de cuidar a los que cuidan”**, concluyó Smith.





[Patricia Blanco Picado](#)

Periodista, Oficina de Divulgación e Información

Área de cobertura: ciencias básicas

patricia.blancopicado@ucr.ac.cr

Etiquetas: [salud mental](#), [covid-19](#), [pandemia](#), [efectos](#), [psicosocial](#), [investigacion](#), [personal sanitario](#), [#c+t](#).