

## Impacto de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de los trabajadores del sector salud

Recibido: octubre 30 de 2020 / Aceptado: noviembre 25 de 2020

Lizeth Reyes Ruiz<sup>a</sup>, Yisseth Davila Gómez<sup>a</sup>, María Lizarazo Triana<sup>a</sup>, Danilo Pertuz Ariza<sup>a</sup>, Gloria Solano Blanco<sup>a</sup>.

<sup>a</sup>Universidad Simón Bolívar, Barranquilla, Colombia.

### Resumen

El enfoque de este artículo va dirigido a reflexionar acerca del impacto generado por la pandemia debido al COVID-19 en la salud mental de los trabajadores del sector de la salud. En primer lugar, se hace una conceptualización del término salud mental, tomando como referencia lo estipulado según la Organización Mundial de la Salud (OMS). Posteriormente, se aborda el origen del coronavirus o COVID-19 como también el efecto en la salud mental que ha causado este virus a nivel mundial. Se toma como referencia los aportes de diversos autores acerca de la temática. Se encuentra también presente en este artículo una recopilación de estadísticas proporcionadas por diversos estudios en ciudades y países varios con respecto a los índices de la sintomatología presentada por el gremio del sector de la salud y las manifestaciones de los trabajadores sanitarios frente a la discriminación por formar parte del gremio del sector de la salud. Finalmente se encuentra presente como los trabajadores de la salud han sido de las poblaciones más afectadas en lo que la situación de la pandemia se refiere.

**Palabras clave:** COVID- 19, Salud mental, Trabajadores del sector salud, factores de riesgo, acciones preventivas. .

## Impact of the COVID-19 pandemic on the mental health in healthcare sector workers

### Abstract

The focus of this article is to reflect on the impact generated by the pandemic due to COVID-19 on the mental health in healthcare workers. In first place, a conceptualization of the term mental health is made, taking as a reference the stipulations according to the World Health Organization (WHO). Then, the origin of the coronavirus or COVID-19 is addressed as well as the effect on mental health that this virus has caused worldwide. The contributions of various authors on the subject are taken as a reference. It is also present in this article a compilation of statistics provided by diverse studies in cities and several countries regarding the indexes of the symptomatology presented by the health sector guild and the manifestations of the health workers against the discrimination for being part of the health sector guild. Finally, it is present how health workers have been among the most affected populations as far as the situation of the pandemic is concerned

**Keywords:** suicide, educational context, adolescents, teachers, attitudes, psychoeducational intervention.

**Autor de Correspondencia:** Lizeth Reyes Ruiz

Email: [lireyes@unisimonbolivar.edu.co](mailto:lireyes@unisimonbolivar.edu.co)

## 1. Introducción

El artículo presenta la salud mental de los profesionales que laboran en el ámbito de la salud bajo circunstancias de pandemia por coronavirus o también conocido COVID-19. Ante todo, la salud mental es definida como: “un estado de bienestar en el cual el individuo es consciente de sus propias capacidades, puede afrontar las tensiones normales de la vida, trabajar de forma productiva y fructífera y es capaz de hacer una contribución a su comunidad” (Organización Mundial de la Salud-OMS, 2018).

Por otra parte, el coronavirus es definido como una enfermedad infecciosa causada por el virus COVID-19 que tuvo su inicio en la ciudad de Wuhan, China, a finales del año 2019, pero que, a partir de entonces ha tenido una rápida transmisión y expansión, primeramente por los países adyacentes y posteriormente por la totalidad de continentes, trayendo como consecuencia un estado de alerta mundial que desencadenó en normas manifiestas universales como la cuarentena, el aislamiento y/o confinamiento social obligatorio, medidas que aun cuando dan muestra de ser efectivas en la limitación del contagio del virus, han repercutido en diferentes variables de la vida en sociedad, particularmente en la salud mental.

En coherencia con lo anterior, son diversos los artículos científicos que han observado, estudiado y analizado el impacto social acarreado; Buitrago, Ciurana, Fernández y Tizón (2020) concuerdan que la mediación y conjugación de aspectos biológicos, propios del virus, y las características psicosociales resultantes del resguardo e individualismo obligatorio han ocasionado una mayor vulnerabilización en grupos poblacionales, como son:

Niños, ancianos, personas institucionalizadas (residencias de ancianos, pisos asistidos, cárceles...),

personas con trastornos mentales, mujeres amenazadas por situaciones previas de violencia de género, situaciones de violencia familiar y de maltrato infantil, personas en pobreza extrema, inmigrantes recientes, indocumentados o no, personas sin vivienda o con vivienda sin las condiciones necesarias, personas que viven solas, personas sin techo, entre otros (p.2).

Es común que al referirse a los individuos antes mencionados se suponga una condición de fragilidad cotidiana con factores de exposición al abatimiento mental, sin embargo, la presente pandemia marca inequívocamente un hito de maximización para dichos factores, constituidos por un inestable estado emocional producto de sentimientos, valores y pensamientos desfavorecedores de sí mismos, de los demás y de las circunstancias, materializados en reacciones emocionales, conductuales, cognitivas, y físicas negativas (Buitrago et al., 2020).

No obstante a toda la situación generada por esta nueva enfermedad, se le suman diversas variables como lo son el aburrimiento que presentan las personas en sus hogares producto del aislamiento, asimismo las dificultades económicas que se han presentado en la mayoría de las familias y una preocupación que se genera en caso de llegar a ser positivo para COVID-19, además sin dejar de lado la preocupación que se genera en el sector de la salud por todos aquellos trabajadores que se encuentran en la primera línea de cuidado directos a pacientes contagiados (Caballero y Campo, 2020).

A este respecto y como foco de análisis, el gremio de los trabajadores sanitarios es un sector que ha manifestado pública y abiertamente su malestar de forma inherente a la sobrecarga, el exceso y la abrumadora demanda de trabajo; los factores de riesgo representativos e

identificables recaen, según Buitrago et al., (2020) en el “riesgo de infección continuado, equipos de protección personal insuficientes e incómodos, existencia de una gran presión emocional en las zonas de atención directa, dilemas éticos y morales” (p.2), pero además Lozano (2020) agrega, con base en el estudio de una investigación realizada en china, que los factores de riesgo relacionados con la aparición de efectos patológicos en funcionarios de la sección salud son: ser mujer, pertenecer al cuerpo estudiantil, mantener afectaciones medicas previas, y una apreciación desfavorable de la salud individual.

Los distintos elementos detonantes antes mencionados se derivan de diversos estudios ejecutados alrededor del mundo que tienen como objeto comprobar el estado racional y adaptativo derivados de la salud mental de individuos que laboran en el sector de la salud en la presente pandemia; como muestra de estas investigaciones se encuentran la indagación realizada por Lai J et. en China en el año 2020 donde se concluyó que “una proporción considerable de participantes sanitarios informó síntomas de depresión (634 [50.4%]), ansiedad (560 [44.6%]), insomnio (427 [34.0%]) y angustia (899 [71.5%])” (Martínez-Pizarro, 2020, p.1), y el estudio realizado con una población “de 421 profesionales sanitarios en España, el cual arrojó como resultado que el 46,7% de los participantes indicaron sufrir estrés, el 37% ansiedad, el 27,4% depresión y el 28,9% problemas de sueño” (Dosil, Ozamiz, Redondo, Jaureguizar, picaza, 2020, p.3). El conjunto de estas y otras investigaciones atestiguan el incremento considerable en las cifras de deterioro en la salud mental específicamente en los individuos que laboran en la atención a la salud directamente; en Colombia el Centro de Excelencia en Investigación en Salud mental- CESISM (2020) desarrolló un estudio con 771 profesionales sanitarios en las principales ciudades del país detectando entre sus resultados que “los médicos son

los más afectados con trastornos al presentar 35,4% ansiedad; el 26, 7% depresión y el 13,0% insomnio, de igual forma los enfermeros al presentar el 27,8% ansiedad, el 16,7% depresión y el 10,5% insomnio”, del mismo modo el Ministerio de Salud (2020) afirma “En el presente año se ha dado un incremento del 19.44% de casos de violencia contra la Misión Médica en comparación con el mismo periodo de 2019” datos que sientan la base de la realidad padecida por estos profesionales.

Es así como, de acuerdo a El Universo (2020) los profesionales del sector salud están presentando estrés y agotamiento debido a las condiciones laborales en las que se encuentran y a la escasez de personal producto de la pandemia actual por COVID-19, lo cual ha provocado que estos profesionales se vean inmersos en situaciones donde sus propios compañeros de trabajo se suicidan como una vía de escape frente a esta problemática que genera estrés nerviosos, agotamiento y dolor de ver innumerables enfermos todos los días.

Además de toda la sobrecarga de trabajo y jornada laboral antes mencionada en los trabajadores de salud debemos agregar que en algunos casos existe un deficiente material de protección, por lo que pueden estar expuestos de forma directa al virus. De acuerdo con García et al., 2020 esta problemática puede afectar el ejercicio de sus funciones profesionales, disminuyendo la capacidad de atender, comprender y tomar decisiones, esto quiere decir que preservar sanidad física, mental y social del personal de salud puede resultar esencial en el combate contra el virus.

Ante esto y teniendo en cuenta que los profesionales del sector salud han sido una de las poblaciones más afectadas debido a la pandemia actual por COVID-19, El Tiempo (2020, Julio 16) informa que la Asociación Colombiana de Psiquiatría presentó una campaña llamada “Ayuda a los que ayudan” para todos los profesionales

del sector salud que están atendiendo personas con COVID-19, ya que estos como anteriormente se mencionó han sido los más afectados por la pandemia que se está presentando con altas cargas de trabajo, agresiones por parte de familiares de pacientes, aspectos como falta de pagos debido a una inestabilidad económica actual; por lo que con esta campaña se ha implementado una “Caja de herramientas” de manera digital donde los profesionales del sector salud pueden identificar síntomas, patologías mentales, se promueven prácticas y técnicas psicológicas de autocuidado, todo esto por el bien de la salud mental de aquellos que luchan a diario contra el COVID-19.

Asimismo, de acuerdo con Huarcaya (2020) ante todos los factores de riesgo que se encuentran prevalentes en los trabajadores profesionales del sector salud, se pueden realizar acciones a manera de proteger la salud mental de los mismos, en donde básicamente se deben llevar a cabo las estrategias adecuadas de intervenciones psicosociales apoyándose en los diferentes componentes interdisciplinarios, lo cual consistiría principalmente en regular unos horarios de trabajos mucho más cortos, con periodos de descanso, horarios rotativos para aquellos que se encuentran en las líneas de alto riesgo; es decir, la mejor manera de prevenir problemas en la salud mental es brindar los espacios adecuados para que estos trabajadores puedan descansar, aislarse, se les deben brindar estrategias para que sepan detectar cuando se sientan estresados y puedan darle un

manejo por medio de la relajación, excitar que los psicólogos se presenten al área donde descansa el personal de salud con el fin de brindarles orientaciones y ayuda si así lo requieren.

Dentro del análisis expuesto es posible observar los diferentes componentes de la crisis producida en el estado mental saludable de los trabajadores que ejercen en el campo de la salud como resultado de la coyuntura generada por el surgimiento repentino del virus Covid-19, en consecuencia es preciso incorporar, desde la psicología, directrices que regulen y solventen el riesgo inmediato y futuro a esta población; por parte de la psicología de las organizaciones es imperante el establecimiento de un sistema de bienestar, cultura y clima laboral que evite la vulnerabilización del horario laboral, la sobrecarga de trabajo con el fin de brindarles estrategias para el manejo del estrés, trabajo bajo presión y mitigar el temor al contagio que se presenta constantemente en dichos trabajadores de la salud. Asimismo, desde la psicología clínica es necesario que se brinde un acompañamiento psicológico a aquellos que lo requieran puesto que como se mencionó anteriormente cada vez se hace más evidente el desarrollo de trastornos psicológicos lo cual está incidiendo de manera directa en la calidad de vida de estos profesionales.

**Nota:** No se reporta conflicto de interés.

**Referencias**

- Buitrago, F., Ciurana, R., Fernández, M., y Tizón, J. Pandemia de la COVID-19 y salud mental: reflexiones iniciales desde la atención primaria de salud española. *Aten Primaria*. 2020. <https://doi.org/10.1016/j.aprim.2020.06.006>
- Caballero, C., y Campo, A. (2020). Problemas de salud mental en la sociedad: Un acercamiento desde el impacto del COVID 19 y de la cuarentena. *Duazary*, 1-3. <http://revistas.unimagdalena.edu.co/index.php/duazary/article/view/3467>
- Centro de Excelencia en Investigación en Salud mental, CESISM. (2020). El 40% del personal de salud en Colombia padece trastornos por la pandemia: CESISM. <https://www.ces.edu.co/noticias/el-40-del-personal-de-salud-en-colombia-padece-trastornos-por-la-pandemia-cesism/>
- Dosil, M., Ozamiz-Etxebarria, N., Redondo, I., Jeureguizar, J., y Picaza, M. Impacto psicológico de la COVID-19 en una muestra de profesionales sanitarios españoles. *Rev Psiquiatr Salud Ment (Barc.)*. 2020. <https://doi.org/10.1016/j.rpsm.2020.05.004>
- El Tiempo. (2020, Julio 16). Lanza Campaña por la salud mental de los médicos. <https://www.eltiempo.com/colombia/barranquilla/campana-por-la-salud-mental-de-los-medicos-518716>
- El Universo. (2020, Marzo 25). Coronavirus en Italia: enfermeras se suicidan y médicos siguen muriendo infectados. <https://www.eluniverso.com/noticias/2020/03/25/nota/7794639/coronavirus-italia-enfermeras-suicidio-medicos-religiosos-muertos>
- García-Iglesias, J. J., Gómez-Salgado, J., Martín-Pereira, J., Fagundo-Rivera, J., Ayuso-Murillo, D., Martínez-Riera, J. R., & Ruiz Frutos, C. (2020). Impacto del SARS-CoV-2 (Covid-19) en la salud mental de los profesionales sanitarios: una revisión sistemática. <https://medes.com/publication/152295>
- Huarcaya-Victoria J. Consideraciones sobre la salud mental en la pandemia de COVID-19. *Rev. PeruMedExpSaludPública*.2020; 37(2):327-34. Doi: <https://rpmesp.ins.gob.pe/index.php/rpmesp/article/view/5419>
- Martínez-Pizarro S. Necesidad de apoyo psicológico en profesionales sanitarios ante el COVID-19. *Psiquiatr Biol*. 2020. <https://doi.org/10.1016/j.psiq.2020.08.001>
- Ministerio de Salud, Minsalud. (2020). MinSalud rechaza la violencia contra personal médico. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/MinSalud-rechaza-la-violencia-contra-personal-medico.aspx>

Lozano, Antonio. Impacto de la epidemia del Coronavirus (COVID-19) en la salud mental del personal de salud y en la población general de China. Rev Neuropsiquiatr. 2020;87(1):51-56. Doi: <http://dx.doi.org/10.20453/rnp.v83i1.3687>

Organización Mundial de la Salud. (2018). Salud mental: Fortalecer nuestra respuesta. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>