

Comunicaci3n de la pandemia a largo plazo

La salud mental de los profesionales de la sanidad

Presentaci3n

La escasez de recursos humanos y materiales en la que deben trabajar a diario los profesionales de la sanidad, tratando de responder a la vez a una carga laboral cada vez m1s elevada, han desembocado ya en una grave situaci3n: la prevalencia de trastornos de la salud mental en este colectivo est1 aumentando de manera imparable. La pandemia empeor3 aun m1s la situaci3n, llevando al l3mite a muchos. Se necesita una acci3n gubernamental e institucional urgente para cambiar las condiciones laborales y brindar apoyo integral para garantizar un sistema de salud s3lido.

Debate

La Fundaci3n Vila Casas, en colaboraci3n con el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la Universidad Pompeu Fabra (CCS-UPF), organizaron este debate para dar visibilidad a esta cuesti3n y la necesidad de responder con urgencia. **Montserrat Viladomiu** y **Miquel Vilardell**, patronos de la Fundaci3n, dedicaron unas palabras de recuerdo a quien fue su presidente fundador, **Antoni Vila Casas**. A continuaci3n explicaron la necesidad de abordar la cuesti3n de manera decidida. Para ello, en esta ocasi3n participaron tres ponentes que situaron el problema desde diferentes 1ngulos: **Mar3a Dolores Braquehais**, jefa cl3nica de la Cl3nica Galatea, **Mar3a Romeu**, vicepresidenta del Colegio Oficial de Enfermeras y Enfermeros de Barcelona y **Dolors Liria**, directora de Menta Salut Professional.

Mar3a Dolores Braquehais resalt3 el deterioro progresivo de la salud de los profesionales de la salud, vincul1ndolo a una cultura enfocada al rendimiento. "El 'estado del ma-



Universitat
Pompeu Fabra
Barcelona

CCS
Centro de Estudios de Ciencia,
Comunicaci3n y Sociedad

FUNDACI3N
VILA CASAS

lestar' generado por los recortes previos a la pandemia han tenido entre otras consecuencias el *burnout* de los profesionales sanitarios", a1adi3. Destac3 que los 3ltimos tres informes de la Fundaci3n Galatea describen una situaci3n preocupante en Catalu1a, con un alto riesgo de problemas de salud mental. Tambi3n que, tras la pandemia, los trastornos en salud mental se han doblado y que, aunque cada vez se acude m1s a pedir ayuda, sigue existiendo un estigma sobre los problemas adictivos y los trastornos mentales graves. Relacion3 parte de este malestar con la forma de organizarse las instituciones y con la manera de preparar a los profesionales sanitarios, siendo, por tanto, un problema contextual.

Mar3a Romeu expuso los datos del Programa Retorn para mostrar el problema de *burnout* en el colectivo de enfermer3a. En los tres a1os que lleva en marcha se han realizado 125 primeras visitas y los diagn3sticos m1s frecuentes son los trastornos adaptativos, los afectivos y los de uso de sustancias. Tambi3n se refiri3 a tres estudios de la Fundaci3n Galatea, de 2017, 2020 y 2022, en los que se ve el empeoramiento en indicadores como salud percibida, horas de sue1o, cansancio o estr3s. El colectivo de las enfermeras tambi3n se vio afectado en salud mental durante la pandemia siendo algunos factores de riesgo las condiciones laborales precarias, la falta de reconocimiento, la repercusi3n de la covid en la salud y los estilos de vida. Tras la pandemia, estos factores contin1an teniendo un peso importante. En resumen, indic3 que es preciso cuidar la salud mental de las enfermeras.

Dolors Liria resalt3 la responsabilidad compartida entre las organizaciones y las estructuras en las que se enmarcan 3stas a la hora de velar y gestionar la salud laboral. Se1al3 adem1s que es vital abordar la dimensi3n grupal, mejorando la interacci3n y din1mica de los equipos de trabajo. Seg1n indic3, aunque las condiciones laborales son cruciales, el funcionamiento cohesionado del equipo es fundamental y, como muestra, explic3 c3mo algunos equipos, a pesar de las condiciones desfavorables durante la pandemia, lograron mantenerse unidos y enfrentarse

“Es vital abordar la dimensión grupal, mejorando la interacción y dinámica de los equipos de trabajo”

a los desafíos, subrayando la importancia de la dinámica grupal en la salud laboral.

Las periodistas especialistas en temas sanitarios fueron las encargadas de abrir el debate. **Susana Quadrado**, de *La Vanguardia*, preguntó si habían identificado cuáles eran los profesionales sanitarios en los que se estaban produciendo más problemas de salud mental y si había una mayor incidencia en las mujeres. **Milagros Pérez**, de *El País*, introdujo la cuestión de fondo de las condiciones laborales mercantilizadas y precarizadas, además de la insatisfacción en el trabajo por la masificación, y preguntó qué medidas estructurales se deberían tomar. **Carmen Fernández**, delegada del área de salud de *Unidad Editorial* en Cataluña, solicitó información sobre las medidas implementadas por el Instituto Catalán de la Salud en centros privados y concertados para garantizar la salud física y mental de sus trabajadores, así como su implicación emocional.

Gema Revuelta, directora del CCS-UPF, preguntó sobre las medidas de prevención para abordar los problemas de salud mental en los estudiantes de medicina y también para afrontar la automedicación en los profesionales sanitarios. **Ramon Sarrias**, de Metges de Catalunya, destacó la falta de planificación del sistema sanitario y criticó la poca atención a la salud laboral, proponiendo repensar el modelo sanitario y centrarlo en profesionales y pacientes, con una gestión más sensible centrada en sus necesidades. **Jordi Cruz**, presidente de Metges de Catalunya, resaltó el desafío demográfico en la atención médica desde 2010, con menos profesionales y más población, una situación que empeoró con la pandemia y que todavía no ha mejorado. **David Arribas**, de Metges de Catalunya, insistió en la importancia de la medicina del trabajo y abogó por enfocarse en cómo se vive la profesión, la implicación y la necesidad de ayudar a los demás, sugiriendo dirigir los esfuerzos hacia las necesidades de los trabajadores. **Xavier Lucaya** hizo hincapié en el atractivo persistente de la medicina, apreció la dignidad de la medicina asistencial en España y subrayó las limitaciones en investigación debido a la falta de recursos gubernamentales. **Andreu Segura** destacó la importancia del entorno social y la responsabilidad comunitaria para el trabajo en equipo en el sector sanitario y señaló que las expectativas profesionales se

centran excesivamente en la biologización de la salud, dejando aspectos esenciales fuera de la formación. **Núria Terribas**, de la Fundación Víctor Grifols, destacó el impacto del *burnout* en los profesionales sanitarios. También señaló la falta de previsión y la estructura actual como contribuyentes a los problemas de salud mental en los profesionales. **Elena Bartolozzi** habló de una auténtica “ruptura” que acaba con un abandono de la profesión y criticó la falta de atención de las instituciones a este problema. **Anna Roca**, vicepresidenta de Metges de Catalunya, expuso la falta de abordaje efectivo de la carga laboral y el estrés en los profesionales sanitarios por parte de las organizaciones sanitarias, pidiendo cambios en la planificación y criticando la falta de acción de la administración. **Lluís Albaigès** resaltó la falta de soluciones claras para la salud mental de los profesionales y criticó la organización piramidal que socava los equipos, abogando por repensar las estructuras y considerar la salud mental como un elemento colectivo. **Montserrat Viladomiu** señaló la sobrecarga en atención primaria con críticas al aumento ilimitado de pacientes por médico, mencionando el incumplimiento de acuerdos que afectan a las condiciones laborales en la sanidad y la necesidad de una atención urgente a este problema.

En respuesta a las intervenciones, **María Dolores Braquehais** explicó que había un bajo porcentaje de cirujanos y uno alto de pediatras y psiquiatras, señalando la tendencia a pedir cada vez más ayuda a la atención primaria. En cuanto al género, indicó que las mujeres presentan más trastornos depresivos y de ansiedad, mientras que en los hombres, con más reticencia a reconocer un problema de este tipo y pedir ayuda, se diagnostican más trastornos adictivos. Abogó por promover una cultura que priorice el cuidado a nivel individual, de equipo y para los pacientes, mencionando la necesidad de convencer a gestores y estudiantes de la importancia del autocuidado. Argumentó que, a pesar de la preparación técnica, los estudiantes no tienen formación adecuada para enfrentarse a los desafíos de la vida real. Sugirió también que una medida para reducir el abuso de medicamentos por parte del personal médico sería que a los médicos les prescribieran medicamentos otros médicos, en la consulta y con el tiempo de atención debido (evitando la autoprescripción y la visita de pasillo). Finalizó señalando que el cuidado de los profesionales es rentable y éticamente crucial para la sostenibilidad del sistema sanitario.

Maria Romeu destacó la feminización del colectivo de enfermeras, con un 80% de mujeres y la, a menudo, difícil conciliación con la vida familiar. Explicó también que no hay diferencias significativas entre las seis especialidades de enfermería, en lo que se refiere a la salud men-

tal, pero sí respecto a trabajar en entornos hospitalarios. Asimismo, se refirió a la escasez crónica de enfermeras en el sistema de salud y abogó por aumentar las plazas de formación de profesionales, además de incidir en la necesidad de reconocimiento para permitir a las enfermeras especialistas dedicarse plenamente a sus funciones.

Dolors Liria reconoció la falta de esperanza en el escenario actual, pero destacó la necesidad de tomar medidas para evitar una situación peor. Subrayó la importancia del trabajo en equipo como un factor protector de la salud mental y, aunque destacó la fuerza de la unión, enfatizó que es insuficiente si no se toman medidas claras como la incorporación de más profesionales y la revisión de la organización del sistema de salud. También señaló como

“Para cubrir el déficit de personal se ha recurrido a la sobreexplotación de los que no han abandonado”

fundamental acompañar a los estudiantes en el desarrollo de sus competencias, pensando de manera global en cómo ayudarles a gestionar sus demandas y desarrollar las habilidades que les serán útiles a lo largo de sus vidas. Por último, destacó la importancia de considerar la dimensión comunitaria en el ámbito de la salud.

Conclusiones

La mala salud mental de los profesionales de la sanidad es un grave problema al que apenas se da visibilidad. Cada vez son más los compañeros que se **rompen y no ven otra salida que abandonar** su profesión, incluso después de haberle dedicado tanto tiempo y esfuerzo a lo largo de la vida. Las duras condiciones laborales, que desde hace años deben soportar los profesionales de la sanidad, están provocando un malestar generalizado, un “no puedo más”, que desemboca en **nihilismo**, desconexión, inacción y pérdida de vinculación emocional con el trabajo.

Las malas decisiones tomadas por los planificadores en el pasado, hace años que muestran sus consecuencias y lo peor es que no hay indicios de que se esté reaccionando y

se planteen soluciones a este grave problema. El aumento en la prevalencia de trastornos de la salud mental entre los profesionales es muy superior a lo que cabría esperar e incluso puede ser el factor detonante que acabe por desestabilizar un sistema que, aunque siga funcionando, es cada vez más frágil.

Las pirámides demográficas ya indicaban el escenario actual, pero nunca se ha hecho caso a las predicciones. Los profesionales de la salud constituyen los **pilares** que sustentan el Sistema Nacional de Salud y su **desmoronamiento** tiene un componente contextual muy importante.

El aumento imparable de la presión asistencial, agravado a raíz de la pandemia, la escasez de recursos, la insuficiente formación en horario laboral, la deficiente conciliación con la vida personal, la falta de reconocimiento social y la ineficiente gestión de los equipos, han provocado que los profesionales presenten **trastornos de ansiedad y depresión** muy por encima de la prevalencia en la población general.

Actualmente la gestión del sistema de salud es básicamente **economicista**, se valora la productividad. Para cubrir el déficit de personal se ha recurrido a la sobreexplotación de los que no han abandonado y esto hace que se **trabaje en contra de los principios éticos** de la profesión.

Incluso los estudiantes experimentan altos niveles de estrés y autoexigencia. No se valoran sus actitudes ni se les enseña a desarrollar habilidades sociales ni a gestionar problemas, solo se prioriza su capacidad memorística y su competitividad.

La covid nos enseñó que la única opción para salir adelante con éxito es el trabajo en equipo. Por tanto, deberíamos esperar que el sistema lo fomentase. Sin embargo, las dinámicas actuales no solo no fomentan el trabajo en equipo, sino que en muchas ocasiones ni siquiera lo permiten.

Ante esta grave situación solo existe una solución: situar de verdad a los profesionales y a los ciudadanos en el centro del sistema. Es indispensable un **mayor compromiso de las instituciones** a nivel humano. Hay que fomentar la prevención y el trabajo en grupo como factores protectores de la salud, factores que permitan poner límites.

La lógica de la cura es antagónica a la lógica del rendimiento. Tratar bien a los profesionales y a uno mismo es más coste-eficiente y se asocia a menor *burnout*. Es urgente replantear el sistema sanitario.

Opini3n Quiral

Medicina,
comunicaci3n
y sociedad

El Proyecto Quiral es fruto de la colaboraci3n entre la Fundaci3n Vila Casas y el Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la Universitat Pompeu Fabra (CCS-UPF).

Opini3n Quiral

Con la voluntad de profundizar en el tema tratado en el Informe Quiral, la Fundaci3n Vila Casas organiza dos veces al a1o y con temas distintos un debate abierto en el que representantes del mundo sanitario, periodistas y p1blico en general intercambian opiniones y extraen conclusiones. Con ello, la Fundaci3n Vila Casas pretende contribuir a la formaci3n de buenos criterios sanitarios que redunden en beneficio de la sociedad. Con estas conclusiones la Fundaci3n Vila Casas edita la Opini3n Quiral.

El debate tuvo lugar el 15 de noviembre de 2023

PONENTES

Dra. Mar1a Dolores Braquehais Conesa: Jefa cl1nica. Programa Atenci3n Integral al Professional de la Salut Malalt. Cl1nica Galatea

Dra. Maria Romeu Labayen: Enfermera de Salut Mental. Vicepresidenta del Col·legi Oficial d'Infermeres i Infermers de Barcelona (COIB)

Dra. Dolors Liria Zamora: Psic3loga, vicedecana del Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya y directora de Menta Salut Professional

FUNDACI3N VILA CASAS

Montse Viladomiu, patrona de la Fundaci3n Vila Casas
Miquel Vilardell, patrono de la Fundaci3n Vila Casas
M. Jos3 Alcoriza, gerente de la Fundaci3n Vila Casas

CCS-UPF

Gema Revuelta
Miguel Ramudo
Vladimir de Semir

PERIODISTAS

Susana Quadrado, *La Vanguardia*
Milagros P3rez Oliva, *El Pa1s*
Carmen Fern3ndez, *Unidad Editorial*



CCS
Centro de Estudios de Ciencia,
Comunicaci3n y Sociedad

FUNDACI3N
VILA CASAS

www.fundaciovilacasas.com

ESPAIS
VolART
BARCELONA

Espais Volart
Ausi3s Marc, 20-22
08010 Barcelona
+34 93 481 79 85
volart@fundaciovilacasas.com

CAN
FRAMIS
BARCELONA

Museu Can Framis
Roc Boronat, 116-126
08018 Barcelona
+34 93 320 87 36
canframis@fundaciovilacasas.com

CAN
MARIO
PALAFRUGELL

Museu Can Mario
Plaça Can Mario, 7
17200 Palafrugell (Girona)
+34 972 306 246
canmario@fundaciovilacasas.com

PALAU
SOLTERRA
TORROELLA

Museu Palau Solterra
Església, 10
17257 Torroella de Montgr1 (Girona)
+34 972 761 976
palausolterra@fundaciovilacasas.com

Opini3n Quiral · A1o 2023 · N1mero 44.1
©Fundaci3n Vila Casas, 2023

Edita y publica: Fundaci3n Vila Casas y Centro de Estudios de Ciencia, Comunicaci3n y Sociedad de la UPF (CCS-UPF)

Dise1o gr3fico: Gina Serret

ISSN: 2013-486X
Dep3sito legal: B-7834-2009

PR3XIMO COLOQUIO ABIERTO
Opini3n Quiral

Fecha: a determinar
Espais Volart Ausi3s Marc 22 pl. baja, Barcelona

Aforo limitado · Tel. 934 817 980

M3s informaci3n: www.fundaciovilacasas.com