



OPINIÓN / MILAGROS PÉREZ OLIVA

La sobrecarga crónica de los médicos

La pandemia se ha ido, pero el malestar se ha quedado. El estrés y la sensación de agotamiento entre el personal sanitario ha bajado respecto al punto álgido de la covid, pero no ha vuelto a los niveles anteriores. De la sobrecarga excepcional se ha pasado a la sobrecarga crónica, una especie de termita silenciosa que corroe el ánimo de los sanitarios. Así lo constata la Fundación Galatea, creada en 2001 por el Consejo de Colegios de Médicos de Catalunya para atender las necesidades de salud mental de los colegiados. En colaboración con la Organización Médica Colegía, esta fundación sigue de cerca la evolución con encuestas periódicas a médicos. La última, de marzo de 2023, constata que los niveles de malestar emocional y mala salud se mantienen por encima de antes de la pandemia y las peticiones de asistencia por crisis de ansiedad, depresión, adicciones y otros trastornos mentales se han duplicado.

El porcentaje de médicos que dice tener regular o mala salud mental ha pasado del 10% de antes de la pandemia al 32%, mientras que el consumo de tranquilizantes o hipnóticos ha pasado del 18% al 28%. En el momento de la encuesta, un 17% de los facultativos sufría depresión o trastorno de ansiedad. Antes de la covid tenía insomnio el 9% de los médicos; durante la pandemia llegó a afectar al 35% y ahora ha bajado, pero lo sigue sufriendo un 30%. Además, tres de cada cuatro médicos refiere síntomas de agotamiento, dolor o estrés, cuando antes eran uno de cada tres. Esta evolución tiene que ver con la crisis sistémica en que ha entrado el sistema sanitario, con factores estructurales que no dejan de empeorar, según explicó la doctora María Dolores Braquehais, responsable clínica del programa Galatea en un reciente debate de Opinión Quiral celebrado en la Fundación Vilacasas. El empeoramiento de las condiciones labo-

rales, el exceso de horas de trabajo y la sobrecarga asistencial provocan en muchos profesionales la sensación de estar permanentemente sobrepasados.

Todo ello nos lleva a una cuestión importante: si quienes han de cuidar de nuestra salud no están bien, ¿cómo van a poder cuidarnos bien? El sistema sanitario ha afrontado con éxito el gran aumento de demanda de los últimos años por los cambios sociológicos y demográficos que han llevado a que en lugar de enfermos agudos, ahora sean pacientes crónicos con múltiples patologías los que llenan las consultas. Las medidas organizativas aplicadas han permitido aumentar la productividad del sistema de forma espectacular, pero ha sido a costa de una organización productivista que lleva las fuerzas al límite y no satisface ni a los sanitarios ni a los pacientes. La cultura del rendimiento ha entrado con fuerza de la mano de unos gestores que, con excepciones, parecen más preocupados por los resultados y las ratios que por el bienestar emocional de quienes participan del acto asistencial. Esa cultura del rendimiento ha desplazado a la cultura de la silla. Cuando al insigne doctor Gregorio Marañón le preguntaron cuál creía que era la innovación más importante para un médico, no señaló ninguna tecnología. “La silla”, dijo. Porque no puede haber buena medicina sin una buena escucha, y eso requiere tiempo, calma y empatía.

En el actual sistema sobrecargado y productivista el tiempo es el bien más escaso. Se habla mucho de resultados, de coste-beneficio y de coste-oportunidad, pero poco de humanismo, de confort emocional. Por mucha y muy buena que sea la tecnología, por eficiente que sea la organización, es el factor humano el que sostiene al sistema. Cuidar a los sanitarios debería ser algo más que el eco remoto de los aplausos que salían de los balcones durante la pandemia.