

La SEMG analiza el ámbito emocional en la atención del paciente con EPOC en el contexto de la pandemia

- **Las personas que se someten a la cuarentena actual por COVID-19 pueden experimentar efectos psicológicos adversos y estar en riesgo de padecer ansiedad, alteraciones del estado de ánimo y depresión, que, a largo plazo, pueden llevar a trastorno de estrés post-traumático y afectación el bienestar general.**

Madrid, 21 de septiembre de 2020 – Con los estragos causados por la pandemia y el impacto inminente en las economías, las estructuras sociales y los sistemas de salud, está surgiendo lo que empieza a considerarse una crisis mundial de salud mental. Ya el propio director general de la ONU pronosticó esta situación en un informe de política el 13 de mayo de 2020, declarando: "La salud mental y el bienestar de sociedades enteras se han visto gravemente afectados por esta crisis y son una prioridad que debe abordarse con urgencia".

Tal y como señalan varios estudios recientes, las personas que se someten a la cuarentena actual por COVID-19 pueden experimentar efectos psicológicos adversos y estar en riesgo de padecer ansiedad, alteraciones del estado de ánimo y depresión, que, a largo plazo, pueden llevar a trastorno de estrés post-traumático y afectación el bienestar general. Entre los factores estresores durante la cuarentena se encuentra la duración de la misma, el miedo a la infección, la frustración y aburrimiento y el no disponer del material e información adecuados.

De estas consecuencias, la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia (SEMG) habló en una reciente webinar dedicada concretamente al soporte emocional en la atención del paciente con enfermedad pulmonar obstructiva crónica (EPOC), enfocado en el contexto de la pandemia y el impacto que el aislamiento que puede tener para el enfermo, de la mano del Dr. Mario Bárcena, miembro del Grupo de Patología Respiratoria de la SEMG.

En cuanto a lo que ya se conocía de la salud mental en los pacientes con EPOC antes de la pandemia, según datos extraídos de la Guía Española de la EPOC (GesEPOC) -en su versión de 2017- la prevalencia de la depresión aumenta con la gravedad de la EPOC. En concreto, está presente en el 20% de los casos de EPOC leve, en el 44% en EPOC de pacientes hospitalizados y en el 90% en pacientes ingresados con insuficiencia respiratoria hipercápnica. De la Guía también se extrae que presentan ansiedad generalizada entre el 6 y el 33% de los pacientes con EPOC, presentando también el doble de riesgo de desarrollar deterioro cognitivo.

Durante la webinar, el Dr. Mario Bárcena puso sobre la mesa las medidas que se pueden llevar a cabo para mitigar las consecuencias de la cuarentena en los afectados por EPOC. Por ejemplo, intentar que la duración del aislamiento sea lo más corta posible, dar toda la información posible y proporcionar los materiales adecuados.

Para cuidar, hay que cuidarse

En este punto, los trabajadores sanitarios merecen una atención especial, sobre todo, cuando



NOTA DE PRENSA

La escasez de recursos humanos lleva a generar trabajo adicional y a sobrecargar a los profesionales con interminables jornadas en difíciles condiciones laborales. Precisamente, durante la webinar se avanzaron los detalles de una herramienta en la que ha colaborado la Sociedad Española de Médicos Generales y de Familia destinada a mejorar la salud emocional de los profesionales sanitarios, muy afectada por la actual crisis sanitaria.

La encargada de dar a conocer la herramienta fue la Dra. Pilar Rodríguez Ledo, responsable de Formación de la SEMG, quien avanzó que se trata de una plataforma destinada a gestionar las emociones de los sanitarios, tanto en el laboral como en el personal. La presión asistencial a la que se ven sometidos por la pandemia crea situaciones difíciles a los profesionales, “volvemos a casa con una situación emocional y miedos diferentes a los que teníamos”. Es por ello que es importante dejar claro que “para cuidar, hay que cuidarse”, recalcó Rodríguez Ledo.

En definitiva, se trata de una plataforma con recursos online que pretende proporcionar apoyo emocional a los profesionales y en la que, a modo de *coaching*, se trabajarán temas muy variados que profundizan en la eficiencia y la productividad, el manejo del conflicto, la importancia de distinguir lo importante de lo urgente, el manejo de la presión asistencial, el burnout y cómo llevar una mejor gestión del tiempo.

Para más información contactar con:

Sonia Morales (Comunicación SEMG)

Teléfono de contacto: 626 301 370

Email: gabinetecomunicacion@semg.es