

La prevención, clave

Aprender de la experiencia



▲ En la imagen, profesionales sanitarios de la planta de Oncología del Virgen del Rocío de Sevilla

Profesionales sanitarios y población se encuentran en una mejor situación para abordar la 'Cuarta Ola' debido a la experiencia vivida.

La confusión, el estrés, las conductas agresivas de familiares preocupados o aterrados, la fuga de pacientes y el caos general que ha reinado en los hospitales de toda España debido a la crisis del coronavirus ya no serán factores sorpresa. De alguna manera, lo vivido ha supuesto una enseñanza para todos y cuando venga la 'Cuarta Ola', con sus problemas de salud mental, desde enfermería el abordaje podrá ser completo. Así lo señala Francisco Megías-Lizancos, presidente de la Asociación Española de Enfermería en Salud Mental (AEESME), quien concluye que «la prevención es el mejor antídoto frente a los problemas que están por venir».

Los protocolos, el trabajo en equipo y el apoyo entre compañeros son algunos de los factores que Francisco Megías enumera como fundamentales en la gestión que se ha llevado a cabo con la crisis, y de cara al futuro. «Partiendo de esta forma de trabajar,

la prevención es fundamental. En el caso de la salud mental, es clave de cara a la atención y el cuidado a personas que por motivos de la covid-19 han sido afectadas, y a prevenir en la población, en general, los problemas relacionados con la salud mental de la vida diaria, como decimos nosotros». Francisco se refiere a diferentes problemas que tienen que ver con el estrés del día a día y que pueden verse incrementados con esta situación, que se pueden manifestar con insomnio, diarreas, cefaleas, algias, artralgias... y que de hecho ya se están viendo. «Ahí es donde las enfermeras especialistas en salud mental pueden trabajarlo conjuntamente con los equipos y enfermeras de atención primaria».

La salud mental no se ocupa solo de grandes síndromes, «sino de una manera transversal de todo lo que le ocurre a la gente a lo largo de su vida», explica Francisco, quien destaca la importancia de que las enfermeras estén más en el mundo sociosanitario para hacer frente a los futuros problemas que aún puede traer el coronavirus. «Vamos a encontrar muchos, pero además sigue habiendo algunos en la vida diaria que no están llegando a los servicios sanitarios y que las enfermeras, desde la actividad comunitaria, los pueden detectar y pueden ayudar a la gente». De toda esta situación que hemos vivido se puede concluir la importancia de los aspectos psicosociales en el trabajo enfermero.

Medidas necesarias

Desde AEESME están llevando a cabo varias iniciativas. "Entre ellas, una consulta a demanda del paciente o a través de las enfermeras o médicos de Atención Primaria, que harían una primera intervención para después reorientar la atención hacia salud mental si fuera necesario", explica Francisco. Otra medida será "favorecer el trabajo en el domicilio para que no haya extrañeza del espacio y, por último, potenciar el papel sociosanitario de la enfermera favoreciendo y facilitando el acceso a los recursos sociales a la mayor cantidad de población posible. Así, más ciudadanos conocerán estos recursos y tendrán acceso a ellos".

La esencia y los problemas de enfermería

«Las enfermeras entienden de lo bio-psico-social-cultural y espiritual. Es el profesional más cualificado, por lo tanto, para atender los problemas de la vida diaria de las personas. A veces, en situaciones paupérrimas, como puede ser por un ingreso prolongado por la covid-19, y a veces, por situaciones generadas debido a problemas de la vida diaria», asegura Francisco Megías-Lizancos, presidente de AEESME. A pesar de esto, enfermería afronta varios problemas contra los que aún tiene que luchar. Por un lado, la presión del sistema biomédico, que sigue demandando más trabajo auxiliar y técnico, y por otro lado, el problema para asumir roles por parte de la propia profesión: «Las enfermeras muchas veces hablan de lo que no tiene o de lo que reclama, pero el rol suyo que se desarrolla de una manera natural como profesional al lado de la persona que tiene problemas, que sufren, ese rol aún no saben defenderlo, expresarlo y comunicarlo». ■



Actividad institucional y docente

La asociación española que preside Francisco Megías, AEESME, surgió en el hospital psiquiátrico de Cien Puzuelos en 1984. Desde ese mismo año, Francisco es docente en la universidad, donde configuró una asignatura propia, 'Relaciones de ayuda mutua'. Responde "a lo que yo entiendo por salud mental y psiquiatría. Los grandes síndromes psiquiátricos afectan aproximadamente a un 2% de la población. Crean un gran sufrimiento y una gran carga familiar. Pero los problemas de salud mental, están de alguna manera insertos en la vida de las personas", señala el propio Francisco al respecto.