

Enfermería de la Salud Mental - Día Mundial de la Salud Mental

Megías Lizancos: "España necesita duplicar el número de enfermeras especialistas en Salud Mental"

El presidente de Aeesme dice que, valorando el patrón epidemiológico actual, esta cifra es vital para dar una atención y cuidados de calidad.

Un enfermero especialista en Salud Mental en una dinámica grupal. Foto: ARIADNA CREUS Y ÀNGEL GARCÍA (BANC IMATGES INFERMERES)

Alicia Serrano. Madrid

Lun, 10/10/2022 - 13:37

Las **cifras en España** son abrumadoras: uno de cada tres españoles presenta un caso probable de ansiedad y uno de cada cuatro de depresión (COP, 2021); unas 400.000 personas padecen un trastorno de la conducta alimentaria (Hospital Niño Jesús, 2015); uno de cada 10 estudiantes españoles ha sido víctima de acoso en la escuela (ANAR, 2022); y **se suicidan 10 personas al día, mientras lo intentan otras 20**; es decir, mueren al año por suicidio 3.941 personas (INE, 2020).

En el mundo, **450 millones de personas** se ven afectadas por un problema de salud mental que dificulta gravemente su vida cotidiana y se calcula que **una de cada cuatro personas** padecerá un trastorno mental a lo largo su vida, según la OMS.

En el **Día Mundial de la Salud Mental**, que se celebra hoy 10 de octubre, el presidente de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme), Francisco Megías, pone en valor la ética de los profesionales de enfermería en el libro 'La ética del cuidado en la salud menta', que ha escrito junto a **Carlos Aguilera Serrano**, secretario de Aeesme.

Se trata de un manual que recoge los aspectos de la ética aplicada a la practica de la enfermería de la salud mental, apoyándose en perspectivas teóricas que reconoce, en los pacientes y sus familias, **principios fundamentales de los derechos humanos**: autonomía, respeto a la diversidad, atención expresa a las demandas y aportaciones de las familia, aplicación de códigos éticos profesionales y competencias estándares de la práctica clínica.

"Nos parece importante tener a mano un texto que recoja los aspectos de la ética aplicada en relación con la práctica de la Enfermería de Salud Mental para servir de apoyo en el oficio", explica a este periódico Megías Lizancos.

PREGUNTA: ¿Cuáles son las posibles preocupaciones éticas en la práctica de la Enfermería de la Salud Mental?

RESPUESTA: El trabajo diario de las enfermeras en Salud Mental las lleva a considerar la vulnerabilidad que presentan personas, familias y grupos sociales, así como la gran fragilidad que muchas veces presentan al no contar con soportes necesarios para abordar problemas de la vida diaria: desarraigo, ostracismo, marginación y desesperanza al no ver visos de una vida mejor. Muchas veces las personas llegan a un estado extremo de desesperanza o claudicación porque no ven un futuro mejor. Estos problemas se intenta abordarlos desde el trabajo integral que suponen los cuidados enfermeros y, frecuentemente, este proceso de abordaje va a requerir un gran espíritu de compromiso, de constancia, que requiere un fuerte apoyo para el propio profesional, evitando su propia rendición.

P: ¿Cuáles son los principales errores que se comenten?

R: La presión del trabajo diario en Salud Mental es muy importante y el profesional tiene que aprender a redistribuir el tiempo de dedicación y la implicación personal en cada uno de los casos que atiende. Suele ocurrir que algunos profesionales asumen un nivel tan alto de responsabilidad que les ciega a la hora de discernir cuál es el momento de retirada en el proceso operativo, vinculado fuertemente al proceso afectivo. Quiere decir: hay que equilibrar el peso de la tarea con la parte afectiva, **evitando llegar al *burnout***.

P: ¿Cómo habría que cuidar 'éticamente' al paciente de Salud Mental?

R: El proceso de cuidados es interpersonal, entre la persona que tiene necesidades de Salud y el profesional, y en este proceso se van a dar distintas circunstancias que la enfermera tiene que reconocer más allá de su criterio que, a veces se dice, basado en la evidencia. La enfermera **ha de ejercer una cercanía terapéutica**, que conlleva respeto a la raza, a la condición sexual, a la cultura, a las creencias, a la identidad de género y a las manifestaciones de conducta que la persona exprese.

P: ¿Cómo está la Salud Mental de las enfermeras españolas en estos momentos?

R: En el momento actual y vinculado a la infección pandémica de la covid-19, la salud mental de las enfermeras se ha visto muy afectada como consecuencia de la presión asistencial a la que han estado sometidas, en momentos de gran confusión en los centros hospitalarios, porque nadie se esperaba esta gran pandemia y se carecía, en los primeros momentos, de medios para poder abordarla. Turnos muy largos, que dejaban de tener la denominación de turno para ser estados casi permanentes en los hospitales, dada la falta de personal sanitario en general, y de enfermeras en particular.

La presión asistencial no es solo el número de personas con un problema de salud, sino que hay que atender a todo el contexto que rodea la demanda de asistencia: desconocimiento de la patología y su evolución, convivencia con el sufrimiento humano en su más alta expresión, presión y demanda por parte de familiares muy desconcertados

y en shock por las circunstancias que estaban viviendo, etc. Hay que tener en cuenta también la **falta de apoyo individual y grupal por parte de las direcciones de los centros**; en España no hay mucha cultura para que se valore el apoyo mutuo como un bien resolutivo en situaciones difíciles, ni los centros y servicios lo propician, ni a nivel individual se considera.

La pandemia ha supuesto un **lastre emocional muy importante para los profesionales sanitarios** y, singularmente, para las enfermeras, por la cercanía a las personas que sufren, siendo por ello que han aumentado las consultas a causa del estrés y ansiedad, con síntomas de insomnio, dificultad de concentración, desinterés por las actividades de la vida diaria, etc. Todo ello ha repercutido también en el absentismo y bajas laborales.



Francisco Megías Lizancos, presidente de la Asociación Española de Enfermería de Salud Mental (Aeesme).

Personalmente, tengo fe en el futuro y sabemos que la persona tiene capacidad para superar los conflictos. Se requiere tiempo y mucha paciencia, pero las enfermeras, en este proceso de normalización, necesitan apoyo directo por los gestores de los servicios y un reconocimiento explícito por parte del Gobierno de la nación y de la población en general.

P: ¿Cómo está la Salud Mental de la ciudadanía?

R: Aquí tenemos que decir también que las secuelas de la pandemia están influyendo negativamente en la población en general, lo que se viene demostrando cuando sabemos que se han triplicado las consultas médicas y psicológicas por parte de los adolescentes, que ha aumentado el consumo de ansiolíticos y antidepresivos, y que el número de suicidios en los datos que tenemos del año 2020 ha llegado a la cifra más alta desde que se tienen registros.

Recordemos que, según señala la OMS, **por cada suicidio consumado habría alrededor de 20 intentos**. Una situación muy preocupante, ante la que los sanitarios deben estar

muy atentos para trabajar junto a otros profesionales influyentes en el ámbito social, como por ejemplo los maestros y profesores.

P: ¿Cuántas enfermeras más de Salud Mental hacen falta para dar una calidad asistencial adecuada?

R: A pesar de ser la profesión enfermera una de las profesiones más antiguas del mundo y reconociendo la necesidad de la especialización en este ámbito, le puedo decir que un psiquiatra ilustre, como lo fue el Dr. Rodríguez Lafora, ya en la década de 1920 reclamaba la necesidad de que en España se contase con enfermeras especialistas en Psiquiatría. En el año 1936 se publica el *Manual del Enfermeros para Pacientes Nerviosos y Mentales*. A pesar también de que en España ha existido la especialidad de enfermera especialista en Salud Mental y Psiquiatría desde el año 1974 y que ahora llevamos 23 años con la nueva especialidad por el sistema EIR con la denominación de enfermera especialista en Salud Mental; a pesar y muy a pesar de todo ello, la enfermera especialista en Salud Mental, en España, **sigue siendo la gran desconocida.**

La formación de enfermeras especialistas en Salud Mental tiene que ver con las unidades docentes multiprofesionales que las Comunidades Autónomas quieran crear y con el número de plazas que quieran ofertar. Hay comunidades autónomas que desde el principio crearon la categoría profesional y convocan plazas de enfermera especialista hasta conseguir que el 100% de las mismas sean de enfermera especialista, entre ellas las comunidades de **Aragón, Murcia, Extremadura y el País Vasco**. Hay otras comunidades que, paso a paso, han ido creando la categoría y convocando plazas de enfermera especialista, pero hay tres autonomías que prácticamente no han movido un dedo para conseguir que todas las enfermeras del ámbito de la Salud Mental sean especialistas y, por supuesto, con previa creación de la categoría. Estas son Asturias, La Rioja y Cataluña.

Hay otra comunidad en permanente conflicto con las enfermeras especialistas, que es **Andalucía**. En esta comunidad, en el ámbito comunitario, se han dado pasos positivos, reconvirtiendo plazas de enfermeras generalistas por enfermeras especialistas en Salud Mental, pero se niega a que, en el ámbito de la hospitalización, el 100% de estas enfermeras sean especialistas; quiere decir y pongo como ejemplo que en una Unidad de Hospitalización de Agudos de Psiquiatría quieren que convivan enfermeras especialistas y no especialistas. Justo en esas unidades donde se encuentran los enfermos en peor situación en cuanto a lo que su Salud Mental se refiere.

Por todo ello, vengo a decir que, para dar una atención y cuidados de calidad con una perspectiva de enfermera especialista, entendiendo cuidados con un concepto integral que son los aspectos biopsicosociales y espirituales, y valorando el patrón epidemiológico actual, **se necesitaría en España duplicar el número de enfermeras especialistas en Salud Mental.**

Pero que las instituciones implicadas escuchen y no hagan oídos sordos a la reclamación que hacen las enfermeras especialistas en Salud Mental en favor de la calidad de los cuidados y por la salud y bienestar de las personas.