

Els sanitaris, al límit per la pandèmia: la meitat té un risc alt de patir trastorns mentals

Els símptomes principals són depressió, ansietat, atacs de pànic, trastorn d'estrès posttraumàtic i abús de substàncies



Professionals de l'UCI de l'Hospital del Mar | Martí Segura Ramoneda

Gairebé la meitat dels professionals sanitaris a l'estat espanyol té un alt risc de patir un trastorn mental després de la primera onada del coronavirus i un 14,5% el pateix de forma discapacitant, és a dir, amb repercussions clares en la vida professional i personal. Ho indica un estudi liderat per investigadors de l'Institut Hospital del Mar d'Investigacions Mèdiques (IMIM) i metges del Mar, amb dades de més de 9.000 treballadors de 18 centres sanitaris de l'Estat, en el marc del projecte *Mindcovid*. Els símptomes principals són depressió, ansietat, atacs de pànic, trastorn d'estrès posttraumàtic i abús de substàncies. Segons un segon estudi dels mateixos autors, un 3,5% dels sanitaris presenta idees suïcides actives en l'últim mes.

Els estudis es publiquen a *Revista de Psiquiatria y Salud Mental* i *Depression & Anxiety*. Els dos treballs es basen en una sèrie d'enquestes anònimes en línia, del projecte *Mindcovid*, realitzades a professionals sanitaris dels divuit centres participants, de sis comunitats autònomes. Els han liderat investigadors de l'IMIM i del CIBER en Epidemiologia i Salut Pública (CIBERESP) i del CIBER de Salut Mental (CIBERSAM), així com metges de l'Hospital del Mar.

Un total de 9.138 professionals van respondre preguntes sobre la feina durant la primera onada;



relacions familiars; impacte personal de la Covid-19 o en l'entorn familiar, social i laboral i una sèrie de mesures per detectar possibles trastorns mentals.

Segons l'estudi, el 45,7% presenten risc alt d'algun tipus de trastorn mental, és a dir, necessitarien una avaluació professional per confirmar la presència d'un trastorn mental. Per patologies, el 28% presenta depressió; el 22,5% trastorn per ansietat; prop del 25%, pànic; el 22%, estrès posttraumàtic i el 6%, abús de substàncies.

"Les dades de la primera onada de la pandèmia indiquen una prevalença de problemes de salut mental discapacitants en els sanitaris espanyols molt més alta que l'esperada", destaca el doctor Jordi Alonso, autor principal de l'estudi, director del Programa d'Epidemiologia de l'IMIM-Hospital del Mar i codirector científic del CIBERESP.

El doctor Alonso assenyala que cal monitoritzar el risc que els problemes persisteixin i esdevinguin crònics i tenir en compte els factors identificats a l'estudi per minimitzar-lo: "Una part d'aquests trastorns poden ser reactius a un estrès agut i, amb un bon maneig, hem de veure si podem evitar que esdevinguin crònics". "Ens preocupa perquè és un col·lectiu que ha de fer front a una emergència, el necessitem, i no ens podem permetre el luxe de tenir gent patint i que, a més, hagi de treballar", afegeix.

La prevalença dels trastorns mentals és més elevada en el cas de les dones joves, que no han nascut a l'estat espanyol i que no estan casades. El col·lectiu de les auxiliars d'infermeria és el que mostra un impacte més gran. Dos de cada tres auxiliars pateixen risc alt per trastorns mentals. En el cas de les infermeres, la meitat es troba en un risc alt.

Segons l'estudi, haver presentat un trastorn mental abans de la pandèmia dobla el risc de tornar-ne a patir a conseqüència de la Covid-19. També s'observa una prevalença més elevada en aquells professionals que van atendre pacients amb Covid-19 i aquells que han patit la malaltia o amb familiars que es van contagiar.

El 80% dels enquestats van estar involucrats directament en la cura de pacients amb Covid-19. El 43% va estar-hi en contacte durant gairebé tot el temps. El 17,4% va contraure la malaltia i 112 van necessitar ingrés hospitalari. En el 13,4% dels casos algun membre de la família directa va resultar infectat i en un de cada quatre, el professional va haver de confinar-se o fer quarantena. Quatre de cada deu van reportar haver patit algun tipus de desordre mental abans de la pandèmia.

"Els resultats de l'estudi no ens sorprenen, però ens preocupen. Són molt consistents amb la nostra experiència clínica", assenyala el doctor Víctor Pérez, últim signant del treball, director de l'Institut de Neuropsiquiatria i Addiccions de l'Hospital del Mar (INAD), coordinador del Grup de Recerca en Salut Mental de l'IMIM i investigador del CIBERSAM.

Davant d'aquests resultats, els autors recomanen fer un seguiment dels professionals sanitaris amb trastorns mentals previs, així com aquells que han tingut una exposició elevada a la Covid-19, que hagin patit la infecció o han estat confinats i en els col·lectius sanitaris on s'ha vist que el risc de patir un trastorn mental és més elevat. "Hem d'identificar factors modificables associats al risc o a la millora per detectar el nivell de necessitat no atesa des del punt de vista emocional", recalca el doctor Alonso.