

Hospital de Dia per torns i seguiment telefònic: el coronavirus altera el servei de salut mental d'Althaia

Tot i que les urgències de psiquiatria es mantenen obertes, els professionals recomanen que, si no es tracta d'una casuística molt concreta, els pacients es quedin a casa



El servei d'urgències del CSAM segueix operatiu | Althaia

#QuedataCasa és el hashtag que més s'està fent servir, últimament, a les xarxes socials; l'estat d'alarma decretat pel govern de Pedro Sánchez i l'ordre de confinament imposada a la ciutadania com una mesura per evitar la propagació del coronavirus, ha convertit aquestes tres paraules [*queda't a casa*] en una mena de mantra que al·ludeix a la solidaritat i a la responsabilitat social.

Però, és clar, sempre hi ha excepcions. Més enllà de les persones que treballen oferint serveis essencials, de les que han de treure el gos o anar a comprar, o dels professionals de la sanitat, també hi ha gent que necessita sortir de casa perquè està seguint tractaments mèdics que no es poden interrompre. Dintre d'aquest darrer grup hi trobem les persones que pateixen algun problema de salut mental; una patologia que a simple vista no es veu però que, en moments d'excepcionalitat com el que s'està vivint actualment, es pot arribar a accentuar i, fins i tot, a descontrolar si no hi ha un seguiment psiquiàtric al darrere.

En aquest sentit, des de la Divisió de Salut Mental d'Althaia, han hagut de reestructurar i alterar la seva dinàmica habitual per complir tant amb els requeriments governamentals com amb la seva funció de servei públic. "La gent que pateix alguna patologia mental sol ser més vulnerable davant d'aquest tipus de situacions anòmales", explica Meritxell Viladrich, Cap del Servei de Salut Mental d'Adults, tot afegint que "és per aquest motiu que és molt important fer-los un seguiment exhaustiu per ajudar-los tant a ells com a les seves famílies, vetllant per la bona convivència i el benestar psicològic i emocional".

I com el fan, aquest seguiment? "Majoritàriament per telèfon: els professionals de la unitat de salut mental truquem els pacients pràcticament cada dia i fem les sessions que faríem presencialment, de manera telemàtica", assenyala, mentre apunta que "igualmente, el CSAM (Centre de Salut Mental) compta amb psicòlegs i psiquiatres *in situ* per atendre urgències o casos concrets de pacients que, per exemple, necessiten medicació intravenosa". A banda d'aquest servei, comenta Viladrich, l'Hospital de Dia "també el mantenim obert, durant la setmana"; el que passa és, però, "que hi fem entrar els pacients per torns". En aquest sentit, si bé el funcionament habitual d'aquest servei contempla l'atenció de diversos usuaris alhora i en un mateix espai, l'excepcionalitat de la situació n'ha fet replantejar la dinàmica.

Pacients ingressats

Tenint en compte l'atenció que, en molts casos, requereixen els pacients de l'àmbit de la salut mental, quin protocol se seguiria, des d'Althaia, si una de les persones ingressades a la Unitat de Psiquiatria agafés el coronavirus? "El primer que haurem de fer és mirar si l'aïllament del pacient en qüestió es pot fer dintre de la mateixa Unitat de Psiquiatria", exposa Viladrich: "Tot i així, la situació canvia tant i tan sovint que no podem establir un protocol d'actuació concret. El que sí que hem fet és protagir-los tant com hem pogut, eliminant les visites dels familiars i retirant els permisos de sortida a l'exterior".

Oferir suport als professionals mèdics

Malgrat que "aguanten molt i no acostumen a demanar-nos ajuda de manera directa", des de la Divisió de Salut Mental d'Althaia també volen vetllar pel benestar de tots aquells professionals mèdics que es troben a la primera línia de foc, treballant sense parar i amb una gran pressió: "creiem que oferir-los ajuda és el mínim que podem fer, i malgrat no ens la demanin, volem que sàpiguen que hi som", manifesta Viladrich.

Guies d'ajuda

Amb la voluntat de donar un cop de mà a totes aquelles persones que estan complint el confinament, des de l'equip de psicòlegs d'Althaia (tant el d'adults com el d'infants i joves) han elaborat una sèrie de guies amb pautes a seguir per a mantenir una bona salut mental. Es donen, per exemple, consells a pares i mares amb infants i adolescents a casa (https://www.althaia.cat/althaia/ca/corporatiu/comunicacio/coronavirus-sars-cov-2/consells-per-contribuir-al-vostre-benestar/df-llibret-afrontament-psicologic-confinament-covid.pdf?fbclid=IwAR16Jpak5-yMYJLddgmnwcvH3Z79DYwV1ZHoBVqt_ESXg9byfAWCA) ; a persones que pateixen o que conviuen amb algú que té algun trastorn del neurodesenvolupament (https://www.althaia.cat/althaia/ca/corporatiu/comunicacio/coronavirus-sars-cov-2/consells-per-contribuir-al-vostre-benestar/llibret-confinament-trastorns-neurodesenvolupament-1.pdf?fbclid=IwAR2DNbVBTQg2fAF1RoCFy7VqxwkEzLTIOZKYaBcupKWqdlsgc1jL2Nzg_z4) ; es faciliten eines per evitar l'addicció a les pantalles (https://www.althaia.cat/althaia/ca/corporatiu/comunicacio/coronavirus-sars-cov-2/consells-per-contribuir-al-vostre-benestar/llibret_tic.pdf) , i s'ofereixen estratègies per combatre l'insomni i dormir bé a les nits (https://www.althaia.cat/althaia/ca/corporatiu/comunicacio/coronavirus-sars-cov-2/consells-per-contribuir-al-vostre-benestar/pautes_per_dormir_millor.pdf) .

