

Emergència sanitària

La meitat dels sanitaris tenen símptomes d'algun trastorn mental per la covid

El risc de depressió és 6 vegades més alt que abans; un 3,5% van pensar en el suïcidi

ANA MACPHERSON
Barcelona

Gairebé la meitat dels professionals sanitaris espanyols han tingut durant la primera onada de covid símptomes d'un trastorn de salut mental. Encara que es tracti de símptomes explicats pels mateixos professionals a través d'una enquesta epidemiològica i no per un diagnòstic psiquiàtric, el volum és molt alt: sis vegades més indicis de depressió major que el que assenyalen enquestes europees anteriors.

Un 3,5% reconeix que va tenir idees de suïcidi, de com dur-lo a terme. Un altre 4,5% admet idees de mort passives: desitjava adormir-se i que desaparegués tot. I aquest patiment que reflecteixen les xifres interfereix notablement en la vida personal, laboral i social d'un 14,5% dels professionals. Un 80% estaven en contacte directe amb la malaltia.

Aquests resultats pertanyen a l'estudi dut a terme per epidemiologia de l'institut d'investigació IMIM de l'hospital del Mar, del Ciber de Salut Mental i del de Salut Pública. L'ha dirigit l'investigador de l'IMIM Jordi Alonso i hi han participat més de 9.000 professionals de tots els estaments, de 18 centres sanitaris situats en sis comunitats autònomes.

"Representen 100.000 treballadors, i els resultats mostren més vulnerabilitat quan ja s'ha tingut abans algun problema de salut mental, quan s'és dona, quan s'està exposat a la covid constantment i quan, a més, hi ha mala formació i inseguretats financeres", explica Jordi Alonso.

Al contrari, un dels factors més protectors davant totes aquestes circumstàncies és estar ben format i sentir-se empoderat. "Així que creiem que hi ha molt a fer per canviar la situació", adverteix Alonso. Els símptomes de depres-



ALEX GARCIA

Infermeres d'una planta de Vall d'Hebron dedicada exclusivament a la covid des de fa gairebé un any

Durant la primera onada abundaven l'ansietat i l'insomni; ara, el cansament i la irritabilitat

sió durant la primera onada de pandèmia són els més augmentats, fins a sis vegades més, i apareixen en un 28% dels enquestats; l'ansietat, en gairebé en un de cada quatre. L'estrès posttraumàtic, en un 22%. L'abús de substàncies, en un 6%, el que ha augmentat menys respecte a la normalitat anterior a la covid. Tristesa, impossibilitat d'agafar el son, estat

d'alerta continuat són algunes de les seqüeles.

"Les dades, sense diferències entre els diferents centres, coincideixen amb el que hem vist aquests mesos. Però, malgrat que tots els hospitals han proporcionat serveis anonimitzats i discrets per atendre aquest augment de simptomatologia, no venen. Posarem el focus en els que ja han tingut algun problema de salut mental, almenys així s'evita l'estigma d'anar al psiquiatre. Però també preparem uns autotests perquè els mateixos treballadors s'autovalorin i consultin, perquè no deixin passar setmanes i mesos sense consultar", explica el cap de psiquiatria de l'hospital del Mar.

D'aquests resultats i de la valo-

ració dels factors de risc estudiats es dedueix que hi ha coses per fer en les empreses sanitàries per contrarestar la part inevitable, la covid. "Per exemple, cal formar molt més, fer entrenaments que donin eines de seguretat", indica Jordi Alonso.

El seguiment de l'impacte de l'epidèmia durant els mesos següents encara no està a punt, però des de l'experiència clínica hi veuen diferències: si els primers mesos predominaven l'ansietat i l'insomni, ara abunden el cansament i la irritabilitat. "És una enorme quantitat de persones amb símptomes, tocades per l'epidèmia, i caldrà cuidar-les, invertir temps a demostrar-los que se'ls donarà suport", assegura Víctor Pérez. ●