

Cómo sobrelleva el personal sanitario la conciliación familiar junto al SARS-CoV-2

Autora: Esperanza Verdugo Román

Categoría profesional y lugar de trabajo: Enfermera. Hospital de la Merced de Osuna (Sevilla, España).

Sr Director:

La conciliación familiar siempre ha sido un contratiempo para los profesionales de la enfermería, debido a su multidisciplinar profesión basada en el cuidado del paciente, que abarca desde la promoción de la salud y prevención de enfermedades hasta el cuidado al final de la vida. Estas son praxis que se deben de realizar las 24 horas de los 365 días que componen un año, lo que implican turnos de mañana, tarde o noche, festivos y fines de semana. Por lo que se dice que la conciliación laboral, familiar y personal siempre ha sido una contrariedad para los profesionales de enfermería, además sigue siendo unos de los principales retos para la sociedad española.

El personal de enfermería ya arrastraba una sobrecarga laboral, con largas jornadas de trabajo debido a la escasez de recursos materiales y personales antes de la pandemia vivida en el 2020. Por lo que la aparición repentina del SARS-CoV-2 ha supuesto un aumento de la presión laboral y un ataque a la salud física y mental de nuestros profesionales.

El SARS-CoV-2, es un virus que sigue activo después de casi un año en nuestro país, debido a su alta transmisión por contacto directo (saliva, aerosol, orina, heces entre otros), desarrolla una infección respiratoria que desencadena una neumonía a veces bilateral en el sistema respiratorio de aquel paciente que lo porte, por ello muchos de los sanitarios que están atendiendo a estos pacientes tienen que extremar las precauciones a la hora de atender a estas personas mediante el uso de EPIS (Equipo de Protección Individual).

La aparición de este nuevo virus ha realizado bastantes estragos en la salud y en la vida de nuestros profesionales sanitarios, ya que de un momento a otro modificaron sus lugares y rutina de trabajo para atender a pacientes positivos en COVID-19, se enfrentaron a cambios de protocolos constantes para ofrecer el mejor cuidado posible, afrontaron esta enfermedad totalmente desconocida sin conocimientos, con sobrecarga de trabajo, con un aumento de casos por días... todos estos cambios afectaron a la salud mental de estos profesionales.

El conjunto de repentinos sucesos en la vida de nuestros enfermeros suponen un gran impacto en la salud de los enfermeros, ya que al llegar a casa aparecían nuevas inquietudes por miedo de contagiar a sus familiares. Testimonios de compañeras exponen sentimientos de pérdida de apetito, fatiga, ansiedad, tensión, pánico, estrés, burnout, insomnio, inseguridad, incertidumbre, síntomas depresivos, preocupación, desesperación, miedo a empezar con síntomas semejantes a los del COVID-19, presión por ser profesional de la salud pero a la vez madre/padre de familia con niños pequeños, cuidador de personas mayores o con alguna patología de riesgo... Muchas de ellas fueron atacadas por vecinos por vivir en un mismo bloque, otras suspendieron las visitas a otros familiares, no encontraban a nadie para que les ayudase en el cuidado de mayores o de hijos, se aislaron en habitaciones para evitar el contacto, incluso se llegaron a mudar temporalmente a otra casa. Esto era un factor agravante ya que carecían de falta de afecto, apoyo emocional y hospitalidad, además de afrontar solos los conflictos y los impactos generado por el COVID-19.

Los profesionales de enfermería asumieron estos cambios, aunque eso no dejó de afectar a su salud mental, por lo que estamos en la obligación de poner en marcha nuestra labor investigadora para poder realizar estrategias que velen por la salud de nuestros enfermeros, para así poder prevenir la aparición de enfermedades que perjudiquen la salud mental de los sanitarios, sin olvidarnos de proporcionar el apoyo emocional necesario para afrontar la vida familiar. Antes de esta pandemia ya era difícil conciliar para los sanitarios, actualmente la situación es más compleja aún, ya que existe miedo a contagiar a la familia. Como enfermeras debemos de seguir luchando por la promoción de la salud en tiempos de coronavirus para evitar la aparición de factores que pongan en riesgo nuestra salud física y mental y así favorecer la conciliación familiar.

"Los profesionales sanitarios ponen en riesgo su salud y seguridad, para poder combatir la actual pandemia originada por el SARS-CoV-2"

BIBLIOGRAFÍA

1. Ferreira do Nascimento V, Yuri Hattori T, Tercas Trettel ACR. Dificultades y temores de las enfermeras que enfrentan la pandemia de COVID-19 en Brasil. Scielo [Internet]. [Citado el 9 de Diciembre de 2020]. 20 (2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202020000200312
2. Ramió Matas C. Coronavirus, modelos de Estado, toma de decisiones y la transformación de la gestión pública. Gigapp [Internet]. [Citado 9 dic 2020]. 7:182-189. Disponible en: <http://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/230>
3. García Sierra R, Fernández Castro J, Martínez Zaragoza F. Implicación de las enfermeras en su profesión. Un estudio cualitativo sobre el engagement. Elsevier [Internet]. [Citado 10 dic 2020]. 27 (3): 153-162. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1130862117300372>
4. Torres Simón JC. Conciliación de la vida laboral, personal y familiar del personal de enfermería en el siglo XXI. Dialnet [Internet]. [Citado 10 dic 2020]. 1249-1250. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6892525>
5. Vinueza Veloz AF, Aldaz Pachacama NR, Mera Segovia CM, Pino Vaca DP, Tapia Veloz EC y col. Scielo [Internet]. [Citado el 10 de Diciembre de 10 dic 2020]. Disponible en: https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:VD_W6ZFSIU0J:https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/download/708/958/988+&cd=2&hl=es&ct=clnk&gl=es