



Miércoles 02/10/24

Salud amplía y consolida el programa para atender las necesidades de apoyo emocional del personal sanitario y sociosanitario tras el éxito del primer año

La consejera de Salud y las presidentas de los tres colegios implicados hacen balance de un ambicioso plan que ha atendido a más de un centenar de profesionales sanitarios de la región afectados por problemas de salud mental

Martín anuncia que el programa se mantendrá en 2025 ampliando servicios como el apoyo emocional a los jóvenes residentes riojanos, porque “mantener la buena salud mental de los profesionales que nos cuidan, que nos sanan, es un requisito imprescindible para garantizar la calidad asistencial en La Rioja”

La consejera de Salud y Políticas Sociales del Gobierno de La Rioja, María Martín, ha comparecido este miércoles, 2 de octubre, con las presidentas de los colegios oficiales de Médicos, Inmaculada Martínez; Psicología, Pilar Calvo; y Enfermería, Raquel Velilla, para hacer un balance del programa de apoyo emocional al personal sanitario y sociosanitario, incluido en la Estrategia de Salud Mental de La Rioja, “que se ampliará y consolidará dado su éxito”.

Martín ha señalado que “durante los primeros meses de este programa se han atendido a más de un centenar de profesionales riojanos, en concreto 110 personas (83 profesionales sanitarios y sociosanitarios y 27 enfermeras). Un dato que denota tanto su éxito como la necesidad de seguir trabajando”. Por esta razón, la consejera ha anunciado que el programa se mantendrá en 2025 ampliando servicios como el apoyo emocional a los médicos residentes riojanos, porque “mantener la buena salud mental de los profesionales que nos cuidan, que nos sanan, es un requisito imprescindible para garantizar la calidad asistencial en La Rioja”.

Para la consecución de este fin, “la Consejería de Salud y Políticas Sociales seguirá colaborando con los tres colegios profesionales implicados, porque es la vía más eficaz y ellos los más adecuados para valorar sus necesidades y tratamientos”, ha remarcado Martín.

Dentro del Programa de Asistencia Integral al Profesional Sanitario con Problemas de Salud Mental se tiene en cuenta, en primer lugar, la prevención, protección y promoción de la salud mental entre los profesionales del ámbito sanitario; así como la detección de estas patologías y la atención a los profesionales afectados por ellas. El programa incluye la realización de talleres de apoyo y atención psicológica, así como consultas individuales de apoyo psicológico.

En el caso específico del programa de apoyo emocional a los médicos residentes, el programa plantea como objetivos potenciar las habilidades del profesional para una atención sanitaria humanizada y personalizada; estimular las habilidades de autocuidado para prevenir el estrés derivado de la intervención profesional o propiciar actitudes que favorezcan un adecuado acercamiento al paciente y a su familia.

Un programa pionero que se consolida para cuidar al que cuida

Durante el año 2025 se mantendrán las mismas aportaciones que en la actualidad para el desarrollo de este programa: el Colegio de Psicólogos recibirá 50.000 euros; el Colegio de Enfermería 25.000; y el Colegio de Médicos 19.843 euros (siendo un complemento al PAIME –Programa de atención integral al médico enfermo- que desarrolla el Estado desde hace décadas). Estos importes provienen de los fondos aprobados por el Consejo Interterritorial de Salud el 23 de junio de 2023 como apoyo al Plan de Acción de Salud Mental del Ministerio de Sanidad, en la línea “Abordaje de problemas de salud mental en contextos con mayor vulnerabilidad”. En concreto, el Plan estatal establece la necesidad de poner en marcha, con las comunidades autónomas, un programa de apoyo a los profesionales que “sirva de recuperación por síndrome de *burnout* o síndrome de estrés postraumático de los profesionales sanitarios”.

Cada uno de los colegios seguirá desarrollando su propia estrategia, pero con unas características comunes. Asimismo, se seguirán programando talleres o cursos de regulación emocional y afrontamiento de los procesos vitales estresantes cuyos objetivos son: mejorar la comprensión de las emociones; potenciar la adquisición de competencias para la regulación emocional; aprender estrategias de desactivación fisiológica; desarrollar técnicas cognitivas adaptativas; y aprender a resolver los conflictos.

Estos talleres se completarán con un Programa de Psicoterapia Individualizada, para prestar atención psicológica a trastornos de ansiedad, depresión, *burnout* y trastorno por estrés postraumático surgidos en el medio laboral.

Para acceder a estos recursos, el personal sanitario y sociosanitario deberá ponerse en contacto con su colegio profesional. En cada uno de ellos habrá una persona coordinadora del Programa de Atención Psicológica. La asistencia será gratuita y confidencial; respetándose y garantizándose en todo momento la privacidad y la protección de datos.

Plena implicación de los colegios de Psicología, Medicina y Enfermería

Por su parte, la presidenta del Colegio Oficial de Psicología de La Rioja, Pilar Calvo, ha concretado en qué va a consistir el nuevo programa vinculado con la atención y formación a los médicos internos residentes. “Durante este año han podido acceder al apoyo emocional, pero hemos considerado que dado el nivel de presión que tienen los primeros años resulta interesante que se haga una formación específica para ellos”, ha dicho. Los objetivos de esta formación, ha asegurado Calvo, “son potenciar

las habilidades profesionales que faciliten una atención personalizada y humanizada y promover unas actitudes que favorezcan el tratamiento a los pacientes y familiares, entre otros, además de entrenar habilidades de regulación emocional y de autocuidado para prevenir”, ha subrayado.

En la misma línea, la presidenta del Colegio Oficial de Médicos de La Rioja, Inmaculada Martínez, ha destacado que “el programa de apoyo emocional ha sido acogido con gran entusiasmo entre el colectivo”. Asimismo, ha resaltado que “los médicos somos personas y también nos tenemos que cuidar. Conocemos el problema de salud mental que puede afectar a los profesionales sanitarios y trabajamos juntos para abordarlo de una manera más integral”, ha dicho

Y, por último, la presidenta del Colegio Oficial de Enfermería de La Rioja, Raquel Velilla, ha apuntado que “el proyecto Cuidándonos es el primer proyecto de estas características y estamos muy contentas con la acogida”. Así, ha recordado que 27 enfermeros han pedido ayuda ante problemas de salud mental vinculados con el trabajo. Velilla ha aprovechado para hacer un llamamiento al colectivo para que se animen a participar en estos talleres. “Nos gusta cuidar, pero nos cuesta mucho que nos cuiden”, ha dicho, “somos vulnerables, es importante que cuidemos la salud mental”, en esa línea ha llamado a normalizar esta situación y sumarse a este programa.