



FACULTAT D'INFERMERIA
Universitat Rovira i Virgili

Marta Rodríguez Martínez

IMPACTO EMOCIONAL DE LA PANDEMIA Y CRISIS SANITARIA PRODUCIDA POR
COVID-19 EN LOS PROFESIONALES DE LA SALUD. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

TRABAJO DE FIN DE GRADO

Dirigido por:

Maria Luisa Mateu Gil

Facultad Enfermería. Campus Terres de l'Ebre

TORTOSA, CURSO ACADÉMICO 2020-2021

SOL·LICITUD DE DEFENSA DEL TREBALL FI DE GRAU

DADES PERSONALS		
Nom i cognoms: Marta Rodríguez Martínez		
DNI: 71350619-L	Adreça: Carrer Ramón Berenguer IV 66 1-1	
Codi postal: 43500	Població: Tortosa	Tel. Fix: 947333445
Tel. Mòbil: 673226571		Adreça electrònica URV: marta.rodriguez@estudiants.urv.cat

EXPOSO
Que he finalitzat el procés d'elaboració del meu Treball Fi de Grau titulat: Impacto emocional de la pandemia y crisis sanitaria producida por Covid-19 en los profesionales de la salud. Revisión Bibliográfica.
Que tinc l'autorització del/ de la tutor/a del meu Treball Fi de Grau: Maria Luisa Mateu Gil
I estic en disposició d'efectuar la seva defensa.

SOL·LICITO
Que sigui acceptada a tràmit la defensa del meu Treball Fi de Grau, per la qual cosa adjunto a aquesta sol·licitud dos exemplars del Informe Final.

En Tortosa , 19 de Mayo de 2021

EL/LA TUTOR/A: Dono el vist-i-plau a aquesta sol·licitud de Defensa del Treball Fi de Grau Data i signatura: 18/05/2021

EL/LA COORDINADOR/A: Data de recepció i signatura
--

SUMARIO DE CONTENIDO

RESUMEN.....	5
JUSTIFICACIÓN	6
INTRODUCCIÓN	7
PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN.....	13
OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS	13
General:	13
Específicos:.....	13
METODOLOGÍA.....	14
Palabras clave.....	14
Operadores booleanos y truncamientos utilizados / Ecuación de búsqueda	15
Criterios de inclusión y exclusión de los documentos seleccionados.....	15
Bases de datos de publicaciones consultadas, metabuscadores, otras fuentes	16
RESULTADOS	17
Tabla de búsqueda.....	17
Diagrama de flujo	18
Tabla de resultados.....	19
ANÁLISIS/DISCUSIÓN	28
LIMITACIONES DE ESTUDIO Y LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN	32
CONCLUSIÓN.....	33
BIBLIOGRAFIA:.....	35

Agradecimientos:

A mi familia, en especial a mis padres y hermano, por apoyarme, estar a mi lado en todo momento y confiar en mí.

A mi tutora, Maria Luisa Mateu Gil, por el esfuerzo, los conocimientos brindados, la paciencia y la dedicación que ha tenido durante todo el proceso de redacción de mi trabajo de fin de grado. Sus enseñanzas e indicaciones han sido fundamentales para poder desarrollar el trabajo.

Por último, a todos los profesionales sanitarios, en especial a las enfermeras, por su compromiso, por su humanidad, por cuidar y por estar siempre ahí.

RESUMEN

Introducción: La pandemia Covid-19 ha provocado daños en la salud física y en la salud mental de muchas personas, dejando a los profesionales sanitarios en primera línea de exposición, ocasionando altas tensiones emocionales y sobrecarga laboral. **Objetivo:** Identificar el impacto emocional de la pandemia y crisis sanitaria causada por COVID-19 en los trabajadores de la salud. **Metodología:** Se ha realizado una búsqueda bibliográfica en bases de datos científicas, seleccionando finalmente 16 artículos que responden al objetivo. **Resultados:** Los profesionales sanitarios han sufrido un elevado impacto emocional a consecuencia de la pandemia por COVID-19, presentando elevados niveles de ansiedad, estrés y síntomas depresivos. Ser mujer joven, enfermera, el miedo a infectarse o infectar y la exposición al virus son principales factores desencadenantes a desarrollar problemas mentales. **Conclusiones:** Prestar atención a su salud mental e implementar planes de intervención es importante para reducir la carga psicológica en los profesionales sanitarios, en especial en las enfermeras. **Palabras clave:** Covid-19, Profesionales Sanitarios, Salud Mental.

ABSTRACT:

Introduction: The Covid-19 pandemic has caused damage to the physical and mental health of many people, leaving health professionals in the front line of exposure, causing high emotional stress and work overload. **Objective:** Identify the emotional impact of the pandemic and health crisis caused by COVID-19 on healthcare workers. **Methodology:** A bibliographic search has been carried out in scientific databases, finally selecting 16 articles that respond to the objective. **Results:** Health professionals have suffered a high emotional impact as a result of the COVID-19 pandemic, presenting high levels of anxiety, stress and depressive symptoms. Being a young woman, a nurse, the fear of being infected or infect, and exposure to the virus are the main triggers for developing mental problems. **Conclusions:** Paying attention to their mental health and implementing intervention plans is important to reduce the psychological burden on health professionals, especially nurses. **Keywords:** Covid-19, Health Professionals, Mental Health.

JUSTIFICACIÓN

El coronavirus ha afectado a la salud física de cientos de miles de personas en el mundo pero también a la salud mental. Problemas como la ansiedad o el estrés se han incrementado de forma exponencial. Si estos problemas de salud mental ya son los más frecuentes, desde que comenzó la pandemia, las alteraciones en la vida diaria, han hecho que se incrementen aún más los casos de estas patologías, en especial en los profesionales sanitarios que han estado en primera línea de combate contra el virus.

Desde que se decretó el Estado de Alarma en España, la mayor parte de los profesionales sanitarios no han parado ni un momento en enfrentarse al virus, ya no solo durante sus jornadas laborales, sino después de estas horas de trabajo, estudiando, investigando y contestando dudas de amigos y familiares o incluso a desconocidos. Toda esta situación conlleva una sobrecarga mental, que a día de hoy muchos sanitarios experimentan.

La pandemia sorprendió desprevenido al mundo y dejó a los sanitarios en primera línea para combatirla. La presión asistencial se multiplicaba mientras acusaban la falta de equipos de protección, los compañeros enfermaban y el temor a llevar el virus a casa o a sus pacientes tensaba cada vez más el día a día. Enfrentarse a diario a la posibilidad de no contar con el equipamiento suficiente, el desconsuelo de familiares y amistades, dilemas éticos y morales ante la toma de decisiones complejas, hace que el miedo, la pena, la frustración, el agotamiento y la ansiedad estén presentes en las vidas de los sanitarios.

Atender a los profesionales de la salud e identificar los problemas de salud mental y emociones causadas por el COVID, así como su bienestar psicosocial es tan importante como cuidar su salud física.

INTRODUCCIÓN

El 31 de diciembre de 2019, la Comisión Municipal de Salud y Sanidad de Wuhan, informa sobre un grupo de 27 casos de neumonía de etiología desconocida, con una exposición común a un mercado mayorista de marisco, pescado y animales vivos en la ciudad de Wuhan. De estos casos de neumonía, 7 fueron considerados graves. Una semana más tarde, el 7 de enero de 2020, las autoridades chinas identifican y confirman que se trataba de un nuevo coronavirus denominado SARS-CoV-2.

El 30 de enero de 2020, el Comité de Emergencias de Reglamento Sanitario Internacional declaró el brote de Emergencia de Salud Pública de Importancia Internacional. Posteriormente, el 11 de marzo de 2020, la OMS reconoce la situación como pandemia global.

Al igual que otros virus de la familia de los coronavirus, este virus destaca por diversas manifestaciones clínicas englobadas bajo el término COVID-19, que incluyen cuadros respiratorios de diferente gravedad, siendo los síntomas más frecuentes la fiebre, tos seca o productiva, dolor de garganta, disnea, astenia, diarrea y dolor. Los grupos más expuestos y con mayor riesgo de desarrollar la enfermedad son las personas de más de 60 años, con patologías como la hipertensión arterial, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer e inmunodepresión. Se piensa que pasó de murciélagos a un mamífero intermediario y de ahí a los humanos, transmitiéndose principalmente por vía aérea, a través de pequeñas gotas y aerosoles. (1, 2).

Es una enfermedad sin tratamiento farmacológico específico y con unos mecanismos de transmisibilidad y letalidad poco conocidos, por lo que dificulta la implantación de intervenciones sanitarias por parte de los sistemas de salud.

Ante la aparición de un brote epidémico, las autoridades sanitarias y gubernamentales deben tomar medidas y políticas de salud pública que limiten al máximo la propagación de la enfermedad, así como preocuparse por todos los aspectos derivados de la pandemia que puedan afectar a distintas áreas de la salud. (3)

En España, el Gobierno decretó el Estado de Alarma en todo el territorio con el fin de establecer las medidas necesarias para prevenir la propagación internacional del virus,

controlarla y darle una respuesta de salud pública proporcionada y así afrontar la situación de emergencia sanitaria provocada por COVID-19. Durante el periodo establecido se decretó la restricción de la circulación de los ciudadanos, la priorización del trabajo a distancia y la suspensión de la actividad escolar presencial. (4)

La limitación de la movilidad, la disminución de la vida social, la limitación de actividades al aire libre y ejercicio físico, la alteración de los horarios de las comidas y de sueño, son elementos que alteran el bienestar emocional, llevando a la posibilidad de aumento de hábitos tóxicos como el consumo de alcohol u otras drogas.

Aunque la crisis provocada por la COVID-19 es, en primer lugar, una crisis de salud física, contiene el germen de una importante crisis de salud mental. Según la OMS, la salud mental se define como “un estado de bienestar en el cual el individuo se da cuenta de sus propias aptitudes, puede afrontar las presiones normales de la vida, puede trabajar productiva y fructíferamente y es capaz de hacer una contribución a su comunidad”. En este sentido, la salud mental es la base para el bienestar y el funcionamiento efectivo de un individuo y una comunidad, es mucho más que la ausencia de enfermedad mental. Ni la salud física ni la salud mental pueden existir solas. (5)

Una adecuada salud mental es fundamental para el buen funcionamiento de la sociedad, incluso en las mejores circunstancias. Sin embargo, la salud mental y el bienestar de sociedades enteras, se han visto gravemente afectados por la crisis causada por la pandemia mundial. (6)

El posible impacto provocado por la pandemia y el confinamiento general durante tres meses en España sobre el bienestar emocional y la salud mental de la población, se puede considerar tanto consecuencia de factores directamente relacionados con la enfermedad como de otros aspectos más relacionados con los efectos de dicha pandemia sobre la actividad personal, laboral, educativa, social, económica y cultural, entre otras.

Las dimensiones y la rapidez con las que se desarrolla la pandemia pueden haber facilitado sentimientos de vulnerabilidad, temor al contagio (tanto al propio como al de los seres queridos), miedo al curso futuro de la evolución de la pandemia, así como incertidumbre sobre el futuro a corto, medio y largo plazo. Muchas de las características propias de la enfermedad producida por el virus se han ido conociendo sobre la marcha, lo que ha contribuido a incrementar sentimientos negativos como la preocupación, el estrés, la

frustración o la vulnerabilidad. La incertidumbre en muchos aspectos se puede haber comportado como un elemento estresor añadido, en particular entre los profesionales sanitarios. (7)

A pesar de que no son representativos, los datos de muchos países indican que el número de infecciones por el virus de la COVID-19 entre los trabajadores de la salud es mucho mayor que entre la población general. Aunque los profesionales sanitarios representan menos del 3% de la población en la gran mayoría de los países, alrededor del 14% de los casos de COVID-19 notificados a la OMS corresponden a trabajadores de la salud. (8)

Son numerosos los colectivos profesionales que combaten a pie de cañón las consecuencias de la pandemia, entre ellos el personal sanitario como es el caso de: (9)

- Enfermería, tienen más contacto directo con los pacientes y sus familias, por lo que es más probable que se involucren emocionalmente.
- Servicios de Urgencias y de Emergencias
- Atención Primaria de Salud
- Hospitalización a Domicilio

Por otro lado, el personal sanitario en primera línea de exposición a casos probables y confirmados, como es el caso de:

- Cuidados Críticos y Reanimación
- Medicina Interna
- Neumología
- Enfermedades Infecciosas

La incertidumbre y el estrés que conlleva las dificultades en la atención médica durante un brote epidémico como coronavirus, exige una especial atención a las necesidades de apoyo del personal sanitario, ya que al estar en primera línea de defensa contra el virus, la experiencia más directa con la enfermedad los ha convertido en los grupos más vulnerables desde el punto de vista del impacto emocional. (10)

Situaciones como estar trabajando temporalmente en ámbitos asistenciales para los que no

se ha recibido el entrenamiento adecuado, escasez de material para prestar una atención adecuada y contar con protección ante el riesgo biológico (sobre todo mascarillas, test y equipos de protección individual (EPIs), ver a pacientes de otras patologías que no pueden recibir la atención que hasta ahora recibían por la nueva prioridad asistencial, llevaron a una sobrecarga emocional en los sanitarios y a verse desbordados por momentos, cada vez de mayor duración, sin tener un horizonte claro de la duración de la situación.

Además de los riesgos físicos, la pandemia ha ejercido niveles extraordinarios de estrés psicológico sobre los trabajadores sanitarios, ya que se sobrecargaron los sistemas de salud e incrementó el trabajo. En esta línea, el hecho de trabajar bajo presiones extremas, tomar decisiones difíciles a nivel ético, aumentar las horas en los turnos de trabajo y la preocupación por la transmisión nosocomial al estar expuestos continuamente a pacientes con COVID-19 hace que el bienestar físico y mental se viera afectado a medio-largo plazo. (11).

A corto plazo, aparece la sintomatología típica de burnout, catalogado por la OMS como un riesgo laboral, afectando no sólo al personal que lo padece, sino que secundariamente afecta también a los usuarios que son atendidos por los que sufren dicha afección. La definición más aceptada hoy en día es la propuesta por Maslach y Jackson en 1981; quienes consideran que el síndrome es una forma inadecuada de afrontar un estrés emocional crónico cuyos rasgos principales son el agotamiento emocional, la despersonalización y la disminución del desempeño personal. (12). A largo plazo, destaca el estrés post-traumático, que se relaciona con alteraciones cardiovasculares, trastornos musculoesqueléticos, del sueño y gastrointestinales. La ansiedad, la depresión y el estrés están presentes en el día a día de los profesionales.

Este impacto psicológico más destacado e importante, está asociado a diferentes factores de riesgo. Además, la percepción de la utilización de equipos de protección individual (EPI) poco adecuados, está directamente relacionado con el malestar emocional. (11)

En muchos hospitales se han llevado a cabo estrategias de soporte psicológico a los profesionales. Además, se proponen algunas recomendaciones para hacer frente al estrés post-traumático entre las que se encuentran descansar, cuidar las necesidades básicas, ya que no hacerlo pone en riesgo tanto la salud propia y puede comprometer la capacidad para atender a los pacientes, mantenerse actualizado mediante fuentes fiables de conocimiento,

estar en contacto con los seres queridos, ya que son el sostén fuera del sistema de salud, compartir frustraciones y soluciones con los compañeros de trabajo y realizar actividades (en la medida de lo posible) no relacionadas con todo lo que tenga que ver con la pandemia. (10)

Es de mucha importancia destacar la resiliencia, que consiste en la capacidad de superar los eventos adversos y ser capaz de tener un desarrollo exitoso a pesar de circunstancias muy adversas. No es una cualidad absoluta, lograda para siempre, sino que se trata de una capacidad que resulta de un proceso dinámico y evolutivo, que varía según las circunstancias, la naturaleza del trauma, el contexto y la etapa de la vida, y puede expresarse de maneras muy diferentes dependiendo de la cultura.

En el campo de los profesionales sanitarios, son numerosos los beneficios que esta aporta ante las adversidades y el estrés. Por otro lado, puede ayudar a compensar los factores que incrementan el riesgo de presentar afecciones de salud mental, como la depresión y la ansiedad. De esta manera, los enfermero/as soportan mejor el ambiente hostil de sufrimiento, dolor y muerte en el que se mueven durante sus jornadas de trabajo. (13)

La pandemia provocada por la COVID-19 ha sido y sigue siendo uno de los mayores desafíos para la salud que se ha conocido en el último siglo. Su dimensión ha obligado a una gran mayoría de países a adoptar medidas excepcionales, y ha provocado tensiones y colapsos en los sistemas de salud y en los mercados de productos sanitarios a nivel mundial. Es una de las mayores tragedias humanas y sanitarias que ha vivido la humanidad en los tiempos modernos.

Cuando se da una situación como la actual, en la que dos bienes primordiales, como la salud pública y los derechos de las personas, entran en conflicto en un contexto de escasez de recursos, en el que ni el sistema de salud, ni sus profesionales estaban específicamente preparados, es inevitable que se susciten infinitas de problemas éticos complejos. Todas estas circunstancias generan un desasosiego que dificulta el desarrollo de la actividad profesional diaria en condiciones adecuadas, y ponen a los profesionales en riesgo de sufrir afectaciones de salud mental. Por ello, junto al apoyo ético, es también necesario el apoyo emocional. Además, hay que tener en cuenta que las circunstancias personales de cada persona son únicas y ello hace que el impacto de la crisis en cada una sea distintos. (14)

La finalización del confinamiento domiciliario, así como la reducción de las medidas de

restricción, no supone, en ningún sentido, que el virus haya desaparecido. Como sanitarios, se debe seguir insistiendo en el cumplimiento de las acciones básicas de higiene y prevención, para seguir conteniendo el riesgo de transmisión y garantizar la detección de brotes, así como asegurar la respuesta ante nuevos brotes, o incluso, ante una posible oleada por el virus. (15)

Los profesionales sanitarios, y el resto de personal imprescindible para la labor sanitaria y sociosanitaria (incluido el personal de las empresas externas), se han sometido a tensiones emocionales y demandas laborales extraordinarias y de elevada intensidad. Sin profesionales que se sientan respaldados y con fuerza moral, la asistencia estará todavía más comprometida. Es evidente que estos profesionales desempeñan un papel fundamental en la atención de los pacientes; por ello, se debería tener en cuenta a todos ellos, tanto a los que se encuentran en contacto directo con pacientes COVID-19 en los medios hospitalarios o la denominada “primera línea”, como a aquellos sanitarios que se encuentran en un medio comunitario. (15). Asimismo, no se puede dejar de mencionar la importancia que tiene el poder ofrecer soporte emocional en estas situaciones para aumentar la resiliencia y mantener la salud mental de los profesionales sanitarios. (11)

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuál es el impacto emocional que ha producido la pandemia y crisis sanitaria causada por COVID-19 en los profesionales de la salud?

Como estrategia empleada para valorar la pregunta de investigación se han utilizado los criterios FINER (Factible, Interesante, Novedoso, Ético y Relevante).

OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS

General:

- Identificar el impacto emocional de la pandemia y crisis sanitaria causada por COVID-19 en los profesionales de la salud.

Específicos:

- Enumerar los principales síntomas relacionados con la salud mental causados por la crisis sanitaria por COVID-19 en los profesionales de la salud.
- Establecer los principales factores desencadenantes a propiciar problemas de salud mental en los profesionales sanitarios.
- Identificar a los/las profesionales de enfermería como un grupo vulnerable en la pandemia a presentar problemas de salud mental.

METODOLOGÍA

Con el fin de proporcionar una respuesta a los objetivos previamente mencionados se ha realizado una revisión bibliográfica de diversos artículos publicados en diferentes bases de datos de ciencias de la salud.

Para la búsqueda de los artículos se han utilizado bases de datos, operadores booleanos, palabras clave y factores de inclusión y exclusión. De esta manera se ha conseguido un número determinado de artículos, de los cuales se han seleccionado los más relevantes en cuanto al tema principal. La búsqueda se ha centrado en aquellos artículos relacionados con el impacto emocional causado por la crisis sanitaria del COVID-19 en los profesionales sanitarios.

La estrategia de búsqueda para seleccionar los artículos del presente estudio se ha basado en los criterios de inclusión y exclusión, palabras clave y operadores booleanos.

Tras aplicar los criterios de selección de los artículos en la búsqueda se encontraron 1214 artículos. Con la lectura del título, resumen y descartando los artículos duplicados y revisiones sistemáticas, quedaron un total de 42 artículos. Finalmente, con la lectura completa y crítica del texto se omitieron 26, escogiendo 16 para esta revisión bibliográfica.

Palabras clave

Las palabras clave utilizadas para la búsqueda, en castellano e inglés respectivamente son las siguientes:

CASTELLANO	INGLÉS
COVID-19	COVID-19
PROFESIONALES DE LA SALUD	HEALTHCARE PROFESSIONALS
SALUD MENTAL	MENTAL HEALTH
PANDEMIA	PANDEMIC
IMPACTO PSICOLÓGICO	PSYCHOLOGICAL IMPACT

Tabla 1: Palabras clave. Elaboración propia.

Operadores booleanos y truncamientos utilizados / Ecuación de búsqueda

Los operadores booleanos, palabras o símbolos que permiten conectar de forma lógica conceptos o grupos de términos para ampliar, limitar o definir la búsqueda de manera rápida y eficaz, se han utilizado los siguientes:

- AND

Criterios de inclusión y exclusión de los documentos seleccionados

Para la selección de los documentos correspondientes respecto al tema a estudiar se han establecido los siguientes criterios:

- Criterios de inclusión:

- Fecha de publicación entre 2020-2021.
- Accesibilidad gratuita al texto completo, de manera libre o a través del Servicio de Acceso a la Biblioteca Digital (SABiDi) de la Universitat Rovira i Virgili.
- Idioma de publicación inglés, catalán o castellano.
- Relacionados con el impacto emocional de la crisis sanitaria por COVID-19 en los profesionales sanitarios europeos.

- Criterios de exclusión:

- Artículos no publicados en Europa
- No cumplir los criterios nombrados anteriormente.
- Artículos no publicados en revistas científicas

Bases de datos de publicaciones consultadas, metabuscadores, otras fuentes

Medlline: es una base de datos de internet de literatura biomédica profesional. Contiene más de 25 millones de referencias en las que se pueden buscar artículos en más de 5.600 publicaciones biomédicas.

Google Academic (GA): es un buscador especializado de Internet, que rastrea todo tipo de documentación científica localizable en la web, tanto referencias bibliográficas como documentos íntegros.

Scopus: es una base de datos bibliográfica, de resúmenes y citas de artículos de revistas científicas. También ofrece herramientas bibliométricas para evaluar el rendimiento de publicaciones y autores.

Pubmed: es una herramienta de búsqueda libre que ofrece citas y resúmenes de artículos de investigación biomédica. También incluye referencias de libros, actas de congresos etc.

Web of Science: base de datos de información bibliográfica y recursos de análisis de la información que permiten evaluar y analizar el rendimiento de la investigación. Su contenido es multidisciplinar y proporciona información de alto nivel académico y científico.

RESULTADOS

Tabla de búsqueda

En tabla 2 se describe el procedimiento de búsqueda y el número de documentos seleccionados:

BASES DE DATOS	TIPO DE BÚSQUEDA	TÉRMINOS UTILIZADOS	NUMERO DE ARTÍCULOS ENCONTRADOS	NÚMERO DE ARTÍCULOS SELECCIONADOS
Pubmed	Avanzada	Covid 19 AND mental health AND healthcare workers	684	7
Scopus	Avanzada	Covid 19 AND mental health AND healthcare workers	314	7
Medline	Avanzada	Covid 19 AND mental health AND healthcare workers	35	0
Web of Science	Avanzada	Covid 19 AND mental health AND healthcare workers	216	2

Tabla 2: tabla de búsqueda. Elaboración propia

Diagrama de flujo

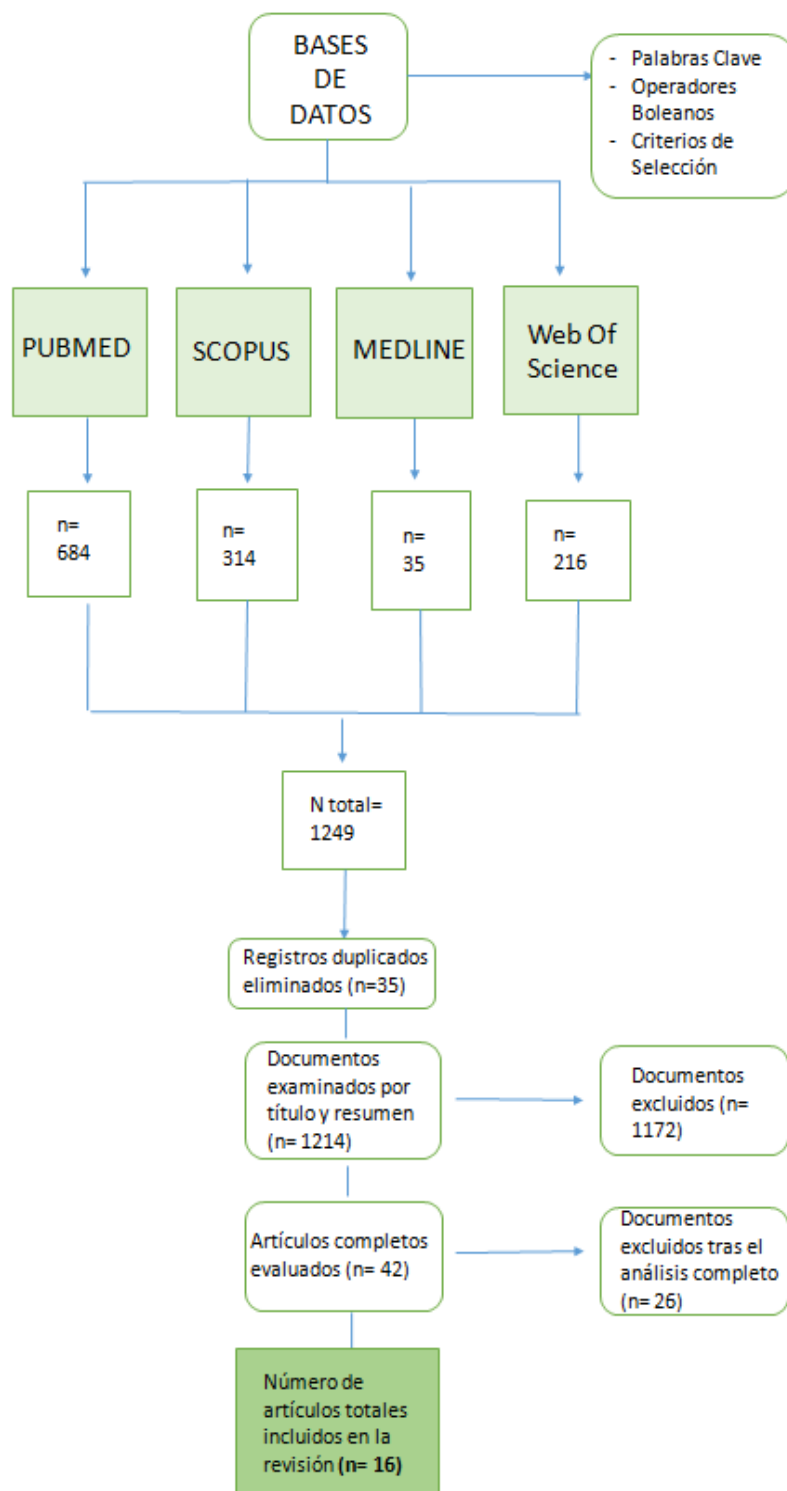


Tabla de resultados

En la tabla 3 describen las características de los documentos seleccionados:

REFERENCIA	TIPO DE ESTUDIO	MUESTRA	OBJETIVOS	PRINCIPALES RESULTADOS Y CONCLUSIONES
Erquicia J, Valls L, Barja A, Gil S, Miquel J, Blanquet-Leal J, Schmidt C, Checa J, Vega D. Impacto emocional de la pandemia de Covid-19 en los trabajadores sanitarios de uno de los focos de contagio más importantes de Europa. Med Clin (Barc). 2020 June; 155(10): 434-440). Disponible en: https://www.ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/pmc/articles/PMC7381886/ (16)	Estudio transversal	395 trabajadores de salud españoles.	Analizar el estado emocional de los trabajadores del Hospital de Igualada, mientras se enfrentaban a uno de los focos de contagio más importantes de Europa.	Los principales síntomas reportados fueron la ansiedad, depresión y estrés agudo. Los factores de riesgo asociados a mayor malestar psicológico fueron el hecho de ser mujer, estar en contacto directo con pacientes Covid-19, no contar con elementos de protección personales y haber experimentado la muerte de una persona cercana por Covid-19.
Gorini A, Fiabane E, Sommaruga M, Barbieri S, Sottotetti F, La Rovere M, Tremoli E, Gabanelli P. Mental health and risk perception among Italian healthcare workers during the second month of the Covid-19 pandemic. Archives of Psychiatric Nursing. 2020; 537-544. Disponible en: https://www.sciencedirect-com.sabidi.urv.cat/science/article/pii/S088394172030563X?via%3Dihub (17)	Estudio transversal	650 trabajadores de la salud italianos.	Evaluar el riesgo percibido y el miedo al contagio, así como la salud mental de los profesionales de la salud italianos.	Los datos obtenidos muestran que, en general, el sexo femenino, la profesión de enfermería, el miedo a contagiarse, y el hecho de atender directamente a los pacientes infectados son principales factores de riesgo para el desarrollo de trastornos de salud mental, siendo la ansiedad y la depresión los más mencionados.

Cunill M, Aymerich M, Serdà BC, Patiño-Masó J. The impact of COVID-19 on Spanish Health Professionals: A Description of Physical and Psychological Effects. International Journal of Mental Health Promotion. 2020 July; 2(3). Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85090590111&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofree_toread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+health+care+workers%29&relpos=285&citeCnt=3&searchTerm (18)	Estudio descriptivo transversal.	1452 profesionales de la salud.	Describir los síntomas físicos y psicológicos en trabajadores de la salud que atienden a pacientes con COVID-19.	Los resultados muestran que el personal de enfermería y auxiliar de enfermería muestra puntuaciones más altas en ansiedad y depresión que el personal médico. También se encuentran diferencias según el sexo. Las trabajadoras de la salud muestran ansiedad, depresión y síntomas físicos con más frecuencia que el sexo masculino. Entre los síntomas físicos registrados cabe destacar dolor de cabeza, dolor de espalda, cansancio e insomnio. Factores como largas jornadas laborales, contacto directo con pacientes infectados, y el distanciamiento de los seres queridos, añade más presión sobre las mujeres.
Duarte I, Teixeira A, Castro L, Marina S, Ribeiro C, Jácome C, et al. Burnout among Portuguese healthcare workers during the COVID-19 pandemic. BMC Public Health. 2020; 20, 18885. Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85097226501&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab	Estudio transversal	2008 profesionales de la salud portugueses.	Evaluar a los trabajadores sanitarios en términos de las contribuciones relativas de las variables sociodemográficas y	Se descubrió que el género, el estado de los padres, el estado del matrimonio y la reducción del salario son factores importantes del agotamiento personal. Los problemas de salud y el contacto directo con personas infectadas se asociaron con una mayor susceptibilidad a un alto desgaste personal y laboral.

8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=88&citeCnt=1&searchTerm (19)			de salud mental en tres dimensiones de agotamiento: agotamiento personal, laboral y relacionado con el paciente.	Los niveles más altos de estrés y depresión se asocian con niveles más altos de todas las dimensiones de agotamiento.
Tiete J, Guatteri M, Lachaux A, Matossian A, Hougardy J-M, Loas G, Rotsaert M. Mental Health Outcomes in Healthcare Workers in COVID-19 and Non-COVID-19 Care Units: A Cross-Sectional Survey in Belgium. Front. Psychol. 2020; 11, 612241. Disponible en: https://www.scopus-com.sabidi.urv.cat/results/results.uri?sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&cl=t&offset=21&origin=resultslist&ss=plf-f&ws=r-f&ps=r-f&cs=r-f&cc=10&txGid=74c04aba29c6fff2c86eb9d5350bdc05 (20)	Estudio transversal	Un total de 1244 médicos y enfermeras de cinco hospitales generales de Bélgica fueron informados. 647 participaron en la encuesta.	Evaluar las diferencias en salud mental en médicos y enfermeras que trabajan en unidades de atención médica COVID-19 o no COVID-19.	Los resultados obtenidos muestran una alta prevalencia de agotamiento, insomnio, depresión y ansiedad entre los participantes. Se muestra un nivel mayor de agotamiento, insomnio y ansiedad entre las enfermeras en comparación con los médicos. Ser enfermera, joven, vivir sola y con una mayor carga de trabajo son factores de riesgo directamente relacionados con los problemas de salud mental.
Lázaro-Pérez C, Martínez-López J-A, Gómez-Galán J, López-Meneses E. Anxiety About the Risk of Death of Their Patients in Health Professionals in Spain: Analysis at the Peak of the COVID-19	Estudio descriptivo	157 cuestionarios en hospitales de 12	Conocer si se ha producido ansiedad por parte del personal	Los resultados muestran que la mayoría de los profesionales muestran niveles muy altos de ansiedad ante la muerte de sus pacientes.

Pandemic. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2020 August; 17, 5938. Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85089713536&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofree-toread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+health+care+workers%29&relpos=193&citeCnt=3&searchTerm (21)		Comunidades Autónomas de España.	sanitario en relación con los procesos de muerte de sus pacientes y qué variables están implicadas en este nivel.	Por otro lado, se observa que las variables que más condicionan esta ansiedad están vinculadas a la falta de EPIs y altos niveles de burnout, destacando el agotamiento emocional y la despersonalización. Otros factores como la ausencia de protocolos específicos y una planificación eficaz y eficiente, una inadecuada coordinación sanitaria hospitalaria, significan un riesgo predisponente a desarrollar estrés y ansiedad entre los profesionales sanitarios.
Orrù G, Marzetti F, Conversano C, Vaghegini G, Miccoli M, Ciacchini R, et al. Secondary Traumatic Stress and Burnout in Healthcare Workers during COVID-19 Outbreak. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2021 January; 18, 337. Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85098977688&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofree-toread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+health+care+workers%29&relpos=40&citeCnt=0&searchTerm (22)	Estudio transversal	184 Trabajadores de salud de 45 países diferentes.	Evaluar el nivel de desgaste profesional y estrés traumático secundario, e identificar posibles factores de riesgo o de protección entre los trabajadores de la salud durante el brote de la enfermedad por COVID-19.	Los resultados muestran que una proporción considerable de trabajadores sanitarios presentan síntomas de estrés traumático, agotamiento emocional y despersonalización. La prevalencia de estrés postraumático es mayor en los trabajadores sanitarios de primera línea que en los de otras unidades. Los factores de riesgo que más se asocian son la cantidad de tiempo pasado con pacientes COVID, la exposición a la muerte de pacientes COVID y la gravedad de los síntomas de familiares o amigos infectados, así como ser mujer.

Wankowicz P, Szylińska A, Rotter I. Assessment of Mental Health Factors among Health Professionals Depending on Their Contact with COVID-19 Patients. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2020 August; 17, 5849. Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85089632509&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofree%2c%22all%22%2c%2b%2c%22English%22%2c%22Spanish%22%2c%22sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+health+care+workers%29&relpos=192&citeCnt=7&searchTerm (23)	Estudio transversal	441 profesionales de la salud en Polonia.	Evaluar los factores de salud mental entre los trabajadores de la salud cuantificando la gravedad de la ansiedad, la depresión y los trastornos del sueño durante la pandemia de COVID-9.	Los resultados muestran que los trabajadores de salud que están expuestos a pacientes infectados con COVID en las salas de urgencias, y unidades de cuidados intensivos, tienen un riesgo mucho mayor de mostrar síntomas de ansiedad, depresión y trastornos del sueño que los trabajadores de salud de otras áreas. Factores predisponentes como muchas horas de trabajo continuo, sobrecarga laboral debido a la escasez de personal, insuficiencia de equipos de protección personal y preocupación por su salud y la de sus familias, están directamente relacionados con la carga mental.
Trumello C, Bramanti S-M, Ballarotto G, Candelori C, Cerniglia L, Cimino S, et al. Psychological Adjustment of Healthcare Workers in Italy during the COVID-19 Pandemic: Differences in Stress, Anxiety, Depression, Burnout, Secondary Trauma, and Compassion Satisfaction between Frontline and Non-Frontline Professionals. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2020 November; 17, 8358. Disponible en: https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33198084/ (24)	Estudio transversal.	627 profesionales de la salud italianos.	Investigar el nivel psicológico de los profesionales de la salud durante el pico de la pandemia COVID-19, evaluando diferencias según trabajar o no con pacientes afectados por COVID-19.	Los resultados muestran que existen niveles significativamente más altos de estrés, agotamiento, trauma secundario, ansiedad y depresión entre los profesionales que trabajan con pacientes COVID-19. Por otro lado, el grupo de profesionales que trabaja con pacientes COVID-19, solicitan más apoyo psicológico que el grupo que no trabaja con pacientes COVID. Esto es debido a que la carga psicológica es mayor.

Del Pozo-Herce P, Garrido-García R, Santolalla-Arnedo I, Gea-Caballero V, García-Molina P, Ruiz de Viñaspre-Hernández R, et al. Psychological Impact of the Nursing Professionals of the Rioja Health Service (Spain) Due to the SARS-CoV-2 Virus. Int. J. Environ. Res. Public Health. 2021 January; 18, 580. Disponible en: https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33445563/ (25)	Estudio observacional y descriptivo de corte transversal.	605 profesionales de la salud. Enfermeras y auxiliares de enfermería.	Conocer el impacto psicológico del virus SARS-CoV-2 en los profesionales de enfermería que laboran en el Servicio de Salud de Rioja.	El estudio muestra que los factores de riesgo psicológico estaban relacionados con el miedo a infectarse o contagiar a sus seres queridos, miedo a cometer errores, falta de atención física y psicoemocional adecuada a las necesidades del paciente. Síntomas como agotamiento físico, sufrimiento de ansiedad, estrés y depresión y trastornos del sueño reflejan la sobrecarga emocional. En relación a la sobrecarga emocional, los profesionales mostraron sentimientos de tristeza, cavilación, negativismo y desestabilización emocional. El estudio refleja diferencias por sexo, mayor presencia de estresores, mayor carga emocional y menor uso de estrategias de afrontamiento entre las mujeres.
Dosil M, Ozamiz-Etxebarria N, Redondo I, Picaza M, Jaureguizar J. Psychological Symptoms in Health Professionals in Spain After the First Wave of the COVID-19 Pandemic. Frontiers in Psychology. 2020 December; 11:606121. Disponible en: https://apps-WebOfKnowledge-com.sabidi.urv.cat/full_record.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&qid=8&SID=F32Dr7A4ovksj3kFisB&page=3&doc=24&c	Estudio transversal	973 profesionales sanitarios en activo de varias comunidades de España (sector público y privado).	Medir los niveles de estrés, ansiedad, depresión, fatiga y síntomas de estrés postraumático entre los profesionales sanitarios en España. Estudiar las posibles	Los resultados obtenidos revelaron porcentajes más altos de niveles extremadamente severos de ansiedad y estrés que de depresión. Se encuentran diferencias estadísticamente significativas según el sexo, presentando las mujeres niveles más altos que los hombres en todos los casos. En cuanto a la categoría profesional, los niveles

acheurlFromRightClick=no (26)			diferencias en el nivel de estos síntomas según otros factores relevantes.	de depresión, ansiedad, estrés y estrés postraumático son significativamente más altos en enfermero/as y técnicos/ auxiliares que en médicos, quienes muestran niveles más elevados de Burnout. Por otro lado, el hecho de estar en contacto directo con COVID-19 se asocia con niveles más altos también.
Joaquín Mira J, Carrillo I, Guilabert M, Mula A, Martín-Delgado J, Péerez-Jover M-V, et al. Acute stress of the healthcare workforce during the COVID-19 pandemic evolution: a cross-sectional study in Spain. BMJ Open. 2020 October; 10:e042555. Disponible en: https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33158839/ (27)	Estudio transversal	Un total de 685 profesionales (médicos, enfermeras y otro personal sanitario).	Determinar el volumen de profesionales de la salud que sufrieron malestar por el cuidado de los pacientes con COVID y analizar la capacidad de respuesta de los profesionales.	Los resultados muestran que los profesionales que trabajan en territorios donde la pandemia ha sido especialmente agresiva, muestran respuestas emocionales más intensas. La angustia, el estrés agudo, irritabilidad, ansiedad, miedo y dudas son las manifestaciones más significativas. Además, el nivel de estrés agudo es mayor en la fase de desilusión que en la fase de impacto. La mayoría de profesionales manifiestan factores como el miedo a contagiarse y a contagiar a seres queridos y la incapacidad de desconectarse del trabajo.
Zerbini G, Ebigbo A, Reicherts P, Kunz M, Messman H. Psychosocial burden of healthcare professionals in times of COVID-19 – a survey conducted at the University Hospital Augsburg. GMS	Estudio transversal	Un total de 75 enfermeras y 35 médicos.	Investigar la carga psicosocial de médicos y enfermeras en función de su grado de	Los resultados muestran que las enfermeras que trabajaban en salas COVID-19, informaron niveles más altos de estrés, agotamiento y estado de ánimo depresivo.

German Medical Science. 2020; Vol.18: 1612-3174. Disponible en: https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/32595421/ (28)			contacto con pacientes COVID-19.	Los factores de riesgo psicológico más mencionados fueron la tensión laboral y la incertidumbre sobre el futuro, las preocupaciones sobre la propia seguridad y la seguridad de la familia, así como los informes de mortalidad por infección por COVID-19, también son factores afligidos.
Gómez-Salgado J, Domínguez-Salas S, Romero-Martín M, Ortega-Moreno M, García-Iglesias J-J, Ruiz-Frutos C. Sense of Coherence and Psychological Distress among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic in Spain. Sustainability. 2020 August; 12: 6855. Disponible en: https://apps-wofknowledge-com.sabidi.urv.cat/full_record.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&qid=16&SID=F32Dr7A4ovksj3kFisB&page=1&doc=5&acheurlFromRightClick=no (29)	Estudio descriptivo transversal	1459 profesionales de la salud activos en España.	Describir los niveles de estrés psicológico y COS de los profesionales de la salud durante la crisis provocada por COVID-19.	Los resultados revelan una alta prevalencia de estrés psicológico y angustia entre los profesionales de la salud. En cuanto a los síntomas, la más frecuente es la cefalea. Factores como la exposición al riesgo, la incertidumbre sobre cómo abordar la enfermedad, la atención y la sobrecarga emocional, la falta de recursos o los protocolos poco claros y cambiantes aumentan, entre otros, la angustia psicológica de los profesionales.
Skoda E-M, Teufel M, Stang A, Jöckel K-H, Junne F, Weismüller B, Hetkamp M, et al. Psychological burden of healthcare professionals in Germany during the acute phase of the COVID-19 pandemic: differences and similarities in the international context. Journal of Public Health. 2020; 10:1093. Disponible en: https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/32766787/ (30)	Estudio transversal	2224 profesionales de la salud, entre ellos 1511 enfermeros.	Evaluar la carga psicológica y las preocupaciones relacionadas con COVID-19 en los profesionales que trabajan en el sistema	En este estudio, los principales síntomas informados son la ansiedad y depresión generalizadas. Dentro de los profesionales, existe más carga psicológica para el personal de enfermería. Por otro lado, la poca información sobre COVID-19 se relaciona con altos niveles de síntomas de ansiedad generalizada.

			de salud.	
Di Tella M, Romeo A, Benfante A, Castelli L. Mental health of healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Italy. Journal of Evaluation in Clinical Practice. 2020; 26 (6): 1583-1587. Disponible en: https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85088390199&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofree_toread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+health+care+workers%29&relpos=75&citeCnt=13&searchTerm (31)	Análisis de regresión	145 trabajadores de la salud (72 médicos y 73 enfermeras)	Investigar el impacto psicológico del brote de COVID-19 en los trabajadores de la salud italianos.	Los resultados obtenidos muestran que los profesionales que trabajan en unidades COVID informan niveles más altos de síntomas depresivos y estrés postraumático. Por otro lado, factores predisponentes directamente asociados, en particular, ser mujer y el estado civil soltera, se asociaba significativamente son síntomas depresivos.

Tabla 3: Tabla de resultados. Elaboración propia.

ANÁLISIS/DISCUSIÓN

El objetivo principal del trabajo es identificar el impacto emocional de la pandemia y crisis sanitaria causada por COVID-19 en los profesionales de la salud. A partir de los estudios y resultados que se han obtenido a través de la búsqueda bibliográfica se puede responder a él:

Los resultados obtenidos reflejan que los profesionales sanitarios sufrieron un elevado impacto emocional, indicando que un 71.6% de los profesionales sufrían síntomas de ansiedad y un 60.3% síntomas depresivos.¹⁶ Estos resultados tienen una similitud a los hallados por el estudio realizado por Giorini, quienes reportan que los profesionales sanitarios sufrieron síntomas de ansiedad, depresión y estrés, reflejando una incidencia significativa de malestar psicológico. Enfatizan en que el nivel de estrés agudo experimentado por los profesionales, aumenta a medida que se intensifica el número de ingresos y la gravedad de los pacientes.¹⁷ Además, un porcentaje importante de los sanitarios, registraron una alta prevalencia de estrés emocional, ansiedad media y depresión.¹⁸ Es de importancia destacar que uno de cada cinco profesionales consideraba dejar la profesión cuando la pandemia acabase, debido a la vulnerabilidad y la pérdida de control ante la situación.

Estos resultados son congruentes con otros estudios, que indican elevados niveles de ansiedad y depresión durante la crisis sanitaria. En un estudio realizado con 2000 trabajadores en Portugal, se observó que el 70.6% de los profesionales sanitarios referían mayoritariamente ansiedad, depresión y estrés. ¹⁹

Los estudios refieren una alta prevalencia de burnout e insomnio, que sumados con la depresión, el estrés y la ansiedad, incrementaban la carga emocional que los profesionales sufrían.²⁰ Por otro lado, en un estudio realizado por Cristina Lázaro en España, se expone que el 58.6% de los participantes de su estudio refirieron niveles de cansancio emocional, incluyendo la despersonalización.²¹ Un dato importante a destacar es que la mayoría de los profesionales de la salud mostraban niveles elevados de ansiedad ante la muerte de sus pacientes, debido al elevado número de fallecimientos en tan poco periodo de tiempo. ²¹. De hecho, uno de los factores que aumentaban esta carga, es una gran exposición a las muertes causadas por COVID-19, que surgían cuando a pesar de todos los esfuerzos terapéuticos el paciente no conseguía sobrevivir. ²².

Uno de los objetivos específicos planteado en el estudio que busca “establecer factores desencadenantes a propiciar los problemas de salud mental” se encuentra respondido a continuación:

En el contexto laboral, se observa cómo algunas variables se asocian a un mayor grado de malestar emocional. En concreto, aquellos profesionales que realizaron intervenciones con pacientes COVID positivos, que habían presentado síntomas, sentir que no tenían acceso a las medidas personales de protección o haber experimentado la muerte de una persona cercana fueron los factores estresores. 16

El estudio realizado por Pawel Wankowicz, se refleja que en torno al 90% de los síntomas reportados en el estudio eran en el grupo de empleados que tenía contacto directo con personas sospechosas o infectadas con SARS-CoV-2. Se considera que trabajar en contacto directo con personas COVID + tiene una asociación 2-3 veces mayor con presentar niveles de estrés postraumático comparado con personas que no están expuestas. 23. De este modo, el porcentaje de profesionales que trabajaban en contacto con pacientes infectados por COVID que habían pensado pedir ayuda psicológica, es el doble que los trabajadores que no trabajaba con estos pacientes. 24. En esta línea, también se observó un mayor riesgo de malestar psicológico en mujeres jóvenes que habían estado altamente expuestas a la COVID. En especial las enfermeras más jóvenes, parecían ser más vulnerables a los factores estresantes. 20. Estos resultados son parcialmente acordes con los expuestos por el estudio de Pablo del Pozo, quienes mencionan que a medida que la edad de los sanitarios crecía, el impacto emocional disminuía. De esta manera, poca experiencia laboral, vulnerabilidad y una adaptación menor a una sobrecarga de trabajo, así como contratos temporales incrementan la carga emocional. 25. Una posible explicación es debido a que estas trabajadoras, que tienen menos experiencia porque son jóvenes, les impactan más este tipo de situaciones, que quizás sean más conocidas por sus compañeros con mayor experiencia. 26.

Por otro lado, a nivel personal, la incapacidad de desconectar del trabajo y el miedo a infectar a los seres queridos en casa incrementaban el estrés agudo entre los profesionales sanitarios. 27. Ser conscientes de que ellos mismos podían ser vectores potenciales en la transmisión de la enfermedad a sus familiares es un factor que incrementaba la carga psicológica. 19

En cuanto al nivel profesional, las causas más comunes de la carga psicológica fueron la

alta tensión laboral, cambios en la organización del trabajo, conflictos con los compañeros e incertidumbre sobre el futuro. Por otro lado, el apoyo social fue uno de los recursos más importantes para el personal sanitario para sobrellevar la carga psicológica. Del mismo modo, la resiliencia y la satisfacción con la vida fueron factores protectores contra el burnout que sufrían. 28.

El sexo, el estado civil, la maternidad o paternidad, trabajar en primera línea y tener contacto directo con pacientes infectados contribuía significativamente con el malestar emocional. De esta forma, las personas que eran solteras, parecían ser menos susceptibles a sufrir los síntomas emocionales que las casadas.

Dado que la resiliencia puede ser un recurso ante los problemas psicológicos, se deberían implementar programas en la promoción de ésta. 19. Además de los factores protectores mencionados previamente, disponer de las medidas de protección necesarias, reducía la carga emocional de los trabajadores, debido a que la interacción entre el hecho de sentirse desprotegido y tener síntomas, sugieren un papel importante de la incertidumbre de no saber si se está contagiado sobre el bienestar psicológico. 16

En relación con el objetivo específico “enumerar los principales síntomas relacionados con la salud mental causados por la crisis sanitaria por COVID”,

Los principales síntomas mencionados entre los profesionales sanitarios son sentimientos de tristeza, negativismo y desestabilización emocional. 25

Muchos de los profesionales sanitarios que trabajaron durante el pico de la pandemia sufrieron altos niveles de cansancio y fatiga. El 69.7% de los profesionales del estudio eran trabajadores de primera línea de exposición, y esto requería más esfuerzo personal y puede que contribuyera a un mayor agotamiento físico y psicológico. 19

Debido a la situación, muchos de los profesionales tuvieron que realizar cuarentena por contacto o test con resultado positivo. El sentimiento de ser necesario pero no poder trabajar en el hospital, desencadenó sentimientos de inutilidad y frustración por la incapacidad de contribuir a la lucha contra la pandemia. 29

Otro dato importante fue que se observaron síntomas como la hiperactivación fisiológica, la presencia de sueños angustiantes, la evitación y el aislamiento o la reexperimentación de traumas. 16. Del mismo modo, la irritabilidad, el miedo ante la posible infección de sus

familias y las dudas sobre su capacidad para tomar decisiones en la práctica clínica también son síntomas mencionados entre los profesionales. 27

Existe una evidencia en la relación entre los síntomas físicos y el estrés emocional. Entre los síntomas físicos mencionados por los profesionales de la salud, destaca el dolor de cabeza, el dolor de espalda, la fatiga y el insomnio. 18

Para finalizar, respecto al objetivo específico “establecer a los profesionales de enfermería como un grupo vulnerable a presentar problemas de salud mental”, se encuentran los siguientes resultados:

Uno de los estudios encontrados, destaca que entre los profesionales sanitarios, hay mayor prevalencia de depresión en los profesionales de enfermería. Una de las posibles explicaciones para el resultado, es porque las enfermeras y auxiliares de enfermería están directamente y activamente involucradas en el cuidado del paciente, por lo que experimentan un riesgo más elevado de contagio. 18.

De esta forma, las enfermeras percibían un riesgo mayor de infectarse y estaban más preocupadas sobre la posibilidad de que sus familiares se pudieran infectar, y por tanto, son un colectivo más vulnerable a presentar síntomas psicológicos. 17. Ser enfermera, es un factor determinante y específico ante el sufrimiento de angustia y evasión, que se consideraba como el intento de escapar de sentimientos o pensamientos relacionados con su experiencia con pacientes COVID-19. 17

Más del 90% de las profesionales de enfermería reportaron que trabajar durante la pandemia afectó a su estado psicológico, con sentimientos de agotamiento físico y sobrecarga emocional. 25. De este modo las enfermeras son uno de los grupos más vulnerables a sufrir una elevada carga emocional. 30, 31.

LIMITACIONES DE ESTUDIO Y LÍNEAS FUTURAS DE INVESTIGACIÓN

No obstante, este estudio presenta algunas limitaciones tales como: la mayoría de estudios son transversales, por lo que se desconocen los antecedentes médicos y la salud mental de los sanitarios previa a la pandemia. Es importante que se realicen estudios futuros para evaluar el impacto de la pandemia en su salud mental. Segundo, el tamaño de la muestra es limitado, por lo que podría ampliarse para evaluar el impacto emocional de una manera más específica, así como hacer más extensivo este estudio a otros contextos geográficos. Estas limitaciones podrían solucionarse mediante la realización de estudios futuros de cara a profundizar en los motivos que condicionan a los profesionales sanitarios a padecer malestar psicológico a causa de la pandemia, así como establecer intervenciones que prevengan dicha situación.

En esta misma línea, realizar estudios en más países afectados por la pandemia podría servir como línea futura para comparar el impacto emocional de los sanitarios, dependiendo de los recursos sanitarios, el servicio de salud y el territorio al que pertenecen.

CONCLUSIÓN

Tras realizar la revisión bibliográfica, se pone en evidencia que los objetivos planteados en el estudio, se han alcanzado, y por tanto, se puede afirmar que los profesionales de la salud han sufrido una elevada prevalencia de sobrecarga emocional y malestar psicológico durante la pandemia por COVID-19.

La pandemia mundial producida por COVID-19 ha afectado a la salud tanto física como mental de millones de personas, dejando a los profesionales sanitarios directamente expuestos a una situación de incertidumbre, sobrecarga laboral y sensación de falta de medidas de protección que ha implicado que muchos de los profesionales hayan tenido que lidiar con circunstancias potencialmente traumáticas, afectando directamente a su bienestar emocional. Han tenido que luchar con un virus desconocido, inmersos en largas y estresantes jornadas laborales y con medios insuficientes, como la falta de equipos de protección individual. Como consecuencia, los profesionales de la salud están sufriendo síntomas psicológicos como estrés, ansiedad, fatiga y estrés postraumático, siendo un colectivo especialmente vulnerable ante la pandemia COVID-19, mostrando un nivel de malestar psicosocial mucho mayor que el de la población.

Además de la sobrecarga laboral a la que han estado expuestos, muchos de estos profesionales han vivido situaciones muy traumáticas, como la muerte de un elevado número de pacientes en muy poco tiempo o decisiones inhumanas ante el colapso de los hospitales y en un marco de opciones terapéuticas escasas e insuficientes.

De esta manera, debería prestarse atención a su salud mental y elaborar planes de intervención para aquellos profesionales que requieran ayuda en caso necesario, reforzando las medidas de seguridad, garantizando turnos que respeten los descansos correspondientes, ofreciendo apoyo psicológico o contando con un especialista en salud mental en las instituciones sanitarias. Además, sería importante realizar estudios futuros para valorar a la larga el impacto emocional en su salud mental.

Los resultados obtenidos pueden servir de manera útil, tanto a nivel clínico como sanitario, para establecer grupos de riesgo, como son la enfermería, especialmente mujeres jóvenes y auxiliares de enfermería que puedan padecer malestar psicológico en caso de un posible rebrote en el futuro. En la misma línea, incluir suficiente personal en las instituciones sanitarias para enfrentarse a elevado número de pacientes, una clara organización y planificación son intervenciones necesarias para conseguir un buen abordaje en la práctica

sanitaria.

Los resultados obtenidos también podrían ser útiles para los mismos profesionales, quienes deberían prestar atención a su salud mental, buscando apoyo en caso necesario.

En conclusión, el presente estudio refleja que los profesionales sanitarios sufrieron un importante grado de malestar psicológico y a una sobrecarga emocional mientras se enfrentaban a un virus desconocido durante la pandemia COVID-19. Actualmente, a pesar de la mejora de datos, los hospitales continúan con una alta ocupación y el riesgo de infección está presente. Realizar acciones urgentes en la protección de la salud mental de los trabajadores sanitarios es imprescindible para mantener su bienestar psicosocial, especialmente a aquellos trabajadores que han estado en primera línea de lucha contra la pandemia.

BIBLIOGRAFIA:

1. Ministerio de Sanidad. 2020. Información Científica-Técnica. Enfermedad Por Coronavirus, COVID-19. [online] Disponible en: <https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/ITCoronavirus.pdf>
2. Sarukhan, A. El Nuevo Coronavirus: Algunas Respuestas Y Muchas Preguntas. [online] Instituto de Salud Global Barcelona. 2020. Disponible en: <https://www.isglobal.org/coronavirus>
3. Sociedad Española de Psiquiatría. Cuide Su Salud Mental Durante La Cuarentena Por Coronavirus. [online]. 2020. Disponible en: <https://www.sepsiq.org/file/InformacionSM/SEP%20COVID19-Salud%20Mental%20Cuarentena.pdf>
4. Gobierno de España. La Moncloa. 2020. Estado De Alarma [COVID-19]. [online] Disponible en: <https://www.lamoncloa.gob.es/covid-19/Paginas/estado-de-alarma.aspx>
5. Organización Mundial de la Salud. 2020. Promoción De La Salud Mental. [online] Disponible en: https://www.who.int/mental_health/evidence/promocion_de_la_salud_mental.pdf
6. Naciones Unidas. 2020. La COVID-19 Y La Necesidad De Actuar En Relación Con La Salud Mental. [online] Disponible en: https://www.un.org/sites/un2.un.org/files/policy_brief_-_covid_and_mental_health_spanish.pdf
7. Suarez Alonso, A., 2020. La Salud Mental En Tiempos De La COVID-19. Subdirección General de Promoción, Prevención y Calidad. Ministerio de Sanidad. [online] Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/biblioPublic/publicaciones/recursos_propios/resp/revista_cdr/om/VOL94/EDITORIALES/RS94C_202010126.pdf
8. Organización Mundial de la Salud. 2020. Garantizar La Seguridad De Los Trabajadores De La Salud Para Preservar La De Los Pacientes. [online] Disponible en: <https://www.who.int/es/news/item/17-09-2020-keep-health-workers-safe-to-keep-patients-safe-who> [Accedido 3 Diciembre 2020].
9. Asociación de Enfermería Comunitaria. AEC. 2020. Sobreponerse Al Estrés Agudo Causado Por SARS-Cov-2 (COVID-19). [online] Disponible en: [https://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/category/287/Sobreponerse%20al%20Estrés%20Agudo%20causado%20por%20SARS-CoV-2%20\(COVID-19\).pdf](https://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/category/287/Sobreponerse%20al%20Estrés%20Agudo%20causado%20por%20SARS-CoV-2%20(COVID-19).pdf)
10. Sociedad Española de Psiquiatría. 2020. Cuidando La Salud Mental Del Personal Sanitario. [online] Disponible en: <http://www.sepsiq.org/file/InformacionSM/SEP%20COVID19-Salud%20Mental%20personal%20sanitario.pdf>
11. Batalla Martin, D., Campoverde Espinosa, K. and Broncano Bolzoni, M. El Impacto En La Salud Mental De Los Profesionales Sanitarios Durante La COVID-19. [online] Universidad de la Rioja. 2020. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7544333.pdf>

12. Axayacalt Gutiérrez Aceves, G., Cells Lopez, M., Moreno Jimenez, S., Farias Serratos, F. and Suárez Campos, J. Síndrome De Burnout. [online] Medigraphic. Literatura Biomedica. 2016. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/arcneu/ane-2006/ane064m.pdf>
13. Recaball C, Elena J. LA RESILIENCIA: UNA MIRADA DESDE LA ENFERMERÍA. Ciencia Enfermera [Internet]. 2010;16(3):27-32. Disponible en: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532010000300004
14. Comisión de Ética y Deontología del Consejo de Enfermería de la Comunidad Valenciana. 2020. Aspectos Éticos De La Enfermería En La Crisis De Pandemia Por COVID 19. [online] Disponible en: <https://enfermeriacomunitaria.org/web/attachments/category/287/Aspectos%20éticos%20de%20la%20Enfermería%20en%20la%20crisis%20de%20pandemia%20por%20COVID-19.%20CECOVA.pdf> [Accedido 5 Diciembre 2020].
15. Ministerio de Sanidad. 2020. Plan De Respuesta Temprana En Un Escenario De Control De La Pandemia Por COVID-19. [online] Disponible en: https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov/documentos/COVID19_Plan_de_respuesta_temprana_escenario_control.pdf [Accedido 6 Diciembre 2020].
16. Erquicia J, Valls L, Barja A, Gil S, Miquel J, Blanquet-Leal J, Schmidt C, Checa J, Vega D. Impacto emocional de la pandemia de Covid-19 en los trabajadores sanitarios de uno de los focos de contagio más importantes de Europa. Med Clin (Barc). 2020 June; 155(10): 434-440). Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3281886/>
17. Gorini A, Fiabane E, Sommaruga M, Barbieri S, Sottotetti F, La Rovere M, Tremoli E, Gabanelli P. Mental health and risk perception among Italian healthcare workers during the second month of the Covid-19 pandemic. Archives of Psychiatric Nursing. 2020; 537-544. Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S088394172030563X?via=ihub>
18. Cunill M, Aymerich M, Serdà BC, Patiño-Masó J. The impact of COVID-19 on Spanish Health Professionals: A Description of Physical and Psychological Effects. International Journal of Mental Health Promotion. 2020 July; 2(3). Disponible en: <https://www.scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85090590111&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&so t=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2 ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=285&citeCnt=3&searchTerm>
19. Duarte I, Teixeira A, Castro L, Marina S, Ribeiro C, Jácome C, et al. Burnout among Portuguese healthcare workers during the COVID-19 pandemic. BMC Public Health. 2020; 20, 18885. Disponible en: <https://www.scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85097226501&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&so t=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2 ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=88&citeCnt=1&searchTerm=>

20. Tiete J, Guatteri M, Lachaux A, Matossian A, Hougardy J-M, Loas G, Rotsaert M. Mental Health Outcomes in Healthcare Workers in COVID-19 and Non-COVID-19 Care Units: A Cross-Sectional Survey in Belgium. *Front. Psychol.* 2020; 11, 612241. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/results/results.uri?sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&cl=t&offset=21&origin=resultslist&ss=plf-f&ws=r-f&ps=r-f&cs=r-f&cc=10&txGid=74c04aba29c6fff2c86eb9d5350bdc05>
21. Lázaro-Pérez C, Martínez-López J-A, Gómez-Galán J, López-Meneses E. Anxiety About the Risk of Death of Their Patients in Health Professionals in Spain: Analysis at the Peak of the COVID-19 Pandemic. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2020 August; 17, 5938. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85089713536&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=193&citeCnt=3&searchTerm=>
22. Orrù G, Marzetti F, Conversano C, Vagheggini G, Miccoli M, Ciacchini R, et al. Secondary Traumatic Stress and Burnout in Healthcare Workers during COVID-19 Outbreak. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2021 January; 18, 337. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85098977688&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=40&citeCnt=0&searchTerm=>
23. Wankowicz P, Szylińska A, Rotter I. Assessment of Mental Health Factors among Health Professionals Depending on Their Contact with COVID-19 Patients. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2020 August; 17, 5849. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85089632509&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=192&citeCnt=7&searchTerm=>
24. Trumello C, Bramanti S-M, Ballarotto G, Candelori C, Cerniglia L, Cimino S, et al. Psychological Adjustment of Healthcare Workers in Italy during the COVID-19 Pandemic: Differences in Stress, Anxiety, Depression, Burnout, Secondary Trauma, and Compassion Satisfaction between Frontline and Non-Frontline Professionals. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2020 November; 17, 8358. Disponible en: <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33198084/>
25. Del Pozo-Herce P, Garrido-García R, Santolalla-Arnedo I, Gea-Caballero V, García-Molina P, Ruiz de Viñaspre-Hernández R, et al. Psychological Impact of the Nursing Professionals of the Rioja Health Service (Spain) Due to the SARS-CoV-2 Virus. *Int. J. Environ. Res. Public Health.* 2021 January; 18, 580. Disponible en: <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33445563/>
26. Dosil M, Ozamiz-Etxebarria N, Redondo I, Picaza M, Jaureguizar J. Psychological Symptoms

- in Health Professionals in Spain After the First Wave of the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*. 2020 December; 11:606121. Disponible en: https://apps- webofknowledge-com.sabidi.urv.cat/full_record.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&qid=8&SID=F32Dr7A4ovksj3kFisB&page=3&doc=24&cacheurlFromRightClick=no
27. Joaquín Mira J, Carrillo I, Guilabert M, Mula A, Martín-Delgado J, Péerez-Jover M-V, et al. Acute stress of the healthcare workforce during the COVID-19 pandemic evolution: a cross-sectional study in Spain. *BMJ Open*. 2020 October; 10:e042555. Disponible en: <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/33158839/>
 28. Zerbini G, Ebigbo A, Reicherts P, Kunz M, Messman H. Psychosocial burden of healthcare professionals in times of COVID-19 – a survey conducted at the University Hospital Augsburg. *GMS German Medical Science*. 2020; Vol.18: 1612-3174. Disponible en: <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/32595421/>
 29. Gómez-Salgado J, Domínguez-Salas S, Romero-Martín M, Ortega-Moreno M, García-Iglesias J-J, Ruiz-Frutos C. Sense of Coherence and Psychological Distress among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic in Spain. *Sustainability*. 2020 August; 12: 6855. Disponible en: https://apps- webofknowledge-com.sabidi.urv.cat/full_record.do?product=WOS&search_mode=GeneralSearch&qid=16&SID=F32Dr7A4ovksj3kFisB&page=1&doc=5&cacheurlFromRightClick=no
 30. Skoda E-M, Teufel M, Stang A, Jöckel K-H, Junne F, Weismüller B, Hetkamp M, et al. Psychological burden of healthcare professionals in Germany during the acute phase of the COVID-19 pandemic: differences and similarities in the international context. *Journal of Public Health*. 2020; 10:1093. Disponible en: <https://pubmed-ncbi-nlm-nih-gov.sabidi.urv.cat/32766787/>
 31. Di Tella M, Romeo A, Benfante A, Castelli L. Mental health of healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Italy. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*. 2020; 26 (6): 1583-1587. Disponible en: <https://www-scopus-com.sabidi.urv.cat/record/display.uri?eid=2-s2.0-85088390199&origin=resultslist&sort=plf-f&src=s&nlo=&nlr=&nls=&sid=8b21fd48b764920aedfc9ab8f1a5987e&sot=b&sdt=cl&cluster=scofreetoread%2c%22all%22%2ct%2bscolang%2c%22English%22%2ct%2c%22Spanish%22%2ct&sl=62&s=TITLE-ABS-KEY+%28covid+AND+mental+health+AND+healthcare+workers%29&relpos=75&citeCnt=13&searchTerm>

