

Escrito por Gety Pavez Vidal
Miércoles, 10 de Junio de 2020 17:59 -



Con el objetivo de establecer medidas de prevención en torno a salud mental frente al trabajo diario de los funcionarios de la salud de Hospital de Mercedes Chimbarongo, la Dirección junto a los programas de Salud Mental y Salud Funcionaria elaboraron un plan de acción que ya está en ejecución.

Dr. Jaime Rojas, director (s) del centro asistencial chimbaronguino, impulsor de esta iniciativa, manifestó que “esto nace desde la empatía que genera mi labor como médico del servicio de urgencias, por lo cual no me es difícil ver lo que produce esta situación de pandemia en cada uno de los trabajadores de dicha unidad. La ansiedad y angustia que se genera es alta, por lo mismo, resulta muy necesaria una instancia donde podamos cuidar la salud mental”.

Si bien se ha recibido el apoyo desde el ministerio respecto al cuidado de la salud mental, con documentos, guías, etc., “como director siento que hay que dar un mayor énfasis en esta materia. Es por ello que decidimos elaborar un plan local en el cual podamos intervenir en los servicios más críticos como urgencia y hospitalización en primer término, para idear alternativas que permitan ayudarnos a asociar esta angustia y ansiedad que como seres humanos es normal que se generen en una situación como la que estamos viviendo, porque no solo somos funcionarios de salud, sino que somos padres, madres, hijos, abuelos, etc. y tenemos inquietudes sobre qué pasará. Con este plan, queremos desarrollar habilidades que nos permitan generar un control de esas emociones para poder centrarnos en uno como persona y luego en la atención hacia nuestros pacientes”, agregó el doctor Rojas.

Por su parte, la Dra. Natalia Lara, encargada del Programa de Salud Mental del Hospital, enfatizó que “a raíz de la solicitud del Dr. Rojas, como programa en conjunto con Salud Funcionaria, elaboramos el plan de acción cuya intervención permite colaborar en la prevención y cuidado de la salud mental de los trabajadores de la salud. Comenzamos con los funcionarios de las unidades de Urgencia y hospitalización (de todos sus estamentos) pero está pensado para ser implementado a todo el personal del centro asistencial. El plan fue diseñado por Salud Mental y ejecutado en conjunto con María Paz Ahumada, asistente social de Salud Funcionaria”.

El trabajo se centra en reunir a un grupo de 6 personas -con todas las medidas sanitarias correspondientes como uso de mascarillas, alcohol gel y distanciamiento social- donde “buscamos y promovemos el autocuidado de cada uno de los participantes, para poder enfrentar la contingencia sanitaria que estamos viviendo. Contamos con un facilitador quien realiza la coordinación del grupo, donde realizamos ejercicios de relajación con entrenamiento de la ventilación y de grupos musculares, para luego dar paso a un espacio donde se pueda fomentar el trabajo en equipo, que es clave para enfrentar la situación actual, mediante la comunicación y la empatía de los que forman los diversos grupos que trabajan en el hospital”.

Escrito por Gety Pavez Vidal

Miércoles, 10 de Junio de 2020 17:59 -

La doctora agregó que “la dinámica está pensada desde el modelo de Primera Ayuda Psicológica, pero aplicada a grupos en general, de modo que también se pueda intervenir tempranamente en aquellos y aquellas que requieran una ayuda más especializada”.