



La Organización Colegial de Enfermería lanza un seminario gratuito con herramientas de apoyo psicológico para los profesionales sanitarios ante la pandemia de COVID-19

- **Florentino Pérez Raya, presidente de la Organización Colegial de Enfermería: “La batalla contra la infección, los turnos interminables, el número de contagios y fallecidos, y la suma de días sin descanso son una bomba de relojería para la salud mental de las enfermeras y enfermeros españoles. Por ello, queremos dotarles de las habilidades y conocimientos necesarios para que cuiden su salud y poder cuidar así la del resto de la población”.**
- **El curso está dirigido a las 307.000 enfermeras y enfermeros españoles y en general al resto de agentes sanitarios o implicados en la atención al paciente (médicos, técnicos en cuidados auxiliares de Enfermería, celadores...) y su finalidad es reforzar su estabilidad emocional ante la situación de ansiedad y estrés a la que están siendo sometidas en los últimos días a causa del coronavirus. La inscripción se realiza en colaboración con los 52 colegios provinciales de enfermería y directamente en la página web del Instituto ISFOS, centro de formación del Consejo General de Enfermería.**
- **Los módulos y contenidos del seminario han sido elaborados por una psicóloga forense experta en el afrontamiento de este tipo de situaciones y el Instituto Español de Investigación Enfermera del Consejo General de Enfermería.**

Madrid, 6 de abril de 2020 – La situación de emergencia actual, mantenida en el tiempo, puede acabar suponiendo un impacto psicológico mayor que el enfrentarse a una catástrofe puntual. “La batalla contra la infección, los turnos interminables, las duras condiciones de trabajo, el número de contagios y fallecidos, y la suma de días sin descanso son una bomba de relojería para la salud mental de las enfermeras y enfermeros españoles”, señala con preocupación Florentino Pérez Raya, presidente del Consejo General de Enfermería. Por ello, la Organización Colegial de Enfermería, a través de su Instituto Superior de Formación Sanitaria (ISFOS), ha puesto en marcha un seminario gratuito con herramientas de apoyo psicológico para las enfermeras frente a la pandemia.

Desde hoy, las 307.000 enfermeras y enfermeros de España pueden inscribirse a este seminario online y gratuito lanzado por la Organización Colegial de Enfermería en todo el país, a través de los 52 colegios provinciales y del propio Consejo General. “Queremos conseguir dos objetivos: valorar desde el punto de vista de la salud mental la epidemia del COVID-19 y su impacto sobre la salud



individual, y aplicar las técnicas de higiene mental para evitar la aparición de cuadros de estrés crónico u otros problemas psicológicos”, resalta Pérez Raya.

Los módulos y contenidos del seminario han sido elaborados por Ana Gutiérrez Salegui, psicóloga forense experta en el afrontamiento de este tipo de situaciones, y enfermeras y psicóloga del Instituto Español de Investigación Enfermera del Consejo General de Enfermería. Todos ellos conforman un grupo expertos en los diferentes ámbitos clínicos que se ven afectados en el diagnóstico y cuidado de los pacientes infectados. Además, esta formación cuenta con una prueba que permitirá realizar una autoevaluación a los enfermeros. De este modo, podrán conocer cuál es su situación y poner otro tipo de medidas si fuera necesario.

Miedo

El miedo al contagio, tanto de uno mismo como de los pacientes y familiares cercanos a los sanitarios, es un plus añadido a la lucha diaria de las enfermeras contra el coronavirus. Florentino Pérez Raya, presidente de la Organización Colegial de Enfermería, recuerda que “las enfermeras y enfermeros somos profesionales de primera línea en el acceso al sistema sanitario y su exposición a este virus es enorme. Es obvio que en la práctica asistencial están excelentemente formadas, pero necesitamos que también cuiden su salud mental para afrontar esto de la mejor manera posible. Es clave que se cuiden a sí mismas para poder cuidar a los demás”.

Síntomas físicos como el aumento de la frecuencia cardíaca y respiratoria y de la tensión arterial, así como gastrointestinales de origen psicossomático y alteraciones del apetito; contracturas y temblores musculares; problemas de sueño o pesadillas; o síntomas psicológicos como irritabilidad, niveles elevados de ansiedad, problemas de atención, concentración y memoria, pensamientos negativos, tristeza, miedo o crispación, son normales dentro del escenario en el que nos encontramos. “Cuando la epidemia esté controlada será el momento de que Salud Laboral instaure las medidas para evaluar el estado individual de cada persona y evitar el desarrollo de patologías en los trabajadores a través de la instauración de grupos de Debriefing*. Pero mientras esto continúe debemos realizar esta labor nosotros mismos”, explica Ana Gutiérrez Salegui, psicóloga forense.

Por su parte, la directora de ISFOS y vicepresidenta del CGE, Pilar Fernández, asegura que “queremos ayudar a nuestras enfermeras y enfermeros en estos momentos, para muchas, los más duros de su carrera. Esta formación es ágil e incluye vídeos cortos para adaptarla al escaso tiempo libre con que cuentan los profesionales en las circunstancias en las que nos encontramos. Es importante reseñar que no sólo está dirigido a enfermeras, sino que resulta una herramienta universal para otros profesionales sanitarios o que, de una forma u otra, participa en la atención a los pacientes, ya sean médicos, técnicos en cuidados auxiliares de enfermería, celadores o incluso estudiantes de Enfermería. Este curso gratuito está a su entera disposición”.



ORGANIZACIÓN COLEGIAL DE ENFERMERÍA



Finalmente, Florentino Pérez Raya ha insistido en hacer llegar a todas las enfermeras y enfermeros de España "el agradecimiento y felicitación más sincera de todos los integrantes de la institución, por la espectacular labor que estáis llevando a cabo y la demostración de profesionalidad, cercanía, compromiso y humanismo que estáis demostrando cada día".

Inscripción a través de los colegios provinciales

La inscripción a este seminario se llevará a cabo contando con los 52 colegios provinciales de enfermería, directamente realizando la inscripción a través de la url:

<https://apoyopsicologicocovid-19.isfos.com/landing/cge/apoyo-psicologico>

Este curso está promovido y financiado por la Organización Colegial de Enfermería e impartido por el Instituto Superior de Formación Sanitaria (ISFOS), un centro de formación perteneciente al Consejo General de Enfermería. "Queremos dotar a la profesión enfermera de toda la formación necesaria para seguir desarrollando su trabajo con la excelencia que le caracteriza. Por ello, estamos diseñando de forma rápida formaciones específicas para que las enfermeras españolas estén preparadas ante la situación actual que vivimos", asegura Pérez.

Los temas incluidos en el programa formativo son:

- COVID-19 como Riesgo Psicosocial: Situación de estrés agudo.
- Salud Mental. Técnicas, habilidades y Pautas.

Características del curso:

- Seminario online
- 2 horas de duración
- Diploma acreditativo
- Acceso gratuito

**El debriefing psicológico es una intervención breve que se realiza en los primeros días tras un evento traumático. El objetivo es favorecer el apoyo intragrupal entre los que se han visto implicados por la misma situación en condiciones parecidas.*