

Enseñanza y formación de primeros auxilios psicológicos a profesionales de la salud

Su importancia en contexto de COVID-19

Psychological first aid teaching and training for healthcare professionals

Its importance in the COVID-19 context

NATHALY ALEJANDRA ROMERO-HEREDIA, ANDRÉS JOAQUÍN GUARNIZO-CHÁVEZ • CUENCA (ECUADOR)

DOI: <https://doi.org/10.36104/amc.2022.2234>

Resumen

No cabe duda que la actual pandemia de COVID-19, ha hecho reflexionar entre otras cosas, sobre las evidentes falencias del sistema de salud, incluyendo los vacíos detectados durante la formación de pregrado y postgrado. Uno de estos puntos a fortalecer, incluye la enseñanza de primeros auxilios psicológicos como técnica de apoyo humanitario a personas en situación de crisis. Como se ha comprobado en el contexto de la pandemia de SARS-COV2, existe un alto componente psicosocial y emocional que debe ser tratado por el profesional que tiene el primer contacto con la persona afectada. La importancia de incluir primeros auxilios psicológicos en la formación de salud, radica entonces en que puedan ser ejecutados por todo el personal que atiende dicha emergencia, y no necesaria y exclusivamente por un psicólogo. (*Acta Med Colomb 2022; 47. DOI: <https://doi.org/10.36104/amc.2022.2234>*).

Palabras clave: COVID-19, educación universitaria, primeros auxilios, pandemia.

Abstract

The COVID-19 pandemic has undoubtedly made us reflect on, among other things, the evident failures of the healthcare system, including the gaps detected in undergraduate and graduate training. One of the points that must be strengthened includes teaching psychological first aid as a humanitarian support technique for people in crisis situations. As has been shown in the context of the SARS-COV-2 pandemic, there is a high psychosocial and emotional component that must be treated by the professional who has the first contact with the affected person. The importance of including psychological first aid in healthcare training, then, is for all staff responding to the emergency to be able to implement it, and not necessarily and exclusively a psychologist. (*Acta Med Colomb 2022; 47. DOI: <https://doi.org/10.36104/amc.2022.2234>*).

Keywords: COVID-19, university education, first aid, pandemic.

Nathaly Alejandra Romero-Heredia: MSc. Ministerio de Salud Pública del Ecuador; Dr. Andrés Joaquín Guarnizo-Chávez: Universidad de Cuenca, Cuenca (Ecuador).

Correspondencia: Nathaly Alejandra Romero-Heredia, Cuenca (Ecuador).

E-Mail: narh67051@gmail.com

Recibido: 19/VI/2021 Aceptado: 28/III/2022

Introducción

La situación de crisis es definida como un cambio profundo y de importantes consecuencias, que pone en peligro el desarrollo de un asunto o proceso; en este caso específico, la salud integral de una persona afectada directa o indirectamente por la pandemia de COVID-19. Es por ello que destaca en momentos actuales, la importancia de los primeros auxilios psicológicos, que se centran en la ayuda breve e inmediata a la persona afectada por dicha crisis, con el fin de reestablecer al individuo su estabilidad emocional, social, física y conductual.

Estas intervenciones iniciales suelen ser cortas y puntuales, por lo que su manejo debe ser prioridad de aquel profesional que tiene el primer contacto con el paciente o la víctima, independientemente del tipo de formación que éste posea (1). Ahí radica la importancia de que todos los profesionales de la salud, como personal médico, de enfermería, odontología, psicología, entre otros, sean capaces de brindar estos primeros auxilios psicológicos de una manera efectiva.

Tradicionalmente se ha delegado estas funciones al profesional de psicología o salud mental, el mismo que puede

en la mayoría de las ocasiones, no estar presente durante la detección inicial de la crisis. Basada en la necesidad ya mencionada que todo funcionario de salud sea capaz de brindar este apoyo oportuno, es imprescindible educar, formar y capacitar en las universidades sobre estos temas; incluso muchos autores sostienen que la población en general debe tener conocimiento sobre herramientas de ayuda (2). La inclusión de primeros auxilios psicológicos en el plan de estudios de pregrado y posgrado de las carreras de salud, debe ser algo tomado en cuenta de hoy en adelante en los nuevos modelos educativos. La formación universitaria debe contener una perspectiva humana y social donde sea prioridad la atención centrada en el paciente, con un enfoque integral y personalizado, no solo de su salud física, sino también mental y emocional (3).

El perfil actual de la enseñanza en primeros auxilios psicológicos

Las escuelas de medicina en su mayoría, cuentan con uno o dos módulos de psicología médica durante la enseñanza de pregrado, la misma que se orienta fundamentalmente a contenidos básicos y teóricos, más que a herramientas que el estudiante y futuro profesional pueda utilizar en su práctica clínica. Además de ello, se dictan asignaturas de psicopatología y psiquiatría con las mismas características, donde prima la teoría, y se muestra la ausencia de orientación hacia intervenciones como los primeros auxilios psicológicos y otras terapias adyuvantes. Son excepcionales los casos en donde una escuela de medicina, o cualquier facultad de ciencias de la salud distinta a la de psicología, incorpore a sus disciplinas contenidos de salud mental desde un ámbito psicosocial aplicado (4). No es de sorprenderse pues, que luego los profesionales egresados de estas carreras de salud, tengan vacíos al momento de actuar y aplicar intervenciones destinadas al apoyo humanitario a personas en situación de emergencia y desastres, tal como se evidencia con la presente crisis sanitaria mundial.

En cuanto a los estudios de postgrado en medicina, cabe destacar que la instrucción sobre emergencias psicológicas y cómo afrontarlas, varía y depende del postgrado a seguir, siendo nula o casi nula en la mayoría de especialidades, medianamente tratada en programas de Medicina Legal, Bioética, y Salud Pública, y estudiada de una manera más amplia y detallada en Psiquiatría y Medicina de Emergencias y Desastres. Sin embargo, a pesar de estas deficiencias, se señala que conocimientos básicos de primeros auxilios psicológicos, deben ser una materia de comprensión común a todos los profesionales de la salud, algo similar como lo que ocurre con los primeros auxilios comunes y reanimación cardiopulmonar básica. No se debe menospreciar el uso de la psicología médica como una ciencia particular integrada al ejercicio de la salud, que, desde un punto de vista más integral, humano y científico, ayuda al control de varios componentes subjetivos de la situación enfrentada (5).

Reconocimiento e intervención de impactos psicosociales

Es entendible que ante una nueva enfermedad para la cual el mundo no estaba preparado, exista cierto grado de inexperiencia en los profesionales de salud, sobre cómo afrontar las problemáticas surgidas del mismo. Pero, una formación básica más completa en psicología médica de emergencias, podría ayudar a una mejor identificación temprana de estos signos emocionales, así como lograr una intervención oportuna sobre los mismos. Todo esto con la finalidad de lograr una estabilización del paciente, lo cual evitará el deterioro a corto, mediano y largo plazo de su salud mental. Los primeros auxilios psicológicos deben ser como en toda crisis, brindados por el primer personal con el que el individuo afectado tiene contacto, por tanto, se requiere que todos manejen este tipo de información y destrezas.

En la pandemia de SARS-CoV-2 se destaca la aparición inicial en los pacientes, de miedo e incertidumbre, tanto por la propia enfermedad, como por sus consecuencias económicas, laborales, familiares, educativas, de seguridad, entre otras. Posteriormente, si estos síntomas superan los mecanismos de defensa de la persona, pueden convertirse en problemas de salud mental. También se han descrito reacciones de angustia, cólera, desvelo, pánico irracional, y la exacerbación de comportamientos impulsivos y riesgosos para la salud como aislamiento excesivo, uso y abuso de alcohol, tabaco y otras sustancias, etc. Reacciones que, de no ser tratadas a tiempo, también determinan la aparición de trastornos más crónicos como estrés postraumático, depresión y ansiedad en distintos grados, somatización, entre otros. (6).

En vista que la mayoría de veces, son médicos y personal de enfermería quienes realizan el primer contacto con una persona afectada por tales situaciones, se requiere que las mismas, tengan cierto entrenamiento en la preservación de la salud mental del paciente. Solo mediante una visión que englobe el total de los problemas y desencadenantes del deterioro psicológico y emocional, se puede adquirir una conciencia de cambio y ayuda, que no se dedique solo a curar la enfermedad sino a promover una salud integral (7). Esto solo se puede lograr con bases sólidas adquiridas durante los años de formación profesional, la autoeducación, y a la actualización constante en temas de emergencias psicológicas por parte de las instituciones de educación superior.

Construir programas de educación en salud que abarquen los primeros auxilios psicológicos. Un reto constante

Al entender que la psicología se ocupa del estudio de la subjetividad (7), entonces cabe la pregunta: ¿Qué formación debería recibir el médico y estudiante de ciencias médicas para atender los aspectos subjetivos de sus pacientes? Y, puesto que no todo lo psicológico tiene interés para el médico. ¿Cómo se debe incluir la salud mental de emergencias en la docencia, con el fin de desarrollar aptitudes centradas en los primeros auxilios psicológicos?

Junto a la adquisición de conocimientos y destrezas requeridas para el ejercicio de este apoyo en primera línea de crisis, el estudiante requiere desarrollar su sensibilidad hacia el componente subjetivo de sus pacientes. Debe concientizarse de la importancia que tienen para este último las circunstancias adversas que vive, sus emociones, necesidades y temores, así como las diversas formas de defensa, afrontamiento y resiliencia individuales (8).

De esta manera, se sugiere que la elaboración de programas de estudio que incorporen a las carreras de salud los primeros auxilios psicológicos, cuente con ciertas características, como:

- **Diagnóstico de las necesidades educativas:** como se ha indicado en un inicio, la mayoría de facultades de la salud, constan con asignaturas de psicología, psicopatología y psiquiatría, que, si bien son básicas, deberían incluir también el abordaje de las emergencias psicológicas. Solamente sabiendo cuáles son las necesidades de estudio, se podrá encaminar un mejoramiento, corrección e institución de un proceso educativo completo.
- **Estrategia educativa:** en el caso señalado, debido a la naturaleza emergente del problema de salud mental por COVID-19, y al déficit de enseñanza descrito, se debe establecer como prioridad el aprendizaje de primeros auxilios psicológicos en todas las áreas de salud, y no solamente en aquellas que los utilizan con frecuencia.
- **Metodología didáctica:** como en cualquier ámbito educativo, se requiere diseñar y analizar las mejores opciones para el aprendizaje, basado en casos clínicos, prácticas reales, clases magistrales con especialistas en el tema, entre otros. También es importante tomar en cuenta la educación continua, de la que se hablará a continuación.
- **Implantación del proceso educativo:** aplicación en la enseñanza de las técnicas de primeros auxilios psicológicos en el personal médico en formación, y capacitaciones para los profesionales de la salud ya formados que requieren actualización del tema.
- **Evaluación:** fundamental para comprobar el éxito de la implementación del programa educativo, la medición de sus resultados, y la corrección o modificación de falencias, así como repotenciación de los resultados positivos (9).

Educación continua sobre emergencias psicológicas

La enseñanza de la medicina está en constante evolución, adaptándose a las necesidades surgidas en cada época (10). Habiendo dejado en evidencia la necesidad de vigilar la salud mental de los pacientes en tiempos de pandemia, algunas estrategias que podrían ser usadas por profesionales en formación, o graduados que requieran fortalecer sus conocimientos, son:

- Programas de actualización en primeros auxilios psicológicos

- Seminarios sobre temática de actuación en emergencias psicológicas.
- Cursos y talleres impartidos por personal cualificado: psicólogos, psiquiatras, emergenciólogos, paramédicos, entre otros.
- Observación y análisis de casos clínicos reales.
- Revisión de las guías clínicas establecidas.

Conclusiones

Los primeros auxilios psicológicos son una importante herramienta de emergencias, que permite abarcar de una manera integral la salud mental del paciente, y deben ser brindados por el primer profesional sanitario que tenga contacto con la persona afectada. En este contexto es significativa la formación del tema desde el pregrado en todas las carreras relacionadas con la salud, a la vez que esos conocimientos sean reforzados en los programas de especialidad y postgrado por medio de la educación continua. Se deben crear y establecer contenidos universitarios que contemplen lineamientos claros sobre intervención en factores psicosociales surgidos en contexto de pandemia, pues como se ha evidenciado en los últimos tiempos, resulta indispensable el conocimiento por parte de todos los profesionales. La enseñanza de primeros auxilios psicológicos es algo que debe ser implementado y continuado de aquí a futuro, debido a que una vez terminada la pandemia de COVID-19, seguirán existiendo situaciones de emergencia, desastres y crisis, que deberán ser abordadas de la misma manera.

Referencias

1. **Osoario A.** Primeros auxilios psicológicos. *Int Acad. Psicol.* 2007; **15**:4-11 [consultado 02 abr 2021]. Disponible en: <https://integracion-academica.org/attachments/article/173/01%20Primeros%20Auxilios%20Psicologicos%20-%20AOSorio.pdf>
2. **Bodon M.** Intervenciones de primera respuesta en situaciones de emergencia y catástrofes: "primeros auxilios psicológicos/emocionales". *Congr Memor.* 2020; **12**: 45-51 [consultado 02 abr 2021]. Disponible en: <https://www.aacademica.org/000-007/8.pdf>
3. **Abreu L, Valdez J, Esperón R, Olivares S.** El reto de COVID-19 respecto a la responsabilidad social de las escuelas de medicina: nuevas perspectivas profesionales y humanas. *Gac Med Mex.* 2020; **156**: 311-316. DOI: 10.24875/GMM.20000306
4. **Santander J, Pinedo J, Reppeto P.** Enseñanza de Psicología Médica en las escuelas de medicina chilenas. *Rev Med Chile.* 2012; **140**: 946-951. DOI: 10.4067/S0034-98872012000700019
5. **González S, Recino U, Álvarez Y, Pérez Y.** Potencialidades de la Psicología Médica para desarrollar el aprendizaje estratégico en el currículo de Medicina. *Edu Me Centro.* 2016; **8**:7-18 [consultado 03 abr 2021]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/edu/v8n2/edu02116.pdf>
6. **Balluerka N, Gomez J, Hidalgo M, Gorstiaga A, Espada J, Padilla J, et al.** Las consecuencias psicológicas de la COVID-19 y el confinamiento. 1th. ed. Bilbao: Editorial Universidad del País Vasco; 2020
7. **Domínguez J, Morales F, Landeros M.** La psicología de la salud en el plan de estudio de la medicina: razones de cambio. *Rev Cubana Med Sup.* 1999; **13**: 19-27 [consultado 03 abr 2021]. Disponible en: <http://scielo.sld.cu/pdf/ems/v13n1/ems03199.pdf>
8. **De la Fuente, R.** La enseñanza de la psicología médica en la Facultad de Medicina de la UNAM. *Rev Fac Med UNAM.* 2006; **49**: 51-53 [consultado 04 abr 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/facmed/un-2006/un062c.pdf>
9. **Puntunet M, Domínguez A.** La educación continua y la capacitación del profesional de enfermería. *Rev Mex Enf Cardiol.* 2008; **49**: 115-117 [consultado 06 abr 2021]. Disponible en: <https://www.medigraphic.com/pdfs/enfe/en-2008/en083g.pdf>
10. **Guarnizo A.** Vicisitudes y retos pedagógicos en medio de la emergencia sanitaria. La formación médica en tiempos de COVID-19. *Edu Med.* 2021; **21**: 34-37 DOI: <https://doi.org/10.1016/j.edumed.2021.01.008>