



Proyecto IMPRESIONA: Investen-isciii estudia cómo cuidar mejor a quienes cuidan durante la pandemia

- Este miércoles se celebra el Día Internacional de la Enfermería, ámbito representado en el ISCIII por la Unidad de investigación en cuidados y servicios de salud (Investen). Uno de los proyectos que está desarrollando esta Unidad es IMPRESIONA, que investiga cómo la pandemia está afectando la salud de los profesionales sanitarios, con especial foco en las consecuencias sobre la salud mental.

12 de mayo de 2021. Este miércoles, como cada 12 de mayo, se celebra el [Día Internacional de la Enfermería](#), una fecha que conmemora cada año el aniversario del nacimiento de Florence Nightingale, considerada como la precursora de la Enfermería moderna. La celebración, promovida por el Consejo Internacional de Enfermeras (CIE), se rodea este año -como ya sucedió el pasado- de un contexto especial para las enfermeras y todos los profesionales sanitarios, debido a la pandemia de coronavirus. El lema de este año es 'Enfermería: Una voz para liderar, una visión de futuro para la atención de salud'.

La enfermedad COVID-19 está teniendo consecuencias en la salud de todos los profesionales sanitarios en general y las enfermeras en particular, ya que llevan más de un año sometidas a situaciones de mucha carga laboral, tensión y estrés, entre otras consecuencias físicas y emocionales derivadas de la pandemia. Esta rutina, prolongada en el tiempo, está provocando en parte del personal de Enfermería, como en otros profesionales, síntomas como estrés postraumático, burnout, insomnio, depresión y ansiedad, entre otros. Entre los factores que parecen influir sobre la gravedad de la sintomatología psicológica están edad, ocupación, experiencia, especialización y proximidad a los pacientes con SARS-Cov-2.

Estos síntomas, cuyas consecuencias a largo plazo aún no se conocen, llevan tiempo afectando a la salud mental de los profesionales. Para medir este impacto, la Unidad de investigación en cuidados y servicios de salud ([Investén-isciii](#)) del Instituto de Salud Carlos III ha puesto en marcha, con la colaboración de la Fundación BBVA, el '[Proyecto IMPRESIONA](#): Impacto familiar, personal y profesional de la pandemia por SARS-CoV-2 en los profesionales de la salud en España'. IMPRESIONA ayudará a conocer cómo y en qué medida la experiencia vivida en la primera ola de la pandemia, entre marzo y junio de 2020, pudo impactar sobre la salud de los profesionales de la salud, con especial atención a su salud mental.

El proyecto IMPRESIONA está aún en su primera fase, la recogida de datos, que finalizará este mes de mayo. Lo están llevando a cabo casi una veintena de instituciones sanitarias de 11 comunidades autónomas, bajo la coordinación de la directora de Investén-isciii, Teresa Moreno. El estudio tiene un reclutamiento previsto de cerca de 800 profesionales sanitarios (enfermeras/os; médicos/as, TCAEs y gerocultoras/es), a los que se hará un seguimiento a los 6 y 12 meses para conocer su evolución respecto al recuerdo e impacto de la experiencia vivida.

Síntomas ya detectados

Entre otras cuestiones, el trabajo tratará de identificar a los profesionales sanitarios (médicos, enfermeras, etc.) en riesgo de desarrollar sintomatología relacionada con un trastorno de estrés postraumático; detectar el impacto del confinamiento y de las medidas de aislamiento específicas en las relaciones familiares y en la vida laboral; proporcionar información acerca de cómo los sanitarios han gestionado el impacto del SARS-CoV-2 en su vida personal, laboral y familiar, y sus reacciones habituales ante la situación de emergencia generada; evaluar su resiliencia e inteligencia emocional como factor determinante y modulador del impacto, y conocer las estrategias de afrontamiento utilizadas, las necesidades de apoyo y de recursos.

Hasta el momento, por la información ya recogida y a falta de completarla y analizarla, IMPRESIONA ha detectado sintomatología de estrés postraumático en aproximadamente uno de cada cuatro profesionales que participan en el estudio. Además, parece haber una correlación significativa entre los niveles elevados de resiliencia y una disminución de la sintomatología, lo que demuestra que una intervención focalizada en esta área puede contribuir a una mejor salud mental.

Los investigadores del proyecto destacan la “gran acogida” que está teniendo entre los profesionales de la salud que trabajaron en la primera ola de la pandemia: “La COVID-19 ha tenido mucho impacto en sus vidas y necesitan recursos y herramientas para identificar sus problemas emocionales y de salud, y trabajar –o ayudar para hacerlo- en las cuestiones que afecta a su vida personal y profesional”, señalan.

IMPRESIONA ofrece un servicio de soporte a través de una [plataforma online creada de manera específica](#) que cuenta con recursos de apoyo digitales para ayudar a los profesionales a combatir sentimientos de estrés, fatiga, resiliencia o duelo, entre otros.

A día de hoy, muchos profesionales sanitarios siguen trabajando, tanto a pie de cama como en el proceso de vacunación, a un ritmo frenético: “El simple hecho de pararse a pensar cómo les está impactando todo esto les hace tomar conciencia de lo vivido y de la necesidad de actuar sobre ellos mismos. Es importante saber que alguien tiene que cuidar al que cuida”, dicen las responsables del proyecto, que recuerdan las enseñanzas que se pueden extraer del mito clásico de Quirón, el centauro con conocimientos de Medicina que era capaz de curar a los demás pero no a sí mismo: las personas que cuidan también deben poder ser cuidadas.

Sobre Investen-isciii

La Unidad de Investigación en Cuidados y Servicios de Salud (Investén-isciii), creada hace 25 años, tiene como objetivo de fomentar la investigación en cuidados de enfermería y otras disciplinas relacionadas. Su nodo coordinador está en el Campus de Chamartín del ISCIII, donde trabajan 9 investigadoras, y consiste en una red de profesionales -en su mayor parte de Enfermería- de todas las comunidades autónomas, por lo que ámbito de influencia es nacional, en la que están involucradas las diferentes áreas de trabajo de los profesionales de Enfermería y disciplinas afines: atención primaria, hospitalaria, instituciones docentes, áreas de gestión, provisión de cuidados, investigación...

La enfermería, que tiene en su vertiente asistencial su ámbito más conocido, tiene en la investigación otra faceta destacada. Al respecto, Investen-isciii dispone de una estrategia a nivel estatal que fomenta y coordina la investigación traslacional y multidisciplinar en cuidados, con la finalidad de potenciar su integración en la práctica clínica diaria y conseguir que los cuidados de salud sean seguros, de la mejor calidad y basados en resultados válidos y fiables provenientes de la investigación científica.

Entre los proyectos que, además de IMPRESIONA, ha desarrollado en el último año o está desarrollando Investen-isciii, también están el estudio SANICOVI, que investiga qué factores influyen en la tasa de contagios por COVID-19 entre los profesionales sanitario; la iniciativa OTAGO, que mide la eficacia del Programa de Ejercicios de Otago aplicado de forma grupal e individual en la probabilidad de caídas entre personas mayores; y el proyecto SueñOn, que persigue cambiar y mejorar las rutinas de los profesionales sanitarios, bajo el liderazgo de la enfermería, para aplicar las evidencias científicas en torno a los procesos de sueño en hospital.