



APOYO PSICOLÓGICO PARA PROFESIONALES EN LA PANDEMIA POR COVID-19.

La actual *crisis del COVID-19* **expone al personal sanitario**, especialmente a aquellos en primera línea de atención, a situaciones de alto impacto emocional, que pueden llegar a alterar el bienestar psíquico del profesional. La situación provocada por la pandemia exige a estos profesionales:

- **Mayor demanda asistencial**, en la que se debe hacer frente con gran carga de **incertidumbre** (situación nueva, desconocida) y en contextos ocasionalmente desfavorables.
- **Mayor demanda emocional** como exposición al sufrimiento de familias desbordadas, pacientes graves (algunos de ellos jóvenes), miedo al contagio (propio o de los familiares), dilemas éticos y morales.
- **Mayor demanda personal-profesional** por la dificultad para atender como quisiéramos a los miembros vulnerables de nuestro círculo en esta situación de crisis y temor a exponerles por nuestra actividad.

Para combatir estas situaciones, se ha demostrado la efectividad de intervenciones psicológicas para potenciar las estrategias y habilidades de afrontamiento del estrés para profesionales que se enfrentan a la atención de personas en situación de crisis y catástrofe, como medida de prevención primaria.

Por este motivo, desde los Servicios de Asistencia Psiquiátrica y Salud Mental, de las distintas áreas de salud de la Comunidad, se ha puesto en marcha un Programa de Apoyo Psicológico con distintas áreas de intervención, una específica para atención a los profesionales (UVI, REA, Urgencias, Plantas para ingresos Covid....)

La intervención irá enfocada a brindar un PRIMER APOYO PSICOLÓGICO a aquellos profesionales que así los demanden, para favorecer un adecuado afrontamiento de la situación.

En todos los hospitales de la Comunidad se han elaborado y repartido carteles informativos, donde se comunica la forma de contacto para demandar a voluntad propia esta atención. Se pone a su disposición un teléfono o un correo electrónico de contacto, para que voluntariamente y de forma anónima se pueda contactar con el Equipo encargado de prestar este Apoyo Psicológico.

En la siguiente tabla se detalla la forma de contacto en los distintos hospitales de la Comunidad:



CONTACTO CON EL EQUIPO DE APOYO PSICOLÓGICO - PANDEMIA COVID 19

Área de Salud	Correo	Tfno - Extensión
ÁVILA	smental covid19.hnss@saludcastillayleon.es	
BURGOS	jgandara@saludcastillayleon.es tzaizp@saludcastillayleon.es	De lunes a viernes (9 a 14 horas) Ext 36818 / 36782 Tardes y fines de semana ext. 162288
LEÓN	apoyopsicologico.hleo@saludcastillayleon.es	
BIERZO	psicologia.gasbi@saludcastillayleon.es	Lunes: Rosa Alonso Joja (ext. 40047) Martes: Cristina León Álvarez (ext 40043) Mierc: Lucas Fraile (ext 40051) Jueves: Alicia Alonso Palacio (ext. 40026) Viernes: Clementina Crespo (ext. 40046)
PALENCIA	amartinj@saludcastillayleon.es rsanguino@saludcastillayleon.es	
SALAMANCA	pasmicor.husa@saludcastillayleon.es	
SEGOVIA	mlmartingar@saludcastillayleon.es	De 8 a 15 h. Ext. 58070 Tardes y fines de semana – 166196 / Centralita
SORIA	salcaldep@saludcastillayleon.es	De lunes a viernes (9 a 14 horas) ext 38811
VALLADOLID ESTE	psq.hcuv@saludcastillayleon.es	De lunes a viernes (de 9 a 14 horas) ext 86314
MEDINA DEL CAMPO	calvarezs@saludcastillayleon.es	
VALLADOLID OESTE	smental covid19.hurh@saludcastillayleon.es	
ZAMORA	smental covid19.hvcn@saludcastillayleon.es	