

EDITORIAL

Carlos Fernando Ballesteros Olivos 

Universidad Antonio Nariño

Correspondencia: cfballesteroso@unal.edu.co – cfballesteroso@uan.edu.co

Citar este artículo así: Ballesteros Olivos CF. Salud mental y habilidades blandas en profesionales de la salud. Revista Investig. Salud Univ. 2023; 10(1): 13 – 16. DOI: <https://doi.org/10.24267/23897325.1192>

Salud mental y habilidades blandas en profesionales de la salud

Durante la emergencia sanitaria recientemente experimentada a nivel mundial, se evidenció un aumento significativo en la cantidad de publicaciones realizadas con relación a la importancia de la salud mental. Constantemente se hizo énfasis en distintos grupos poblacionales, uno de los más relevantes y sobresalientes fue el gremio de profesionales de la salud donde resaltaba los pertenecientes a disciplinas como medicina, enfermería, odontología, bacteriología y distintos tipos de terapias (1). Es evidente que, el contexto y el escenario adverso de la pandemia permitió reflexionar continuamente frente a la importancia de intervenir en la salud mental, en su protección y en la prevención de factores de riesgo que la pudiesen afectar de forma dañina. Por lo tanto, es pertinente entrar a evaluar detenidamente esas estrategias propuestas y creadas en tiempos de crisis sanitaria por pandemia, para la promoción y garantía de espacios saludables en salud mental, siendo particularmente enfáticos en el área del ejercicio del derecho a la salud.

Estudios recientes mencionan que los profesionales de la salud, estuvieron, están y estarán expuestos a situaciones que pueden comprometer su salud mental, esa exposición puede generar: estrés, ansiedad, agotamiento, depresión, pánico, expresión de diversos tipos de violencia, consumo de sustancias psicoactivas, ideación y gestos suicidas, entre otros (2, 3, 4). Reconociendo la gravedad del entorno, surge la necesidad de intervenir desde la prevención, la gestión del riesgo y la consolidación de factores de protección para hacer frente a las adversidades ya mencionadas, comprendiendo que la disminución de exposición a las situaciones adversas no es del todo viable y de fácil intervención, debido a que son inherentes al entorno laboral de ciencias de la salud.

Teniendo como base la información anterior, es imperativo reconocer que previo a intervenir en los profesionales de la salud, que están en condiciones laborales con sobrecarga, fragilidad económica y de remuneración o con bajo reconocimiento, alta responsabilidad, contacto frecuente con situaciones de dolor, sufrimiento, y muerte (5); es necesario ingresar al entorno de formación académica y de competencias de esta población, las instituciones universitarias, donde los profesionales adquieren los conocimientos y habilidades necesarias para su efectivo actuar laboral. Existen publicaciones previas, donde se evidencia un déficit de formación en el área de salud mental en este perfil de profesionales, tanto en el contexto de la atención de la población usuaria, como para el aborda de sus propias necesidades (6).

Dentro del debate de la calidad en la atención en salud, el talento humano en salud es constantemente criticado por su poca empatía, su baja capacidad interacción interpersonal y en algunas instancias, su atención con nulos estándares de humanización. Por lo que es necesario responder a la pregunta que podría consolidar e intentaría dar una explicación a esta situación: ¿En la formación universitaria, se dan las bases y el conocimiento necesario para garantizar estas habilidades y competencias?.

Se reconoce entonces que, las habilidades blandas, definidas como esas características y competencias propias de cada persona, que se desarrollan a nivel interno y social, ayudarían a afrontar y resolver dificultades o adversidades, promoverían procesos satisfactorios de adaptación y protección a la salud mental propia y de las personas a quienes se interviene (7).

En los contenidos curriculares de pregrado de ciencias de la salud, es necesario establecer durante cada periodo académico asignaturas, estrategias, proyectos y escenarios de simulación clínica, para promover el desarrollo y adquisición de esas habilidades blandas, tales como: liderazgo, toma de decisiones en situaciones complejas, comunicación asertiva, efectiva y afectiva, trabajo en equipo y colaborativo, además de la anhelada empatía. Lo anterior, como complemento al desarrollo de sus habilidades técnicas y cognitivas, que, si bien son indispensables, en algunas circunstancias pasan a un segundo plano, aún más cuando el profesional de la salud se ve expuesto a situaciones adversas de características interpersonales. Esa promoción de la adquisición de habilidades blandas, que se da en escenarios académicos de formación en pregrado, servirá para abordar dos necesidades plenas: La primera, relacionada directamente con la calidad de la atención al usuario, paciente o sujeto de cuidado, desde una perspectiva integral, de forma oportuna y asertiva; y la segunda, a nivel interno del profesional, donde podrá reconocer y explorar sus fortalezas y debilidades, gestionará la organización

de sus potenciales y consolidación del grupo de trabajo, potenciará sus habilidades cognitivas para la toma de decisiones y promoverá un desarrollo satisfactorio de su rol.

Como ciudadanos, usuarios del sistema de salud y en este caso particular, profesional formador académico, es obligatorio hacer un acto de reflexión crítica, frente al desempeño del rol de los profesionales de la salud, donde se exige una serie de actitudes, comportamientos y competencias, que muchos no han tenido la posibilidad de aprender, adquirir y desarrollar. Es necesario que, dentro de las aulas y los escenarios de formación profesional, se garantice y se promuevan asignaturas que permitan la consolidación de habilidades técnicas y cognitivas necesarias para la atención, pero de forma paralela se adquieran esas denominadas habilidades blandas, ya que éstas pueden convertirse en esa *"llave maestra"*, que ayudarán a solucionar (*"abrir esos candados"*) esas dificultades que se presentan diariamente en el desempeño de las funciones, y así promover una atención de calidad, garantizar el desarrollo integral de los profesiones y proteger colectivamente la salud mental de todos.

Referencias Bibliográficas

1. Dany L. COVID-19: protecting health-care workers. 2020; Lancet. 395 (e10228) [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30644-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30644-9)
2. Castro-Baca A, Villena-Pacheco A. La Pandemia del COVID-19 y su repercusión en la salud pública en Perú. Acta Med Peru. 2021; 38(3):161-2. DOI: <https://doi.org/10.35663/amp.2021.383.2227>
3. Heitzman J. Impact of COVID-19 pandemic on mental health. Psychiatr Pol. 2020; 54(2):187-98. DOI: <https://doi.org/10.12740/PP/120373>
4. Campo-Arias A, Jiménez-Villamizar MP, Caballero-Domínguez CC. Healthcare workers' distress and perceived discrimination related to COVID-19 in Colombia. Nurs Health Sci. 2021; 23(3):763-7. DOI: <https://doi.org/10.1111/nhs.12854>
5. Esperidião E, Borges M, Rodríguez J. Salud mental: enfoque en los profesionales de la salud. Revista Brasileira de Enfermagem. 2020; 73(1). DOI: <https://doi.org/10.1590/0034-7167.202073supl01>

6. Navarro N, Trigueros R. Estigma en los profesionales de la Salud Mental: una revisión sistemática. *Psychology, Society, & Education*. 2019; 11:253. DOI: <https://doi.org/10.25115/psye.v10i1.2268>
7. Sancho-Cantus D, Cubero-Plazas L, Botella Navas M, Castellano-Rioja E, Cañabate Ros M. Importance of Soft Skills in Health Sciences Students and Their Repercussion after the COVID-19 Epidemic: Scoping Review. *Int J Environ Res Public Health*. 2023; 20(6): 4901. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph20064901>