

## Noticia Contemporánea

---

# Salud Mental y COVID-19 en el Sistema Nacional de Salud

Mayelin Rey Bruguera

Centro de Salud Mental de Ciudad Lineal, Hospital Universitario Ramón y Cajal, España

Cuando el 11 de marzo de 2020 la Organización Mundial de la Salud elevó a pandemia mundial la situación de emergencia de salud pública ocasionada por la COVID-19 y el 14 de marzo se declara el estado de alarma en España, aún no éramos conscientes del alcance que podría tener para la salud mental. Como bien sabemos, esta crisis sanitaria sin precedentes desbordó la capacidad del sistema sanitario y restringió temporalmente los derechos fundamentales de la ciudadanía. La pandemia generó un estrés generalizado que afectó a toda la población.

Desde el inicio de la pandemia, numerosos estudios han informado de un incremento de los problemas de salud mental, con especial riesgo para los colectivos vulnerables, la infancia, la adolescencia, las personas mayores o el personal sanitario. El último Barómetro del Centro de Investigaciones Sociológicas revela que los ciudadanos siguen preocupados por la crisis del coronavirus, tanto por los efectos sobre la economía y el empleo como por los efectos sobre la salud.

El Sistema Nacional de Salud (SNS) concentró sus esfuerzos en atender y frenar la pandemia, priorizando la atención a las personas afectadas por la COVID-19. Este esfuerzo realizado fue incalculable por parte de los profesionales de la sanidad. La psicología aportó sus conocimientos y se puso al servicio de la ciudadanía. Los facultativos especialistas en psicología clínica igualmente multiplicaron sus esfuerzos para la atención de los pacientes con COVID-19, sus familias y profesionales sanitarios, sin descuidar la asistencia a los pacientes de salud mental. No obstante, la demanda fue tal, que tuvieron que habilitarse dispositivos de atención psicológica para que pudiese ser atendida toda la población.

Un informe de la OMS del *Technical Advisory Group on the Mental Health Impacts of COVID-19* refleja lo ocurrido y advierte del impacto de la pandemia en los servicios de salud mental. Recuerda que la capacidad y cobertura de los servicios para la atención a las personas con trastorno mental ya eran limitadas antes de la pandemia y ésta ha vuelto a resaltar las carencias en la atención a la salud mental de la población. La rápida sobrecarga del sistema sanitario, que centró su actividad en el COVID-19, provocó el aumento de la demanda asistencial y la modificación de la prestación de los servicios de salud mental, pasando de una modalidad presencial a la atención a distancia, que también supuso nuevos niveles de estrés y presión a los que los profesionales tenían que enfrentarse. El documento señala que los sistemas nacionales de salud tienen como prioridad abordar la salud mental de las personas afectadas por la COVID-19, dado el previsible aumento de las alteraciones psicopatológicas. Por todo ello, recomienda reforzar y desarrollar los servicios de salud mental, puesto que la capacidad para atender a las necesidades de salud mental en general y las inducidas por la pandemia,



Este es un artículo Open Access bajo la licencia CC BY-NC-ND.

sigue siendo insuficiente. Además, aconseja que los países deberían garantizar que estos servicios estuviesen protegidos desde el punto legal, operativo y financiero, y que deberían crecer en proporción al aumento de las necesidades.

El pasado mes de octubre el Gobierno, reconociendo el impacto provocado por la pandemia en la salud mental, presentó el Plan de Acción 2021-2024 de Salud Mental y COVID-19. Entre las principales medidas incluye “la mejora de la Atención a la Salud Mental en todos los niveles del Sistema Nacional de Salud”, además del “impulso a la Formación Sanitaria Especializada en salud mental, la sensibilización y la lucha contra la estigmatización, la prevención de las conductas adictivas, la promoción del bienestar emocional... y la mejora de la prevención, la detección y la atención de la conducta suicida”. Asimismo, pone el foco en la infancia, la adolescencia y otros grupos vulnerables como las mujeres o los mayores. En junio la Ministra de Sanidad anunció la próxima actualización de la Estrategia de Salud Mental 2021-2026. La última y vigente es la Estrategia de Salud Mental 2009-2013.

Con el deseo que las autoridades sanitarias responsables no olviden la recomendación del Defensor del Pueblo en 2020, antes de la pandemia: “Promover a la mayor brevedad posible en el seno del Consejo Interterritorial del Sistema Nacional de Salud, de acuerdo con todas las administraciones sanitarias competentes, la realización de una evaluación de necesidades específicas en materia de atención psicológica dirigida a incrementar progresivamente este tipo de asistencia en los servicios autonómicos de salud”.

A esta conclusión llegó el Defensor del Pueblo tras analizar “si la oferta de atención psicológica clínica existente en la sanidad pública se adecúa a las verdaderas necesidades de la población”. Según los datos que aportó el Ministerio de Sanidad, la ratio en 2018 era de 6 psicólogos por cada 100.000 habitantes, bastante lejos de la media europea que se sitúa en 18. Por lo que, el Defensor del Pueblo insistió en el incremento de los recursos de atención psicológica, ampliar esta atención a la Atención Primaria y el aumento de plazas de formación especializada. Este informe deja patente que las administraciones públicas no ofrecen la asistencia psicológica que demandan los ciudadanos para mejorar su salud mental, puesto que los recursos no son suficientes.

En definitiva, esta pandemia ha puesto de relieve, una vez más, las potencialidades y las deficiencias del SNS. Éste debe centrar su interés en la atención a la salud mental, que incluye actuaciones de promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación para mejorar la calidad de vida de las personas. La atención de la salud mental pública y de calidad que merecen los ciudadanos requiere obligatoriamente una inversión en los servicios sanitarios públicos. Sin embargo, la demanda de atención psicológica por parte de la población no corresponde con el número de profesionales con los que cuenta nuestro SNS, que se encuentra entre los más bajos de Europa.

## Referencias

- Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). (2021). *Avance de resultados. Estudio nº 3324. Efectos y consecuencias del coronavirus (IV)*. [https://www.cis.es/cis/opencms/ES/NoticiasNovedades/InfoCIS/2021/Documentacion\\_3324.html](https://www.cis.es/cis/opencms/ES/NoticiasNovedades/InfoCIS/2021/Documentacion_3324.html)
- Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). (2021, 4 de marzo). *Nota informativa sobre el avance de resultados de la “Encuesta sobre la salud mental de los/as españoles/as durante la pandemia de la COVID-19”*. [http://www.cis.es/cis/opencms/ES/9\\_Prensa/Noticias/2021/prensa0494NI.html](http://www.cis.es/cis/opencms/ES/9_Prensa/Noticias/2021/prensa0494NI.html)
- Colegio Oficial de la Psicología de Madrid. (2021, 7 de octubre). *Día Mundial de la Salud Mental. 10 de octubre*. [Comunicado] <https://www.copmadrid.org/web/comunicacion/noticias/1989/dia-mundial-la-salud-mental-10-octubre>
- Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS). (2020, 16 de noviembre). *Barómetro de noviembre 2021. Avance de resultados. Estudio nº 3340*. [https://www.cis.es/cis/opencms/ES/9\\_Prensa/Noticias/2021/prensa0534.html](https://www.cis.es/cis/opencms/ES/9_Prensa/Noticias/2021/prensa0534.html)
- Consejo General de la Psicología de España. (2021, 16 de febrero). *Un nuevo estudio pone de relieve el impacto de la pandemia sobre la salud mental de la población en general*. *Infocop online*. [http://www.infocop.es/view\\_article.asp?id=16678](http://www.infocop.es/view_article.asp?id=16678)

- Defensor del Pueblo. (2020, 31 de enero). *El Defensor del Pueblo recomienda al Gobierno y las CCAA incrementar la Asistencia Psicológica en el Sistema Nacional De Salud*. <https://www.defensordelpueblo.es/noticias/salud-mental/>
- Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (2020, 6 de junio). *El teléfono de apoyo psicológico por COVID-19 del Ministerio de Sanidad y el Consejo General de la Psicología realiza más de 13.000 intervenciones*. Notas de prensa. Ministerio de Sanidad. <https://www.mscbs.gob.es/gabinete/notasPrensa.do?id=4953>
- Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social. (2021, 22 de julio). *Darias: Sin salud mental no hay salud. Hemos pasado del silencio al debate y ahora toca pasar del debate a la acción*. Notas de prensa. <https://www.mscbs.gob.es/gabinete/notasPrensa.do?id=5414>
- Organización Mundial de la Salud. (2020, 11 de marzo). *Alocución de apertura del Director General de la OMS en la rueda de prensa sobre la COVID-19 celebrada el 11 de marzo de 2020*. <https://www.who.int/es/director-general/speeches/detail/who-director-general-s-opening-remarks-at-the-media-briefing-on-covid-19---11-march-2020>
- Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19. Boletín Oficial del Estado (España) de 14 de marzo. <https://www.boe.es/boe/dias/2020/03/14/pdfs/BOE-A-2020-3692.pdf>
- Robles-Sánchez, J. I. (2021). Salud Mental en tiempos de pandemia: la pandemia paralela. *Sanidad Militar*, 77(2), 69-72. <https://doi.org/10.4321/s1887-85712021000200001>
- Presidencia de Gobierno. (2021, 9 de octubre). *El Gobierno presenta el Plan de Acción 2021-2024 Salud Mental y COVID-19 para atender al impacto provocado por la pandemia*. <https://www.lamoncloa.gob.es/presidente/actividades/paginas/2021/091021salud-mental.aspx>
- World Health Organization (2021). *Mental health atlas 2020*. <https://www.who.int/publications/item/9789240036703>
- World Health Organization. (2021). *Action required to address the impacts of the COVID-19 pandemic on mental health and service delivery systems in the WHO European Region: Recommendations from the European Technical Advisory Group on the Mental Health Impacts of COVID-19, 30 June 2021*. WHO Regional Office for Europe. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/342932/WHO-EURO-2021-2845-42603-59267-eng.pdf>