

CONSULTA OBERTA

La cura DEL PROFESSIONAL

Grup de Treball en Salut Mental de la CAMFiC

Des del grup de **Salut Mental (SM) de la CAMFiC**, us volem convidar a reflexionar conjuntament sobre com ens hauríem de cuidar els professionals i què necessitem de les organitzacions i les institucions per gaudir d'un entorn de treball més saludable. Volem prendre consciència de que la Salut i el benestar dels professionals és una qüestió individual, de l'equip de treball i la seva organització, així com de la institució.

- Com a grup de SM ens plantejem la salut dels professionals; com és un entorn saludable?
- De qui es fa la responsabilitat de gaudir d'un entorn saludable?
- Quines actituds dels professionals i quines activitats ens poden ajudar a mantenir-lo?
- Treballem en equip? Quin pes té l'equip de treball en la salut dels professionals? Què pot ajudar a cohesionar l'equip?
- Vetllen les institucions per la salut dels professionals? Com ho fan? Què els hi demanàriem o què necessitarien que ens poguessin oferir?

Els professionals sanitaris treballem directament amb persones, la tasca que desenvolupem està determinada per les relacions que s'estableixen.

Durant la relació es creen tensions inherents a la nostra feina:

- Estar en **contacte amb el patiment dels pacients** (aporten allò que els hi resulta més dolorós, difícil de tolerar a ells i al seu entorn; allò que representa les seves incapacitats i limitacions). De vegades ens delegen les seves decisions. Els ajudem a expressar, contenir els sentiments, organitzar-se i plantejar-se objectius... Fer-se càrrec d'allò que no funciona **té desgast i requereix** prendre **consciència** d'on ha d'estar el límit per no crear dependència i **potenciar l'autonomia** de les persones.
- **La pressió interna** del propi professional en relació a la seva **autoexigència** com a persona i com a professional; el professional experimenta la tensió **d'aproximar-se empàticament**.

- **Les expectatives i les pors dels professionals** que depenen de la personalitat i la seva experiència així com de la naturalesa del problema que s'aborda. Els professionals volem ser:
 - **útils-resolutius** (és un motor que ens empeny a gestionar la incertesa però té un perill confondre atendre i resoldre; pot conduir a actuacions precipitades o decidir pels altres)
 - **tolerants** escoltant i comunicant amb **respecte i sense jutjar**
 - **capaços de comprendre** (el que li passa i perquè li passa). La nostra capacitat de comprensió és parcial, necessitem un treball multidisciplinar per poder ampliar la mirada (Falta d'espais de trobada). Per comprendre cal explorar conjuntament amb les pacients les seves experiències i vivències; por a que no sigui ben viscut pel pacient (com intrusió).
- **La pressió externa exercida per les institucions:** per l'eficàcia, la racionalització dels recursos, les possibles contradiccions entre els objectius dels usuaris i dels professionals (partim de valors diferents i avaluem els resultats de diferent forma), la cartera de serveis, la falta de recursos, la falta d'accessibilitat al 2on nivell assistencial, les llistes d'espera...
- **En les demandes d'assistència no coincideixen les expectatives dels usuaris** (incrementar el sentiment de benestar subjectiu)/**professionals** (salut, qualitat de vida)/**societat** (que l'individu assumeixi la responsabilitat associada al seu rol social)
- Les característiques dels **patrons relacionals** del professional i del pacient: rigidesa, pautes relacionals conflictives, indiferència, hipersensibilitat dificulten la relació.

Aquestes tensions impliquen esforç, creativitat i energia i son una condició necessària pel canvi constant i evolutiu que hem de desenvolupar els professionals.

Sabem que les taxes de morbiditat per malaltia cardiovascular, cirrosi hepàtica, accidents de trànsit, alcoholisme, addicció a drogues, conflictes matrimonials, depressions i suïcidis, entre altres, són superiors en els metges que en la població general.

Segons el Programa d'Atenció Integral al Metge Malalt (PAIMM) s'estima que entre un 10 i un 12% dels metges en exercici poden patir al llarg de la seva vida professional un o més episodis de problemes psíquics o conductes addictives a l'alcohol, a d'altres drogues o als psicofàrmacs.

La nostra **responsabilitat professional comporta una reflexió** sobre les nostres capacitats i límits, la nostra ideologia sobre el que és útil per la població.

Davant d'aquest entorn difícil caldrà que **preservem la nostra integritat personal i clarifiquem** i enfortim la nostra **identitat professional**.

Podem plantejar-nos i replantejar-nos **què fem?, Quina és l'essència, allò que dona sentit a la nostra feina?** Per això necessitem **espais de trobada** on fomentem la capacitat de pensar en el que fem i com ho fem.

Cal preservar un **espai de reflexió d'equip, de supervisió continuada** on cada professional pugui repensar els casos, les seves pròpies **actituds i vivències** al respecte.

L'èxit de la nostra professió el podríem mesurar en no crear dependència dels professionals i potenciar autonomia; col·laborar amb la comunitat i potenciar els recursos comunitaris per sostenir les persones més enllà del sistema sanitari.

Les institucions podrien incloure un **indicador de qualitat assistencial** on s'avalui el benestar del professional.

EL PROPER 14 DE JUNY CELEBREM A LA SEU DE LA CAMFIC LA JORNADA: LA CURA DEL PROFESSIONAL.

La taula de la jornada ens presentarà les següents aportacions:

→ **Com treballar saludablement: reflexions a partir del treball de suport als professionals**

Maria Pau González Gómez de Olmedo. Responsable de Formació i Psicoterapeuta del Servei de Suport a Professionals de la Salut de la Fundació Galatea.

→ **Com es pot prevenir l'estrès crònic dels metges?**

Albert Mariné. Psiquiatre. Servei de Prevenció laboral. Corporació Sanitària Parc Taulí.

→ **Posar salut a la sanitat: model de la Unitat de Suport a la Salut Mental del Treballador de l'ICS.**

Miquel Jabalera Balcells, psicòleg clínic de la Unitat de Salut Mental de Badia del Vallès

Comptarem amb espais pel debat, discussió de casos i dinàmiques de grup.

US ESPEREM A LA JORNADA LA CURA DEL PROFESSIONAL!

BIBLIOGRAFIA

- Llibre "Salut Mental i Atenció Primària" segona edició CAMFIC 2012.
- Les tensions inherents a l'exercici professional
(Article publicat a: Educació Social. Revista d'intervenció socioeducativa. 2003, no 23, 45-56)
Victor Cabré Segarra Doctor en Psicologia. Fundació Vidal i Barraquer. Professor de la FPCE. Universitat Ramon Llull. E-mail: vcabre@fvb.es
Josep A. Castillo Garayoa^[1] Doctor en Psicologia. Psicòleg a ACISJF. Fundació Vidal i Barraquer. Professor de la FPCE. Universitat Ramon Llull

CONTACTE



comunicacio@camfic.org