



## NOTA DE PRENSA

### Preocupación enfermera en el Día Mundial de Lucha contra la Depresión

# El CGE insta a contar con las enfermeras especialistas en Salud Mental para prevenir el actual abuso de fármacos antidepresivos

- **Más de dos millones de personas sufren depresión en España -más que la población total de una provincia como Sevilla-, lo que la convierte en una de las enfermedades mentales más prevalentes del país. Las enfermeras advierten de que este abuso supone un problema de salud pública que se ha acentuado desde el inicio de la pandemia, aumentando hasta un 10% su uso.**
- **“Contar con enfermeras especialistas en Salud Mental es fundamental para ayudar, apoyar y cuidar de ellos. Llevamos años formando a cientos de profesionales en esta especialidad y muchos no pueden ejercer su trabajo en este ámbito porque no existen plazas vinculadas a la especialidad. En definitiva, es un despropósito que se destine dinero público para formar a enfermeras especialistas que luego tendrán que seguir trabajando como generalistas”, afirma Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.**
- **Más allá de la prevención y cuidados de estos pacientes, para el Consejo General de Enfermería es imprescindible trabajar en estrategias que ayuden a los propios profesionales a cuidar su salud mental.**

**Madrid, 13 de enero de 2022.-** El Consejo General de Enfermería muestra su preocupación por las crecientes cifras de consumo de fármacos antidepresivos e insta a contar con enfermeras especialistas en Salud Mental para prevenir posibles casos de depresión entre la población y ayudar a los pacientes tras el diagnóstico. Con motivo del Día Mundial de Lucha contra la Depresión, la institución que aglutina a las más de 330.000 enfermeras y enfermeros de España advierte de que el abuso de antidepresivos

supone un problema de salud pública que se ha acentuado desde el inicio de la pandemia, aumentando hasta un 10% su uso, según datos del Observatorio del Medicamento de la Federación Empresarial de Farmacéuticos Españoles.

Según cifras del Instituto Nacional de Estadística (INE), durante la pandemia, un 5,4% de la población sufrió algún tipo de cuadro depresivo, aproximadamente 2,1 millones de personas -más que la población total de una provincia como Sevilla-. Hasta 230.000 se consideraron graves, lo que la convierte en una de las enfermedades mentales más prevalentes del país. En este sentido, desde el CGE insta a las administraciones nacionales y autonómicas que apuesten por la profesión y creen estrategias preventivas y de cuidados para brindar una mejor atención a estos pacientes, potenciando otro tipo de intervenciones, aunque requieran más tiempo y recursos de los servicios sanitarios.

“Las enfermeras acompañan a estos pacientes durante una enfermedad que puede estar presente a lo largo de toda su vida y establecen con ellos una relación, por lo que es importante que estén cerca de la toma de decisiones. Contar con enfermeras especialistas en Salud Mental es fundamental para ayudar, apoyar y cuidar de ellos. Llevamos años formando a cientos de profesionales en esta especialidad y muchos no pueden ejercer su trabajo en este ámbito porque no existen plazas vinculadas a la especialidad. En definitiva, es un despropósito que el Ministerio invierta recursos en formar a enfermeras especialistas que luego tendrán que seguir trabajando como generalistas”, afirma Florentino Pérez Raya, presidente del CGE.

Por su parte, M<sup>a</sup> del Mar García, vocal del Pleno del CGE por la especialidad de Salud Mental, presidenta del Colegio de Enfermería de Almería y enfermera especialista en Salud Mental, recalca la importancia del trabajo de las enfermeras especialistas: “Pueden enseñar a afrontar los problemas, ayudar a gestionar sus emociones y poco a poco ir mejorando el estado depresivo en el que se encuentre. La salud mental ha sido durante mucho tiempo la gran olvidada de la sanidad y es un gran paso que haya enfermeras especialistas en todos los servicios de Salud Mental.

Para la también vocal del Pleno del CGE en Salud Mental y enfermera especialista, Mercedes Peña, se ha puesto encima de la mesa que no se está realizando una prevención para no tener problemas en el futuro. “Es cierto que en los últimos tiempos se están poniendo medios para desarrollar esta prevención. Enfermería es la puerta de entrada de los pacientes en cualquier dispositivo de salud mental y desempeñamos una labor fundamental para la sociedad. No podría funcionar la salud mental sin la enfermera especialista. Ahora es momento de que se nos visibilice”, resalta.

En esta misma línea se muestra Jesús Linares, psicólogo de Emergencias y profesor de la Universidad Europea de Madrid, que expone que “la irrupción de la pandemia con su consecuente sobrecarga a un gremio ya de base sobrecargado supuso un parón en la dirección de la humanización de la asistencia sanitaria, lo que impactó en la identidad como profesionales de enfermería”. “Durante 2022 numerosas encuestas han recogido un elevadísimo porcentaje del gremio que ha sufrido síntomas ansiógenos, depresivos,

alteraciones del sueño, de la alimentación... Las crisis sanitarias evidencian los déficits estructurales que los sistemas sanitarios padecen, y el personal sanitario ha sostenido este sistema hasta la extenuación, rompiéndose física y psicológicamente. Recordemos que además de ser profesionales sanitarios también son población general, y están sujetos a los mismos estresores que cualquier persona, sumados a los potentes estresores por el hecho de ser sanitarios y específicamente por la crisis pandémica vivida y cronificada en cuanto a recursos humanos y sobrecarga asistencial”, destaca.

### **Cuidar a quien nos cuida**

Más allá de la prevención y cuidados de estos pacientes, para el Consejo General de Enfermería es fundamental también trabajar en estrategias que ayuden a los propios profesionales a cuidar su salud mental. Tal y como puso de manifiesto una macroencuesta realizada por el CGE, una de cada tres enfermeras reconoce haber sufrido depresión por culpa de la pandemia y el elevado nivel de trabajo que han vivido durante estos últimos años.

“Tenemos el defecto de no pedir ayuda, creemos que podemos con todo y la mayoría de las veces pedimos ayuda cuando ya estamos desbordados. Desde aquí mando un mensaje a todos los compañeros que, en cuanto tengan síntomas de que se debilitan su salud mental, pidan ayuda profesional”, subraya M<sup>a</sup> del Mar García.

La falta de profesionales, el estrés motivado por el volumen de trabajo que arrastran las enfermeras incluso desde antes del COVID-19 y, en muchas ocasiones, el ninguneo por parte de las administraciones hace que la salud mental de los profesionales se resienta. “No podemos permitir que nuestras compañeras terminen exhaustas tras una jornada laboral y, ni mucho menos, que lleguen a sus casas con ganas de abandonar la profesión. No hemos parado de decirlo, sin enfermeras no hay sanidad y sin sanidad no hay salud. Es hora de apostar por la profesión, que se valore el trabajo realizado y se comprometan con nosotros y nosotras”, puntualiza Pérez Raya.