

# La UMH crea un portal web para mitigar el estrés entre sanitarios y personal de apoyo

► Profesores y especialistas desarrollan de forma paralela una aplicación informática que explica técnicas para atenuar la tensión que genera la crisis

**BORJA CAMPOY**

Entre los múltiples proyectos de investigación y solidaridad que en las últimas semanas está realizando la Universidad Miguel Hernández (UMH) de Elche, la última iniciativa ha sido puesta en marcha por profesores universitarios e investigadores de Pisabio bajo el nombre de «Segundas víctimas del Sars-Cov-2 (Covid-19)». En esta investigación, dirigida por el catedrático José Joaquín Mira, diversos especialistas han diseñado y realizado un portal web y una aplicación con recursos y materiales para mitigar el estrés agudo en profesionales sanitarios y personal de apoyo que ha provocado la crisis del coronavirus.

El proyecto recopila reflexiones y recomendaciones para planificar actuaciones para la prevención y abordaje de reacciones de estrés agudo en trabajadores

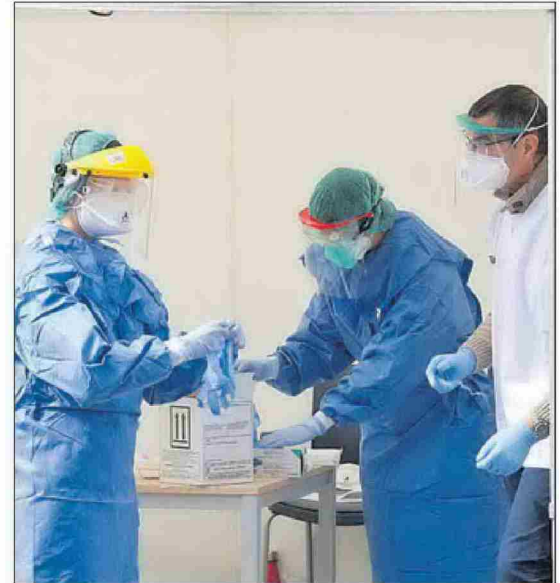
sanitarios y personal de apoyo. Según los investigadores de la UMH, la presión asistencial que genera la epidemia de coronavirus, unida a la alarma social y las condiciones laborales, dibujan un escenario extremo en el que urge actuar en prevención del probable estrés postraumático

Hospitales como el General de Elche ponen en marcha un plan de atención psicológica para los profesionales

que todo ello va a generar de forma masiva.

La web que se ha creado para este proyecto presenta una batería con cerca de una veintena de recursos para hacer frente al estrés agudo asociado a la crisis del coronavirus. Estos materiales han sido planteados como propuestas de intervención para dar respuesta a las necesidades detectadas. Para cada una de ellas se enumeran diferentes propuestas recomendadas.

La aplicación que se ha creado sirve como herramienta de autoevaluación sobre la capacidad de afrontar la situación de emergencia. La app muestra consejos y recomendaciones e invita a leer noticias positivas. El material que se ha subido en ella puede ser descargado y utilizado sin necesidad de estar conectado a internet y su contenido es renovado y



Personal sanitario realiza su trabajo durante esta semana. ÁXEL ÁLVAREZ

ampliado constantemente para estar actualizado con las últimas informaciones y avances.

Por su parte, la Unidad de Salud Mental del Hospital General Universitario de Elche ha puesto en marcha un plan de atención psicológica para los profesionales de los servicios que trabajan en primera línea de intervención.

Desde esta unidad se ofrece atención individual presencial en consulta, por teléfono o videoasistencia. El objetivo del plan es brindar apoyo psicológico a los profesionales y proporcionar y reforzar su bienestar mental y emocional. Otros centros sanitarios también están implantando planes similares.