

La salud mental de los veterinarios, fuertemente agravada por el Covid-19

Según los resultados de la encuesta realizada por la Fundación Galatea, el 13% de los veterinarios diagnosticados por Covid-19 todavía tienen secuelas. La institución, creada en el año 2001 por el Consell de Col·legis de Metges de Catalunya, vela por la salud y el bienestar de todos los profesionales de la salud.



La Fundación Galatea puso en marcha en 2020 una encuesta para valorar el impacto de la crisis sanitaria causada por el Covid-19 en la salud, estilos de vida y condiciones de trabajo de los profesionales de la salud en Cataluña. En ella participaron farmacéuticos, enfermeras, médicos, odontólogos, psicólogos, trabajadores sociales y veterinarios. El año pasado se llevó a cabo también otra encuesta de características metodológicas similares para observar la evolución de los indicadores a lo largo del tiempo transcurrido entre 2020 y 2021. Aunque no se trata de una encuesta longitudinal, se ha podido comprobar que los resultados son bastante similares.

Datos de la muestra

Como todas las profesiones sanitarias, veterinaria está muy feminizada y en la muestra del estudio se presenta una distribución de 67,2% mujeres y 32,8% hombres y su media de edad es de 48,4 años, bastante más baja en mujeres (46) que en hombres (53,3). No obstante, desde la Fundación Galatea se avisa de que la muestra tiene una sobrerrepresentación de mujeres en general y de mujeres y hombres de 45 a 64 años respecto a la estructura de sexo y edad del universo. Predominan los veterinarios nacidos en Cataluña (80%) y son muy pocos (6%) los procedentes de un país extranjero. El 93% está afiliado en el Colegio de Barcelona y la mayor parte vive en familias con pareja (79%), con hijos (50%) y sin hijos (29%), a pesar de que esta situación varía con la edad según el ciclo de vida.

Repercusiones del Covid-19

Según los resultados de la encuesta, los veterinarios han sufrido de manera directa las repercusiones del Covid-19 sobre su vida personal, familiar y laboral a varios niveles. En concreto, un 9% ha sido diagnosticado de Covid, un 13% de los cuales todavía mantiene secuelas y un 1% ha sido hospitalizado como consecuencia. Un 43% ha tenido casos positivos en su familia más próxima, un 19% ha tenido familiares hospitalizados y un 10% ha perdido algún familiar a causa del virus. Alrededor de un 62% ha visto alterada su vida familiar o bien porque ha tenido que aislarse del resto de miembros de la familia (31%), o bien porque son los familiares los que se han tenido que aislar (58%). En el entorno laboral, un 61% de los veterinarios ha tenido compañeros positivos en Covid y un 7% han sido hospitalizados. Aún así, hay que decir que los veterinarios no forman parte de los profesionales más afectados. Las repercusiones familiares no presentan muchas variaciones entre las diversas profesiones, pero las afectaciones personales y laborales, en términos de contagios y hospitalizaciones propias o de colegas, son más frecuentes entre los médicos y, sobre todo, las enfermeras que han sido más expuestos al virus, sobre todo en la primera fase de la pandemia.

Consecuencias laborales de la pandemia

La aparición del coronavirus ha hecho que un 20% de los veterinarios se haya planteado avanzar su jubilación y un 25% ha pensado en abandonar la profesión, aunque reconocen que no lo harán. En contraposición, destaca el 6% que dice que quiere dejar la profesión y que la dejará. En cuanto a la vacuna contra el Covid-19, hay que señalar que prácticamente todos los profesionales de la salud (alrededor del 96%) se han vacunado. En el caso de los veterinarios, se ha vacunado el 98%. El resto corresponde a tres personas que no dan información sobre los motivos para no vacunarse. El 31% de los veterinarios ha tenido dudas sobre la idoneidad de ponerse la vacuna en el momento de vacunarse, pero en el momento de la encuesta (otoño 2021) representan un 22%.

Hábitos de vida y salud

Los hábitos de vida (consumo de tabaco, alcohol, café, cannabis o actividad física) de los veterinarios han mejorado levemente a lo largo del último año respecto al momento anterior de la pandemia. Un 15% de los veterinarios fumaba en el momento previo a la

pandemia, una cifra similar a la media de los profesionales de la salud, y han bajado al 13% en el momento de contestar la encuesta, otoño del 2021. En cambio, el consumo elevado de alcohol, que antes de la pandemia afectaba el 6% de los veterinarios, ha aumentado levemente (7%) en este periodo de tiempo. El consumo de café ha disminuido un poco (del 35,6% al 31,7%) y el de cannabis se mantiene estable en un 2%. El que sí que ha empeorado es el nivel de realización de actividad física, que se ha reducido de manera significativa en relación al momento anterior a la pandemia (44% antes y 35% ahora de personas que realizan un nivel alto de actividad física).

Hay que decir, pues, que en general todos los profesionales de la salud han tenido que afrontar las diversas olas Covid sin haberse recuperado de las anteriores y sufriendo un efecto acumulado de cansancio y de empeoramiento del estado de salud física y, sobre todo, mental. En este sentido, los veterinarios presentaban en julio de 2020 una situación clara de empeoramiento del estado de salud en relación con el periodo previo a la pandemia a través de varios indicadores. Se destaca que un 16% manifestaba tener un estado de salud regular o malo (antes era un 9%), un 16% dormía menos de seis horas (frente al 9% previo) y un 32% tenía dificultad para dormirse o para mantener el sueño a lo largo de la noche (ante el 13% previo). Entre el 2020 y el 2021 estos indicadores se mantienen o empeoran levemente. Duermen alguna hora más (11% menos de seis horas), pero se incrementa la percepción de un estado de salud regular o doliendo (22%). Igualmente, aumenta la presencia de dolor musculoesquelético y de estrés, que en otoño 2021 afecta al 46% y al 41% de

INDICADORES DE ESTADO DE SALUD DE LOS VETERINARIOS %

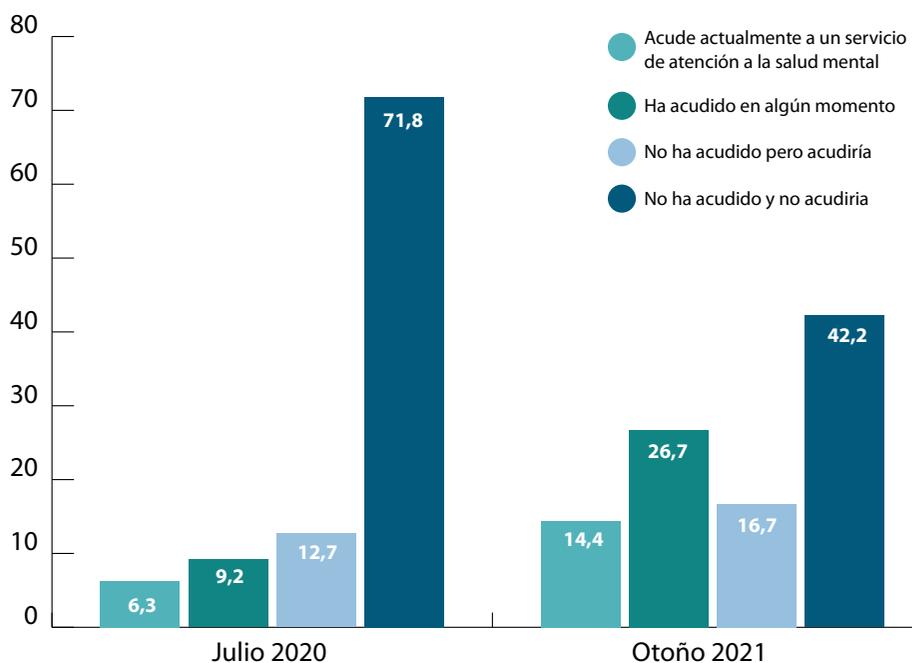
	Antes Covid	Ola 1 (marzo-mayo 2020)	Julio 2020	Otoño 2021
Estado de salud autopercebido malo o regular	9,2	-	15,5	21,7
Duermen menos de 6 horas	8,5	-	15,5	11,1
Manifiestan dificultad para dormir o se despiertan espontáneamente en la noche	12,7	32,4	22,5	32,2
Presentan algún indicador de fatiga, dolor y/o estrés	43,7	61,3	56,3	66,7
Presentan algún indicador de cansancio	29,6	47,9	44,4	44,4
Presentan algún indicador de dolor	23,9	39,4	38,7	46,1
Presentan algún indicador de estrés	19	37,3	31,7	41,1
Tienen o han tenido a menudo pensamientos de "no poder más"	16,2	35,1	25,2	30,6
Se sienten quemados a causa de su trabajo	24,3	35,1	28,8	35,6

Fuente: Fundación Galatea

Elaboración: Departamento de Diseño: IM Veterinaria

los veterinarios, de forma que un 67% declara tener algún indicador de cansancio, dolor y/o estrés. Igualmente, hay que destacar que un 33% tiene algún problema de salud (diabetes, hipertensión, obesidad u otras) que los convierte en enfermos de riesgo ante un eventual contagio de coronavirus. Han aumentado bastante respecto del año 2020 y de los anteriores los profesionales que tienen la sensación de encontrarse en el límite, de "no poder más" (un 31% mientras antes de la pandemia era un 16%) y un 36% considera sentirse quemado en el trabajo (ante el 14% previo). En cambio, solo un 9% muestra indicios de sufrir estrés postraumático. Finalmente, el 24% percibe su estado de salud mental como regular o doliendo (ante el 16% que lo percibía así antes de la pandemia) y un 39% se encuentra en riesgo de desarrollar una enfermedad mental de tipo ansioso o depresivo. Se incrementa también, aunque levemente, el consumo de tranquilizantes o de pastillas para dormir entre el inicio

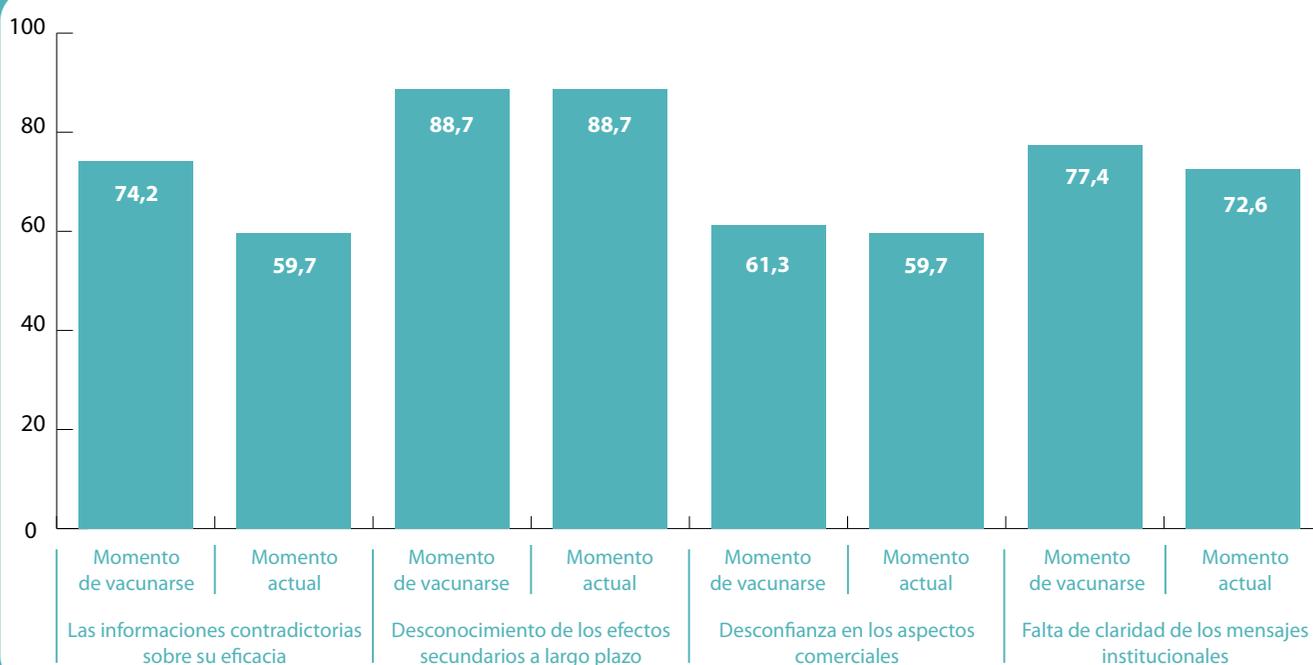
VETERINARIOS Y SERVICIOS DE ATENCIÓN A LA SALUD MENTAL %



Fuente: Fundación Galatea. Elaboración: Departamento de Diseño: IM Veterinaria

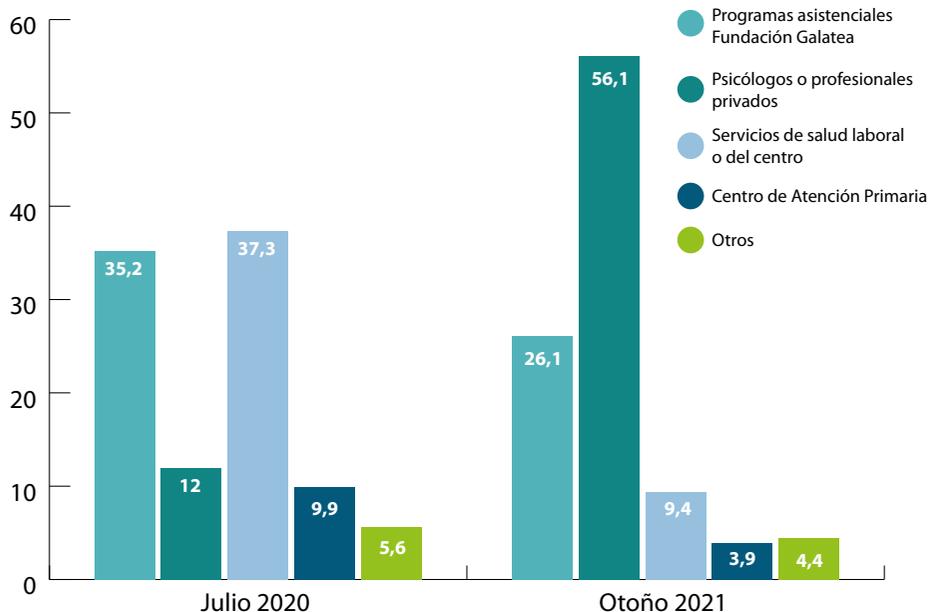
El 61% de los veterinarios ha tenido compañeros positivos en Covid-19

MOTIVOS QUE HAN PODIDO GENERAR DUDAS A LOS VETERINARIOS ANTE LA VACUNA COVID. OTOÑO 2021 %

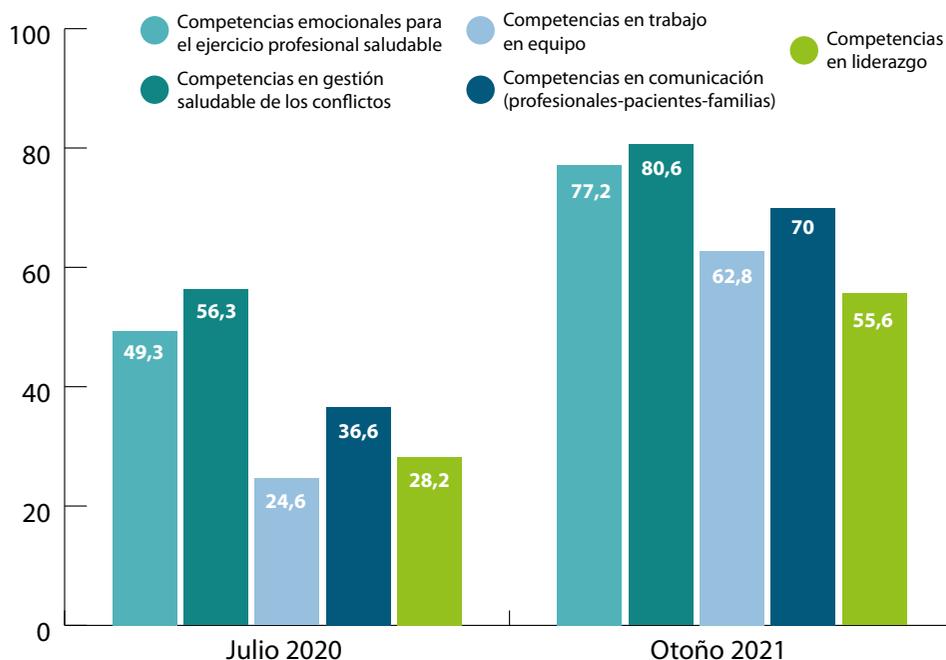


Fuente: Fundación Galatea. Elaboración: Departamento de Diseño: IM Veterinaria

SERVICIO QUE LOS VETERINARIOS CONSIDERAN MÁS PERTINENTE %



COMPETENCIAS MEJORABLES EN LA FORMACIÓN DE LOS VETERINARIOS %



Fuente: Fundación Galatea. Elaboración: Departamento de Diseño: IM Veterinaria

de la pandemia, momento en que el 17% de los veterinarios tomaban, a la vez que en el otoño de 2021 este porcentaje llega al 21%.

Servicios de salud mental y formación en competencias

Eran pocos los veterinarios que en el momento del inicio de la pandemia acudían (6%) o habían acudido en alguna ocasión (9%) a un servicio de atención a la salud mental. En total, si

añadimos el 13% que acudiría si lo creyera conveniente, más de la cuarta parte de los profesionales (28%) eran demandantes directos o potenciales de estos servicios. No obstante, es preciso destacar que entre 2020 y 2021 ha habido un aumento considerable de estos usuarios. Un 14% acude en estos momentos, un 27% ha acudido en alguna ocasión y un 17% considera que podría acudir si lo necesitara. En total, el porcentaje de usuarios reales y potenciales se ha incrementado hasta más de la mitad (58%). Aun así, veterinaria está entre las profesiones más reticentes a acudir a este tipo de servicio. Las mujeres son las que en mayor medida acuden, han acudido o acudirían a este tipo de servicios tanto en 2020 como el 2021, momento en que los usuarios reales y potenciales son un 60% de mujeres y un 53% de hombres. Por otro lado, son numerosos los veterinarios que echan de menos o que necesitan formación para mejorar determinadas competencias que les permita desarrollar un ejercicio profesional más saludable. Prácticamente todos los profesionales (94%) apuntan esta necesidad, destacando los que verían necesario recibir formación para adquirir competencias emocionales en el ejercicio profesional (77%) y los que querrían ser capaces de gestionar los conflictos de manera saludable (81%). El resto de competencias, la mejora de la comunicación con los usuarios (70%), aprender a trabajar en equipo (63%) o aumentar la capacidad de liderazgo (56%) son también asignaturas pendientes para una parte importante de los profesionales. Es importante destacar el gran aumento que ha experimentado esta demanda de formación en capacidades emocionales entre el año 2020 y el 2021. 🐾