

N°6, 09.04.2020

## Medicina, UCI y UTI Adultos preparados para el aumento de la demanda

Con el objetivo de que el Hospital Clínico San Borja Arriarán esté preparado ante el aumento de la demanda de hospitalización para pacientes con COVID-19, el Servicio de Medicina Indiferenciada y UCI y UTI Adultos reacondicionaron sus dependencias para complejizar las camas y contar con una mayor oferta a la red asistencial.

En el caso de la UCI Adultos, además de los 8 cupos



que maneja de forma habitual, se agregaron 4 camas de la Unidad de Tratamiento Intermedio (UTI) con el equipamiento correspondiente, ofertando de esta manera un total de 12 camas de cuidados intensivos. En el caso de Medicina, se reacondicionó toda la planta física del ala de Cuidados Especiales, lo que incluyó pintura, instalación de red eléctrica y de gases, lo que permitió reconvertir 18 camas de cuidados medios a cupos de intermedio, con sus correspondientes bombas de infusión y monitores multiparámetros.

Esta complejización de camas incluye el aumento en la dotación de recursos humanos acorde con la necesidad de operativizar todas estas camas, además del equipamiento correspondiente. También se está capacitando al personal de otras unidades del hospital, con el fin de que el personal clínico esté preparado para reforzar los turnos de estas unidades críticas e intermedias, en la eventualidad que la demanda aumente.

## Salud mental y equipos de trabajo durante la contingencia

*Marcos Contreras, psicólogo Unidad de Hemato-Oncología.*

Los efectos producidos por esta pandemia son variados y pueden afectar en distintos niveles de nuestra vida. Podemos observar que nuestras rutinas se ven afectadas y, entre ellas, la realización de nuestro trabajo diario se ha visto modificado por cambios en la jornada laboral, la que puede extenderse incrementando la carga de trabajo, la exposición a la enfermedad, mayor presión en toma de decisiones, entre otras.

A raíz de esto podemos experimentar miedo, ansiedad, rabia, angustia, nerviosismo, insomnio y falta de concentración. Cuando estas manifestaciones se hacen más intensas, podríamos experimentar Trastornos Adaptativos, Depresiones, Trastornos ansiosos, Trastorno por Estrés Agudo y Trastorno por Estrés Postraumático, entre otras.

### Estrategias para disminuir los posibles efectos psicológicos

- Infórmede manera realista y de fuentes oficiales. Busque datos fiables y pruebas de realidad, a través de medios oficiales y científicos.

- Identifique pensamientos que pueden generarle malestar. Trate de mantener una actitud optimista y objetiva.

- Evite dar difusión a noticias falsas. Contraste la información que comparte en el caso de usar redes sociales, para no alimentar su miedo ni el de los demás.

- Reconozca sus emociones y acéptelas. Si es necesario, comparta su situación con otras personas para encontrar ayuda y apoyo.

- Mantenga una comunicación fluida con los equipos de trabajo para facilitar la información oficial y la contención grupal, generando nuevas estrategias de afrontamiento.

- Siga con las recomendaciones y medidas de prevención de higiene determinadas por las autoridades.

- Cuando sienta miedo, apóyese en la experiencia que tiene en situaciones similares de enfermedad. Piense cuántas enfermedades ha superado con éxito en su vida.