



RESULTATS D'UN PROGRAMA DE PREVENCIÓ DE L'ESTRÈS CRÒNIC EN PROFESSIONALS IMMIGRATS

Rosa Carreras, Bibiana Blázquez
Servei de Prevenció
Institut d'Assistència Sanitària. Salt, Girona
e-mail: rosa.carreras@ias.cat

OBJECTIU

Detecció precoç en els treballadors immigrants de l'Institut d'Assistència Sanitària (IAS), de factors de risc que els predisposin a patir la síndrome d'estrès crònica; i en cas que es detectin facilitar un pla de suport i orientació psicològica.

Síndrome d'estrès crònica o síndrome de Ulisses

Quadre de naturalesa psicològica caracteritzat per una situació d'estrès límit, que pateixen les persones immigrades.

Hi ha **4 factors vinculants** (que actúen com estressors):

1. Solitud, en no poder portar la família
2. Manca d'oportunitats, sobretot en mercat laboral
3. Sentiment de por pel trajecte, documentació, grups “organitzats”
4. Sentiment de lluita per sobreviure: l'alimentació, la vivenda.

A més el canvi de llengua, cultura, terra.... desconeixement de la realitat dels immigrants per part dels professionals sanitaris, racisme...

Manifestacions clíniques

1. Simp. àrea depressiva: tristesa, plor, pensaments de mort.
2. Simp. àrea ansiosa: preocupacions excessives, insomni, nerviosisme, irritabilitat.
3. Simp. de somatització: cefalea, fatiga, molesties osteomusculars.
4. Simp. àrea confusional: desorientació espacial, temporal, despersonalització.
5. Interpretació cultural de la simptomatologia: mala sort (“mal de ojo”, bruixeria...)

La síndrome de Ulisses no és una malaltia mental, és una crisi personal que requereix d'una detecció precoç per evitar el desenvolupament de malalties mentals greus.

METODOLOGIA

A propòsit d'un cas l'any 2010 de malaltia mental greu secundària a síndrome d'estrès crònica, iniciem un programa de detecció precoç mitjançant l'aplicació d'una escala específica (Dr. Achotegui, Hospital Clínic de Barcelona).

Contempla factors de risc (vulnerabilitat i estressors) i factors protectors (família, estatus social...)

Aquesta escala s'aplica en els exàmens de salut dels professionals immigrants.



Tabla 11.1. Escala de evaluación de la vulnerabilidad y los estresores aplicada al estrés y al duelo migratorio (escala «Ulises»)

	Vulnerabilidad		Estresores	
Duelo por la familia	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por la lengua	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por la cultura	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por la tierra	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por el estatus social	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por el grupo de pertenencia	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	
Duelo por los riesgos físicos	Simple		Simples	
	Complicada		Complicados	
	Extrema		Extremos	

Recuento			
	Simples	Complicados	Extremos
Vulnerabilidad			
Estresores			
Duelos			

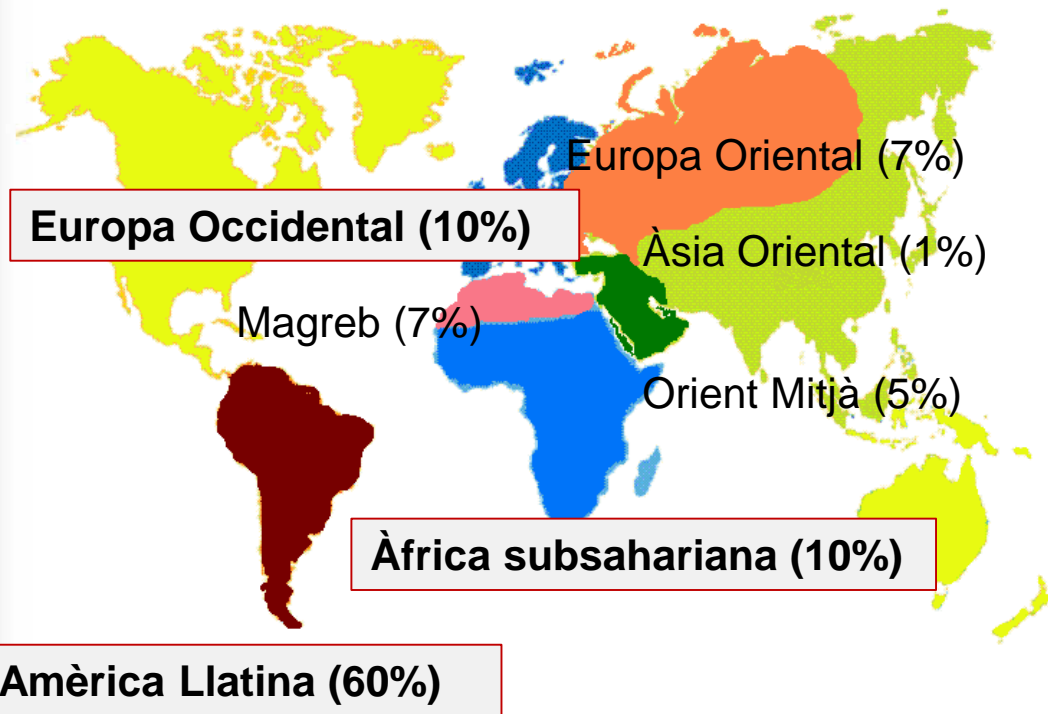
Observaciones	
Factores protectores	
Factores culturales	
Factores agravantes	
Factores subjetivos	
Otras situaciones estresoras	
Comentarios generales	



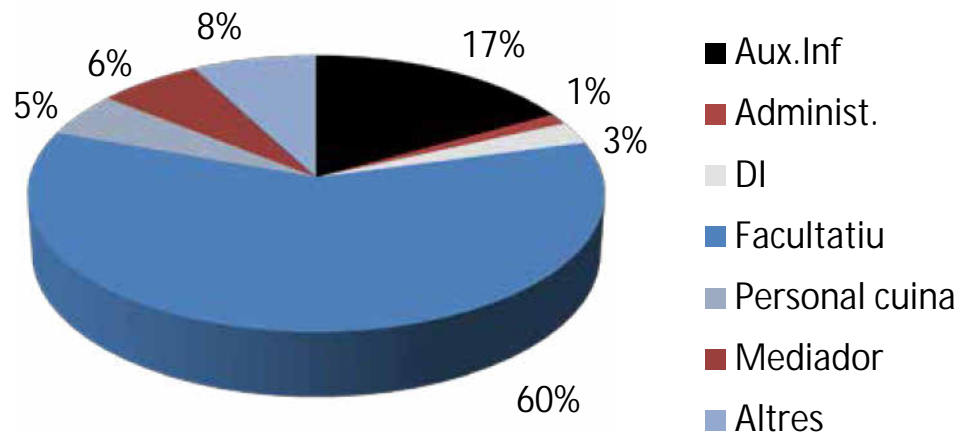
Institut d'Assistència Sanitària



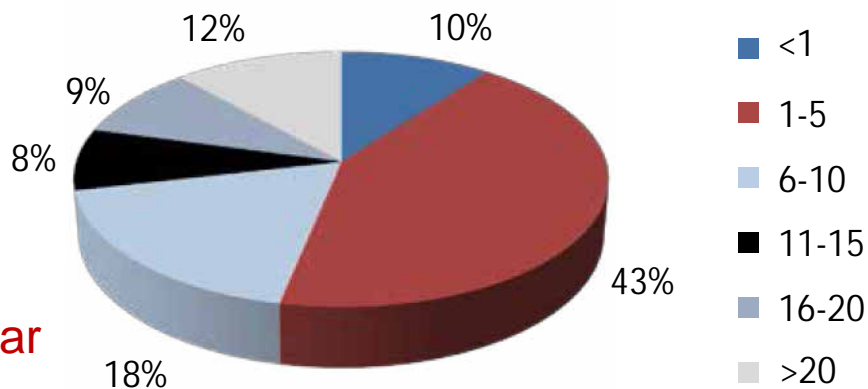
1564 treballadors. 77(5%) immigrants.



Categoria professional



Anys des de que van arribar



RESULTATS

S'han realitzat entrevistes dirigides aplicant l'escala de cribratge específica a un 40,20%, especialment a professionals de nova incorporació.

- Û La majoria han emigrat per inseguretat i/o dificultats laborals.
- Û La dificultat d'aconseguir la documentació necessària per legalitzar la situació de residència sol ser el principal factor estressor.
- Û Els facultatius manifesten una pèrdua important del estatus social en relació al país d'origen.
- Û Tenir la família aprop és un potent factor protector (connexió on line)
- Û Integració en el lloc de treball és fonamental (abordar barreres culturals, idiomàtiques ...)

RESULTATS

- ü Es detecta algun factor de risc en un 25% dels professionals.
- ü Un 10% requereixen seguiment específic:
 - Modificar estressors laborals: àrea de treball, torn.
 - Suport psico-educatiu (accés a cursos d'afrontament de l'estrés, tècniques de relaxació; higiene del son; exercici)
 - Contenció i suport emocional a través de l'àrea de counselling laboral (i/o Unitat de Salut Mental).
- ü No s'ha detectat cap més cas de síndrome d'estrès crònica greu.

CONCLUSIONS



- § Nombre significatiu de treballadors estrangers en les organitzacions sanitàries.
- § La síndrome d'estrès crònica està situada en el marc de la prevenció psicosocial i les intervencions permetran evitar que els professionals en risc acabin desenvolupant un trastorn mental.
- § Els exàmens de salut són un excel·lent recurs per aplicar procediments de cribratge dels factors de risc i, si es detecten, planificar un pla específic de suport i orientació.
- § L'escala d'Ulisses és una eina fàcil d'aplicar en el SP, amb bona acceptació pels professionals immigrants.



Gràcies!!