

# ESTRATEGIA DE ATENCIÓN PRIMARIA

35  
MEDIDAS

PARA EL REFUERZO DEL PERSONAL,  
INVERSIONES, MODERNIZACIÓN Y  
PUESTA EN VALOR DE LA ATENCIÓN  
PRIMARIA

[www.osakidetza.euskadi.eus](http://www.osakidetza.euskadi.eus)

## PROGRAMA DE APOYO EMOCIONAL A PACIENTES, FAMILIARES Y PROFESIONALES POR COVID-19

Se trata de un programa coordinado por el Consejo Asesor de Salud mental y ha sido elaborado y consensado por todas las OSI de Osakidetza.

Se puso en marcha en marzo de 2020 y está dirigido a los grupos afectados por la actual infección: profesionales, pacientes y familiares.

### OBJETIVOS GENERALES

- Dar una respuesta al impacto emocional en los grupos directamente afectados por coronavirus: ciudadanía y profesionales.
- Dar apoyo en el área de la salud emocional a Atención Primaria, Hospitalaria y Urgencias.

En esta Newsletter nos centraremos en la parte dirigida a profesionales de AP, pero aprovechamos para recordaros **que el programa permite derivar a aquellos pacientes que precisan apoyo emocional sin llegar a requerir una consulta de psiquiatría.**

La información completa está disponible en el siguiente enlace:

[https://www.osakidetza.eus/sites/Intranet/es/covid/Apoyo\\_Emocional/Paginas/default.aspx](https://www.osakidetza.eus/sites/Intranet/es/covid/Apoyo_Emocional/Paginas/default.aspx)

## ATENCIÓN A PROFESIONALES DE ATENCIÓN PRIMARIA

### HORARIO:

- 8:00-20:00 H de lunes a viernes.

### ACCESO AL PROGRAMA

- A través de la Unidad Básica de Prevención, del JUAP o mediante contacto directo del profesional interesado.
- Modo de contacto: Teléfono o E-mail (ver hoja posterior. Para Donostialdea solo teléfono)

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Apoyar a todo el personal trabajador de Atención Primaria para prevenir y atender los efectos del estrés y manejar la carga generada en el ámbito laboral.
- Priorizar una atención proactiva, flexible, rápida, cercana y mediadora.
- Favorecer la detección y prevención de síntomas de estrés especialmente en los grupos de mayor vulnerabilidad y cercanía emocional con pacientes afectados por la COVID-19.

### INTERVENCIONES

- **CONSULTA INDIVIDUAL:** Presencial, telemática o telefónica.
- **CONSULTA GRUPAL** (desde el ámbito hospitalario):
  - Intervenciones en grupos pequeños (presenciales/telemáticos)
  - Sesiones telemáticas en streaming o pregrabadas
  - Al comienzo de la jornada, habilitar espacios de comunicación de pequeños grupos con herramientas sencillas procedentes de las técnicas de mindfulness y otras centradas en el control del estrés. Al terminar la jornada, con intervenciones del tipo “descargando la tensión”.
  - Facilitar la presencia del Equipo de Intervención en Salud Mental por la Crisis COVID19, en las reuniones de los equipos de atención primaria, según sus necesidades, sus demandas y características

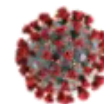
Las intervenciones realizadas no se registrarán en la historia clínica del profesional (Osabide Global), salvo en caso de detectar “un caso de salud mental” que se derivaría al sistema de atención normalizado y en ese caso se seguiría el circuito habitual. Por lo tanto, en la mayoría de casos se realizará un **registro informático anónimo.**

## MODO DE CONTACTO

TH ARABA	DERIVANTE	ORGANIZACIÓN REFERENTE DEL PROGRAMA	TELÉFONO CONTACTO	E-MAIL CONTACTO
<i>OSI Araba</i>	Iniciativa propia	OSI ARABA-Servicio de Psiquiatría	682061217	<a href="mailto:Psicologiacovid.osiaraba@osakidetza.eus">Psicologiacovid.osiaraba@osakidetza.eus</a>
	Sistema sanitario			
<i>OSI Arabako Errioxa</i>	Unidad Básica de prevención	Unidad Básica de Prevención	945006555	<a href="mailto:RECEPCION.UGRSRMA@osakidetza.eus">RECEPCION.UGRSRMA@osakidetza.eus</a>

TH BIZKAIA	DERIVANTE	ORGANIZACIÓN REFERENTE DEL PROGRAMA	TELÉFONO CONTACTO	E-MAIL CONTACTO
<i>OSI Uribe</i>	Iniciativa propia Sistema sanitario Unidad Básica de Prevención	RSMB	944705252	<a href="mailto:RSMB.UGS@osakidetza.eus">RSMB.UGS@osakidetza.eus</a>
<i>OSI Barakaldo-Sestao</i>				
<i>OSI Ezkerraldea-Enkarterri-Cruces</i>		OSI EZKERRALDEA-ENKARTERRI-CRUCES-Servicio de Psiquiatría	663003378	<a href="mailto:joseignacio.eguiluzuruchurtu@osakidetza.eus">joseignacio.eguiluzuruchurtu@osakidetza.eus</a>
<i>OSI Bilbao-Basurto</i>		OSI BILBAO-BASURTO-Servicio de Psiquiatría	646059274	<a href="mailto:eduardo.ruizparra@osakidetza.eus">eduardo.ruizparra@osakidetza.eus</a>
<i>OSI Barrualde Galdakao</i>		OSI BARRUALDE-GALDAKAO- Servicio de Psiquiatría	663001494-887494	<a href="mailto:Programacovid.barrualde-galdakao@osakidetza.eus">Programacovid.barrualde-galdakao@osakidetza.eus</a>

TH GIPUZKOA	DERIVANTE	ORGANIZACIÓN REFERENTE DEL PROGRAMA	TELÉFONO CONTACTO	E-MAIL CONTACTO
<i>OSI Donostialdea</i>	Iniciativa propia Sistema sanitario Unidad Básica de Prevención	OSI DONOSTIALDEA	943006060	ninguno
<i>OSI Goierri</i>		RSMG	610494416-884416	<a href="mailto:GG-39-ATENCIONPROF_COVID19@osakidetza.eu">GG-39-ATENCIONPROF_COVID19@osakidetza.eu</a>
<i>OSI Tolosaldea</i>				
<i>OSI Bidasoa</i>				
<i>OSI Debarrena</i>				
<i>OSI Debabagoiena</i>				



## PROFESIONALES

Equipo S. Mental OS.  
de Osakidetza para  
Osakidetza,  
Multi-profesional  
(Psiquiatras,  
Psicólogo/as, Enfermería) y  
experimentado.



Atención telemática  
o presencial

### ¿A qué profesionales se dirige?

Equipos de Atención Primaria  
Equipos de Atención Hospitalaria y consultas  
Otros profesionales de apoyo



### Atención especial a:

Carga laboral, estrés,  
Cansancio, emociones  
Comunicación con pacientes y  
otras personas del equipo

### ¿Cómo se solicita?

A través de:  
Mandos intermedios  
Salud laboral  
Por iniciativa propia

### ¿Qué tipo de formación se proporciona?

A través de Ekinzarea

Sesiones on line Mindfulness..



Grupos docencia HOSPITAL Y AP

Grupos apoyo mutuo en Unidades

### ¿Cómo se puede contactar?

Correo electrónico y  
Teléfono específico (8:00 a 20:00h, L-V)



### Recomendaciones y medidas higiénicas

Acceso a [Intranets para profesionales](#) y [Osasun Eskola](#).  
Consultas y herramientas afrontamiento.



Descansar, comunicarse, hacer deporte, rutinas, cuidarse,  
atención a las emociones, optimismo, altruismo...

