

Comisión de Salud y Bienestar: Hacia una cultura de cocuidado



Propuesta Estrategia de Promoción de Salud
y Bienestar COLMED 2022-2025

Viernes 30 de Septiembre 2022

COLEGIO MÉDICO DE CHILE A.G.

PRESENTACIÓN EN ASAMBLEA



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

- 1. Médic@ adict@: la punta del iceberg** – Dr Juan Pablo Acuña - SACH
- 1. Efectos del trabajo médico en la salud: por qué nos enfermamos** – Dr. José Ignacio Méndez - SOCHMET
- 1. PROPUESTA DEPARTAMENTO DE SOLIDARIDAD Y BIENESTAR: cómo podemos aportar** – Dra Josefina Huneeus

CONTENIDO

1. Antecedentes generales
2. Integrantes de Comisión y rutinas de trabajo
3. Marco teórico
4. Diagnóstico nacional / internacional
- 5. Programa de Trabajo (propuesta)**
 - Pilar 1: Promoción de Salud y Bienestar de Médicos(as)
 - Pilar 2: Prevención de Salud durante la vida médica
 - Pilar 3: Gestión de Daño asociado al ejercicio de la profesión
6. Preguntas, comentarios, aportes
7. Conclusiones y acuerdos



1. ANTECEDENTES GENERALES



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

Objetivo general

“Crear una propuesta integral de Promoción de Salud y Bienestar para la comunidad de médicos y médicas, considerando tanto factores individuales como aquellos aspectos organizacionales específicos de nuestra profesión y su relación con todo el equipo de salud”

1. ANTECEDENTES GENERALES

Objetivo específicos

1. **Diagnóstico integral y específico de salud y bienestar en médicos(as)** en Chile:
 - Levantar información cuantitativa sobre la prevalencia de los problemas de salud mental de médicos y médicas en Chile -
 - Levantar información cualitativa de diferentes actores involucrados: sociedades científicas, Mutualidades, Falmed, Escuelas de Pre y Posgrado de Universidades
2. Modificar el **estigma** respecto de los trastornos psiquiátricos en la comunidad médica.
3. Recopilar **evidencia científica** nacional/internacional sobre intervenciones costo-efectivas para abordar esta problemática.
4. Relevar y potenciar el **rol del estado** de Chile en las problemáticas detectadas.
5. Elaborar una **Estrategia integral** con énfasis en promoción y prevención de la salud general y mental de nuestros colegiados(as):
Departamento de Solidaridad y Bienestar Gremial:
 1. Solidaridad: directorio del FSG
 2. Bienestar: 3 pilares promoción, prevención, minimizar o gestionar daño en distintos momentos del ciclo de vida laboral.



2. INTEGRANTES DE COMISIÓN Y RUTINAS DE TRABAJO



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

Colegio Médico

- **Dr. Juan Pedro Andreu** Presidente Regional Chillán
- **Dra. Josefina Huneeus** Consejera Nacional Santiago, Coordinadora
Comisión de Salud Mental, Secretaría Técnica
Departamento de Solidaridad y Bienestar Gremial
- **Dr. Gonzalo Cuadra** Mg Salud Poblacional, Residente
Psiquiatría, Co-autor
Covid Healthcare Workers Study (THCWS/HEROES)
- **Dr. Germán Acuña** Presidente Regional Concepción
- **Dr. Luis Medina** Presidente Regional Los Ángeles
- **Dr. Fernando Carvajal** Presidente Regional Coquimbo
- **Dra. Jenny Collipal** Consejera Araucanía
- **Dr. Gonzalo Ulloa** Presidente Agrupación MGZ
- **Dr. Francisco Villalón** Integrante Comisión de Salud Mental

2. INTEGRANTES DE COMISIÓN Y RUTINAS DE TRABAJO



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

Expertos(as)

- **Dr. José Ignacio Méndez** Médico del Trabajo, MPH, MSc, MHA
Director Académico e Investigación SOCHMET
Coordinador Especialidad Medicina del Trabajo (UACH).
Docente Salud Ocupacional PUC y UV.
- **Ps. Elisa Ansoleaga** Psicóloga, PhD Salud Pública, Mg Gestión y Políticas Públicas, Investigadora Programa Estudios Psicosociales del Trabajo (UDP).
- **Jorge Ramirez Flores** Académico Escuela Salud Pública, U Chile
Mg Salud Global y Mg Salud Pública.
Encargado Equipo chileno - Covid Healthcare Workers Study (THCWS/HEROES)
- **Dr Juan Pablo Acuña** Comité salud laboral SACH

2. INTEGRANTES DE COMISIÓN Y RUTINAS DE TRABAJO



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

Rutinas de Trabajo

- Reuniones bi-semanales desde el 24-03-2022 via Zoom
- Total 8 reuniones
- Participación promedio: 5 asistentes por sesión.

3. MARCO TEÓRICO

- Existe abundante literatura sobre el bienestar y la calidad de atención de pacientes, pero poca en relación al bienestar y la salud de quienes trabajamos en salud.
- La evidencia muestra que el personal de salud sufre de mayor estrés por múltiples causas: déficit de personal en relación a la carga asistencial, exceso de horas de trabajo, trabajo en turnos nocturnos, mayores exigencias de usuarios, violencia en el lugar de trabajo, conflictos médico-legales y exposición a riesgos químicos, físicos, biológicos y ergonómicos diversos.
- Datos internacionales muestran que existe una mayor morbilidad en las personas que trabajan en salud versus población general.
- La pandemia del COVID-19 ha acentuado el efecto deletéreo del trabajo en la salud del personal sanitario por diversos mecanismos.
- Se requieren intervenciones promocionales, preventivas y mitigadoras del daño asociado al trabajo en el sector sanitario y específicas para la profesión médica.
- Estas intervenciones deben ser integrales y en los distintos niveles organizacionales e incluyen acciones a nivel gremial desde COLMED.

(1) Health problems in healthcare workers: A review. [J Family Med Prim Care](#). 2019 Aug; 8(8): 2568–2572

(2) Exposure to Occupational Hazards among Health Care Workers in Low- and Middle-Income Countries: A Scoping Review. *Int. J. Environ. Res. Public Health* 2021, 18, 2603

(3) Stuijzand, S., Deforges, C., Sandoz, V. et al. Psychological impact of an epidemic/pandemic on the mental health of healthcare professionals: a rapid review. *BMC Public Health* 20, 1230 (2020).



4. DIAGNÓSTICO NACIONAL / INTERNACIONAL

(en desarrollo – proyección a Diciembre 2022)

1. Diagnóstico nacional:

- Levantamiento de información de fuentes secundarias: solicitud por ley de transparencia:
 - SUSESO: licencias médicas de causa psiquiátrica en sector salud.
 - ISL/Mutuales: Denuncias de enfermedades mentales de origen laboral, y estudio de las fuentes de esa enfermedad.
- Solicitar a The Covid Healthcare Workers Study (THCWS/HEROES), el análisis de la submuestra de médicos
- Convocatoria a expertos en el área y actores incumbentes para levantar información cualitativa (pendiente)

1. Levantamiento de evidencia/experiencia internacional:

- Encuentro con españoles para conocer modelo de desarrollo y experiencia
- Revisión sistemática sobre estrategias costo-efectivas para el desarrollo de bienestar (Dr. Villalón, Dr Cuadra)

5. PROGRAMA DE TRABAJO (3 pilares)



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.



Pilar 1: Promoción de Salud y
Bienestar de Médicos(as)



Pilar 2: Prevención de Salud
durante la vida médica



Pilar 3: Gestión de daño asociado
al ejercicio de la profesión



Pilar 1: Promoción de Salud y Bienestar de Médicas y Médicos

Iniciativa 1.1: Campaña comunicacional “Doc, cuida tu Salud”

Objetivo: generar estrategia comunicacional en relación al cuidado de salud de la comunidad médica (individual, entre pares, institucional)

Descripción: comunicación en promoción y prevención de salud a través de los distintos canales, plataformas y actividades de COLMED.

Dirigido a: todos los colegiados(as).

Sociedades/especialidades relevantes: Atención Primaria, Medicina Familiar, Psiquiatría, Medicina del Trabajo, Dpto. Comunicaciones COLMED

Presupuesto: por definir.

Duración: permanente.





Pilar 1: Promoción de Salud y Bienestar de Médicos(as)

Iniciativa 1.2: Programa de Medicina del Estilo de Vida (SOCHIMEV)

Objetivo: generar programa promocional de Medicina del Estilo de Vida (MEV) dirigido a la comunidad médica, generando conocimientos, competencias y motivación para mejorar nuestra salud.

Descripción: elaboración de piloto de Programa de Medicina del Estilo de Vida para médicos y médicas colegiados.

Dirigido a: todos los colegiados(as).

Sociedades/especialidades relevantes: Sociedad Chilena de Medicina del Estilo de Vida (SOCHIMEV).

Presupuesto: por definir (piloto gratuito).

Duración: 1 año.





Pilar 1: Promoción de Salud y Bienestar de Médicos(as)

Iniciativa 1.3: Piloto digital - Promoción de Salud (“Relojes inteligentes”)

Objetivo: implementar piloto de promoción de salud participativa con el apoyo de tecnología (“wearables”).

Descripción: fomentar el uso de la tecnología en el autocuidado de salud, aprovechando Apps de smartphones y uso de wearables y motivar la mejora colaborativa de parámetros (Ej: concurso de pasos por Regional)

Dirigido a: todos los colegiados(as).

Sociedades/especialidades relevantes: Sociedad Medicina Deportiva, Medicina del Estilo de Vida (SOCHIMEV).

Presupuesto: por definir (piloto gratuito). Podría incorporar regalar Fitbits a colegiados (valor 20-50 USD c/u)

Duración: 1 año (piloto).





Pilar 2: Prevención de Salud durante la vida médica

Iniciativa 2.1: Programa de Medicina Preventiva para Médicos(as)

Objetivo: fomentar la participación en Programa de Medicina Preventiva y uso de permiso laboral para (ley 20.769)

Descripción: diseño de propuesta de Programa de Medicina Preventiva basado en evidencia y específico para la comunidad médica en función de factores de riesgo individuales (edad, sexo, antecedentes mórbidos, etc.) y laborales, en convenio con prestadores de salud en distintas regiones.

Dirigido a: colegiados(as) >40 años.

Sociedades/especialidades relevantes: Atención Primaria, Medicina Familiar y Comunitaria, Medicina Interna, Medicina del Trabajo.

Presupuesto: por definir. Evaluar cobertura ISAPRE/FONASA/Seguro Complem.

Duración: permanente (sujeto a éxito de piloto)





Pilar 2: Prevención de Salud durante la vida médica



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

Iniciativa 2.2: Mesa de Trabajo Ley 16.744 (SUSESO-ISL-Mutuales)

Objetivo: fomentar una mayor gestión preventiva en el sector sanitario por parte de Organismos Administradores del Seguro contra AT y EP (Ley 16.744)

Descripción: análisis y propuesta de mejoras a la actual gestión de riesgos y Ley 16.744 en relación al sector salud y específicamente en la profesión médica, con foco en enfermedades profesionales y gestión preventiva.

Dirigido a: médicos(as) del trabajo y otras especialidades con cargos directivos/técnicos en ISL y Mutuales.

Sociedades/especialidades relevantes: Medicina del Trabajo, Psiquiatría, TMT.

Presupuesto: no requiere.

Duración: permanente (reuniones según necesidades.)



Instituto de Seguridad del Trabajo



Pilar 3: Gestión de daño asociado al ejercicio de la profesión

Iniciativa 3.1: Programa integral de adicciones para médicos(as)

Objetivo: elaborar propuesta de programa integral de adicciones para médicos(as), incluyendo adicción a tabaco y consumo problemático OH.

Descripción: las adicciones en personal de salud y médicos son un problema frecuente e invisibilizado. Se elaborará propuesta con alternativas para gestionar acceso oportuno y confidencial a tratamiento especializado y propuesta de campaña masiva para ofrecer terapia de cesación tabáquica. Además se analizará tema adicción a fármacos de uso intrahospitalario con enfoque de salud ocupacional.

Dirigido a: colegiados(as) con trastornos por consumo de sustancias.

Sociedades/especialidades relevantes: Psiquiatría, Anestesiología, Med. Interna

Presupuesto: por definir. / Duración: 1 año (piloto).





Pilar 3: Gestión de daño asociado al ejercicio de la profesión

Iniciativa 3.2: Mindfulness para manejo de estrés

Objetivo: elaborar programa de talleres de Mindfulness para médicos(as) colegiadas.

Descripción: generar ciclo de talleres de Mindfulness (técnica de meditación que nos enseña a tomar conciencia plena de nuestras emociones) con el fin de mejorar el bienestar y gestionar el estrés.

Dirigido a: todos los colegiados(as).

Sociedades/especialidades relevantes: Psiquiatría, Mindfulness.

Presupuesto: por definir.

Duración: 1 año (piloto).





Pilar 3: Gestión de daño asociado al ejercicio de la profesión

Iniciativa 3.3: Gestión de impacto del trabajo en turnos (noches)

Objetivo: elaborar un análisis comparativo y cuantitativo de los efectos en salud de los distintos sistemas de turno ejercidos por médicos(as) en Chile.

Descripción: existen instrumentos validados y estandarizados para evaluar el efecto de distintos sistemas de turno (método Besiak – 14 variables). Realizar un análisis comparativo permitirá conocer este impacto y generar conciencia del efecto a largo plazo del trabajo en turnos.

Dirigido a: colegiados(as) que trabajan en turnos. Insumo para política pública..

Sociedades/especialidades relevantes: Neurología, Medicina del Trabajo, Psiquiatría..

Presupuesto: por definir (puede realizarse sin costo en alianza con Universidad)

Duración: 1 año (piloto).



6. PREGUNTAS, COMENTARIOS, APORTES



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

7. CONCLUSIONES Y ACUERDOS



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE A.G.

¡Los invitamos a unirse a este nuevo Departamento!



COLEGIO MÉDICO
DE CHILE

¡Muchas gracias!