



GT3: LA CURA, LA RECERCA, LA FORMACIÓ I LA DOCÈNCIA EN PROBLEMÀTIQUES DE SALUT MENTAL

Document de síntesi

Membres del grup

Anna Segura, David Ventura, Montse Martínez, Fernando Lacasa, Mont Rovira, Raul Vaimberg, Heidi Ruiz, Mar Bodas, Judit Miralda, Yvette Grau, Jose M. López, Àngels Vives, Pedro Gonzalez, Ada Ruiz, Anna Carrió.

Coordinació: Ada Ruiz i Anna Carrió

Introducció

La digitalització en l'àmbit de la salut i de la salut mental és una realitat que ha aparegut en el nostre context ja fa anys, i que està transformant la nostra manera d'apropar-nos al món, de relacionar-nos i d'entendre l'atenció en l'àmbit de la salut.

Si bé qualsevol transformació social necessita d'un procés d'aproximació, coneixement i transició, la situació de crisi que vam viure el mes de març amb la pandèmia per Covid19 ens va obligar a introduir dràsticament la tecnologia en les nostres relacions i en la nostra mirada cap el món i, especialment, en la manera d'atendre i apropar-nos als usuaris dels diferents serveis públics (serveis socials, serveis educatius, serveis de l'administració, de salut, de salut mental...).

El debat existent al voltant de com les noves tecnologies (de la informació i la comunicació) poden modificar de forma substancial els nostres models de relació i atenció, continua sent vigent i més necessari que mai. Però la incorporació massiva, ràpida, improvisada ha de donar pas a un procés de reflexió i anàlisi crítica d'aquesta nova realitat.

El GT3 ha estat reflexionant sobre la digitalització en l'assistència, la docència i la recerca en salut mental. Amb dificultats d'allunyar-nos de l'experiència viscuda durant aquest any i mig, hem pogut tenir un espai de treball mensual per aportar una mirada crítica a la incorporació de les eines digitals en els nostres àmbits de treball i d'experiència.

En les primeres reunions, ens assaltava la necessitat de compartir el trasbals de les experiències dels membres del grup des de cada uns dels seus indrets i vivències. Amb el pas del temps, igual com ens ha anat passant amb la mateixa evolució de la gestió de la pandèmia, hem pogut afeblir els neguits, els temors i les incerteses de les primeres èpoques, per deixar lloc a una gestió més serena i elaborada del treball de grup.

L'assistència i la cura

A mode de síntesi podem agrupar en els següents temes el treball fet:

- Àmbit d'intervenció
- Tipus d'intervenció
- Eines utilitzades.
- La bretxa digital i recursos.
- Qüestions ètiques

I sobre cada un d'ells hem reflexionat la voltant de les avantatges, tot allò que ens facilita la tecnologia i els riscos que comporta.

Àmbit i tipus d'intervenció

Partim de realitats molt diferents en funció de l'àmbit en el que ens situem. Entenem la salut mental de forma transversal, no ubicada exclusivament dins la xarxa de serveis de salut mental, ni com l'exercici de professions exclusivament sanitàries. Això ens obliga a pensar en contextos diversos, amb intervencions molt diferents que es necessiten i complementen entre elles per oferir a les persones una atenció integral i integradora.

En cada un dels àmbits d'atenció i en cada una de les intervencions és necessari que l'ús de diferents eines tecnològiques respongui a les següents qüestions.

- Quan ho utilitzem?
- Per què ho utilitzem?
- Per a qui ho utilitzem?
- Com ho utilitzem?
- Qui decideix que s'utilitza?
- Quina eina s'utilitza.

Les diferents eines disponibles es posen al servei de cada una de les intervencions, i no a l'inrevés. Hem de disposar de criteris pensats i consensuats per incorporar-les en els nostres processos de treball, ja sigui en l'atenció directa, en la recerca, en el treball en equip i entre equips, o en la docència.

Parlem d'atenció des de diferents xarxes de serveis, des dels serveis de la xarxa de salut mental, de la xarxa d'addiccions, de serveis socials... totes aquestes xarxes atenen persones, famílies i grups i ho fan des d'encàrrecs diferents, amb especificitats en els seus objectius, perfils professionals, equips... per tant la incorporació de les eines digitals es farà en funció de criteris propis de cada una de les intervencions.

L'atenció dins l'àmbit de les xarxes públiques obliga a pensar la incorporació de les eines digitals garantint el respecte als principis que d'equitat, accessibilitat i universalitat.

Criteris generals a tenir en compte des de qualsevol àmbit i tipus d'intervenció:

- Amb quina població treballarem (edats, moments/situacions psicopatològiques, aspectes culturals...).
- En quin moment del procés d'atenció ens trobem (en primeres visites, seguiments, situacions de crisi...).
- Quin tipus d'intervenció duem a terme (psicoteràpia, intervencions psicosocials, seguiments mèdics...).
- Quina modalitat d'atenció desenvolupem (individual, familiar, de parella, grupal).
- Treball d'equip.
- Treball en xarxa.
- Quins recursos tenim (dispositius, connectivitat, coneixements tècnics..).
- Quina seguretat podem tenir (plataformes, confidencialitat...).

Tipus d'intervenció

Intervencions clíniques i psicoterapèutiques

Una de les intervencions centrals en els serveis de salut mental són les intervencions clíniques i psicoterapèutiques (seguiments clínics psiquiàtrics, psicològics i d'infermeria, psicoteràpies individuals, de parella, familiars, grupals), desenvolupades per professionals que han de garantir unes condicions necessàries pel desenvolupament d'aquestes de forma rigorosa i adequada.

Les variables a tenir en compte i a valorar en la incorporació de l'atenció online ens ajuden a posar sobre la taula quins poden ser els beneficis i els inconvenients de la digitalització.

Aspectes centrals a tenir en compte en les intervencions psicoterapèutiques:

1. La relació/Vincle terapèutic: a través de l'anàlisi d'aspectes com l'aliança terapèutica, la transferència, les interaccions i la comunicació, la capacitat de mentalitzar l'altre, l'adherència, l'autoritat/asimetria, ...
2. El setting: l'atenció online modifica el setting en relació al temps i l'espai, a l'aquí i ara, als objectius, a l'accessibilitat, l'economia de recursos, i la seguretat i la confidencialitat.
3. La psicoteràpia grupal: quines diferències es donen en aspectes com la cohesió grupal, els tipus de lideratge, la percepció, la comunicació, l'atenció i escolta.
4. Quines podrien ser les indicacions i contraindicacions per a una atenció online? Cal fer una anàlisi i una avaluació de les experiències en aquest àmbit per acabar d'afinar en les indicacions/contraindicacions. Fins ara podem pensar que la presencialitat pot afavorir la contenció en diferents tipus de situacions, que també és important per a crear un vincle terapèutic i de confiança.

Més enllà d'aquests aspectes, la introducció de l'atenció online en els processos psicoterapèutics s'ha de valorar en cada cas, tenint en compte quina és l'anàlisi de la situació de l'usuari/família/grup; quina és la situació-contexte del professional i quina la de l'organització-institució.

Intervencions psicosocials

L'atenció a la salut mental es dona de forma transversal en diversos equips i serveis; aquests equips estan formats per professionals sanitaris i també per professionals que vénen de l'àmbit psicosocial: educadors socials, terapeutes ocupacionals, treballadors socials, psicòlegs comunitaris.... aquest és un col·lectiu de professionals que conjuntament amb les intervencions

psicoterapèutiques desenvolupen intervencions d'acompanyament, de suport, de capaciació, de rehabilitació, empoderament tant a nivell individual, familiar, grupal i comunitari.

Per aquestes intervencions són igual de vàlids els aspectes següents:

- El vincle.
- El context.
- Els recursos.
- El tipus d'intervenció.

Històricament des del camp de totes aquestes disciplines s'han incorporat diferents eines a l'hora d'atendre els usuaris, intentant adaptar-se a cada una de les necessitats de les persones, grups i comunitats. Així des de fa temps l'ús d'eines com el WhatsApp, les xarxes socials, i altres són habituals en el treball amb els usuaris, els grups i les comunitats.

Eines utilitzades

El mitjà telemàtic pot ser quelcom facilitador, però ens transforma la manera de mirar-nos el món, per tant podem pensar que l'eina ens modifica la manera que tenim de donar l'atenció. Parlem d'eines digitals a través de les quals podem atendre les persones en absència del cos, i de tot el que implica això.

Telèfon

Modalitat d'atenció històrica en tots els sistemes de serveis de salut i socials. Ens facilita l'accés a les persones.

Amb la introducció dels *smart phones* a través dels telèfons podem connectar-nos per diferents vies:

- Trucades
- WhatsApp: missatges, grups, videoconferències
- Xarxes socials

Tauletes/ordinadors

Imprescindible l'ordinador per a qualsevol professional dels serveis de salut i socials: treballem a partir d'històries informatitzades, algunes compartides entre professionals, institucions.

Plataformes

Han crescut el nombre de plataformes a través de les quals connectar-nos entre nosaltres. Hi ha algunes guies que fan una anàlisi dels nivells de seguretat de cada una d'elles, de la seva eficàcia, accessibilitat.

Bretxa digital i recursos

Una de les grans preocupacions al voltant de la digitalització de l'atenció és a qui ens deixem fora?

Aquesta transformació està deixant persones, grups i comunitats al marge, generalment aquelles persones més vulnerables que no tenen accés a recursos, o que viuen en situacions de precarietat, conflicte... que no els hi permeten accedir a aquest tipus d'atenció.

- Manca de recursos per accedir a dispositius.
- Manca de connectivitat.
- Manca de coneixements, habilitats...
- Condicions de l'espai propi (domicili, carrer...) que no permet disposar d'un espai d'intimitat, segur.

Per una altra banda els professionals i les organitzacions no sempre tenen els recursos adequats per poder oferir una atenció adequada i digna online (ja sigui per manca de recursos materials, com per manca de competències digitals dels professionals).

Qüestions ètiques

Resposta a qui decideix què, quan, com i amb qui s'utilitza?

Seguretat

Equitat-accessibilitat

Intimitat i confidencialitat

La recerca

Un primer nivell de recerca és la valoració sistemàtica de l'experiència que s'està tenint d'una forma ja molt generalitzada en la utilització de les eines digitals aplicades al tractament i la cura de les persones amb problemes de salut mental.

D'altra banda, també s'estan desenvolupant activitats de recerca experimental dirigits al tractament de forma més específica com ara: el terapeuta-avatar; la rehabilitació cognitiva a través de plataformes digitals; les intervencions amb realitats virtuals; la monitorització de la conducta digital de forma activa o passiva per a crear fenotips digitals de les persones; les plataformes, Apps i xats específics informatius i de contacte; o la utilització de la Intel·ligència Artificial aplicada a la anàlisi del llenguatge.

Tot això senyalen canvis important en la forma de pensar la relació i el vincle terapèutic. Cal reflexionar sobre aquestes derives que algunes vegades responen simplement a interessos espuris per fer de la utilització de les eines digitals un fi en si mateix. Però cal també aprofitar aquestes eines per aprofundir en el coneixement del fet mental i eixamplar les possibilitats de tractament i cura de les persones amb problemes de salut mental.

El grup de treball pensa portar a terme una valoració qualitativa sobre l'experiència en l'atenció no presencial i la utilització d'eines digitals i plataformes adreçades a la cura de les persones amb problemàtica de salut mental des dels propis usuaris, professionals, familiars i amics. Aquesta és la proposta a desenvolupar en el Taller que el grup portarà a terme durant el congrés. Es considera important poder explorar, conèixer, valorar i compartir quina ha estat l'experiència que s'ha viscut, incloent la pròpia vivència d'allò telemàtic durant el Taller.

La docència

La "formació online" dels professionals facilita l'accés al coneixement de forma evident, però limita l'espontaneïtat. D'altra banda, la presencialitat facilita aquesta espontaneïtat tant important per alimentar el debat i la formació d'una actitud crítica i reflexiva.

Un altre aspecte és la formació específica en la utilització d'eines digital para l'atenció i la cura de les persones. Es fa del tot necessari aprofundir no sols en la docència de la tècnica específica, sinó també en la capacitat per saber el valor de la tècnica o intervenció virtual en la seva aplicació específica. Saber valorar la viabilitat tècnica i econòmica, l'acceptabilitat i els requisits ètics i les mesures de seguretat necessàries en la custòdia de les dades.