

**TITULO: PROTOCOL STEP (Support Tool – Emergency Psychology) 1.5**

<b>Elaborado por</b>	Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS	<b>Fecha</b>	23-03-2020
<b>Versión</b>	01	<b>Fecha</b>	23-03-2020
<b>Área o servicio</b>	Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS	<b>Tipo de documento</b>	<b>Protocolo</b>
<b>Revisado por</b>		<b>Fecha de revisión</b>	
<b>Aprobado por</b>	Comité de dirección	<b>Fecha de aprobación</b>	
<b>Indexación y validación</b>	Comisión de Calidad IAS. Servicio de Biblioteca	<b>Fecha</b>	
<b>Periodicidad de la revisión</b>	Cada 4 años, excepto si hay cambios relevantes	<b>Fecha de la próxima revisión</b>	Marzo 2024

Código documento:

Palabras clave: covid-19, pandemia, Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS, expresión emocional, STEP (Support Tool – Emergency Psychology) 1.5.

Gestión de modificaciones:

Versión	Fecha	Descripción de las modificaciones
0		Aprobación del documento
1		

**PERSONES QUE HAN REDACTADO EL PROTOCOLO**

<b>Profesionales</b>	<b>Especialidad</b>	<b>Servicio</b>	<b>e-mail/teléfono</b>
Mercè Soms Casals* (Coordinadora)	Psicòloga Clínica	Unidad de Juego Patológico y otras Adicciones no Tóxicas	<a href="mailto:merce.soms@ias.cat">merce.soms@ias.cat</a>
Noelia Alarcón Muñoz*	Psicòloga Interna Residente (PIR)		<a href="mailto:noelia.alarcon@ias.cat">noelia.alarcon@ias.cat</a>
Neus Colomer Valls*	Psicòloga clínica	Equipo de Intervención Precoz de la Psicosis	<a href="mailto:neus.colomer@ias.cat">neus.colomer@ias.cat</a>
Laura Fàbregas Casas*	Psicòloga	Hospital de Día de M.Neurodegenerativas y Daño Neurológico	<a href="mailto:laura.fabregas@ias.cat">laura.fabregas@ias.cat</a>
Eva Frigola-Capell*	Psicòloga clínica	Dirección Asistencial X SMA Investigación y Seguridad del Paciente	<a href="mailto:eva.frigola@ias.cat">eva.frigola@ias.cat</a>
Roser Grau Ribera*	Psicòloga	EAPS Mutuam-Girona	<a href="mailto:rosier.grau@mutuam.com">rosier.grau@mutuam.com</a>
Marta Hernández Ferràndiz*	Psicòloga clínica	Unidad de Agudos y Psiquiatría (UHA)	<a href="mailto:marta.hernandez@ias.cat">marta.hernandez@ias.cat</a>
Marta Juanola Angelats*	Psicòloga	EAPS Mutuam-Girona	<a href="mailto:marta.juanola@mutuam.com">marta.juanola@mutuam.com</a>
Andrés Cuartero Barbanoj	Psicòlogo Clínico	Coordinador psicólogos SEM. Dept Salut, Generalitat de Catalunya	<a href="mailto:andres@andrescuartero.cat">andres@andrescuartero.cat</a>
Jordi Garcia Sicard	Psicòlogo	Psicòlogo SEM. Dept Salut, Generalitat de Catalunya	<a href="mailto:jgarcia@copc.cat">jgarcia@copc.cat</a>

\*Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS.

## JUSTIFICACIÓN

La **Dirección de la Xarxa de Salut Mental i Addiccions** frente a la **pandemia de COVID-19**, con el fin de dar respuesta a las necesidades emocionales y psicológicas de pacientes, familiares y profesionales, ha potenciado la creación del **Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS**, con profesionales del propio IAS y de Mutuam-Girona. Es un equipo multidisciplinar, formado por 8 psicólogas de la especialidad clínica, de cuidados paliativos, de emergencias, de daño neurológico adquirido y enfermedades neurodegenerativas y demencias. El Equipo ha recibido el apoyo de los psicólogos del SEM.

Esta pandemia ha supuesto cambios importantes en el desarrollo de las tareas laborales tanto en los procedimientos como en el contexto laboral. Además, estos cambios han sido muy rápidos. Estos hechos pueden generar malestar en los profesionales sanitarios.

Es por este motivo que el Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS ha creado este protocolo de intervención grupal **STEP (Support Tool – Emergency Psychology) 1.5** para contribuir a reducir el malestar y a prevenir el estrés en el lugar de trabajo y sus complicaciones. Este protocolo es el segundo de una serie de 3, adaptados a la evolución de las necesidades de los profesionales de acuerdo y en paralelo a la evolución de las fases de la crisis sanitaria.

Esta intervención en grupos de unas 6 personas de media se ha realizado en horario laboral en todos los servicios del **Hospital Santa Caterina y al Centre Sociosanitari “La República”** con los profesionales que lo han deseado y en la segunda fase de la pandemia (mayo 2020 aproximadamente), caracterizada por una reducción de los ingresos hospitalarios, reducción de la adrenalina, más cansancio y la necesidad de descanso, la desescalada y el retorno progresivo a la normalidad, pero diferente, con una nueva necesidad de reorganización sanitaria y de expresión emocional por parte de los profesionales sanitarios.

La herramienta **STEP 1.5** permite gestionar un espacio para la expresión emocional guiada de unos 30 minutos de duración y dirigida a dar espacio a la expresión emocional contenida que no se ha podido hacer durante la fase 1 (con la necesidad de un funcionamiento más cognitivo y adrenérgico).

## OBJETIVOS

- Facilitar la expresión emocional contenida y truncada.

- Compartir las emociones mediante una visión compartida.
- Reducir el malestar del profesional y prevenir el estrés y sus complicaciones.

## ÁMBITO DE APLICACIÓN

A los profesionales del Hospital Santa Caterina y al Sociosanitari "La República" durante la fase 1 de la pandemia.

Los miembros del Equipo de Apoyo Emocional – COVID-19 – IAS son los que han aplicado este protocolo.

## PROCEDIMIENTOS

### 1. PRESENTACIÓN.

- Presentación del psicólogo/s.
- Normas de grupo: confidencialidad, no juzgar, no culpabilizar,...

### 2. INICIEMOS LA DINÁMICA

- ¿Cuál de estas carreteras representa mejor vuestro paso por esta crisis hasta ahora?\*

Si hace falta: en todos los ámbitos de vuestra vida de forma global (trabajo, personal...).

- ¿Cómo es que has escogido esta imagen?

Si hace falta: ¿Cómo te has sentido en esta carretera?

- Cambio de sillas. Ahora que estás en el sitio de XXX, ¿Qué le dirías?

Si hace falta: ¿Qué te ha removido? ¿Con qué te ha conectado? ¿Qué le podría ayudar?

### 3. CIERRE DE LA DINÁMICA

- ¿Qué te llevas de tu camino durante la crisis?

### 4. PSICOEDUCACIÓN

- Emociones contenidas y truncadas.
- Normalizar las emociones.

- Necesidad de darles espacio.

\* Si a lo largo de la sesión detectamos que alguien necesita un espacio individual, se lo ofrecemos.

## **BIBLIOGRAFÍA**

Antoni M i Zentner J. Las cuatro emociones básicas. Barcelona: Herder. 2014.

Bisquerra R. Universo de emociones. Valencia: PalauGea. 2015.

Chóliz M. Psicología de la Emoción: el proceso emocional. 2005. [www.uv.es/=choliz](http://www.uv.es/=choliz)

Peñarubia F. Terapia Gestalt. La vía del vacío fértil. Madrid: Alianza Editorial. 2008.

## **ANNEXO**

\*Imágenes de las carreteras (presentamos cada imagen impresa en tamaño folio).