

DETRÁS DE NUESTRO TRABAJO PARA APOYAR LA SALUD DEL COMPORTAMIENTO EN MEDIO DE COVID-19 Mckinsey & Company

Escrito por: Mckisney Healthcare

Puede consultar la versión original [aquí](#)

De las muchas formas en que COVID-19 está presionando a la sociedad, el aumento de los desafíos de salud conductual (es decir, trastornos mentales y uso de sustancias) ha sido uno de los más invisibles hasta ahora. Pero según la socia de McKinsey, Erica Coe, eso está comenzando a cambiar. "Más personas están prestando atención a la salud mental ahora en medio de la pandemia debido a los picos de sobredosis de drogas, ansiedad, depresión e insomnio", explica.

Apoyando la salud mental para nuestra sociedad

Erica es co-líder de nuestro Centro para el beneficio social a través de la atención médica . Lanzado el verano pasado, el centro se estableció para mejorar la atención médica a nivel mundial al trabajar en áreas que son muy valiosas para la sociedad, como la salud mental, el uso de sustancias, los determinantes sociales de la salud, la salud materna y la salud rural, pero no necesariamente con una gran inversión.

Un componente central de su trabajo desde el lanzamiento y durante toda la pandemia ha sido una asociación con la organización sin fines de lucro Shatterproof, que trabaja para combatir el trastorno por uso de sustancias en los EE. UU nuestros esfuerzos con Shatterproof se han centrado en desarrollar una estrategia nacional para ayudar a reducir el estigma alrededor la adicción a los opioides, con el objetivo de garantizar que la adicción se considere y se trate con la misma urgencia y compasión que otras enfermedades crónicas.

"Abordar los trastornos mentales y por uso de sustancias se siente mucho más crítico ahora bajo COVID-19, dado lo omnipresentes que son los desafíos", dice Erica. "Afecta a todas las edades y orígenes, y tiene serias implicaciones para la esperanza de vida, la salud física y la calidad de vida".

Además de ser una tragedia humana en muchos frentes, COVID-19 está afectando a nueve de cada diez empleadores en la salud del comportamiento y la productividad de su fuerza laboral. Ese impacto puede costarle a las empresas; por ejemplo, la pérdida de productividad debido a problemas de salud mental puede llegar a un billón de dólares al año . Avanzar en este frente no se logrará mediante iniciativas aisladas, explica Erica. "Estamos comprometidos a compartir conocimientos y resultados de los proyectos del Centro de una manera externa y de acceso abierto, para que otros puedan replicar lo que resulta efectivo", dice. "Sabemos que para realmente mover la aguja a través de estos temas que son tan profundamente relevantes para la sociedad, debemos colaborar en torno a la innovación".

Una forma en que el Centro permite este tipo de colaboración es a través de su panel de acceso abierto que destaca el impacto de COVID-19 en las personas con salud física, salud conductual y vulnerabilidad social y económica. A través de la analítica, el tablero aprovecha los datos de las personas aseguradas para identificar dónde se encuentran estas poblaciones y ayuda a informar las soluciones para respaldarlas. Al procesar más de 15 millones de declaraciones de propiedades saludables en Estados Unidos, el panel puede ayudar a identificar puntos de acceso geográficos con concentraciones relativamente más altas de personas con mayor riesgo de COVID-19, y las intervenciones específicas (por ejemplo, apoyos de salud conductual) para ayudarlos.

Por ejemplo, un psiquiatra de un gran sistema de salud utilizó la herramienta para comparar la demanda de salud conductual del estado y del condado con la oferta de psiquiatras y psicólogos y otros proveedores de salud mental. Con esa información en la mano, pudo defender un caso para priorizar la contratación adicional. Complementando el tablero, el Centro ha lanzado una variedad de publicaciones, podcasts y artículos para iluminar los muchos desafíos de comportamiento exacerbados por COVID-19 y cómo las organizaciones de todo el mundo pueden mitigar los resultados en las poblaciones vulnerables.

Ayudando a combatir el estrés para los trabajadores de primera línea a través del trabajo pro-bono

La necesidad de controlar el estrés y reforzar el bienestar emocional durante la pandemia es especialmente importante para los grupos en riesgo, como los trabajadores de la salud de primera línea. Con ese fin, los líderes de Aberkyn, una compañía de facilitadores del cambio de McKinsey, y nuestra oficina de Medio Oriente se asociaron en mayo con la Autoridad de Abu Dhabi para la Contribución Social Ma'an para ofrecer una serie de sesiones de entrenamiento de atención plena y talleres de renovación gratuitos para el Personal de Sheikh Khalifa Medical City

Treinta y dos miembros del personal recibieron capacitación a través de sesiones de 90 minutos sobre cómo desarrollar la resiliencia del equipo y conexiones profundas con ellos mismos y con los demás para mantener las relaciones. Desde entonces, Aberkyn ha dirigido varios talleres virtuales gratuitos para otros clientes de atención médica tanto en Oriente Medio como a nivel mundial.

Los trabajadores de la salud en la primera línea de COVID-19 trabajan en condiciones de alto estrés mientras brindan atención a los pacientes. "Ofrecer a estas personas la oportunidad de salir de su acción diaria y reflexionar, renovar y revitalizar entre colegas hace una gran diferencia", dicen los líderes de Aberkyn, Rawan Albina y Annette Kirby, que han estado dirigiendo estas sesiones de atención plena para los trabajadores de la salud en el medio Oriente.

Apoyando la salud mental dentro de nuestra firma

Según Kana Enomoto, un experto senior de McKinsey que se especializa en salud del comportamiento, cada vez más empresas están dando prioridad a las inversiones en el bienestar mental y emocional de los empleados. “La salud mental es una dimensión importante de la diversidad y la inclusión. Es fundamental para la supervivencia financiera y para las empresas preparadas para el futuro de la próxima generación”, afirma.

Nuestra firma está entre ellos. Además de una variedad de opciones de trabajo flexible, un programa para toda la empresa llamado Mind Matters, lanzado en 2019, brinda apoyo de intervención 24 horas al día, 7 días a la semana en varios idiomas y aumenta la conciencia sobre los problemas de salud mental y uso de sustancias para los 30,000 miembros de la firma. Lo que comenzó como unas pocas oficinas con sus propias iniciativas, oradores y eventos se ha expandido rápidamente a un esfuerzo global. En la actualidad, existen puntos de contacto capacitados en salud mental en las más de 150 ubicaciones de McKinsey que pueden orientar a los colegas hacia los mejores recursos disponibles.

Quizás el programa nunca haya tenido más impacto que ahora. Sofi Ureña , entrenadora senior, utilizó el programa para ayudar a abordar los desafíos que estaba experimentando debido al aislamiento durante la cuarentena. “Me sorprendió lo segura y cómoda que me sentía al hablar por teléfono”, dice. Después de dos llamadas, Sofi dice que ha adquirido la práctica de escribir sus sentimientos en un papel para ayudar a identificar qué desencadena un ataque de pánico y es más capaz de comunicar sus emociones con su esposo y terapeuta.

Y para Feifei Sun , una editora ejecutiva que ahora vive en Atlanta, las prohibiciones de viajar significaban que necesitaba encontrar apoyo para la salud mental mientras se refugiaba en un lugar fuera de lo que entonces era su ciudad natal. “Cuando no pude volver a ver a mi terapeuta habitual, utilicé Mind Matters para conectarme rápidamente con un profesional en mi nueva ubicación”, dice. “Tener ese tipo de apoyo fue fundamental ya que estaba pasando por un período de transición”.

Si se siente abrumado por la ansiedad o la depresión, comuníquese con una línea de ayuda en caso de crisis en su país. Si usted es un líder que está preocupado por los desafíos de salud mental en su organización, consulte los recursos de la Organización Mundial de la Salud y los Centros para el Control de Enfermedades de EE. UU . Hay muchas acciones que los empleadores pueden tomar, incluidos ejemplos de: City Mental Health Alliance , One Mind at Work y Shatterproof .