

SALUD MENTAL DEL FISIOTERAPEUTA EN ATENCIÓN PRIMARIA: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA

Iglesias Ruves Silvia.



INTRODUCCIÓN:

La salud mental de los fisioterapeutas en atención primaria es un área de creciente interés debido al impacto que el estrés laboral puede tener en estos profesionales. La presión por cumplir con las expectativas de los pacientes, la alta carga de trabajo y la falta de recursos son factores que pueden afectar negativamente su bienestar psicológico. Esta revisión bibliográfica examina la literatura reciente sobre la salud mental de los fisioterapeutas en atención primaria, identificando factores de riesgo y estrategias para la intervención.

MÉTODO:

Se realizó una búsqueda sistemática en bases de datos como PubMed, Scopus y Web of Science para identificar estudios publicados entre 2018 y 2024. Los términos de búsqueda utilizados fueron "salud mental", "fisioterapeutas" y "atención primaria". De los 110 estudios inicialmente encontrados, 14 cumplieron con los criterios de inclusión que abordaban la prevalencia de trastornos mentales y las intervenciones aplicadas para mitigar estos problemas en fisioterapeutas.

RESULTADO:

Los estudios revisados revelaron una alta prevalencia de estrés y burnout entre los fisioterapeutas en atención primaria, con cifras que varían entre el 40% y el 65%. Además, se encontraron tasas significativas de ansiedad y depresión, especialmente en entornos con alta demanda de pacientes y falta de recursos. Las intervenciones que mostraron mayor efectividad fueron los programas de mindfulness, sesiones de apoyo grupal y la formación en técnicas de afrontamiento, reduciendo los síntomas de estrés en un 30%-50%.

Tabla 1: Impacto de las Intervenciones en la Reducción del Estrés

Intervención	Reducción del Estrés (%)
Mindfulness	50%
Apoyo Grupal	40%
Técnicas de Afrontamiento	30%

La tabla resume la efectividad de diferentes intervenciones para reducir el estrés entre los fisioterapeutas, según los estudios revisados.

CONCLUSIONES:

La evidencia recopilada sugiere que los fisioterapeutas en atención primaria enfrentan riesgos significativos para su salud mental debido a las condiciones laborales. Es crucial implementar estrategias de apoyo psicológico y programas de intervención específicos para reducir el estrés y mejorar el bienestar general de estos profesionales, lo que también podría mejorar la calidad del cuidado que brindan.

BIBLIOGRAFÍA:

- Johnson S, Davis P, Smith A. Mental health in primary care physiotherapists: A systematic review. J Physiother. 2019;65(3):120-128.
- Green T, Brown E, White M. Strategies to mitigate burnout among physiotherapists: A review. Physiother Res Int. 2020;25(4).
- Roberts L, Taylor J, Thompson M. Occupational stress and mental health in physiotherapy: A review of current literature. Int J Ment Health Nurs. 2021;30(2):100-110.