

<https://doi.org/10.52979/raoa.1180>

COVID-19: ¿una oportunidad para la toma de conciencia sobre el cuidado integral del odontólogo?

COVID-19: An opportunity to raise awareness about dentists' holistic wellbeing?

Susana Álvarez Serrano 

Vicedirectora de la Carrera de Especialización en Endodoncia, Escuela de Odontología USAL/AOA, Facultad de Medicina, Universidad del Salvador, Buenos Aires, Argentina

Resumen

La pandemia de COVID-19 generó en la comunidad odontológica argentina un profundo desconcierto e incertidumbre frente a su práctica profesional, su economía y su cuidado.

Mediante un cuestionario difundido a través de redes sociales en octubre de 2020, se formularon preguntas vinculadas al ejercicio profesional en ese contexto y otras en las que se incluyeron variables referidas a signos de ansiedad, depresión y resiliencia.

Los odontólogos presentaron signos de estrés, ansiedad, tensión emocional, dificultad para conciliar el sueño, sentimientos de culpa y sensación de soledad. Manifestaron casi en

su totalidad que su esfuerzo y el cuidado de su persona frente a este nuevo paradigma no son valorados por el sistema de salud y que se evidencia en la escasa retribución que perciben por sus prestaciones.

Las conclusiones tienen el mandato del cambio pues los datos arrojados por la encuesta y el sentir manifestado con vehemencia y desolación ponen sobre la mesa la necesidad de iniciar una nueva etapa.

Palabras clave: autocuidado, COVID-19, ejercicio profesional, odontología, odontólogo, resiliencia, salud del profesional, sistema de salud.

Abstract

The COVID-19 pandemic created a profound state of bewilderment and uncertainty among dentists regarding their professional practice, economy and personal care. An online survey posted on social media in October 2020 asked questions about professional practice in this context and other variables such as signs of anxiety, depression and resilience. Dentists reported signs of stress, anxiety, emotional tension, difficulty to get to sleep, and feelings of guilt and loneliness. Most of them felt that the efforts they made to do their job

and ensure their personal care in this new paradigm were not valued by the healthcare system, as reflected by the low compensation for their services. From the data obtained through the survey and the feelings of vehemence and grief expressed by respondents, it is concluded there is a need for action and change.

Key words: COVID-19, dentist, healthcare system, odontology, professional health, professional practice, professional wellbeing, resilience, selfcare.

En diciembre de 2019 se informaron en la ciudad china de Wuhan numerosos casos de neumonía de origen desconocido acompañados de fiebre alta, tos seca, fatiga y distrés respiratorio. Esta enfermedad llamada COVID-19, causada por el Coronavirus SARS-CoV-2, se diseminó rápidamente alrededor del mundo y el 11

de marzo de 2020 este brote fue declarado pandemia por la Organización Mundial de la Salud (OMS). El mundo entero no volvió a ser el mismo y la atención en los consultorios odontológicos no fue la excepción.

Las prácticas odontológicas son una fuente de fácil propagación de agentes virales debido a la gene-

ración de aerosoles.¹ Dado que el aerosol es la fuente más agresiva de COVID-19, ubica al odontólogo y a sus colaboradores en el primer lugar en escala de riesgo entre los agentes de salud. Es por ello que una bioseguridad eficaz en todos los procedimientos que se llevan a cabo antes, durante y después de cada práctica reduce el riesgo de la propagación de la enfermedad y permite un cuidado saludable.² En ese contexto se necesitaban con urgencia protocolos adecuados y políticas sanitarias para enfrentar a ese desconocido flagelo.

El 19 de marzo de 2020 el Poder Ejecutivo Nacional decretó en la República Argentina el Aislamiento Social Preventivo y Obligatorio.³ La odontología, como actividad de salud considerada esencial (art. 6-DNU 297/2020), pudo continuar con prestaciones de urgencias y emergencias. Sin embargo, oficialmente las directivas desde el Ministerio de Salud de la Nación en relación con una práctica segura aún no habían sido publicadas.

La comunidad odontológica argentina quedaba así en un profundo desconcierto e incertidumbre frente a su práctica profesional, su economía y su cuidado. Las redes sociales y los grupos de profesionales daban cuenta de ello, como así también los espacios de las diferentes sociedades y agrupaciones académicas en las que se transmitía la nueva información científica y el intercambio de pareceres.

La angustiante experiencia era compartida por los odontólogos del mundo entero. Numerosos gobiernos, al igual que el argentino, declararon una cuarentena enfocados en disminuir la transmisión del virus y salvar vidas. Sin embargo, dichas decisiones trajeron aparejado un alto impacto en la economía global.⁴ Este contexto generó un estado de ansiedad y miedo entre los odontólogos.⁵ El brote de COVID-19 afectó negativamente las prácticas de rutina y los tratamientos dentales fueron pospuestos debido al alto riesgo de infección cruzada.⁴

Los efectos psicológicos de la pandemia en los odontólogos fueron anunciados en diferentes publicaciones. Investigadores alemanes recolectaron información con escalas para ansiedad, estrés y depresión e impacto de los eventos y advirtieron que estos aspectos deberían ser tenidos en cuenta para proteger el bienestar mental de los profesionales odontólogos de dicho país.⁶

La inseguridad sanitaria, financiera, el miedo a contraer la enfermedad y transmitirla a sus allegados, el insomnio, la escasez de insumos, el saberse poco preparados para enfrentar el virus, los sentimientos de culpa por estar al margen y confinados siendo

agentes de salud eran nombrados en diversas publicaciones.^{4,6-10} Un grupo perteneciente a la Universidad de St. Andrews del Reino Unido informó que los participantes del estudio mostraron sintomatología depresiva, exhausto emocional y que el burnout se encontraba implicado indirectamente. Con esos resultados iniciales advirtieron el posible beneficio de dotar de recursos e intervenciones para ayudar al personal de odontología durante períodos de alta incertidumbre.¹¹

La Asociación Odontológica Argentina, junto con instituciones educativas de todo el país y la Dirección Nacional de Salud Bucodental dependiente del Ministerio de Salud de la Nación, publicó las **Recomendaciones para Odontología**, una guía para la optimización de una práctica segura durante la pandemia,¹² y con ello el paulatino regreso a los consultorios.

Una ventana a la realidad: el parecer de profesionales odontólogos en la Argentina

Es menester cuestionarse cómo era la experiencia y la realidad frente a este nuevo escenario de los odontólogos en la Argentina, y cómo se encontraban en su propio proceso. Mediante un cuestionario difundido a través de redes sociales en octubre de 2020, se formularon preguntas generales vinculadas al ejercicio profesional en ese contexto y otras en las que se incluyeron variables referidas a signos de ansiedad, depresión y resiliencia. Se ofreció un espacio opcional para que cada profesional pudiera expresar lo que considerara pertinente. El relevamiento que fue respondido por casi 600 profesionales, no tiene la pretensión de ser un minucioso estudio estadístico o sociológico, sino obtener y compartir su información emergente.

Una vez publicadas las **Recomendaciones para Odontología**,¹² un alto porcentaje de odontólogos regresaron a la práctica profesional mientras que otros decidieron postergar la vuelta. Los motivos de su decisión se basaron en su salud y el riesgo médico. Otros alegaron cuestiones de índole familiar y motivos económicos relacionados con la adquisición de insumos necesarios y acondicionamiento de los consultorios sumados a la dificultad de conseguirlos en el mercado y teniendo que lidiar con una insatisfactoria cobertura económica por parte de los sistemas de salud. Por otra parte, un gran número expresó su miedo al contagio, a transmitir la enfermedad a sus seres queridos y la necesidad de adquirir mayor seguridad; y otros expresaron la decisión de esperar por prudencia a que la situación cambie.

Mientras tanto, los odontólogos presentaron síntomas inequívocos de la carga que soportaban: signos de estrés, ansiedad, tensión emocional, dificultad para conciliar el sueño, sentimientos de culpa; datos que coinciden con publicaciones de otras naciones.^{4,7} La sensación de soledad estuvo presente en gran número de personas frente a este nuevo paradigma. A pesar de ello, una amplia mayoría de los profesionales considera que sus pacientes valoran su esfuerzo en relación con la atención clínica que les brindan (normas generales de bioseguridad, empleo de EPP, incomodidad visual, auditiva y respiratoria al hablar). Sin embargo, manifestaron casi en su totalidad que dicho esfuerzo no es valorado por el sistema de salud.

Las razones principales que expresaron se fundamentan en que el sistema de salud no los acompaña con una retribución económica adecuada y se evidencia en los aranceles insuficientes que perciben por sus prestaciones. Consideran que las empresas prestadoras de servicios de salud y obras sociales no contemplan la realidad del profesional que presta la atención y no reparan en su exposición frente a este nuevo paradigma que exige un adecuado cumplimiento de las normas vigentes de bioseguridad. Esto implica un mayor costo y mayor tiempo de trabajo, con la consecuente disminución del rendimiento en comparación a los tiempos anteriores a la pandemia. Asimismo, consideraron que no reparan en el cuidado del profesional como persona, que no se sienten valorados y mucho menos cuidados. Si bien el problema del insatisfactorio rendimiento del sistema de salud en cuanto a las prestaciones odontológicas es de vieja data y se arrastra sin solución, la emergencia actual lo ha llevado al límite de lo posible.

La gran mayoría de los consultados no recurrió a algún tipo de asistencia psicológica en el nuevo contexto, solo un pequeño grupo lo ha hecho. Pero un muy alto porcentaje considera que la pandemia, de alguna manera, ha despertado su conciencia sobre la importancia del cuidado integral de su persona; pocos no lo consideraron de esta manera y un mínimo porcentaje no lo había pensado aún.

Entre las afirmaciones de resiliencia que fueron elegidas en su mayoría es importante destacar la capacidad de autogestión, la determinación para atravesar las dificultades y el orgullo de hacer frente a los momentos difíciles como también el uso de sus fortalezas frente a la incertidumbre, las dificultades y los retos.

Casi tres cuartas partes de los encuestados han realizado alguna acción concreta en relación con su cuidado, mientras que el resto aún no lo ha hecho.

Una amplia mayoría puso el énfasis en el cumplimiento de las normas de bioseguridad y protección personal vigentes, su estudio y preparación para un desempeño adecuado en el consultorio, la reducción del horario de atención/cantidad de pacientes y turnos más espaciados; algunos manifestaron que abandonaron la atención de algunas obras sociales, otros expresaron que decidieron atender exclusivamente de manera privada y el resto decidió no regresar a la atención por el momento para cuidar de sí mismos.

El bienestar no implica solamente la ausencia de distrés emocional, sino que involucra una buena condición mental, social y física. El autocuidado y la flexibilidad psicológica son aspectos esenciales para la salud psíquica.⁴

El concepto de Autocuidado tiene su origen en la salud pública más específicamente desde la práctica de la enfermería. Se define como “aquellas actividades que realizan los individuos, las familias o las comunidades, con el propósito de promover la salud; prevenir la enfermedad, limitarla cuando existe o restablecerla cuando sea necesario”. El Autocuidado, por tanto, “no es una actitud azarosa ni improvisada, sino que es una función reguladora que las personas desarrollan y ejecutan deliberadamente con el objeto de mantener su salud y bienestar”.¹³

Numerosos profesionales expresaron haber realizado cambios en su cuidado más allá del ámbito profesional. Se enfocaron en una alimentación más saludable, actividad física, meditación, yoga, terapia psicológica, cuidado emocional, controles médicos, mayor descanso, mejorar su salud y calidad de vida incorporando hábitos más saludables. Mencionaron además la importancia del respeto y la valoración de su persona, disfrutar del hogar, del tiempo con la familia, de la lectura y los hobbies.

Al finalizar el cuestionario, quienes lo consideraron atinado se expresaron libremente enfatizando la importancia de valorar al profesional de la salud. El contexto actual ha puesto en evidencia la vulnerabilidad en la que se ubica al odontólogo al no ser reconocido como se lo merece. La necesidad de un cambio genuino que mejore sus condiciones laborales, dignifique y jerarquice su profesión fue mencionada. Por otra parte, expresaron que frente a esta nueva realidad algunos han podido aprender a cuidarse y a respetarse más, a seleccionar su trabajo y a mejorar en el ejercicio profesional.

Si bien varios expusieron su frustración y desaliento, otros se pronunciaron en el deseo de lograr la unión entre odontólogos a nivel nacional para hacer valorar la profesión y salir fortalecidos de esta crisis.

Conclusiones

¿Será que el sistema de salud no comprende la dimensión de este nuevo paradigma y permanece centrado en sus propios intereses desatendiendo la realidad de quienes brindan salud? ¿O será una excelente oportunidad para los odontólogos de despertar la conciencia sobre su cuidado integral?

La bioseguridad y los elementos de protección personal son imprescindibles en el cuidado del profesional y sus pacientes. Representan una responsabilidad ética sin lugar a dudas. Sin embargo, el cuidado interior de cada individuo como persona es incluso más necesario por su trascendencia. La libertad de elección es una cualidad esencial del ser humano y ejercerla es el desafío interior más grande. Los enfrenta ante la asunción de las responsabilidades por las decisiones tomadas, lo que demuestra la dificultad y el desafío de llegar a un balance entre su realidad y sus posibilidades. Resulta alentador observar en los comentarios de algunos odontólogos un despertar en la conciencia en relación con su cuidado y la valoración de lo más preciado que poseen: su persona.

Las conclusiones tienen el mandato del cambio pues los datos arrojados por la encuesta y el sentir manifestado con vehemencia y desolación ponen sobre la mesa la necesidad de iniciar una nueva etapa.

Agradecimientos

A los 589 odontólogos que participaron de la encuesta y ofrecieron su parecer y su experiencia.

Identificador ORCID

SAS  0000-0001-6308-0472

Referencias

- Harrel SK, Molinari J. Aerosols and splatter in dentistry. *J Am Dent Assoc* 2014;135:429-37. <https://doi.org/10.14219/jada.archive.2004.0207>
- Cabrera Tasayco FDP, Rivera Carhuavilca JM, Atoche Socola KJ, Peña Soto C, Arriola Guillén LE. Biosafety measures at the dental office after the appearance of COVID-19: a systematic review. *Disaster Med Public Health Prep* 2020;27:1-5. <https://doi.org/10.1017/dmp.2020.269>
- Argentina Presidencia. Boletín Oficial. DNU 297/2020. 2020 [citado el 15 de octubre de 2021]. Disponible en: <https://www.boletinoficial.gob.ar/detalleAviso/prime-ra/227042/20200320>
- Vergara Buenaventura A, Chavez Tuñon M, Castro Ruiz C. The mental health consequences of coronavirus disease 2019 pandemic in dentistry. *Disaster Med Public Health Prep* 2020;14:e31-e34. <https://doi.org/10.1017/dmp.2020.190>. Publicado antes de su impresión el 5 de junio de 2020.
- Ahmed MA, Jouhar R, Ahmed N, Adnan S, Aftab M, Zafar MS, Khurshid Z. Fear and practice modifications among dentists to combat novel coronavirus disease (COVID-19) outbreak. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17:2821. <https://doi.org/10.3390/ijerph17082821>
- Mekhemar M, Attia S, Dörfer C, Conrad J. The psychological impact of the COVID-19 pandemic on dentists in Germany. *J Clin Med* 2021;10:1008. <https://doi.org/10.3390/jcm10051008>
- Maunder R, Hunter J, Vincent L, Bennett J, Peladeau N, Leszcz M, Sadavoy J, Verhaeghe LM, Steinberg R, Mazzulli T. The immediate psychological and occupational impact of the 2003 SARS outbreak in a teaching hospital. *CMAJ*. 2003[citado el 9 de octubre de 2021];13;168:1245-51. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC154178/>
- Consolo U, Bellini P, Bencivenni D, Iani C, Checchi V. Epidemiological aspects and psychological reactions to COVID-19 of dental practitioners in the Northern Italy Districts of Modena and Reggio Emilia. *Int J Environ Res Public Health* 2020;17:3459. <https://doi.org/10.3390/ijerph17103459>
- Cawcutt KA, Starlin R, Rupp ME. Fighting fear in healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *Infect Control Hosp Epidemiol* 2020;41:1192-93. <https://doi.org/10.1017/ice.2020.315>. Publicado electrónicamente antes de su impresión el 25 de junio de 2020.
- Harper CA, Satchell LP, Fido D, Latzman RD. Functional fear predicts public health compliance in the COVID-19 pandemic. *Int J Ment Health Addict* 2021;19:1875-78. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00281-5>. Publicado electrónicamente antes de su impresión el 27 de abril de 2020.
- Humphris G, Knights J, Beaton L, Araujo M, Yuan S, Clarkson J, et al. Exploring the effect of the COVID-19 pandemic on the dental team: preparedness, psychological impacts and emotional reactions. *Front Oral Health* 2021;2:669752. <https://doi.org/10.3389/froh.2021.669752>
- Ministerio de Salud, Argentina. Recomendaciones para odontología. 2021 [citado el 9 de octubre de 2021]. Disponible en <https://www.aoa.org.ar/wp-content/uploads/2021/09/Recomendaciones.pdf>
- Oltra S. El autocuidado, una responsabilidad ética. *Rev GPU* 2013 [citado el 9 de octubre de 2021];9:85-9. Disponible en: https://medicina.udd.cl/centro-bioetica/files/2013/09/SANDRA-OLTRA-El_autocuidado.pdf

Cómo citar este artículo

Álvarez Serrano S. COVID-19: ¿una oportunidad para la toma de conciencia sobre el cuidado integral del odontólogo? *Rev Asoc Odontol Argent* 2021;109:145-148. <https://doi.org/10.52979/raoa.1180>

Contacto:

SUSANA ÁLVAREZ SERRANO
susanaalvarezserrano@gmail.com
 Diego Palma 463 1° C (B1642FJJ)
 San Isidro, Buenos Aires, Argentina