



INTERPSIQUIS

Congreso Virtual Internacional de Psiquiatría, Psicología
y Enfermería en Salud Mental

FORMACIÓN EN COMPETENCIAS PARA LA ATENCIÓN ONLINE EN SALUD MENTAL

Arantxa Duque Moreno

Arantxa.Duque.Moreno@gmail.com

Salud mental, Ciberpsicología, Competencias, Terapia online

RESUMEN

La atención online en salud mental se define como la utilización de las nuevas tecnologías con el objetivo de realizar una evaluación e intervención psicológicas. Teniendo en cuenta la digitalización de la sociedad, es fundamental proporcionar a los profesionales de la salud mental una formación en competencias que facilite su desempeño en el ámbito virtual con el fin de evitar actuaciones negligentes. Esta formación debe contemplar dos tipos de competencias básicas: clínico-aplicadas y técnico-tecnológicas.

Las competencias técnico-tecnológicas incluyen conocer la legislación más actualizada sobre protección de datos (incluyendo la adaptación que se debe hacer del consentimiento informado, por ejemplo); disponer de un equipo tecnológico adecuado con software de calidad actualizado (buena conexión a internet, cifrado de extremo a extremo, etc) y tener capacidad de respuesta ante situaciones de pérdida de privacidad.

Las competencias clínico-aplicadas incluyen conocer las evidencias más actuales sobre atención online en salud mental; saber transmitir al paciente cuál es el ámbito técnico-tecnológico más apropiado para recibir atención online de calidad; evaluar si el formato virtual es óptimo para el paciente y el tipo de trastorno que presenta; conocer el entorno socio-cultural del paciente y tener capacidad de respuesta ante situaciones de crisis.

Por tanto, además de las tradicionales competencias para la evaluación, diagnóstico e intervención, la atención online en salud mental implica ir un paso más allá atendiendo a sus especificidades propias, lo cual exige ofrecer una formación que tenga en cuenta no sólo al profesional y al paciente sino al propio entorno terapéutico virtual.

FORMACIÓN EN COMPETENCIAS PARA LA ATENCIÓN ONLINE EN SALUD MENTAL

INTRODUCCIÓN

La atención online en salud mental se define como la utilización de las nuevas tecnologías con el objetivo de realizar una evaluación e intervención psicológicas. Así, una necesidad fundamental es proporcionar a los profesionales de la salud mental una formación en competencias que facilite su desempeño en el ámbito virtual con el fin de evitar actuaciones negligentes. Para ello, son fundamentales dos tipos de competencias, técnico-tecnológicas y clínico-aplicadas.

En cuanto a las competencias técnico-tecnológicas, una competencia prioritaria es conocer la legislación vigente en materia de protección y seguridad informática, del campo profesional de la psicología y también en materia de sanidad teniendo en cuenta que la psicología forma parte del área de las ciencias de la salud. Una segunda competencia es disponer de un equipo tecnológico y de los conocimientos pertinentes para hacer un uso adecuado del mismo. Así, la utilización de las nuevas tecnologías en consulta, no supone un cambio de paradigma en absoluto, sino la introducción de herramientas tecnológicas dentro de las estrategias y técnicas usadas durante la atención mental. Por ejemplo, se deben adaptar los instrumentos de evaluación psicológica a la modalidad online, asegurando el cumplimiento de los requisitos legales para su uso. Otro ejemplo es que no se recomienda utilizar aplicaciones como Gmail, Dropbox o Skype en el ámbito de la intervención psicológica, puesto que no permiten mantener la confidencialidad necesaria y establecida por ley. En relación con la tercera competencia, la pérdida de privacidad, se trata de tomar medidas para poder prevenirla. En este contexto, pueden surgir dudas sobre si el paciente es la persona que dice ser. Asimismo, se debe impedir que alguien se haga pasar por nosotros. En esos casos, hay que utilizar recursos identificativos como certificados electrónicos o el número de colegiado en el caso del profesional, entre otros. También es esencial evitar que alguien ajeno pueda introducirse en la comunicación y, para ello, se deben utilizar aplicaciones seguras, hacer uso de métodos adecuados de encriptación y cifrado, cambiar frecuentemente las contraseñas, utilizar antivirus actualizados o no utilizar wifis públicas. Por último, se debe prestar especial atención al almacenamiento de la información, por lo que es imprescindible utilizar servicios en la nube que apliquen con seguridad la protección de datos.

Respecto a las competencias clínico-aplicadas, en primer lugar, se debe tomar como base principal, la evidencia disponible a la hora de aplicar la atención mental online. Esto lo haremos a través de la revisión de bibliografía, de la asistencia a cursos y talleres, de la búsqueda de asesoramiento o de la participación en sesiones clínicas entre otras formas. En segundo lugar, es crucial evaluar la adecuación de aplicar la atención mental online.

FORMACIÓN EN COMPETENCIAS PARA LA ATENCIÓN ONLINE EN SALUD MENTAL

Por un lado, se debe considerar si es la única opción posible para el paciente y si existe evidencia sobre la eficacia de la misma. Por otro lado, el tipo de problema y su gravedad también condicionarán. Por ejemplo, situaciones de pérdida de contacto con la realidad o de máxima gravedad son inadecuadas para la aplicación de la atención mental online. Del mismo modo, es necesario saber si se cumplen los requisitos básicos para poder realizar terapia psicológica online de forma adecuada, por lo que habrá que tener en cuenta la edad, el manejo de las tecnologías y el espacio tecnológico con el que cuenta el cliente. Y, una vez iniciada la atención mental online, se debe confirmar que se siguen dando las condiciones óptimas para su aplicación. Por último, es necesario ser competente ante situaciones de crisis. Podemos prevenirlas sabiendo que es desaconsejable en determinadas situaciones como por ejemplo cuando existe ideación suicida o cuando se está tratando un trastorno grave de la conducta alimentaria. Y, una vez iniciada una situación de crisis, los pasos a seguir serían: explicar al paciente el riesgo que conlleva la situación, confirmar sus datos de localización y contacto, también contactar con una persona de apoyo si se detecta riesgo medio-alto y solicitar ayuda externa (de otros psicólogos o incluso de la policía) si el paciente no atiende a las indicaciones y se detecta un riesgo muy alto.

Teniendo en cuenta la situación generada por el COVID-19, la cual ha puesto de manifiesto la importancia y necesidad de la atención mental online, recomiendo la consulta de la Guía para la intervención telepsicológica elaborada por Marta de la Torre Martí y Rebeca Pardo Cebrián y editada a finales del 2018 por el Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, en colaboración para su desarrollo con el Centro de Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid. En ella, se pueden profundizar en los aspectos comentados durante esta intervención.

Por tanto, además de las tradicionales competencias para la evaluación, diagnóstico e intervención psicológica, la atención online en salud mental implica ir un paso más allá atendiendo a sus especificidades propias, lo cual exige ofrecer una formación que tenga en cuenta no sólo al profesional y al paciente sino al propio entorno terapéutico virtual. El objetivo prioritario debe ser potenciar las fortalezas y minimizar los efectos no deseados y para ello la preparación del profesional y, por tanto, sus competencias deben ser las adecuadas.

BIBLIOGRAFÍA

De la Torre Martí, Pardo Cebrián, R. (2018). *Guía para la Intervención Telepsicológica*. Madrid: Centro de Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Madrid y Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.