



Experiencias positivas durante la pandemia o derivadas de ésta:

Formación en telepsicología: Una necesidad para nuestra profesión

Gabriel Medianero ¹, Rita Rivera ² & Daniel Balva ³

Los confinamientos derivados de la pandemia conllevaron el cierre de centros educativos, comerciales y de atención en salud, incluidos los centros de atención psicológica.

Esto provocó que se tuvieron que buscar nuevas formas para atender a una población necesitada, asimismo como considerar nuevas herramientas y factores. Durante los confinamientos por la COVID-19 la telesalud tomó auge como una forma para mantener la atención y asistencia en uno de los momentos más complejos de la historia reciente.

Sin embargo, el reto conllevó pasar de una atención presencial a una virtual y pasar de un consultorio a una sala de videollamadas. A partir de esto comenzaron a surgir preguntas como ¿Cuál de las plataformas de videollamada es más efectiva para los/las profesionales de salud mental y los pacientes/consultantes? ¿Cómo se puede asegurar la confidencialidad y cómo se puede asegurar que los/las clientes tengan privacidad si viven en espacios cerrados o

compartidos? ¿Cómo se puede evaluar adecuadamente? ¿Cómo se puede garantizar la accesibilidad de los servicios para personas/comunidades con menos recursos y/o rurales sin acceso a Internet?, entre muchas otras.

Muchas de estas preguntas fueron contestadas por psicólogos y psicólogas que estaban en la práctica y debían hacer frente a esto. Por fortuna en muchos casos estas lecciones fueron transmitidas a estudiantes de psicología que se continúan formando. Es así como además de una formación en atención presencial, que tal vez se quedó en la teoría durante la pandemia en varios países dependiendo del tipo de sitio clínico, también se inició una formación en la atención virtual, en la telepsicología. Aunque ha habido muchos psicólogos/as trabajando en telesalud durante algún tiempo, la pandemia de COVID-19 obligó a todos los/las profesionales y a los/las estudiantes a realizar prácticas de formación, a avanzar para adaptarse a los cambios globales y las necesidades de la sociedad en general.

Esto trajo como resultado que factores como “tener la cámara abierta”, “escribir en el chat” o “cerrar los micrófonos para evitar ruidos ambientales” cobraran mayor importancia en terapia individual, terapia grupal, e incluso en programas de formación. Pero a esto se suma los protocolos que tuvieron que adecuarse a una atención donde el/la psicólogo(a)/ consultor(a) y el/la paciente/consultante no estuvieran en un mismo espacio físico. Es el caso de los protocolos en caso de

¹ Facultad de Psicología, Universidad de Panamá, gleonardoma@gmail.com

² Departamento de Psicología Clínica, Albizu University, ritamrivers@gmail.com ritamrivera.com

³ Departamento de Psicología de Consejería, Universidad de Georgia, daniel.balva@uga.edu



ideación o intento suicida o los protocolos de maltrato o agresiones. Estos se tuvieron que replantear para poder dar respuesta en la virtualidad. Aunque para muchos ha sido un reto el adaptarse a mover la atención a una forma virtual o híbrida de practicar clínicamente, también se han dado varias experiencias positivas y aprendizajes derivados de la aplicación de la telepsicología incluyendo las siguientes:

1. Flexibilidad de horarios no solo para los/las psicólogos(as), sino también para los/las pacientes que ahora han podido ser atendidos fuera de sus horarios laborales habituales.
2. Disminución de ciertas barreras para acceder a la atención de salud mental (por ejemplo, transporte, estigma de entrar a un consultorio o clínica, y otros costos asociados con la visita a un proveedor).
3. Acceso a practicar en áreas remotas o rurales y con poblaciones que no cuentan con acceso a los servicios presenciales de salud mental
4. Mejora los flujos de trabajo clínico y aumenta la eficacia de la práctica clínica.
5. Expuso a los/las estudiantes a intervención en crisis de manera virtual.
6. Los/las estudiantes pudieron apoyar a las poblaciones durante la crisis de la pandemia y aprender a cómo lidiar con las diferentes problemáticas que se pueden presentar.
7. Las personas que estaban recibiendo una atención al momento en que inicia la pandemia pudieron continuar sus atenciones y los/las estudiantes pudieron continuar sus prácticas/desarrollos clínico/psicológico durante la pandemia

Estas lecciones que trajo la pandemia en la atención virtual permitieron que los/las actuales estudiantes conocieran otra forma de atención psicológica, una que llegó para quedarse, y a diferencia de los/las psicólogos/as que le tuvieron que hacer frente a esto y aprender por ensayo y error a nosotros se nos ha incluido esta información como parte de nuestra formación profesional. La telesalud ya era una práctica para algunos en la profesión desde antes de la pandemia, pero para otros era un concepto distante que no estaba contemplado en los planes o mallas curriculares. No obstante, responde a una necesidad y nos prepara para un

futuro donde la telepsicología o la atención semipresencial cobrará cada vez más relevancia.

El uso de la telepsicología ha brindado a la profesión una nueva oportunidad para enfrentar las necesidades de salud mental de las personas en todo el mundo. La COVID-19 nos ha mostrado lo fundamental que son los servicios de salud mental y la necesidad de los/las psicólogos(as) como miembros contribuyentes de nuestra sociedad. Como tal, nosotros, como profesionales, debemos continuar avanzando y mejorando nuestras prácticas para seguir adaptándonos a las circunstancias cambiantes de la pandemia y poder servir mejor a las personas que se han visto y que continúan viéndose afectadas. Hacerlo nos garantizará que los/las psicólogos(as) en formación estén mejor preparados para servir a nuestras comunidades.

Aunque varios países ya han establecido y adaptado regulaciones y estándares de práctica de telepsicología, tomando en cuenta los retos, beneficios, y aprendizajes, exhortamos a los/las profesionales de la salud mental abogar por reglas claras y estandarizadas para este tipo de atención dentro de cada respectivo país. Al hacerlo, podremos asegurar que estamos poniendo en papel las lecciones aprendidas hasta ahora de la pandemia, formalizando la telepsicología como un tipo de atención esencial en la práctica profesional, y garantizamos que los/las estudiantes de psicología aprendan sobre este tipo de atención.