

Mensajes clave sobre los factores humanos, trabajando bajo presión.

El buen trabajo en equipo, el buen liderazgo y la buena comunicación (habilidades no técnicas) suponen **mejores posibilidades de mantenerse a salvo** para los pacientes y compañeros de trabajo.

1. Dar briefing/ Informar a todo el equipo, incluso si es de manera rápida y concise.

Idealmente al comienzo del turno, aunque puede realizarse en cualquier momento con el fin de para lograr un modelo mental compartido quizás sabes lo que debe de hacerse, pero tus compañeros lo saben?

- Acordar protocolos de lenguaje claros para evitar ambigüedades y acelerar las respuestas.
- Verificar las habilidades del personal antes de asignar tareas. Clarificar los roles: ¿Quién? ¿Cómo?, ¿Si pasa tal cosa qué hacemos?
- Acordar una forma de compartir preocupaciones.
- Breve recordatorio antes de ponerse los EPIs.

2. Tomar decisiones deliberadas y meditadas durante situaciones de presión.

El estrés y la ansiedad pueden motivar la acción en situaciones simples pero la situación actual no lo es. Tome un momento para pensar lo que tiene que hacer.

Ante situaciones de estrés considere los siguientes consejos:

- Respire profundamente o cuente hasta diez.
- Ponga a su equipo en con una acción o palabra acordada.
- Use una mnemotécnica como ABCDE para guiar la acción inicial.
- Utilice una pregunta abierta, por ejemplo, ¿Qué cree que está sucediendo?
- Utilice una tarea como ponerse los EPIs para hacer una pausa.

3. Ante escenarios dinámicos, lidere siendo abierto e inclusive.

Haga preguntas primero y luego dirija. Escuche la experiencia basada en quien sabe lo que esta sucediendo ahora. Escuche al personal de distintas disciplinas y niveles de antigüedad para conocer mejor las amenazas y los errores. xxxr x x.

- Usar preguntas abiertas antes de actuar como ¿Qué pensamos que esta sucediendo? ¿Qué necesitamos hacer?
- Centrarse en qué es lo correcto, y no en quién tiene la razón.

4. Ayuda al personal que no esta familiarizado con las tareas.

Personal nuevo, personal jubilado o personal de no UCI y no urgencias se pueden sentir no preparados e inseguros si no están familiarizados. Asegúrese que los protocolos están claros y las prácticas y los equipos explicados. Si hay tiempo, dar la oportunidad al personal nuevo de practicar usando la simulación.

- Sea amable y empático y anticipe indicadores de estrés.
- Explique por qué las cosas se hacen de una forma específica.

5. Use listas de verificación y ayuda memorias para apoyar tareas.

Realice la acción, luego verifique el output, no el input, por ejemplo, encienda el oxígeno y verifique el flujo, no la posición del interruptor. No continúe hasta que haya verificado el output la salida o conse recibido la respuesta. Intente evitar interrupciones, estas aumentan significativamente los errores.

- Haga que cada acción sea deliberada y reflexiva.
- Si es interrumpido, deténgase y considere si comenzar desde el principio es más seguro.

6. Anime al personal a opinar.

Aliente a todo el personal a hablar sobre sus preocupaciones; podrían ser quienes eviten un desastre prevenible. El bajo gradiente de autoridad hace que sea más fácil para los miembros jóvenes o nuevos hablar, por ejemplo, asegurándose de que todos hayan sido presentados por su nombre y asegurando el contacto visual.

- Elogie y no menosprecie a nadie que haga una pregunta o plantee problemas.
- Dar permiso explícitamente a todo el personal para plantear inquietudes.

7. Reconocer factores limitantes del rendimiento.

Los buenos integrantes del equipo reconocen a los compañeros que están bajo estrés y los apoyan al compartir la carga de trabajo y brindar apoyo emocional. Esté atento a las tensiones que afectan el rendimiento, como el cansancio, las preocupaciones, el mal comportamiento de los demás, las enfermedades, el ruido, las distracciones y el hambre.

- Recordar a todos a tomar un descanso (incluidos nosotros mismos)
- Respete los horarios y asegúrese de que el personal coma, beba y use el baño, especialmente si usa EPI por períodos prolongados.
- Dar permiso explícitamente a todo el personal para plantear inquietudes.

8. Debriefing/Informe en equipo para aprender de las experiencias.

Tus experiencias pueden afectarte mentalmente, especialmente los errores que crees haber cometido. Al final de un turno, haga una reunión informativa informe en equipo pensamientos para permitir el aprendizaje y mantener el bienestar psicológico mental. Informe al sobre las medidas de soporte disponibles y verifique la Política Abierta de Divulgación.

- Haga preguntas abiertas: ¿De qué estamos orgullosos? ¿Cuáles fueron los desafíos?
- Modelo a seguir: comparta sentimientos y reflexiones personales. Anime a otros.

9. Pensar acerca del equipo de salud en forma amplia.

Todo el personal estará bajo presión, incluyendo recepcionistas, farmacéuticos, celadores..., pero es posible que no tengan la preparación y la experiencia para afrontar esta situación. Pueden buscar ideas y apoyo en usted. Y pueden tener ideas críticas que usted no tiene.

- Escuche las preguntas y cuestiones que planteen sobre los pacientes; pueden tener información crucial.
- Dar apoyo en cuanto al uso del EPI y escuchar sus preocupaciones sobre el contacto con pacientes potenciales con COVID.