



**UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA
INDOAMÉRICA**

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**“SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE SALUD
DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19”**

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología General

Autor(a) Vargas Michay Adriana Alexandra

Tutor(a) Msc. Andrés Subia Arellano

QUITO – ECUADOR

2022

AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA, REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL TRABAJO DE TÍTULACIÓN

Yo, Adriana Alexandra Vargas Michay, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Salud Mental y Estrés Laboral en el Personal de Salud durante la Pandemia por COVID-19”, como requisito para optar al grado de Psicólogo General y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 16 días del mes de febrero de 2022, firmo conforme:

Autor: Adriana Alexandra Vargas Michay

Firma:



Número de Cédula: 1717002727

Dirección: Pichincha, Quito, Centro Histórico, El Panecillo.

Correo Electrónico: vargas5130@hotmail.com

Teléfono: 0995371744

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación nombre “Salud Mental y Estrés Laboral en el Personal de Salud durante la Pandemia por COVID-19” presentado por Adriana Alexandra Vargas Michay, para optar por el Título de Psicólogo General,

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, 16 de febrero del 2022



Firmado electrónicamente por:
**ANDRES FABRICIO
SUBIA ARELLANO**

.....

Msc. Andrés Subía Arellano

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Psicólogo General, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 16 de febrero 2022

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'Adriana', is written over a horizontal dotted line.

Adriana Alexandra Vargas Michay

1717002727

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación, ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: SALUD MENTAL Y ESTRÈS LABORAL EN EL PERSONAL DE SALUD DURANTE LA PANDEMIA POR COVID 19, previo a la obtención del Título de Psicólogo General, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.

Quito, 1 de febrero de 2022



Firmado electrónicamente por:
EDWIN GUILLERMO
VALENCIA GONZALEZ

.....

MSc Valencia González Edwin G.

PAR EVALUADOR

MARINA MILAGROS Firmado digitalmente por MARINA
MILAGROS CALVO RODRIGUEZ
CALVO RODRIGUEZ Fecha: 2022.04.12 16:19:46 -05'00'

.....

Msc. Calvo Rodriguez Marina

PAR EVALUADOR

DEDICATORIA

Al cielo...

Bertha lo logre!!!

En primer lugar, quiero agradecer a mi familia; a mi esposo y hermano por ser mis guías y compañeros en este camino por creer en mí y en mis fortalezas, y en especial a la persona que ha luchado siempre a mi lado; a mi madre; por su apoyo incondicional, por su templanza y su amor ya que junto a ella pude conquistar uno de mis más preciados sueños. Del mismo modo quiero agradecer la colaboración de mi tutor, el Msc. Andrés Subia, así como a la Msc. Diana Montero por su amor hacia sus estudiantes, su dedicación y esfuerzo que realizan día a día y en general a la Universidad Tecnológica Indoamérica por creer en mí y en mis capacidades y formarme como un profesional ético y moral. Agradezco infinitamente al personal médico ecuatoriano mal llamados “Héroes sin capa”; ya que me enseñaron que lo duro no es contener una pandemia lo verdaderamente difícil es entender que ellos también son personas gracias infinitas por su amor y profesionalismo hacia todos. Por último quiero agradecer a la vida; por permitirme vivirla y a la vez ser realmente hermosa.

.

INDICE DE CONTENIDOS

| | |
|--|-----|
| PORTADA..... | ii |
| AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL | ii |
| APROBACIÓN DEL TUTOR | iii |
| DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD | iv |
| APROBACIÓN TRIBUNAL | v |
| DEDICATORIA | vi |
| AGRADECIMIENTO | vii |
| RESUMEN | x |
| ABSTRACT..... | xi |
| | |
| INTRODUCCIÓN..... | 2 |
| MARCO METODOLÓGICO..... | 6 |
| RESULTADOS | 8 |
| DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES..... | 10 |
| REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS | 13 |
| ANEXOS | 15 |

ÍNDICE DE TABLAS

| | |
|---|----|
| Tabla No. 1 (Correlación de Variables) | 8 |
| Tabla No. 2 (Estadísticos Descriptivos de salud mental y estrés laboral)..... | 8 |
| Tabla No. 3 (Estadísticos Descriptivos de variables sociodemográficas) | 9 |
| Tabla No. 4 (Correlación Edad y Estrés Laboral) | 9 |
| Tabla No. 5 (Correlación entre Estrés Laboral y Sexo) | 10 |
| Tabla No. 6 (Correlación entre Cargas Familiares y Estrés laboral) | 10 |

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

**TEMA: SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD
DURANTE LA PANDEMIA COVID-19**

AUTOR: Adriana Alexandra Vargas Michay.

TUTOR: Msc.Andrès Subìa.

RESUMEN EJECUTIVO

La presente investigación propone encontrar la relación entre la salud mental y el estrés laboral en el personal médico generado en la emergencia sanitaria que estamos atravesando en la actualidad (COVID-19) así también como la relación entre la edad, las cargas familiares y el sexo del servicio de emergencias de un hospital de la ciudad de Quito dentro de su desenvolvimiento profesional, ético y moral. Los resultados fueron los esperados una relación significativa entre la salud mental y el estrés laboral siendo este también constituido por la edad y el sexo de los participantes además cabe resaltar que este trabajo de investigación se realizó de manera virtual sin que esto afecte el desarrollo y resultados obtenidos ya que debido al estado de emergencia y el apareamiento de la nueva variante (Ómicron) las disposiciones estaban regidas para salvaguardar la salud de todos

Palabras clave Estrés Laboral, Pandemia, Personal Médico, Psicología Social, Salud Mental

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA

**THEME: MENTAL HEALTH AND WORK STRESS IN MEDICAL STAFF
DURING
THE COVID-19 PANDEMIC**

AUTHOR: Adriana Alexandra Vargas Michay.

TUTOR: Msc. Andrés Subìa

ABSTRACT

The present investigation proposes to find the relationship between mental health and work stress in medical personnel generated in the health emergency that we are currently experiencing (COVID-19) as well as the relationship between age, family responsibilities and sex. of the emergency service of a hospital in the city of Quito within its professional, ethical and moral development. The results were as expected, a significant relationship between mental health and work stress, this being also constituted by the age and sex of the participants. It should also be noted that this research work was carried out virtually without this affecting the development and results. obtained since due to the state. of emergency and the appearance of the new variant (Ómicron) the provisions were governed to safeguard the health of all.

KEYWORDS: Medical Personnel, Pandemic, Mental Health, Social Psychology, Work Stress

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Mental Health And Work Stress In Medical Staff During The Covid-19 Pandemic

Autor: Adriana Vargas-Michay
avargas16@indoamerica.edu.ec

Tutor: Msc. Andrés Subía-Arellano
andressubia@uti.edu.ec

Lector: Msc.Edwin Valencia-Gonzales
edwinvalencia@uti.edu.ec

Lector: Msc. Marina Calvo-Rodriguez
marinacalvo@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención
del título de Psicólogo General de la
Universidad Tecnológica Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Octubre de 2021.

RESUMEN

La presente investigación propone encontrar la relación entre la salud mental y el estrés laboral en el personal médico generado en la emergencia sanitaria que estamos atravesando en la actualidad (COVID-19) así también como la relación entre la edad, las cargas familiares y el sexo del servicio de emergencias de un hospital de la ciudad de Quito dentro de su desenvolvimiento profesional, ético y moral. Los resultados fueron los esperados una relación significativa entre la salud mental y el estrés laboral siendo este también constituido por la edad y el sexo de los participantes además cabe resaltar que este trabajo de investigación se realizó de manera virtual sin que esto afecte el desarrollo y resultados obtenidos ya que debido al estado de emergencia y el apareamiento de la nueva variante (Ómicron) las disposiciones estaban regidas para salvaguardar la salud de todos.

Palabras Clave:, Estrés Laboral, Pandemia, Personal Médico, Psicología Social, Salud Mental. (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético).

ABSTRACT

The present investigation proposes to find the relationship between mental health and work stress in medical personnel generated in the health emergency that we are currently experiencing (COVID-19) as well as the relationship between age, family responsibilities and sex. of the emergency service of a hospital in the city of Quito within its professional, ethical and moral development. The results were as expected, a significant relationship between mental health and work stress, this being also constituted by the age and sex of the participants. It should also be noted that this research work was carried out virtually without this affecting the development and results. obtained since due to the state of emergency and the appearance of the new variant (Ómicron) the provisions were governed to safeguard the health of all.

Keywords: Medical Personnel, Pandemic, Mental Health, Social Psychology, Work Stress. (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético).

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

1. INTRODUCCIÓN.

La salud mental se refiere a la autonomía que tiene cada persona para decidir y tomar el rumbo de su propia vida, teniendo en cuenta la capacidad de reacción a los acontecimientos, buenos y malos, vividos. Tener una buena "salud mental" es poder sentir emociones y lograr elaborarlas y relacionarlas con el conjunto de experiencias, transformándolos y siendo transformado por los acontecimientos de la vida (OMS, 2019).

Todavía hay mucha desinformación o incluso discriminación al hablar sobre salud mental. El sufrimiento psicológico se ve a menudo como una debilidad, algo que la persona podría resolver, pero no es así, mantener la salud mental frente a la alta carga de estrés, que todo el mundo está pasando por la pandemia, sumado al hacer frente a las demandas laborales de Covid-19 no es una tarea sencillo. Aunque todos los profesionales están, en principio, sometidos a las mismas condiciones de trabajo, la experiencia se vive en un único para cada uno

La pandemia mundial resultante del nuevo coronavirus ha llegado a los distintos continentes, provocando enfermedades y la muerte de miles de personas, impactando y transformando la vida de las personas que, ante una grave amenaza, se vieron obligadas a afrontarla con mayor o menor tensión, según el contexto político, social, económico y cultural en el que

participan. En ese sentido, se presentaron diferentes escenarios al afrontar la pandemia Covid-19 acorde a cada país e incluso para cada individuo (WHO, 2020).

Los impactos en la salud mental derivados de un nivel tan alto del estrés durante los eventos epidémicos pueden comprometer la atención y la capacidad de decisión de los trabajadores, que no solo afecta la lucha contra COVID-19, pero también puede tener un efecto duradero en el bienestar general de los profesionales más allá del período del brote (KANG et al., 2020). Además del riesgo de infección, los profesionales afrontar decisiones muy difíciles en la selección y las elecciones de los procesos terapéuticos, experimentan un proceso de duelo derivado de las pérdidas de pacientes y colegas. Además, temen la posibilidad de transmitir la enfermedad a los miembros de la familia.

Es necesario resaltar que tanto el curso de esta enfermedad, la falta de medidas de control, en ocasiones la falta de un tratamiento efectivo generó mucha incertidumbre y afectó la dimensión psíquica de los individuos que actuaban en primera línea, en este caso personal de salud, condición que conlleva a situaciones de sufrimiento intenso e incluso el apareamiento de enfermedades mentales (Ornell F, et al., 2020)

En este sentido, la experiencia con otras epidemias, como el ébola, han mostrado que las implicaciones para la salud mental son más frecuentes que la propia

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

epidemia y permanecen durante un tiempo prolongado, con el impacto psicológico relacionado con la gravedad de la exposición al trauma y las pérdidas (Ornell F, et al., 2020; Reardon, S. 2015) Por lo consiguiente, las consecuencias psicológicas son más intensas para los supervivientes de la enfermedad, la recuperación es solo uno de los desafíos a los que se enfrenta. En estos casos, la experiencia del estigma y el rechazo en el retorno a la vida social predispone a la ocurrencia de depresión y trastorno por estrés postraumático (WHO, 2020).

Otras consecuencias directas de la pandemia Covid-19 en la vida de las personas, fueron implicaciones para el bienestar y la salud mental, identificadas hasta ahora fueron: imposición de trabajo a domicilio o remoto; pérdidas salariales; impedimento para trabajar y moverse libremente; desempleo; quiebra de pequeñas y microempresas; suspensión de clases presenciales; vida familiar turbulenta; cambio de patrón económico; rotura de convivencia social; sentimiento de impotencia y abandono; tragedias familiares, con fallecimiento de seres familiares e ideas de enfermarse repentinamente; Miedo a la muerte; incertidumbres sobre la eficacia de medidas de control y falta de tratamiento eficaz para la enfermedad; entre otros (WHO, 2020).

Por su parte, los profesionales de la salud fueron vulnerables a los efectos psicosociales de la pandemia COVID-19 (Chung, JPY. Yeung. WS, 2020; Dong L., 2020), quienes trabajan

directamente en la asistencia, estuvieron en lo que convencionalmente se llama la línea del frente de la pandemia, llegando a presentar estrés y sobrecarga, siendo las siguientes condiciones la aparición de estos trastornos psicológicos: naturaleza de la infección en sí; pruebas insuficientes; falta de vacunas o tratamiento eficaz; evolución grave de algunos pacientes; falta de equipo de protección personal (EPP) y suministros médicos; cargas de trabajo extendidas; condiciones de descanso inadecuadas (WHO, 2020; Dong L., 2020).

A esto se suma la necesidad de lidiar con la pérdida, el dolor y el sufrimiento de los demás, que favoreció las manifestaciones psicósomáticas, provocando la aparición del sufrimiento emocional en los profesionales. La relación entre la pandemia y el riesgo de los profesionales de la salud de desarrollar trastornos mentales como depresión, estrés y ansiedad, que son relacionados con el agotamiento físico y mental, sensación de incapacidad y frustración (Wright K. 2020)

Es necesario en este aspecto lo relevante del cuidado esencial con la salud mental y psicoemocional del personal de salud, en necesidad de inversiones y acciones que defiendan mejores condiciones laborales y mejora de medio ambiente (Kampfen, F., et al. 2020).

La atención a los profesionales de la salud implica asegurar el acceso continuado a la información clínica y epidemiológica o ambientes de descanso

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

adecuados dentro de las unidades, además del monitoreo del estrés, asegurando una atención adecuada e intervención profesional en salud mental cuando sea indicado (Wright K. 2020).

Al mismo tiempo el acceder a la salud mental del personal de salud mental y su nivel de percepción de estrés durante este período crítico fue fundamental para identificar condiciones que faciliten el cumplimiento de su rol y la preservación de su salud, así como condiciones desfavorables (WHO, 2020)

Los estudios internacionales han abordado los efectos de la pandemia Covid-19 en la salud mental (Charney, et al. 2020). En los Estados Unidos, los síntomas de depresión y ansiedad entre el personal de salud han aumentado durante la pandemia, asociado con el creciente número de casos confirmados de Covid-19, las preocupaciones sobre los posibles impactos en su propia salud y, principalmente, las consecuencias efectos de la pandemia en un futuro próximo (Kampfen, F., et al. 2020). En China, en un estudio con 1.210 participantes de 194 ciudades, 75,2%, informaron temor de que los miembros de la familia contraigan la enfermedad. Fueron encontrados síntomas moderados a graves de estrés (8,1%), depresión (16,5%) y ansiedad (28,8%), con asociación estadísticamente significativa entre estos trastornos mentales y tener Covid-19 u otros trastornos de salud, en estudiantes y

mujeres, en la población estudiada (Wang, et al. 2020).

Por su parte, a nivel nacional Vinuesa et al, (2020) señalan más del 90% del personal médico y de enfermería presentó síndrome de Bournout moderada-severa, que se asoció de manera significativa con la función (médico vs. enfermero), edad y sexo. El personal médico tuvo más afectación que el personal de enfermería, tanto a nivel global como en la subescala de agotamiento emocional y despersonalización.

Por otra parte, Torres, F. et al, (2020) mediante su estudio incluyeron 380 profesionales de la salud, llegando a encontrar una prevalencia de Síndrome de Burnout alta, especialmente en el nivel de despersonalización (95%) y agotamiento emocional (47%) y en un menor porcentaje en realización personal (11%). El 9% tuvo afectación global de las 3 áreas evaluadas, representando los criterios diagnósticos mencionados en el CIE-10 del Síndrome de Burnout más severa y un 42% de dos áreas, no encontramos ningún tipo de relación con sexo, pero si mayor probabilidad con edades menores, número mayor de pacientes y en los residentes.

Este artículo presenta datos transversales con el análisis de las entrevistas de ingreso al estudio, reflejando las condiciones en las que los investigadores encontraron los equipos hospitalarios. Sus hallazgos son

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

relevantes y originales ya que retratan condiciones efectivamente manifestadas por equipos que trabajan en confrontación y pueden contribuir a la construcción de políticas en el sector. El objetivo de este estudio es investigar los efectos del trabajo de primera línea de COVID-19 en la salud mental de los profesionales de los hospitales públicos. Después de todo lo mencionado anteriormente; se formuló las siguientes interrogantes:

¿Cómo se relaciona la salud mental en el personal de la salud con el estrés laboral generado por la pandemia COVID-19?

¿Cómo se relaciona la edad del personal de salud con el estrés laboral durante la pandemia por COVID-19?

¿Cómo se relaciona el sexo del personal de salud con el estrés laboral durante la pandemia por COVID-19?

¿Cómo se relaciona las cargas familiares del personal de salud con el estrés laboral durante la pandemia por COVID-19?

Sin embargo, a pesar de la relevancia proporcionada y relacionada con los problemas de salud mental actuales, es poca la información disponible tanto en investigaciones formales como empíricas en Latinoamérica; siendo esto un motivo para revisar la evidencia actual sobre la problemática y las consecuencias de la salud mental y el estrés laboral en el personal de salud durante la pandemia del COVID-19; Explicar la relación del estado de salud mental y el estrés laboral en el personal de la salud durante la pandemia de COVID-19.

Describir la relación entre el sexo el estrés laboral en el personal de salud durante la pandemia por COVID- 19. Describir la relación entre la edad y el estrés laboral en el personal de salud durante la pandemia por COVID- 19. Describir la relación de las cargas familiares del personal de salud con el estrés laboral durante la pandemia de COVID-19.

En la actualidad; aún se sigue estudiando el impacto que generó la pandemia COVID -19 dentro del personal de la salud pero la Organización de las Naciones Unidas (ONU) ha manifestado que todo esta vivencia generada en este tiempo provocará gran número de problemas mentales sin embargo será subestimados o ignorados y no solo se verá afectados miembros de la salud sino también la población en general debido a los aislamientos, perdida de economía y la falta de comunicación para lo cual la OMS advierte que este impacto es extremadamente preocupante y que los trabajadores de la salud de primera línea son particularmente vulnerables y por consiguiente ser atendidos de manera prioritaria; sin embargo esto no se ha dado hasta el momento tomando así a la Psicología como una ciencia sin la debida importancia a pesar del impacto provocado.

2. METODOLOGÍA

El diseño de investigación propuesta es de base cuantitativa; ya que según Hernández Sampieri et al. (2014) es de tipo secuencial

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

y probatorio manteniendo la técnica de recolección de datos destinados para probar hipótesis, utilizando la medición numérica y el análisis estadístico dentro de los patrones de comportamiento sugeridos y así poder probar teorías propuestas.

A pesar de que no se pretenden probar hipótesis, si se realizará un análisis correlacional considerando que tiene un cubrimiento especial sobre el objetivo general.

El alcance de la investigación es de diseño no experimental de tipo descriptivo según Hernández, Fernández y Baptista (2014) “los estudios descriptivos pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren” (p.80) ya que se pretende observar y describirla relación el comportamiento del personal médico en época de pandemia así como la influencia de este en su salud mental para lo cual se realizará en un hospital de la ciudad de Quito específicamente en el área de emergencia dando que dentro de las variables de la presente investigación se determinó que para la variante dependiente Estrés Laboral utilizará la técnica de la encuesta con la aplicación del test (cuestionario) MBI: Inventario de Burnout de Maslach en su versión original, compuesto por 22 ítems que evalúan tres dimensiones del síndrome que son: cansancio emocional, despersonalización, realización personal; con escalas de

calificación es de tipo Likert con 7 opciones de respuesta que van desde 0 (baja) hasta el 6 (alta); siendo así que su nivel de confiabilidad en la versión de Olivares-Faúndez y Gil-Monte (2009) los coeficientes alfa de Cronbach obtenidos fueron de .90 en la escala de AE, .79 en DP y .71 en RP. Así mismo para la variante independiente Salud Mental se utilizará el instrumento de Escala del Continuum de Salud Mental (MHC-SF) Keyes (2005), el cual es un cuestionario de autoconocimiento, destinado para medir la salud mental positiva, consta de 14 ítems, dentro de la investigación realizada por Peña et al. (2017) su investigación presenta un Alfa de Cronbach de $\alpha = 0.91$ y para las sub escalas un Alfa de Cronbach de bienestar emocional del $\alpha = 0.80$, bienestar social $\alpha = 0.72$ y finalmente bienestar psicológico $\alpha = 0.85$. Los datos sociodemográficos utilizados es de uso para la recolección de información en situaciones determinadas y así poder cumplir con nuestros objetivos específicos, estos datos están compuestos por 5 preguntas: sexo, edad, estado civil, cargo, cargas familiares; las cuales nos muestran una total confiabilidad respecto a la realidad de cada participante.

En esta investigación se observan los fenómenos en su contexto natural, es decir, sin la manipulación deliberada de las variables ni generando situaciones que cambien el libre curso de las acciones del profesional (Hernández Sampieri et al., 2014), ya que en el caso de la presente investigación se pretende indagar la incidencia de la pandemia Covid-19 en la salud mental de personal de salud para posteriormente describir los resultados generados a partir de

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

la correlación con el estrés laboral; confirmando así lo mencionado por (Hernández Sampieri et al., 2014), donde detalla que este tipo de investigaciones descriptivas tienen por objetivo indagar la incidencia de los niveles o categorías en las variables de investigación dentro de la población propuesta.

La población objetivo de la presente investigación está conformada por 104 médicos de la ciudad de Quito, que ejercieron su profesión en casas de salud durante el brote de la pandemia Covid-19. Por su parte, la muestra no probabilística, mediante muestreo por conveniencia.

Finalmente, con respecto a los criterios de inclusión y exclusión de la población se puede detallar:

Criterios de inclusión

- Mayores de edad hombres y mujeres que se encuentren entre 20 y 80 años de edad.
- Mayores de edad hombres y mujeres que ejerzan su profesión en el área de medicina.
- Mayores de edad hombres y mujeres médicos que ejercieron durante la pandemia Covid 19.
- Lectura y firma aprobando la participación en la investigación, mediante consentimiento informado anexo.

Criterios de exclusión

- Profesionales de la salud que no se encuentren ejerciendo actualmente su profesión.
- Profesionales que se encuentren en teletrabajo.
- Personal contratado por menos de 6 meses.

Esta investigación al ser un Estudio referente al comportamiento humano relacionado con la salud psicológica de un conglomerado de profesionales en diversas

circunstancias y ambientes se considera los tres principios éticos básicos tales son: el respeto a las personas data de dos consideraciones éticas fundamentales: el respeto a la autonomía y la protección de las personas consideradas como vulnerables y de fácil revictimización. La búsqueda del bien se refiere a la obligación ética del investigador de lograr los máximos beneficios y de reducir al mínimo el daño (si lo hubiese) sin repercutir en el diario vivir y la sana convivencia de los participantes; por su parte la justicia se refiere a la obligación ética de tratar a cada persona de acuerdo con lo que es moralmente correcto y apropiado, de dar a cada persona lo que le corresponde siendo esta equitativa en costos y beneficios de la participación.

Dentro del procedimiento metodológico de la presente investigación se comenzó con la realización del plan de proyecto de investigación donde se delimitó el tema a investigar y se identificó la población que consistió en el personal médico del área de emergencias de un hospital de la ciudad de Quito, el mismo que fue sujeto a aprobación. Una vez aceptado, se comenzó con la búsqueda bibliográfica para la elaboración de la introducción considerando bibliografía reciente y basándose en una realidad sanitaria. Se obtuvieron los permisos respectivos en el hospital de la ciudad de Quito. Se realizaron las evaluaciones a la población (104 profesionales), informándose acerca de los objetivos del estudio, se explicó el motivo de la evaluación y la confidencialidad de la misma, se realizó de manera libre y voluntaria con fines investigativos redactados en una carta de consentimiento

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

informado. Posterior, se aplicó la Escala del Continuum de Salud Mental (MHC-SF) con el objetivo de determinar el estado actual de salud mental así mismo test (cuestionario) MBI: Inventario de Burnout de Maslach para evaluar el Estrés Laboral. Las aplicaciones se las realizaron de manera virtual en un tiempo determinado de dos semanas. Debido al estado de emergencia y disposiciones del COE nacional no se pudieron realizar de manera presencial sin embargo se mantuvo una comunicación fluida con el médico especialista de la unidad de Emergencia. Seguido a esto, se hizo la depuración de la información mediante la tabulación de datos estadísticos considerando los datos sociodemográficos. Para el análisis de los datos se usó el programa BMI SPSS.20. Finalmente se establecieron, a partir de los resultados, conclusiones y recomendaciones necesarias.

3. RESULTADOS.

Se realizó un análisis con el estadístico de Spearman para evaluar el nivel de correlación bilateral entre la Salud Mental y el Estrés Laboral en la muestra de estudio. Al realizar los análisis estadísticos, se encontró una correlación inversamente proporcional o negativa entre ambas variables, esto implica que, a mayor Salud Mental, menores niveles de Estrés Laboral, y viceversa. La correlación encontrada es de -0,28, siendo ésta equivalente a un 28,4% de datos correlacionados, donde la correlación que se presentó fue altamente significativa con un índice de <0,01. (Ver tabla 1)

Tabla 1
Correlación de variables.

| | | | Salud mental | Estres laboral |
|-----------------|----------------|----------------------------|--------------|----------------|
| Rho de Spearman | Salud mental | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,284** |
| | | Sig. (bilateral) | . | ,003 |
| | | N | 104 | 104 |
| Estres laboral | Estres laboral | Coeficiente de correlación | -,284** | 1,000 |
| | | Sig. (bilateral) | ,003 | . |
| | | N | 104 | 104 |

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Dentro de las medidas de tendencia central de la salud mental donde encontramos que la media es de 47,44 misma que corresponde al nivel de salud mental medio, la mediana por su parte fue de 46,50 así como la moda de 45 siendo esta la respuesta más común dentro del estudio, con una desviación de 12,35. En cuanto a la variable de Estrés Laboral las medidas de tendencia central muestran que la media de la muestra ha sido de 34,34, la mediana alcanza un valor de 35,00 con una desviación de 11,59, la puntuación mínima obtenida fue de 15 mientras que la máxima es 75 indicando un estrés laboral considerable. (Ver tabla 2).

Tabla 2
Estadísticos descriptivos de Salud Mental y Estrés Laboral.

| | | Salud mental | Estres laboral |
|----------------|----------|--------------|----------------|
| N | Válido | 104 | 104 |
| | Perdidos | 0 | 0 |
| Media | | 47,44 | 34,34 |
| Mediana | | 46,50 | 35,00 |
| Moda | | 45 | 41 |
| Desv. Estándar | | 12,356 | 11,591 |

Dentro de las variables sociodemográficas encontramos que la edad mantiene una media de 2,14 siendo esta el rango de 30 a

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

39 años de edad coincidiendo con la mediana; sin embargo la moda es de uno siendo este el rango de 18-29 años, edad que se repite con más frecuencia y una desviación estándar de 1,21; a la parte tenemos las cargas familiares donde de la muestra de 104 encontramos que la media es de 0 la mediana es de 1 y la moda de 1 manteniendo una frecuencia de respuesta del no y una desviación estándar de 0,50, en la variable de género encontramos una media de 0,55 una mediana de 1 y una moda de 1 además de la desviación estándar de 0,50 reflejado en la tabla 3.

Tabla 3

Estadísticos descriptivos de Variables socio-demográficas

| | | Edad | Cargas Familiares | Sexo |
|----------------|----------|-------|-------------------|------|
| N | Válido | 104 | 104 | 104 |
| | Perdidos | 0 | 0 | 0 |
| Media | | 2,14 | ,53 | ,55 |
| Mediana | | 2,00 | 1,00 | 1,00 |
| Moda | | 1 | 1 | 1 |
| Desv. estándar | | 1,218 | ,502 | ,500 |

Se realizó un análisis con el estadístico de Spearman para evaluar el nivel de correlación bilateral entre Edad y Estrés Laboral en la muestra de estudio. Al realizar los análisis estadísticos, se encontró una correlación directamente proporcional o positiva entre ambas variables, esto implica que, a mayor Edad, mayores niveles de Estrés Laboral. La correlación encontrada es de 0,32 siendo ésta equivalente a un 32,5% de datos correlacionados, donde la correlación que se

presento fue altamente significativa con un índice de <0,01. (Ver tabla 4)

Tabla 4

Correlación entre Edad y Estrés Laboral

| | | Edad | Estrés laboral |
|-----------------|-----------------------------|-------|----------------|
| Rho de Spearman | Edad | 1,000 | ,325** |
| | Coefficiente de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | . | <,001 |
| | N | 104 | 104 |
| Estrés laboral | Edad | ,325* | 1,000 |
| | Coefficiente de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | <,001 | . |
| | N | 104 | 104 |

** La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

Se realizó un análisis con el estadístico de Spearman para evaluar el nivel de correlación bilateral entre Sexo y Estrés Laboral en la muestra de estudio. Al realizar los análisis estadísticos, se encontró una correlación negativa muy baja entre ambas variables de -0,17, esto implica que, el sexo y el estrés laboral, mantienen una correlación muy baja; siendo ésta equivalente a un 17,7% de datos correlacionados, donde la correlación que se presento fue muy baja con un índice de <0,05. (Ver tabla 5)

Tabla 5

Correlación entre Sexo y Estrés Laboral

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

| | | Sexo | Estres laboral |
|-----------------|----------------------------|-------|----------------|
| Rho de Spearman | Sexo | 1,000 | -,177 |
| | Coeficiente de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | . | ,073 |
| | N | 104 | 104 |
| Estres laboral | Sexo | -,177 | 1,000 |
| | Coeficiente de correlación | | |
| | Sig. (bilateral) | ,073 | . |
| | N | 104 | 104 |

Se realizó un análisis con el estadístico de Spearman para evaluar el nivel de correlación bilateral entre Cargas familiares y Estrés Laboral en la muestra de estudio. Al realizar los análisis estadísticos, se encontró una correlación negativa muy baja entre ambas variables de $-0,16$, esto implica que, las cargas familiares y el estrés laboral, mantienen una correlación muy baja; siendo ésta equivalente a un 16,4% de datos correlacionados, donde la correlación que se presentó fue muy baja con un índice de $<0,05$. (Ver tabla 6)

Tabla 6
Correlación entre Cargas Familiares y Estrés Laboral

| | | Cargas Familiares | Estres laboral |
|-------------------|----------------------------|-------------------|----------------|
| Cargas Familiares | Coeficiente de correlación | 1,000 | -,164 |
| | Sig. (bilateral) | . | ,095 |
| | N | 104 | 104 |
| Estres laboral | Coeficiente de correlación | -,164 | 1,000 |
| | Sig. (bilateral) | ,095 | . |
| | N | 104 | 104 |

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Luego de la toma de la muestra se procedió a realizar el análisis y la interpretación de los resultados obtenidos. Los resultados se expresan en tablas explicativas fáciles de interpretar, así como su comprensión de la problemática que es objeto de la presente investigación. De acuerdo con el objetivo general se llegó a la conclusión de que existe una correlación significativa ya que si una de las variables aumenta la otra baja; siendo está enfocado en el marco de la Teoría transaccional en la Comisión Europea 1999 (citado en Guerra 2014, 61) mencionando que la experiencia del estrés es principalmente una construcción subjetiva; en base a las circunstancias personales y situacionales donde se evalúa el potencial destructivo de un evento. En este caso, cuando los sujetos sienten que no tienen suficientes recursos o estrategias, el estrés se experimenta en un nivel diferente donde este puede alterar su equilibrio mental y su salud. Además, si el estrés se siente en el lugar de trabajo puede afectar la calidad de vida, así como su satisfacción laboral y su bienestar psicológico en su vida diaria. Este trabajo se propone como primer objetivo específico describir la relación de la edad del personal de salud con el estrés laboral durante la pandemia por COVID-19. Los resultados arrojados pudieron dar cuenta de que existe un alto grado de estrés laboral en relación a la edad es decir; a mayor edad mayores niveles de estrés laboral como lo menciona Martínez Selva (2004), “El estrés laboral surge de un desajuste entre el individuo y su trabajo...”, considerándose que sus capacidades y las exigencias del empleo se evidencia en seis fuentes típicas, donde podemos señalar

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

como relevante la edad ya que la experiencia, suspicacia y manejo del paciente crítico así como la sala de emergencias se ve relacionada a la muestra, la falta de insumos y de conocimiento de una pandemia hace más difícil la contención del estrés laboral en el inicio de la práctica laboral.

Focalizando el análisis sobre algunos aspectos sociodemográficos de la muestra estudiada, tales como género, edad, cargas familiares, del presente trabajo según Ramírez y Lee (2011) surge que las mujeres con respecto a los hombres tienen un promedio mayor de estrés experimentado dentro de la pandemia por Covid 19.

También se encontró relación significativa según lo expuesto por Figueroa y Torres (2011) refiriéndose al nivel de estrés laboral que se puede llegar al tener un profesional, sí tiene menos tiempo para compartir con su familia a pesar de que la muestra no se encuentra una correlación directa con las cargas familiares sin embargo la preocupación de contagio con la familia y cercanos es muy alta; lo que le genera un desequilibrio debido a la tensión que está viviendo, ya que como menciona Cárdenas (2017) el estrés laboral puede elevarse significativamente sí la familia está en peligro.

Para concluir, analizando que el objetivo principal de esta investigación se basaba en la relación encontrada entre salud mental y su afectación por el estrés laboral en el personal de salud por Covid 19 podemos evaluar que entre el estrés percibido y la salud mental dentro de la evidencia reunida en el presente estudio permite corroborar el interjuego entre estas variables. Desde el momento que el personal de salud experimenta estrés laboral, a su vez,

experimentan menos salud mental. En tanto que, entre los que no sufren de estrés laboral se evidencia una tendencia contraria, vale decir, menos estrés, más salud mental. Esto se relaciona con lo que plantea Martínez Selva (2004), que las consecuencias del estrés laboral no se limitan a la práctica profesional, sino que se extiende a menudo a la vida personal, social y familiar.

Otro hallazgo importante fue la relación encontrada entre la edad y el estrés laboral obteniendo una relación significativa ya que a mayor edad menor estrés laboral según (Rojas, Tobón, Alpi & Henao, 2006, p. 108), en el cual se interpreta que, el bienestar personal y el estado de salud mental son el resultado de las experiencias vividas y del modo en que el individuo maneja las situaciones sociales regidas en su mayoría por su edad y su enfoque profesional.

Limitaciones:

Existe mucha información al respecto el estrés laboral y por supuesto también sobre salud mental, por esto se puede llegar a una confusión en los modelos teóricos sin embargo no se tratan a los dos temas dentro de la especialidad médica debido a que la ética profesional y la demanda de la profesión en épocas de pandemia limita estos estudios ya que no se los considera “importante”, cabe acotar que dentro de la rama de Psicología Organizacional se observan que es un conglomerado de elementos que al analizarlos por separado el estrés laboral se ve involucrado de manera directa en el clima organizacional así como en el rendimiento profesional, él relacionarlo con la medicina llega a ser muy complicado ya que son ramas profesionales

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

diferentes a las industriales, etc y por ende las funciones y los recursos cambian. Otra limitación importante fue el estar en medio de un estado de emergencia sanitaria; ya que no era posible hacer los cuestionarios de manera presencial sino virtual y esta despersonalización conlleva a que no se pueda tener “la observación” como método de investigación así que no se puede dar una opinión de la situación fisiológica actual del personal médico, sin embargo, se llegaron demostrar los objetivos de la manera que se programó desde un inicio. La mayor limitante para el ejercicio de esta investigación fue el temor de contagio y el tiempo otorgado para la toma de los instrumentos ya que por horarios de los profesionales este se vio retrasado al tiempo previsto; razón por la cual se decide llevarla a cabo de forma electrónica.

Recomendaciones:

En todas las instancias laborales el estrés es uno de los principales objetos de estudio; sin

embargo, se puede recomendar que el instrumento para evaluar estrés laboral debe ser considerado de manera muy minuciosa ya que existen muchos instrumentos que ofrecen confiabilidad considerando que los resultados son relevantes para la implementación de mecanismos para mantener un equilibrado estrés dentro de la organización laboral.

Realizar un estudio de la salud mental del personal médico es un desafío ya que muchos no consideran la psicología como una ciencia a pesar de haber estudios científicos que avalen teorías e hipótesis; la mayoría de personal médico no concientiza lo importante el mantener una salud mental adecuada llevándolos a deshumanizar su carrera y limitar su rendimiento a salvar vidas no dar una calidad de vida.

También se recomienda no considerar una población muy general dentro del estudio sino basarse por áreas de trabajo ya que el nivel de estrés y afectación cambian de un área a otra

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Altamirano, F., Torres, J., Salas, N., & Vélez, C. (2017). La salud mental determina la calidad de vida de los pacientes con dolor neuropático oncológico en Quito, Ecuador. *Revista colombiana de psiquiatría*, 46(3), 154-160. <https://doi.org/10.1016/j.rcpeng.2016.07.001>
- Dávila, L. (2014). Técnicas de intervención frente al burnout. España: Zonates.
- Deckard, F., Meterko, C., & Field, F. (2014). Síndrome de burnout y sus efectos. *Clínica Española*, 21-29.
- Díaz, F., & Gómez, I. (2011). La investigación sobre el síndrome de burnout en latinoamérica. *Psicología desde el Caribe*, 74-85.
- Guerrero, E., & Rubio, J. (2015). Estrategias de prevención e intervención del burnout en el ámbito educativo. *Salud Mental*, 27-33.
- Guevara, P. (2016). Factores determinantes en el desempeño laboral. Ecuador: Tream.
- Hall, L. H., Johnson, J., Watt, I., Tsipa, A., & O'Connor, D. B. (2016). Healthcare staff wellbeing, burnout, and patient safety: a systematic review. *PloS one*, 11(7). doi:<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0159015>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación . En R. Hernández, C. Fernández, & P. Baptista, *Metodología de la investigación* (págs. 4-7). México: Mac Graw Hill.
- Izquierdo, S. (2005). Factores psicosociales laborales. *Medicina*, 225-231.
- López, P., & Fachelli, S. (2015). Metodología de la investigación social cuantitativa (Creative C). Barcelona. Recuperado de <https://ddd.uab.cat/record/12938251>
- Maslow, A. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50, 370-396.
- Moyano, E., & Ramos, N. (2007). Bienestar subjetivo: midiendo satisfacción vital, felicidad y salud en población chilena de la región del Maule. *Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*, 2(22), 184-200.
- Organización Mundial de la Salud. (2001). Fortaleciendo la promoción de la salud mental. Ginebra. Recuperado de http://www.who.int/whr/2001/en/whr01_djmessage_es.pdf
- Papalía, D., Feldman, R., & Martorell, G. (2013). *Desarrollo Humano* (McGraw-Hil). España.
- Peña, E., Lima, S., Bueno, G., Aguilar, M., Keyes, C., & Arias, W. (2017). Reliability and validity of the Mental Health Continuum (MHC-SF) in the Ecuadorian contexts, 11(2), 223-232. <https://doi.org/10.22235/cp.v11i2.1499>
- Quiceno, J., & Alpi, S. (2017). Burnout: síndrome de quemarse en el trabajo. *Acta Colombiana de Psicología*, 117-125
- Rojas, S. (2018). *Salud ocupacional*. Argentina: Corporation.

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

- Toribio, L., González, N., Oudhof, Barneveld, H., & Gil, M. (2018). Salud mental positiva en adolescentes mexicanos: diferencias por sexo Positive Mental Health in Mexican Adolescents: Differences by Sex. *Revista Costarricense de Psicología*, 37(2), 131-143. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.22544/rcps.v37i02.03>
- UNESCO. (2011). Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. Obtenido de <http://uis.unesco.org/sites/default/files/documents/internationalstandard-classification-of-education-isced-2011-sp.pdf>

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

ANEXOS.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

En el marco de la investigación titulada “Salud Mental y Estrés Laboral en el personal de salud por pandemia Covid 19” se ha considerado a los profesionales que se encuentren trabajando en el área de Emergencia de un Hospital de la ciudad de Quito a participar de una investigación que tiene por objeto relacionar los niveles de Estrés Laboral y de la Salud mental para lo cual se necesita responder a dos instrumentos psicológicos que abarcan los temas mencionados dentro de su diario vivir y desempeño profesional; cada aplicación tendrá como un mínimo de 14 minutos siendo esta información de manera confidencial y con fines investigativos-académicos.

Si esta de acuerdo con las siguientes condiciones favor firme el documento:

1. La participación de este estudio es libre y voluntaria sin involucrar riesgo alguno a su integridad física y psicológica.
2. Se puede retirar del estudio en el momento que ud desee sin que esto genere ningún tipo de recriminación o sanción.
3. Cualquier pregunta que desee realizar en relación a la participación de este estudio favor contactarse al siguiente mail avargas16@indoamerica.edu.ec
4. Este consentimiento es de manera voluntaria sin que esto sea impuesto o sujeto a condiciones de parte de la unidad médica.
5. Mencionados instrumentos psicológicos se los aplicara de manera virtual debido a la emergencia sanitaria y disposición del COE Nacional.

Agradecemos su participación y confianza en la misma

Adriana Vargas

Investigador Responsable

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Síndrome de Burnout o Desgaste profesional

El burnout es un síndrome que aparece como una respuesta al estrés laboral prolongado, puntualmente cuando las demandas laborales exceden la capacidad de respuesta de una persona, que tiene consecuencias en la autoestima, y está caracterizado por un proceso paulatino, por el cual las personas pierden interés en sus tareas, el sentido de responsabilidad, entre otros

Objetivo

Identificar, evaluar y valorar los niveles del síndrome en el personal del área comercial para establecer las medidas preventivas que sean oportunas en los aspectos sociales laborales o familiares de la persona.

Indicaciones generales

- El cuestionario es anónimo y garantiza la confidencialidad de las respuestas
- La información que se obtenga tiene fines netamente educativos
- Lea la pregunta con mucha atención colocando la respuesta según la escala de cada cuestionario.

De los siguientes síntomas, selecciona el grado experimentado durante los últimos 3 meses de acuerdo a la escala presentada. Por favor colocar el número que corresponda en la columna respuesta

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|-------|----------------------|----------------------|---------------------------|-------------|
| Nunca | Algunas veces al año | Algunas veces al mes | Algunas veces a la semana | Diariamente |

| Síntoma | Respuesta |
|---|-----------|
| Imposibilidad de conciliar el sueño. | |
| Jaquecas y dolores de cabeza. | |
| Indigestiones o molestias gastrointestinales. | |
| Sensación de cansancio extremo o agotamiento. | |
| Tendencia de comer, beber o fumar más de lo habitual. | |
| Disminución del interés sexual | |
| Respiración entrecortada o sensación de ahogo. | |
| Disminución del apetito. | |
| Temblores musculares (por ejemplo tics nerviosos o parpadeos). | |
| Pinchazos o sensaciones dolorosas en distintas partes del cuerpo. | |
| Tentaciones fuertes de no levantarse por la mañana. | |
| Tendencias a sudar o palpitación | |

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

| | | | | |
|--------------|-----------------------------|-----------------------------|----------------------------------|--------------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| Nunca | Algunas veces al año | Algunas veces al mes | Algunas veces a la semana | Diariamente |

| Nº | Enunciado | Respuesta |
|-----------|---|------------------|
| 1 | Me siento emocionalmente agotado por mi trabajo | |
| 2 | Cuando termino mi jornada de trabajo me siento vacío | |
| 3 | Cuando me levanto por la mañana y me enfrento a otra jornada de trabajo me siento fatigado | |
| 4 | Siento que puedo entender fácilmente a los clientes | |
| 5 | Siento que estoy tratando a algunos clientes como si fueran objetos impersonales | |
| 6 | Siento que trabajar todo el día con la gente me cansa | |
| 7 | Siento que trato con mucha eficacia los problemas de mis clientes | |
| 8 | Siento que mi trabajo me está desgastando | |
| 9 | Siento que estoy influyendo positivamente en la vida de otras personas a través de mi trabajo | |
| 10 | Siento que me he hecho más duro con la gente | |
| 11 | Me preocupa que este trabajo me esté endureciendo emocionalmente | |
| 12 | Me siento con mucha energía en mi trabajo | |
| 13 | Me siento frustrado en mi trabajo | |
| 14 | Siento que estoy demasiado tiempo en mi trabajo | |
| 15 | Siento que realmente no me importa lo que les ocurra a mis clientes | |
| 16 | Siento que trabajar en contacto directo con la gente me cansa | |
| 17 | Siento que puedo crear con facilidad un clima agradable con mis clientes | |
| 18 | Me siento estimado después de haber trabajado íntimamente con mis clientes | |
| 19 | Creo que consigo muchas cosas valiosas en este trabajo | |
| 20 | Me siento como si estuviera al límite de mis posibilidades | |
| 21 | Siento que en mi trabajo los problemas emocionales son tratados de forma adecuada | |
| 22 | Me parece que los clientes me culpan de alguno de sus problemas | |

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Mental Health Continuum Short Form (MHC - SF) Keyes, C.

Versión español, validación ecuatoriana; Eva Karina Peña Contreras, Sandra Eugenia Lima Castro, Gladys Alexandra Bueno Pacheco, Mónica Elisa Aguilar Sizer, Corey Lee M. Keyes, William Paúl Arias Medina, (2017).

Por favor conteste a las siguientes preguntas según como se ha sentido. Usted durante el último mes. Encierre en un círculo el número que corresponda a su respuesta:

1 = Nunca, 2 = Pocas veces, 3 = Bastantes veces, 4 = Muchas veces, 5 = Siempre:

CON QUE FRECUENCIA EN EL ÚLTIMO MES:

1. Me he sentido alegre.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

2. Me he sentido interesado en la vida.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

3. Me he sentido satisfecho con la vida.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

4. He sentido que tengo algo importante que contribuir a la sociedad.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

5. He sentido que pertenezco a una comunidad (a un grupo social como la escuela o el vecindario, etc.).

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

6. He sentido que nuestra sociedad es un buen lugar para todas las personas.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

7. He sentido que las personas son buenas.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

8. He sentido que la dirección en la que va nuestra sociedad tiene sentido para mí.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|-------|-------------|-----------------|--------------|---------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

SALUD MENTAL Y ESTRÉS LABORAL EN EL PERSONAL DE LA SALUD DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

9. He sentido que me gusta la mayor parte de mi personalidad.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

10. He sentido que he tenido un buen manejo de mis responsabilidades de la vida diaria.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

11. He sentido que mis relaciones con los demás han sido cálidas y de confianza.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

12. Siento que he tenido experiencias que me desafiaron a crecer y convertirme en una mejor persona.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

13. Me he sentido seguro al pensar o expresar mis propias ideas y opiniones.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

14. He sentido que mi vida tiene propósito y sentido.

| Nunca | Pocas veces | Bastantes Veces | Muchas Veces | Siempre |
|--------------|--------------------|------------------------|---------------------|----------------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |