

ESTRÉS LABORAL Y ESTRATEGIAS DE AFRONTAMIENTO EN MÉDICOS RESIDENTES EN HOSPITALES COVID-19 EN CDMX

LIC. MIGUEL ÁNGEL GÓMEZ REYES

Universidad Nacional Autónoma de México

RESUMEN

El objetivo fue relacionar el estrés laboral con las estrategias de afrontamiento que utilizan los médicos residentes en hospitales Covid-19 de la CDMX. La muestra se compuso de 26 médicos residentes, el enfoque fue del tipo cuantitativo, de alcance correlacional, y diseño no experimental-transversal.

Se utilizó el Inventario de Estrés para Profesionales de la Salud de Wolfgang en su adaptación al español para medir los niveles de estrés de la muestra, así como el Cuestionario de Modos de Afrontamiento de Lazarus y Folkman para identificar las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes.

El 76.9% de los participantes reportaron niveles de estrés moderado y el 23.1% estrés alto.

Los participantes reportaron a la planificación y el autocontrol como estrategias de afrontamiento más utilizadas, las cuales se centran en el problema.

Palabras clave: Búsqueda de apoyo, reevaluación positiva, reconocimiento personal.

Talleres informativos en centros de salud y escuelas de nivel básico, así como horas prácticas con psicólogos en clínicas del sector salud de la alcaldía Gustavo A. Madero.



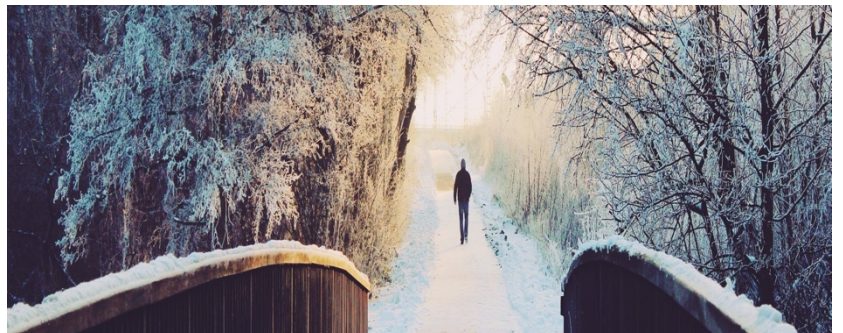
Correo electrónico:
elsanto1010@gmail.com

Recibido: 22 de noviembre de 2021

Aceptado: 16 de enero de 2022

Cita recomendada:

Gómez, M. (2022). Estrés laboral y estrategias de afrontamiento en médicos residentes en hospitales COVID-19 en CDMX. *REDES. Revista de Divulgación Crisis y Retos en la Familia y Pareja*, 4(1), 10-16, <https://doi.org/10.22402/j.rdcfrp.unam.4.1.2022.418.10-16>



INVESTIGACIÓN

DOI: <https://doi.org/10.22402/j.rdcfrp.unam.4.1.2022.418.10-16>



El afrontamiento forma parte de los recursos psicológicos o psicosociales que cada persona utiliza para hacer frente a situaciones estresantes, y para ello entran en juego los rasgos de personalidad de cada individuo como un agente que de mediación (Félix et al., 2018). El concepto de afrontamiento tiene sus bases en los mecanismos de defensa, desde esta perspectiva, Lazarus y Folkman (1986, p.164) definen al afrontamiento como *“esfuerzos cognitivos y conductuales constantemente cambiantes que se desarrollan para manejar las demandas específicas externas y/o internas que son evaluadas como excedentes o desbordantes de los recursos del individuo”*.

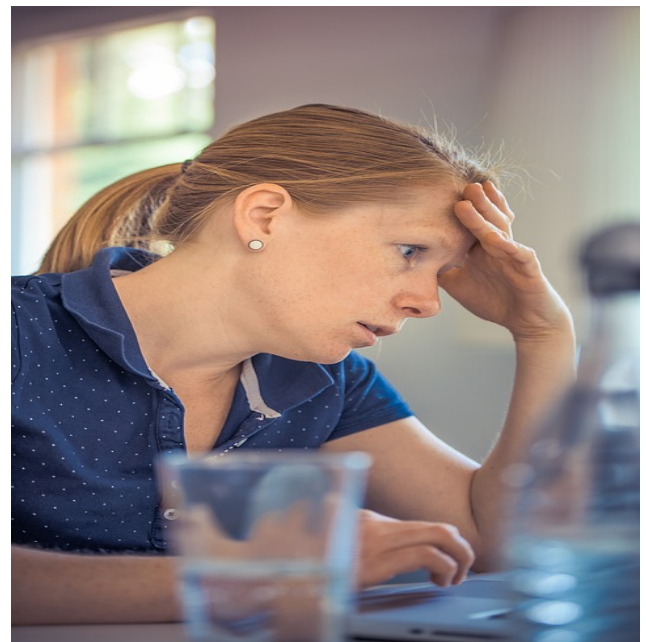
En la actualidad escuchar sobre el estrés es tan común, que se ha normalizado presentar sus síntomas de manera crónica en cualquier ámbito en que se desarrolla el ser humano. La mayoría de las personas en algún momento de su vida han escuchado o experimentado el estrés, algunas conocen su significado y otras no lo suficiente, pero en su mayoría lo consideran como algo negativo y perjudicial para los humanos (Santillán, 2012).

En los últimos años se reconoce al estrés laboral como uno de los principales problemas para la salud de los trabajadores y que tiene repercusión en el desempeño de las organizaciones (Riaño, 2016).

El estrés laboral se define como la respuesta fisiológica, psicológica y del comportamiento de un individuo el cual intenta adaptarse y ajustarse a presiones internas y externas, aparece cuando se presenta un desajuste entre la persona, el puesto de trabajo y la propia organización (El estrés laboral como síntoma de una empresa, 2007).

Cuando el individuo logra controlar la forma en la que experimenta el estrés puede obtener efectos positivos, que lo llevan a encontrar una motivación de superación, logrando así tener una experiencia gratificante y en competencia profesional (Félix et al., 2018).

El afrontamiento se clasifica en dos tipos de estrategias, aquellas centradas en el problema y otras centradas en la emoción. Las primeras están dirigidas a la definición del problema, buscan solución para este y consideran diferentes opciones en función de costo y beneficio.





Las segundas, se dan partiendo de la evaluación de la persona sobre la situación y nota que no puede hacer nada para modificar las condiciones amenazantes del entorno, de tal modo que recurre a un grupo de procesos cognitivos con los que intenta hacer frente a la alteración emocional (Figura 1) (Lazarus y Folkman, 1986).

Uno de los sectores laborales más vulnerables ante el estrés son los médicos, pues se caracterizan por el manejo de situaciones críticas, y estar constantemente bajo presión en el desarrollo de sus labores, por lo que esta profesión conlleva una gran responsabilidad, así como presiones, conflictos y cambios continuos (Blanco, 2004).

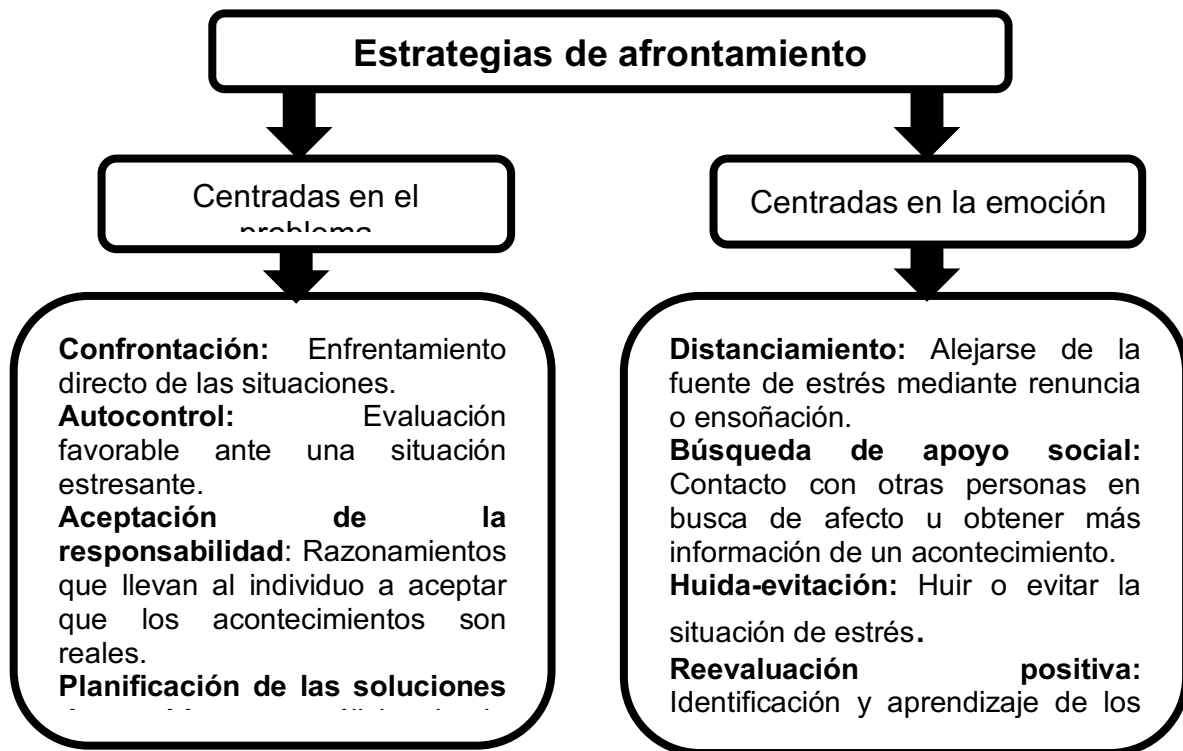


Figura 1. Estrategias de afrontamiento según su clasificación

Nota: Adaptado de Cabanach, et al. (2010), Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA), Revista Iberoamericana de Psicología y Salud, 1(1).

Uno de estos cambios fue cuando la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró en enero del 2020 a la COVID-19 como una *Emergencia de Salud Pública de Interés Internacional*. Esta nueva enfermedad ha llevado a una crisis sanitaria generando estrés y pánico tanto en la población en general como en el personal médico designado a combatir la pandemia (Monterrosa et al., 2020), por lo que los médicos, al estar en la primera línea de defensa contra el virus, se exponen a diversas situaciones y complicaciones.

Con todas las situaciones derivadas por la pandemia de COVID-19 se ha constatado que el personal de salud se enfrenta a estresores laborales intensos, algunos de estos incluyen jornadas laborales prolongadas, instrucciones y medidas de seguridad estrictas, sobrecarga de trabajo, necesidad permanente de concentración y vigilancia, así como la escasez de equipamientos de protección y la reducción del contacto social, además de tener que realizar tareas para las que muchos no estaban preparados (Danet, 2020).

¿CÓMO SE LLEVÓ A CABO LA INVESTIGACIÓN?

La muestra se compuso por 26 participantes que cumplían con los siguientes criterios de inclusión: 1) Ser médicos residentes en algún hospital covid y 2) Que hayan firmado el consentimiento informado para participar. Los motivos de exclusión fueron: 1) El no estar de acuerdo con el consentimiento informado 2) El no contestar más del 80% de los instrumentos 3) Reportar algún impedimento para participar. A quienes se les aplicaron una ficha de identificación sociodemográfica, el Inventario de Estrés para Profesionales de la Salud de Wolfgang (IEPS) y el Cuestionario de Modos de Afrontamiento (WOC-R). Del total de participantes, 15 fueron hombres (57.7%) y 11 mujeres (42.3%) con un rango de edad

entre 25 y 32 años, siendo el promedio de 26.58 años (D.E.=1.44).

El 42.3% de los participantes cuentan con una especialidad en medicina interna, seguida de neumología con un 19.2%, un 11.5% en pediatría, otro 7.7% en cirugía general, mientras que anestesiología, dermatología, medicina familiar y oftalmología cuentan con un 3.8% cada una, por último, el 4.1% de la muestra no especificó que especialidad cursaba.

La mitad de los participantes se encuentra realizando su residencia en el Centro Médico Nacional Siglo XXI (CMN SXXI, 50%), mientras que otros cuantos la realizan en el Centro Médico Nacional La Raza (23.1%), en menor medida en el Hospital Infantil de México (11.5%), y la minoría se encuentra en el Hospital General de Zona (HGZ) 72, HGZ 8 y Pemex norte (3.8% cada uno), el 4% de los participantes no indicaron donde se encuentran realizando su residencia.



El contacto se midió a través de WhatsApp haciéndoles llegar una invitación para participar en el estudio, posteriormente se les envió el enlace a un Formulario de Google. Una vez que los participantes contestaron los instrumentos se procedió a realizar la base de datos en el programa Statistical Package for

Social Sciences (SPSS); posteriormente se llevó a cabo el análisis de los datos.

Antes de responder los instrumentos, se solicitó la firma del consentimiento informado dentro de los formularios de Google y se hizo énfasis en la participación voluntaria, anónima y en que los datos serían utilizados con fines de investigación. El tiempo promedio para contestarlo fue de 20 minutos.

¿QUÉ SE ENCONTRÓ?

El 76.9% de los participantes reportaron encontrarse con un nivel de estrés moderado, mientras el 23.1% con un estrés alto. También, reportaron utilizar en mayor medida a la planificación como estrategia de afrontamiento, seguida del autocontrol, siendo estrategias centradas en el problema; mientras que como estrategias menos utilizadas reportaron a la búsqueda de apoyo social y en menor medida a la aceptación de la responsabilidad (Tabla 1).

Tabla 1. Niveles y fuentes de estrés.

IEPS	Nivel
Reconocimiento profesional	Moderado
Responsabilidad	Alto
Conflictos en el trabajo	Moderado
Incertidumbre	Moderado
Total	Moderado

Se encontraron asociaciones negativas entre el puntaje total del IEPS y el dominio de “búsqueda de apoyo social”, lo cual indica que a mayor estrés hay una menor búsqueda del apoyo social y viceversa. También se observa una asociación negativa en el puntaje total del IEPS y la “reevaluación positiva”, lo que indica que a un mayor nivel de estrés la reevaluación positiva es menor y viceversa.

Asimismo, se encontraron asociaciones negativas entre la dimensión del “Reconocimiento Personal” con la “búsqueda de apoyo social” y la “reevaluación positiva”. En la dimensión de “Conflictos en el Trabajo” se encontró una asociación positiva con la “huida-evitación”, lo cual indica, que a mayor estrés por conflictos en el trabajo se eleva el afrontamiento de “huida-evitación”. De acuerdo con los datos reportados por los participantes existe una asociación negativa en la dimensión de “Incertidumbre Profesional” con la “reevaluación positiva”. En tanto que la dimensión de “Responsabilidad por el Cuidado de los Pacientes” no se asoció con ninguna estrategia de afrontamiento.

Se estimó el alfa de Cronbach para determinar el índice de consistencia interna de ambas escalas. El coeficiente Alfa de Cronbach oscila entre 0 y el 1. Cuanto más cerca el valor esté a 1, más consistentes y fiables serán los ítems entre sí. Para este estudio el índice para el IEPS fue de 0.879 por lo que se considera adecuado para el estudio, sin embargo, el índice reportado para el WOC-R puede considerarse bajo ya que fue de 0.600.



¿QUÉ SE PUEDE CONCLUIR?

Los resultados obtenidos en la investigación, indican que las estrategias de afrontamiento más utilizadas por los participantes son en mayor medida aquellas estrategias de afrontamiento centradas en el problema, como el autocontrol y la planificación de las soluciones del problema. De acuerdo con Deary et al. (1996), un mayor uso de estrategias centradas en el problema, ayudan a reducir los niveles de estrés, al ser estrategias más efectivas.

Entre los alcances del estudio, puede señalarse que es una aproximación a la realidad que viven los médicos residentes que laboran en hospitales COVID-19, debido a que el sistema de salud no había experimentado una pandemia como la que se vive actualmente, por lo cual, las instituciones de salud deben poner un mayor énfasis en la evaluación y seguimiento de las condiciones de trabajo de los médicos, sin dejar de lado factores psicológicos, como el estrés. Así mismo, destacando la asociación encontrada entre los niveles de estrés y el uso de las estrategias de afrontamiento que utilizan los médicos residentes, sería necesario la implementación de talleres sobre estrés y estrategias que fomenten su afrontamiento de manera más efectiva como la confrontación y la aceptación de la responsabilidad ya que son estrategias centradas en el problema.

Por último, una limitante de la presente investigación está relacionada con el coeficiente de consistencia interna alfa de Cronbach del instrumento WOC-R, pues puede considerarse bajo; cabe destacar que dicho instrumento no estaba adaptado a la población mexicana, por lo que la necesidad de continuar con trabajos de adaptación de diferentes instrumentos es un área con mucho futuro en nuestro país y con poblaciones específicas.



R E F E R E N C I A S

- Blanco, G. (2004). Estrés Laboral y Salud en las Enfermeras Instrumentistas. *Revista de la Facultad de Medicina*, 27(1), 29-35. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-04692004000100006&lng=es&tlng=es.
- Cabanach, R., Valle, A., Rodríguez, S., Piñero, I., y Freire, C. (2010). Escala de afrontamiento del estrés académico (A-CEA). *Revista Iberoamericana de Psicología y Salud*, 1(1), 51-64. <https://www.redalyc.org/pdf/2451/245116411005.pdf>
- Danet, A. (2020). Impacto psicológico de la COVID-19 en profesionales sanitarios de primera línea en el ámbito occidental. Una revisión sistemática. *Medicina Clínica*, 156(9), 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.medcli.2020.11.009>
- Deary, I., Blenkin, H., Agius, R., Endler, N., Zealley, H., y Wood, R. (1996). Models of job-related stress and personal achievement among consultant doctors. *British Journal of Psychology*, 87(1), 3-29. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8295.1996.tb02574.x>
- El estrés laboral como síntoma de una empresa. (2007). *Perspectivas*, 20, 55-66. <https://www.redalyc.org/pdf/4259/425942331005.pdf>

- Félix, R., García, G., y Mercado, S. (2018) El estrés en el entorno laboral. *CULyT* 15(64), 13-42. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7188504>
- Lazarus, R.S., y Folkman, S. (1986). *Estrés y procesos cognitivos. Evaluación, afrontamiento y consecuencias adaptativas*. Martínez Roca.
- Monterrosa, A., Dávila, R., Mejía, A., Contreras, J., Mercado, M., y Flores, C. (2020). Estrés laboral, ansiedad y miedo al COVID-19 en médicos generales colombianos. *MedUNAB*, 23(2), 195-213. <https://doi.org/10.29375/01237047.3890>
- Riaño, A. (2016). Estado del arte sobre estrés laboral entre los años 2005 y 2016 [Tesis de pregrado]. Universidad del Rosario. Bogotá, Colombia. <https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/12845/Estado%20del%20arte%20sobre%20estres%20laboral%20entre%20los%20a%C3%B1os%202005%20y%202016.pdf?sequence=1>
- Santillán, M. (2012). Estudio del estrés como resultado de los factores psicosociales de trabajo inadecuados en militares de Infantería del Ala Nº 11". [Tesis de pregrado]. Quito, Ecuador. <http://www.dspace.uce.edu.ec/bitstream/25000/2548/1/T-UCE-0007-96.pdf>