

**Análisis del exceso de trabajo y fatiga por compasión como factor causal de problemas psicológicos como ansiedad y depresión, en médicos y enfermeros de 27 a 40 años de edad, pertenecientes al hospital María Ignacia g. Durante el periodo del 20 de junio al 01 de agosto del 2020.**

### **3ª UNIDAD**

DOCENTE:

ANA ESTELI HIDALGO

ALUMNO:

ALONDRA YESENIA GARCIA ARGUELLO

CARRERA:

LICENCIATURA EN PSICOLOGIA

CUATRIMESTRE:

TERCERO

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS; 15 DE JULIO DE 2020

“Análisis del exceso de trabajo y fatiga por compasión como factor causal de problemas psicológicos como ansiedad y depresión, en médicos y enfermeros de 27 a 40 años de edad, pertenecientes al hospital María Ignacia g. Durante el periodo del 20 de junio al 01 de agosto de 2020.”

### **Planteamiento del problema:**

Ante la pandemia actual por la que estamos pasando me surgió la duda de si los trastornos mentales como depresión y ansiedad podrían estar presentes en médicos que laboran por largas horas y que sufren de fatiga por compasión, es de vital importancia investigar si un trabajo tan importante como lo es el ser médico o enfermero podría traer consecuencias, ya sea a corto o a largo plazo, y si es así analizar el porqué de estos padecimientos y darle a conocer al mundo en general que médicos y enfermeros pueden ser víctimas de depresión y ansiedad por el trabajo tan importante que realizan día con día y más en tiempos actuales como este, ya que han aumentado el número de enfermos y muertes a nivel mundial.

Indagando más a fondo acerca de este tema, llegamos a un artículo interesante de Prevenir.com que nos dice que a nivel nacional, según la Organización Médica Colegial (OMC), el Programa de atención al médico enfermo, que desde el 1998 ha atendido a 3.810 médicos en las especialidades de Medicina Familiar (50 por ciento de los casos), Pediatría, Anestesia, Psiquiatría y Medicina interna son las que presentan una mayor incidencia de trastornos mentales como ansiedad o depresión es por ello que la Confederación Estatal de Sindicatos Médicos (CESM), dio a conocer que este incremento de trastornos en médicos se debe a la sobrecarga laboral de estos profesionales al tener que pasar consultas dobles y atender a mayor porcentaje de población.

Teniendo esta información a nuestro alcance es notable que el índice de médicos que sufren de TS como depresión y ansiedad es algo alto, sin embargo es importante dar a conocer si este hecho puede ser mundial, ya que es diferente es hospitales de otros países.

Pudimos encontrar un artículo de la Organización Mundial de la Salud (OMS) la cual nos dice que en el mundo hay más de 350 millones de personas con depresión. Las

estimaciones de la OMS indican que la depresión es frecuente en todas las regiones del mundo. Un estudio reciente respaldado por la OMS reveló que alrededor del 5% de las personas residentes en la comunidad han padecido depresión durante el último año. Sin embargo no nos hace mención si existe especialmente en médicos y enfermeros a nivel mundial.

Buscando nos encontramos con un artículo de la Académica de Medicina, Universidad Autónoma de Nayarit, México, que nos dice que a nivel nacional según estudios realizados por ellos la depresión se manifiesta con intensidad mayor en mujeres que en varones. En las primeras fue de 15.3% (depresión leve) y 2.3% (depresión moderada); frente a un 5.3 % (depresión leve) y un 2.3% (depresión moderada) de los varones. La ansiedad es también mayor en mujeres que en hombres, con una media de 9.2% frente a 8.9%.

Teniendo en cuenta síntomas...

**Ansiedad:** aprensión, miedo o terror, acompañados de sensación de muerte inminente. Durante estas crisis también aparecen síntomas como falta de aliento, palpitaciones, opresión o malestar torácico, sensación de atragantamiento o asfixia y miedo a perder el control.

**Depresión:** sentimientos caracterizados por profunda tristeza monótona y sombría, que resiste a los requerimientos externos, a esto se le agrega una pérdida de interés por la vida, reducción de autoestima y necesidad de auto-castigo.

Teniendo en cuenta toda esta información nos queda estimar a nuestra población, después de investigar y realizar encuestas, llegamos a la conclusión de que el 70% de médicos y enfermeros del hospital María Ignacia G. Sufren de ansiedad, de leve a moderada, teniendo en cuenta que la mitad de esa cifra eran mujeres. En el caso de la depresión, el 30% de ellos sufre de depresión moderada, estimando que la mitad de ellos también eran mujeres. En fatiga por compasión y exceso de trabajo, contamos con el 90% de todos ellos asegurando que existe fatiga por compasión y exceso de trabajo.

Es de vital importancia para mí el dar a conocer y fundamentar estas cifras, es por ello que me interese en este tema, para poder demostrar que existe TS en médicos y enfermeros a causa de sus largas horas de labor y fatiga por compasión.

**Objetivo general:** Analizar el exceso de trabajo y fatiga por compasión como factor causal de problemas psicológicos como: ansiedad y depresión.

**Objetivos específicos:**

- Evaluar a médicos y enfermeros para valorar si sufren de TS como ansiedad y depresión, por medio de herramientas específicas.
- Demostrar que el exceso de trabajo y fatiga por compasión pueden ser causantes de TS.
- Aplicar herramientas de medición para estimar la ansiedad y depresión en médicos y enfermeros.

**Hipótesis:**

**HI:** El exceso de trabajo y la fatiga por compasión son un factor causal de TS como ansiedad y depresión en médicos y enfermeros.

**HN:** El exceso de trabajo y la fatiga por compasión no son un factor causal de TS como ansiedad y depresión en médicos y enfermeros.

**Variables:**

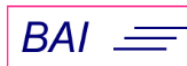
**VD:** TS como ansiedad y depresión.

**VI:** El exceso de trabajo y fatiga por compasión.

**Operalización de variables:**

**Ansiedad:** Trastorno que se caracterizan por presentar un miedo o ansiedad intensa y/o una preocupación excesiva. Estos trastornos generan un importante malestar y afectan al funcionamiento habitual de la persona tenga la edad que tenga (ya sea de cara a la relación con la familia o amistades, o en el rendimiento en el colegio o en el trabajo).

# Herramienta de medición: Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)



**Identificación** Valdez García Julio Cesar (Medico) ..... **Fecha** 7 de julio de 2020 .....

*Indique para cada uno de los siguientes síntomas el grado en que se ha visto afectado por cada uno de ellos durante la última semana y en el momento actual. Elija de entre las siguientes opciones la que mejor se corresponda:*

- 0 = en absoluto
- 1 = Levemente, no me molesta mucho
- 2 = Moderadamente, fue muy desagradable, pero podía soportarlo
- 3 = Severamente, casi no podía soportarlo

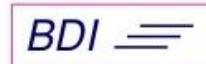
	0	1	2	3
1. Hormigueo o entumecimiento .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Sensación de calor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Temblor de piernas .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Incapacidad de relajarse .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Miedo a que suceda lo peor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. Mareo o aturdimiento .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Palpitaciones o taquicardia .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Sensación de inestabilidad e inseguridad física .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Terrores .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Nerviosismo .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Sensación de ahogo .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Temblores de manos .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Temblor generalizado o estremecimiento .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Miedo a perder el control .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Dificultad para respirar .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Miedo a morirse .....	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Sobresaltos .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Molestias digestivas o abdominales .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Palidez .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Rubor facial .....	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Sudoración (no debida al calor) .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>

**TOTAL:** 42

**DIAGNOSTICO:** Ansiedad severa

**Depresión:** Enfermedad o trastorno mental que se caracteriza por una profunda tristeza, decaimiento anímico, baja autoestima, pérdida de interés por todo y disminución de las funciones psíquicas.

**Herramienta de medición:** Inventario de depresión de Beck (BDI)



Identificación Valdez Garcia Julio Cesar..... Fecha 7 de julio de 2020

*En este cuestionario aparecen varios grupos de afirmaciones. Por favor, lea con atención cada una. A continuación, señale cuál de las afirmaciones de cada grupo describe mejor cómo se ha sentido durante esta última semana, incluido el día de hoy. Si dentro de un mismo grupo, hay más de una afirmación que considere aplicable a su caso, márquela también. Asegúrese de leer todas las afirmaciones dentro de cada grupo antes de efectuar la elección.*

1.  No me siento triste.  
 Me siento triste.  
 Me siento triste continuamente y no puedo dejar de estarlo.  
 Me siento tan triste o tan desgraciado que no puedo soportarlo.
2.  No me siento especialmente desanimado respecto al futuro.  
 Me siento desanimado respecto al futuro.  
 Siento que no tengo que esperar nada.  
 Siento que el futuro es desesperanzador y las cosas no mejorarán.
3.  No me siento fracasado.  
 Creo que he fracasado más que la mayoría de las personas.  
 Cuando miro hacia atrás, sólo veo fracaso tras fracaso.  
 Me siento una persona totalmente fracasada.
4.  Las cosas me satisfacen tanto como antes.  
 No disfruto de las cosas tanto como antes.  
 Ya no obtengo una satisfacción auténtica de las cosas.  
 Estoy insatisfecho o aburrido de todo.
5.  No me siento especialmente culpable.  
 Me siento culpable en bastantes ocasiones.  
 Me siento culpable en la mayoría de las ocasiones.  
 Me siento culpable constantemente.
6.  No creo que esté siendo castigado.  
 Me siento como si fuese a ser castigado.  
 Espero ser castigado.  
 Siento que estoy siendo castigado.
7.  No estoy decepcionado de mí mismo.  
 Estoy decepcionado de mí mismo.  
 Me da vergüenza de mí mismo.  
 Me detesto.

Identificación **Valdez Garcia Julio Cesar** ..... Fecha **7 de julio de 2020** .....

8.  No me considero peor que cualquier otro.  
 Me autocrítico por mis debilidades o por mis errores.  
 Continuamente me culpo por mis faltas.  
 Me culpo por todo lo malo que sucede.
9.  No tengo ningún pensamiento de suicidio.  
 A veces pienso en suicidarme, pero no lo cometería.  
 Desearía suicidarme.  
 Me suicidaría si tuviese la oportunidad.
10.  No lloro más de lo que solía.  
 Ahora lloro más que antes.  
 Lloro continuamente.  
 Antes era capaz de llorar, pero ahora no puedo, incluso aunque quiera.
11.  No estoy más irritado de lo normal en mí.  
 Me molesto o irrito más fácilmente que antes.  
 Me siento irritado continuamente.  
 No me irrito absolutamente nada por las cosas que antes solían irritarme.
12.  No he perdido el interés por los demás.  
 Estoy menos interesado en los demás que antes.  
 He perdido la mayor parte de mi interés por los demás.  
 He perdido todo el interés por los demás.
13.  Tomo decisiones más o menos como siempre he hecho.  
 Evito tomar decisiones más que antes.  
 Tomar decisiones me resulta mucho más difícil que antes.  
 Ya me es imposible tomar decisiones.
14.  No creo tener peor aspecto que antes.  
 Me temo que ahora parezco más viejo o poco atractivo.  
 Creo que se han producido cambios permanentes en mi aspecto que me hacen parecer poco atractivo  
 Creo que tengo un aspecto horrible.

Identificación **Valdez Garcia Julio Cesar** ..... Fecha **7 de julio de 2020** .....

15.  Trabajo igual que antes.  
 Me cuesta un esfuerzo extra comenzar a hacer algo.  
 Tengo que obligarme mucho para hacer algo.  
 No puedo hacer nada en absoluto.
16.  Duermo tan bien como siempre.  
 No duermo tan bien como antes.  
 Me despierto una o dos horas antes de lo habitual y me resulta difícil volver a dormir.  
 Me despierto varias horas antes de lo habitual y no puedo volverme a dormir.
17.  No me siento más cansado de lo normal.  
 Me canso más fácilmente que antes.  
 Me canso en cuanto hago cualquier cosa.  
 Estoy demasiado cansado para hacer nada.
18.  Mi apetito no ha disminuido.  
 No tengo tan buen apetito como antes.  
 Ahora tengo mucho menos apetito.  
 He perdido completamente el apetito.
19.  Últimamente he perdido poco peso o no he perdido nada.  
 He perdido más de 2 kilos y medio.  
 He perdido más de 4 kilos.  
 He perdido más de 7 kilos.
- Estoy a dieta para adelgazar: SI  NO
20.  No estoy preocupado por mi salud más de lo normal.  
 Estoy preocupado por problemas físicos como dolores, molestias, malestar de estómago o estreñimiento.  
 Estoy preocupado por mis problemas físicos y me resulta difícil pensar en algo más.  
 Estoy tan preocupado por mis problemas físicos que soy incapaz de pensar en cualquier cosa.
21.  No he observado ningún cambio reciente en mi interés por el sexo  
 Estoy menos interesado por el sexo que antes  
 Estoy mucho menos interesado por el sexo  
 He perdido totalmente mi interés por el sexo

TOTAL:

11

DIAGNOSTICO: El sujeto no  
padece depresion



**Exceso de trabajo:** Surge cuando el trabajador tiene más trabajo del que puede llevar a cabo, ante lo cual procederá a realizar horas extraordinarias, quedándose en el centro de trabajo hasta altas horas.

**Herramienta de medición:** Se determinara a través de un cuestionario.

IDENTIFICACION: GARCIA VALDEZ JULIO CESAR

FECHA: 7 DE JULIO DE 2020

1. ¿Cuántos días a la semana trabaja?

R: 5 días

2. ¿Cuántas horas labora?

R: 12 horas

3. Si pudiera ¿Elegiría no trabajar?

R: En ocasiones si

4. ¿Ha sentido que su trabajo a inferido la relación con su familia?

R: Si

¿Por qué?

R: Porque me gustaría pasar más tiempo con ellos de manera normal, o no faltar a eventos familiares importantes.

5. Si pudiera cambiar algo de su trabajo ¿Qué sería?

R: Las horas de trabajo que llevo a cabo.

6. ¿Se ha sentido fastidiado por las jornadas de trabajo en las que labora?

R: Si

**DIAGNOSTICO:** Es evidente que puede existir un notorio exceso de trabajo.

### **Fatiga por compasión:**

La Fatiga por Compasión o Desgaste por Empatía es una forma de estrés traumático secundario reconocida dentro de la Psicología. Afecta a un gran número de profesionales y voluntarios dedicados al cuidado de perros, gatos y otras especies animales.

**Herramienta de medición:** Analizaremos la fatiga por compasión a través de un cuestionario.

IDENTIFICACION: VALDEZ GARCIA JULIO CESAR      FECHA: 7 DE JULIO DE 2020

1. ¿Ha sentido culpa al no poder salvarle la vida a un paciente suyo?

R: Si, la mayoría de veces.

2. ¿Ha llegado a pesar en que si usted se hubiera esforzado más el paciente hubiera podido recuperarse?

R: Si

3. ¿Ha sentido miedo o inseguridad al llevar a cabo cirugías que impliquen salvar una vida?

R: En algunas ocasiones.

4. Considera que la culpa que siente al perder una vida ¿Ha repercutido en su estabilidad mental?

R: De alguna manera sí, siempre es duro perder una vida, y pensar en el sufrimiento de la familia, y el que ellos confiaran en ti y fallarles de alguna manera.

5. ¿Considera que la mayoría de médicos y enfermeros pasan por lo mismo que usted?

R: Si, pero puede ser más evidente en médicos que no llevan mucho tiempo laborando.

6. ¿Cuántos años lleva laborando?

R: 15

**DIAGNOSTICO:** La fatiga por compasión es evidente en médicos, aunque esta está más presente en médicos que no llevan muchos años laborando.