

**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; 5 DE AGOSTO 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, hospitales y clínicas privadas han sido mayormente ocupados por personas con COVID-19, por lo cual ha llevado a que doctores y enfermeros trabajen jornadas más pesadas, sumando todo el trabajo que conlleva atender a infectados de dicho virus. Sin embargo, remontándonos a meses atrás cuando aún desconocíamos a cerca de este virus, se sabía que doctores y enfermeros podrían estar atravesando por TS como ansiedad y depresión, a causa de jornadas de trabajo largas y fatiga por compasión.

A nivel mundial la Organización Mundial de la Salud (OMS) 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.

Por otro lado a nivel nacional, 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.

Sin embargo encontrar datos estadísticos a nivel regional no fue posible, aun así es bien sabido que el exceso de trabajo y las condiciones del mismo son causantes de estrés y cansancio extremo por lo cual podemos llegar a pensar y a casi asegurar que se podrían desarrollar TS a lo largo del tiempo.

En años actuales, es bien sabido que la ansiedad y la depresión se ha vuelto un tema común entre adolescentes e incluso en adultos, sin embargo nunca se ha hecho mención en si los médicos también serían vulnerables a ciertos trastornos, teniendo en cuenta que la mayor parte del día se la pasan trabajando agregándole la carga de lo que conlleva ser médico, el tener la responsabilidad de hacer todo lo que este en sus manos para salvar vidas.

Aunque los trastornos ya sean tema de conversación común, la mayoría de personas en regiones no piensan en ello, o siquiera creen en ello, ya que hemos vivido en una sociedad donde problemas como ello, no son tan importantes para algunas personas de nuestra región o incluso de nuestro país.

**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.

## **Justificación**

Se tiene en cuenta que en la actualidad los TS son más comunes en una conversación habitual, sin embargo aún contamos con personas que no toman en serio estos trastornos y no se dan cuenta de que a la larga son un factor peligroso ya que se han vuelto trastornos muy comunes en adolescentes y adultos.

Por experiencias propias he sabido de familiares o personas que pertenecen a mi grupo social, que han pasado o están pasando por estos TS, y con la pandemia actual, más personas se suman a ello.

Tomando en cuenta a mi primo que actualmente atraviesa por ansiedad, a causa de sus largas jornadas en el hospital, o por lo que vive dentro de él.

Es por ello que me planteo esta pregunta. ¿Los médicos están vulnerables a atravesar por TS como ansiedad y depresión, a causa de exceso de trabajo y fatiga por compasión? Gracias a lo que estuve platicando con familiares, pude tomar una dirección en cuanto a mi tema para esta investigación.

Esta investigación se realizó con el objetivo de dar a conocer si médicos y enfermeros podrían desarrollar TS a causa de su trabajo, ya que es sabido que laboran por largas horas, sin descanso alguno.

Así mismo pretende llegar a varias personas, para que se den cuenta de que cualquier persona es vulnerable a desarrollar una TS, tomando en cuenta su edad, círculo social y ámbito en el que se desenvuelva.

Así mismo, esta investigación espera aportar a la psicología de manera que, como psicólogos y como sociedad este será un tema con más importancia del que actualmente se le está dando.

Esperando poder compartir los resultados de esta investigación para poder concientizar a sector salud para que este ayude a sus médicos y enfermeros, brindándoles terapias semanales y poder realizar su labor de manera correcta.

**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:**

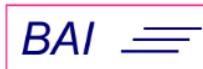
**VD:** TS como ansiedad y depresión.

**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 Garcia 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

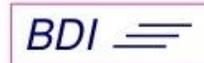
	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>
1. Hormigueo o entumecimiento .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Sensación de calor .....	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input checked="" type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. 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 morir .....	<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 irritado más fácilmente que antes.  
 Me siento irritado continuamente.  
 No me irrita 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.

## **METODOLOGIA:**

En esta investigación se aborda el tema: 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.

Dicha investigación se abordara de manera cualitativa y con un diseño descriptivo ya que respecto a la situación actual cuantificarla sería un tema difícil.

Se pretende analizar los trastornos y antes mencionados en médicos de 27 a 40 años, para así poder dar a conocer que tanto son afectados acerca del trabajo que laboran.

Para esta investigación se procederá a determinar a base de test ya conocidos como Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) e Inventario de Depresión de Beck (BDI), en cuanto al exceso de trabajo y fatiga por compasión serán evaluados a través de cuestionarios, para así determinar si médicos del hospital María I. Gandulfo, están o estuvieron atravesando por dichos TS.

Los cuestionarios se llevaran a cabo en línea ya que por motivos actuales es difícil acudir al hospital personalmente, sin embargo estos cuestionarios y test serán enviados por correo, y serán impresos por médicos y enfermeros, para así responderlos a lápiz y mandar sus respuestas por correo.

## **BIBLIOGRAFIA Y REFERENCIAS**

- <https://www.mayoclinic.org/es-es/diseases-conditions/anxiety/symptoms-causes/syc-20350961#:~:text=El%20trastorno%20de%20ansiedad%20generalizada,en%20que%20te%20sientes%20f%C3%ADsicamente.>
- <https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003213.htm>
- [https://www.paho.org/mex/index.php?option=com\\_content&view=article&id=591:salud-mental-estado-chiapas-mex&Itemid=499](https://www.paho.org/mex/index.php?option=com_content&view=article&id=591:salud-mental-estado-chiapas-mex&Itemid=499)
- <https://prevencionar.com/2015/07/02/la-depresion-y-ansiedad-en-los-medicos/>