

SALUD MENTAL Y TRABAJO: ESTUDIO DE DEPRESIÓN Y ANSIEDAD ANTE EL COVID-19 EN EL PERSONAL DE CAJAS DE UN HOSPITAL PRIVADO DE QUITO-ECUADOR 2020



ANTHONY RAMÓN JÁCOME LLUMIPANTA

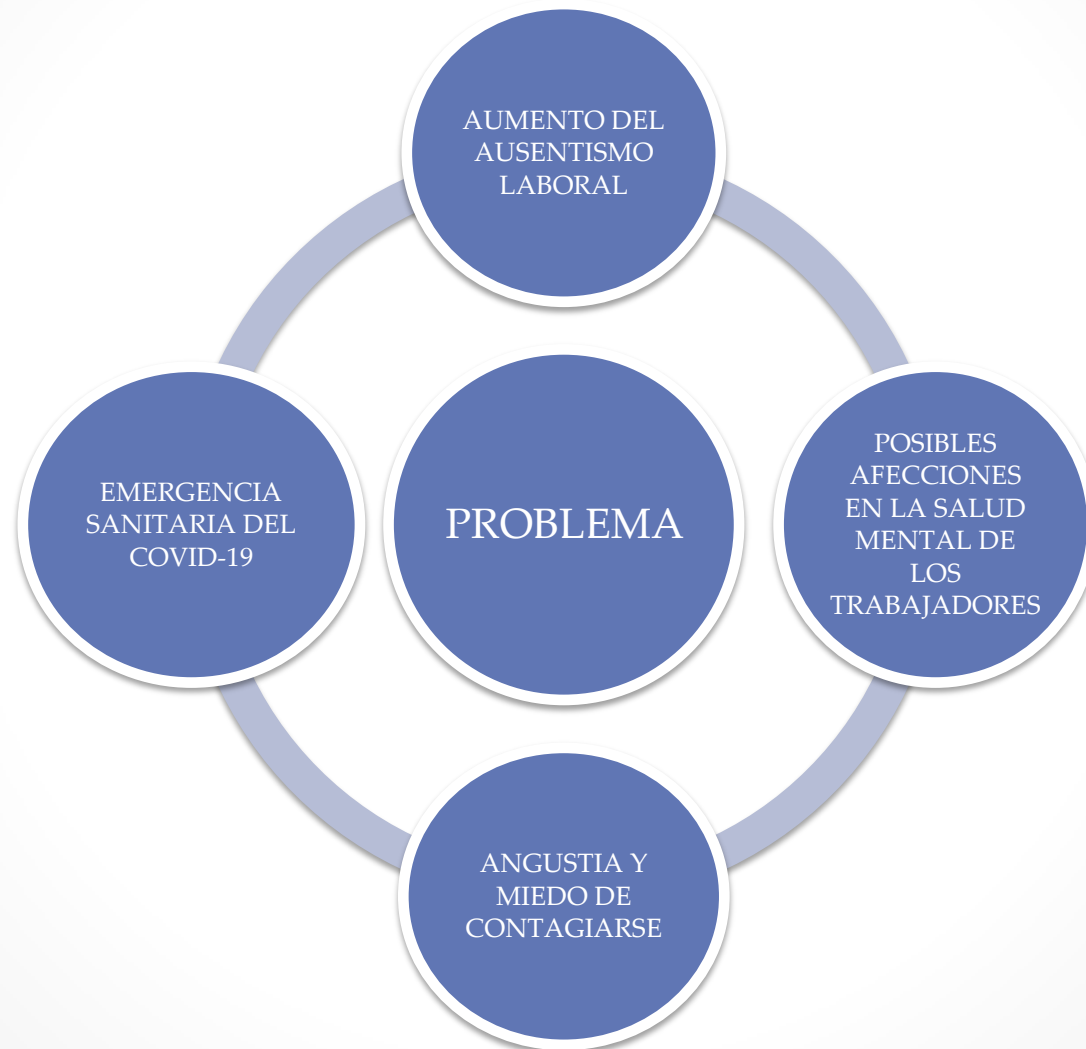
JULIO - 2020

EMPRESA



- ❑ En 1955 se abrieron formalmente las puertas de el nuevo Hospital Vozandes Quito
- ❑ Misión: Expresar el amor de Dios mediante una atención integral de salud a la comunidad y la formación profesional médica, sin distinciones, para una vida abundante a través de un cuidado personal para la gloria de Dios y al servicio del Ecuador.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- ❑ Evaluar los niveles de depresión y ansiedad ante el COVID-19 a través del Test de Goldberg (EADG), a fin de generar medidas preventivas que fortalezcan la salud mental del personal de cajas de un Hospital privado de Quito-Ecuador, 2020.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ❑ Establecer información sociodemográfica y laboral del personal a través de una encuesta que genere datos del perfil del personal de cajas.
- ❑ Dimensionar las intensidades de la depresión y ansiedad del personal por medio del Test de Goldberg a fin de visualizar los efectos en la salud mental.
- ❑ Proponer medidas preventivas ante los resultados encontrados por medio de la realización de un plan de acción a fin de promover la salud y el bienestar del personal.

JUSTIFICACIÓN

MAGNITUD

- ❑ En cuanto a estimaciones realizadas por parte de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2019) en el mundo hay 264 millones de personas padecen depresión, una de las principales causas de discapacidad. Además, muchas de ellas sufren también síntomas de ansiedad (...) los trastornos por depresión y por ansiedad cuestan a la economía mundial US\$ 1 billón anual en pérdida de productividad.
- ❑ En el Ecuador, la depresión afecta en mayor medida a las mujeres, presentándose tres veces más que en los hombres, según las atenciones ambulatorias registradas en el 2015. El Ministerio de Salud Pública adaptó a su servicio una línea gratuita que brinde atención y prevención a personas con casos de depresión, es aquí donde se comprobó que esta es la segunda causa de mayor atención luego de las atenciones por ansiedad (Ministerio de Salud Pública, 2017) .

JUSTIFICACIÓN

TRASCENDENCIA

- ❑ Organización Internacional del Trabajo (OIT, 2000), en Finlandia, más del 50% de los trabajadores sufren algún tipo de síntomas relacionados con el estrés, tales como ansiedad, sentimientos depresivos, dolor físico, exclusión social y trastornos del sueño, los trastornos de la salud mental son la principal causa de pensiones por incapacidad.
- ❑ En el Reino Unido, se aprecia que aproximadamente 3 de cada 10 empleados sufren anualmente problemas de salud mental (...) y 1 de cada 20 británicos en edad de trabajar está padeciendo una depresión importante.
- ❑ En Estados Unidos, la depresión clínica se ha convertido en una de las enfermedades más comunes, que llega a afectar cada año a una décima parte de los adultos en edad de trabajar, con el resultado de una pérdida de aproximadamente 200 millones de días de trabajo anuales.

JUSTIFICACIÓN

VULNERABILIDAD

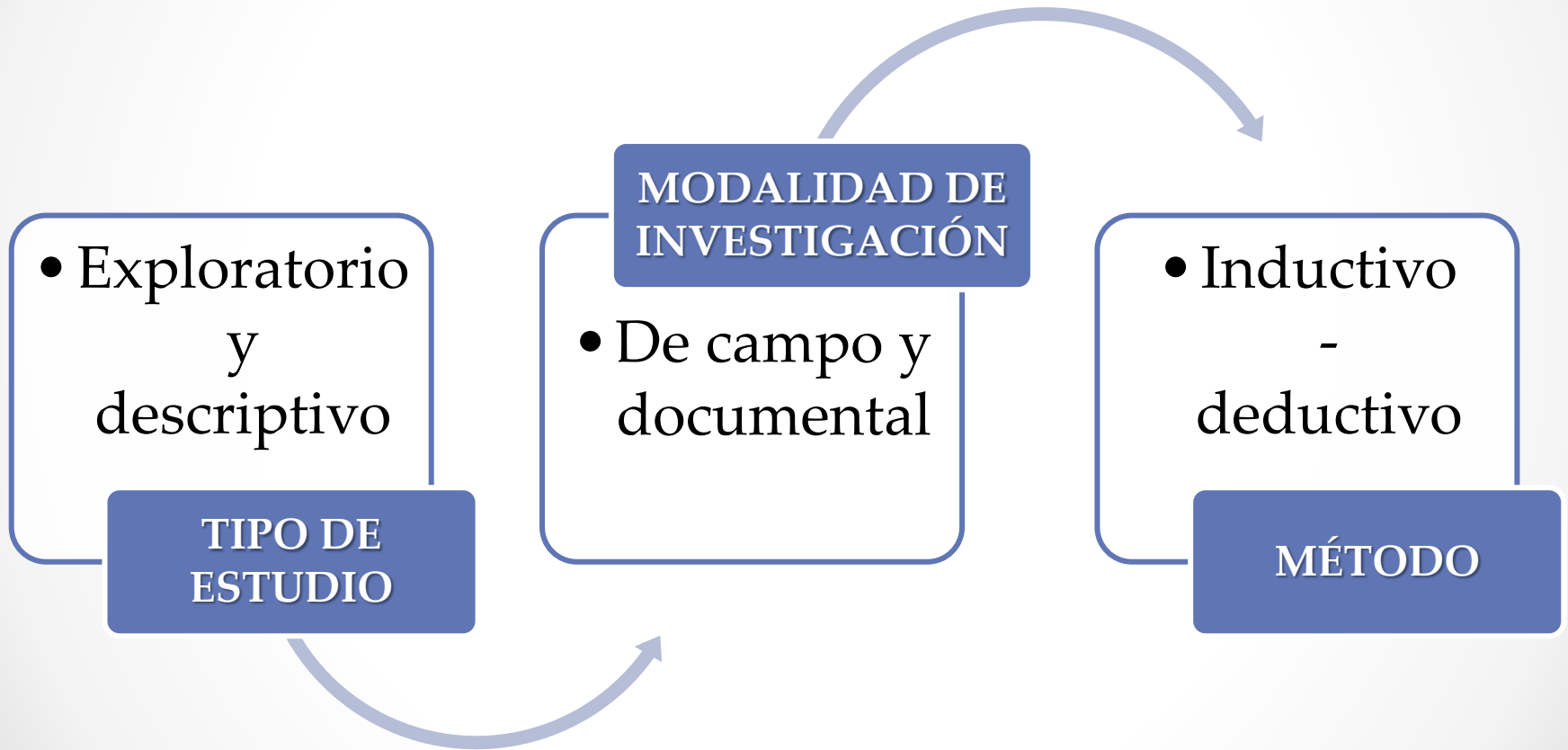
- ❑ Se calcula que, en el 2015, la proporción de la población mundial con trastornos de ansiedad fue de 3,6%. Del mismo modo que en el caso de la depresión, los trastornos de ansiedad son más comunes en las mujeres que en los hombres (4,6% en contraste con 2,6%, a nivel mundial). (OPS, 2017, pág. 10)
- ❑ En el Ecuador, la depresión afecta en mayor medida a las mujeres. De las atenciones ambulatorias que registra el Ministerio de Salud Pública, el número de casos de ellas triplica a los de los hombres en el 2015, hubo 50.379 personas con diagnóstico presuntivo y definitivo por depresión; 36.631 corresponden a mujeres y 13.748 a hombres. (Ministerio de Salud Pública, 2017)

JUSTIFICACIÓN

LEGALIDAD

- ❑ Constitución del Ecuador: Art. 326, numeral 5
- ❑ DECISIÓN 584 Instrumento Andino de Seguridad y Salud en el Trabajo: Art. 2 - Art. 4 – Art. 11, literal b) – Art. 26
- ❑ Ley Orgánica de la Salud: Art. 3 – Art. 6
- ❑ Código de Trabajo: Art. 410
- ❑ Acuerdo Ministerial 82: Art. 9
- ❑ Resolución Nro. MDT-2020-023: Art. 11

MÉTODO



POBLACIÓN DE ESTUDIO

- ❑ La población de esta investigación está compuesta por 12 trabajadores del área de cajas del Hospital privado de Quito-Ecuador.

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

Encuesta para el perfil sociodemográfico y laboral			
Instrucciones			
Esta encuesta sirve para conocer información relacionada con su vida personal y laboral			
1. Edad		2. Género	
18 - 27 años	☐	Mujer	☐
28 - 37 años	☐	Hombre	☐
38 - 47 años	☐		
48 años o mas	☐		
3. Estado civil		4. Número de personas a cargo	
Soltero (a)	☐	Ninguna	☐
Casado (a)	☐	1 a 3 personas	☐
Unión libre	☐	Más de 6 personas	☐
Separado (a)	☐		
Divorciado (a)	☐		
Viudo (a)	☐		
5. Nivel de escolaridad		6. Vivienda	
Bachillerato	☐	Propia	☐
Técnico / Tecnólogo	☐	Arrendada	☐
Universitario	☐	Familiar	☐
Especialista/ Maestría	☐	Compartida con otras familias	☐
7. Uso del tiempo libre		8. Antigüedad en la empresa	
Otro trabajo	☐	Menos de 1 año	☐
Labores domésticas	☐	1 a 5 años	☐
Recreación y deporte	☐	5 a 10 años	☐
Estudio	☐	10 a 15 años	☐
Ninguno	☐	Más de 15 años	☐
9. Antigüedad en el cargo actual		10. Realiza alguna actividad física	
Menos de 1 año	☐	Si	☐
1 a 5 años	☐	No	☐
5 a 10 años	☐		
10 a 15 años	☐		
Más de 15 años	☐		

11. Le han detectado alguna enfermedad	12. Se ha alterado su rutina de trabajo
Si ☐	Menos actividad ☐
No ☐	Más actividad ☐
13. Jornada laboral	14. Se vio afectado en sus ingresos económicos frente a la situación actual del COVID-19
Diurna ☐	Si ☐
Nocturna ☐	No ☐
15. Qué tan en riesgo usted se siente de contagiarse de COVID-19 mientras desempeña sus actividades laborales. Donde 0 es ningún riesgo y 10 es muy alto riesgo	16. El patrono le ha dotado de Equipos de Protección Individual adecuados ante el COVID-19
0 Ningun riesgo ☐	Si ☐
1 ☐	No ☐
2 ☐	
3 ☐	
4 ☐	
5 ☐	
6 ☐	
7 ☐	
8 ☐	
9 ☐	
10 Muy alto riesgo ☐	
17. En su trabajo existe cultura preventiva frente a incidentes, accidentes y enfermedades profesionales	18. Ha recibido información, capacitación por parte del patrono acerca de protocolos de actuación frente al COVID-19
Si ☐	Si ☐
No ☐	No ☐

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

Escala sintomática de Estrés. Seppo Aro

¿Ha padecido alguno de estos síntomas durante el último año?

Los síntomas que se presentan regularmente relacionados con la menstruación o los que pueden relacionarse con la ingestión de bebidas alcohólicas no deben ser señalados.

		RARAMENTE O NUNCA	ALGUNAS VECES	FRECUENTEMENTE	MUY FRECUENTEMENTE
1	Acidez o ardor en el estómago				
2	Pérdida del apetito				
3	Deseos de vomitar o vómitos				
4	Dolores abdominales				
5	Diarreas u orinar frecuentemente				
6	Dificultades para quedarse dormido				
7	Pesadillas				
8	Dolores de cabeza				
9	Disminución del deseo sexual				
10	Mareos				
11	Palpitaciones o latidos irregulares del corazón				
12	Temblores o sudoración en las manos				
13	Sudoración excesiva sin haber realizado esfuerzo físico				
14	Falta de aire sin haber realizado esfuerzo físico				
15	Falta de energía o depresión				
16	Fatiga o debilidad				
17	Nerviosismo o ansiedad				
18	Irritabilidad o enfurecimientos				

ESCALA SINTOMÁTICA DE ESTRÉS SEPPO - ARO

0-8 Estrés normal

8-10 Tendencia al estrés

>10 Afecciones de estrés

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

SUBESCALA DE ANSIEDAD

- | | SÍ | NO |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1. ¿Se ha sentido muy excitado, nervioso o en tensión? | ☐ | ☐ |
| 2. ¿Ha estado muy preocupado por algo? | ☐ | ☐ |
| 3. Se ha sentido muy irritable? | ☐ | ☐ |
| 4. ¿Ha tenido dificultad para relajarse? | ☐ | ☐ |

Subtotal

☐

(Si hay 2 o más respuestas afirmativas, continuar preguntando)

- | | SÍ | NO |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 5. ¿Ha dormido mal, ha tenido dificultades para dormir? | ☐ | ☐ |
| 6. ¿Ha tenido dolores de cabeza o nuca? | ☐ | ☐ |
| 7. ¿Ha tenido alguno de los siguientes síntomas:
temblores, hormigueos, mareos, sudores, diarrea?
(síntomas vegetativos) | ☐ | ☐ |
| 8. ¿Ha estado Vd. preocupado por su salud? | ☐ | ☐ |
| 9. ¿Ha tenido alguna dificultad para conciliar el sueño,
para quedarse dormido? | ☐ | ☐ |

TOTAL ANSIEDAD

☐

SUBESCALA DE ANSIEDAD DEL TEST DE GOLDBERG

Se considera que un paciente tiene "probable ansiedad" cuando puntúa 4 ó más alto (≥ 4)

INSTRUMENTO DE INVESTIGACIÓN

SUBESCALA DE DEPRESION

- | | SÍ | NO |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 1. ¿Se ha sentido con poca energía? | ☐ | ☐ |
| 2. ¿Ha perdido Vd. su interés por las cosas? | ☐ | ☐ |
| 3. ¿Ha perdido la confianza en sí mismo? | ☐ | ☐ |
| 4. ¿Se ha sentido Vd. desesperanzado, sin esperanzas? | ☐ | ☐ |

Subtotal

☐

(Si hay respuestas afirmativas a cualquiera de las preguntas anteriores, continuar)

- | | SÍ | NO |
|---|--------------------------|--------------------------|
| 5. ¿Ha tenido dificultades para concentrarse? | ☐ | ☐ |
| 6. ¿Ha perdido peso? (a causa de su falta de apetito) | ☐ | ☐ |
| 7. ¿Se ha estado despertando demasiado temprano? | ☐ | ☐ |
| 8. ¿Se ha sentido Vd. enlentecido? | ☐ | ☐ |
| 9. Cree Vd. que ha tenido tendencia a encontrarse peor por las mañanas? | ☐ | ☐ |

TOTAL DEPRESIÓN

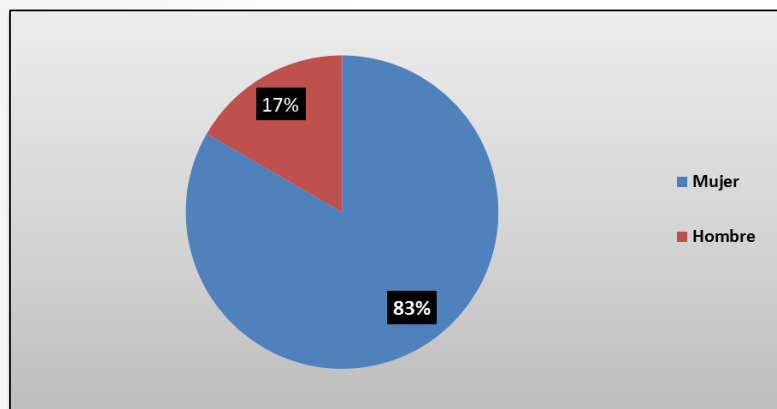
☐

SUBESCALA DE DEPRESIÓN DEL TEST DE GOLDBERG

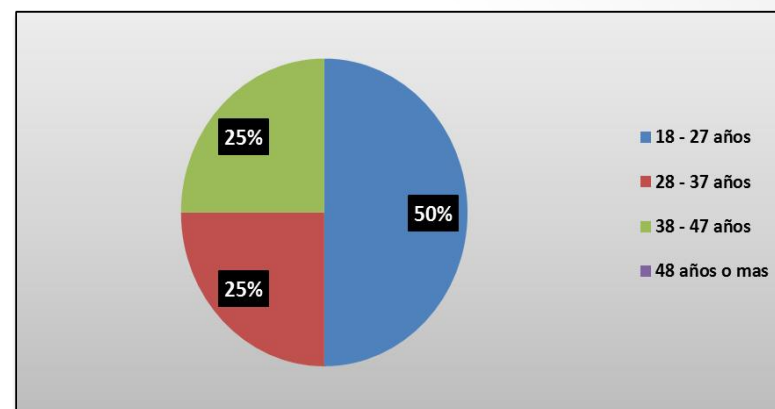
Se considera que un paciente tiene "probable depresión" cuando puntúa 2 ó más alto (≥ 2)

RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

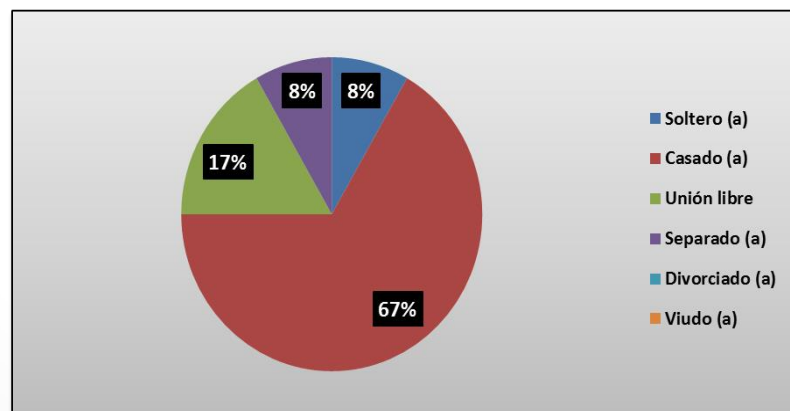
Género



Edad

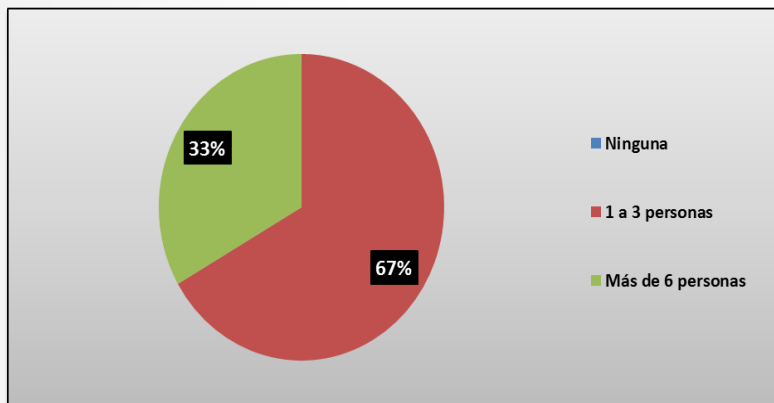


Estado civil

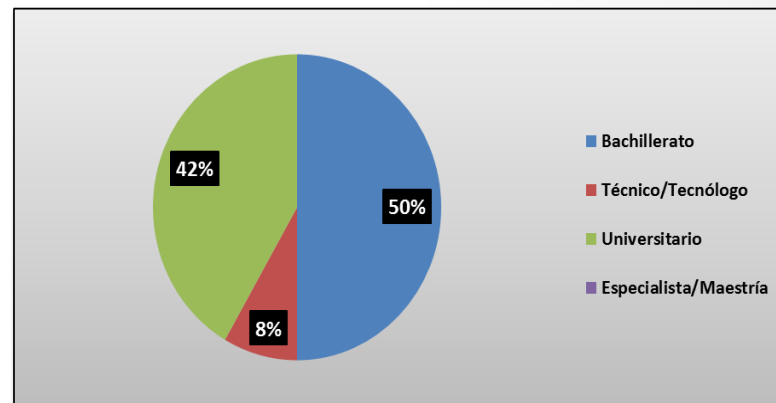


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

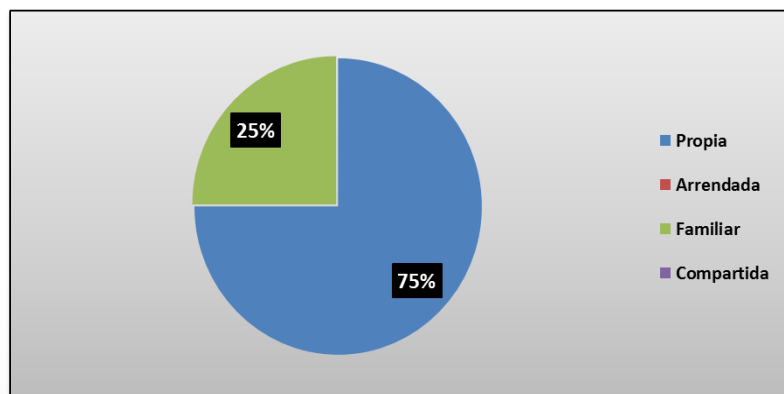
Número de personas a cargo



Nivel de escolaridad

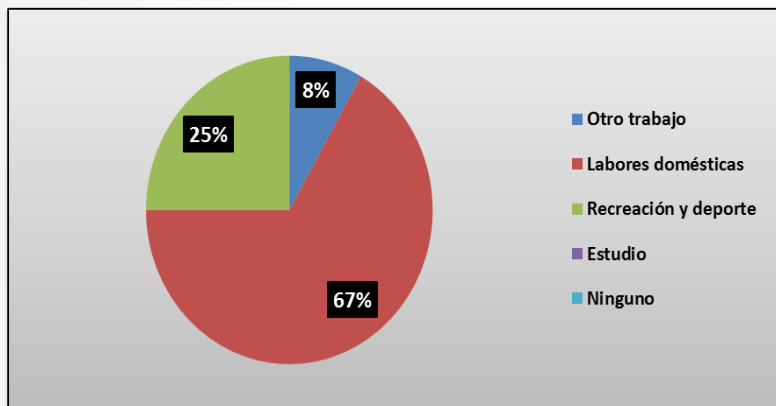


Vivienda

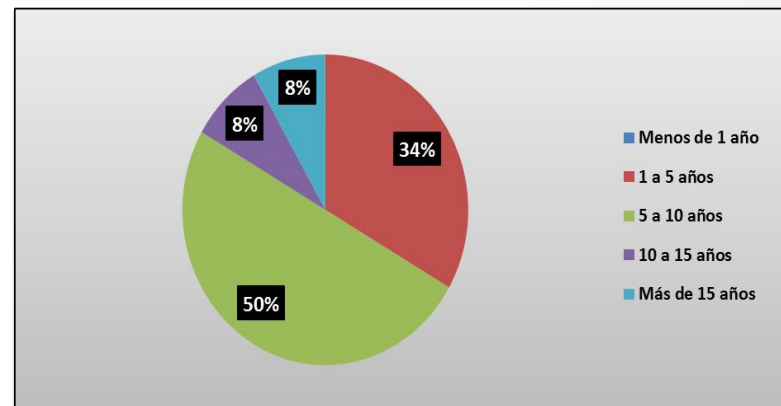


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

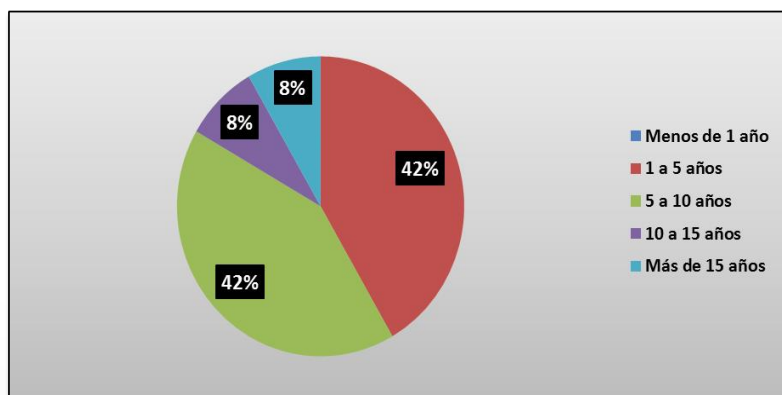
Uso del tiempo libre



Antigüedad en la empresa

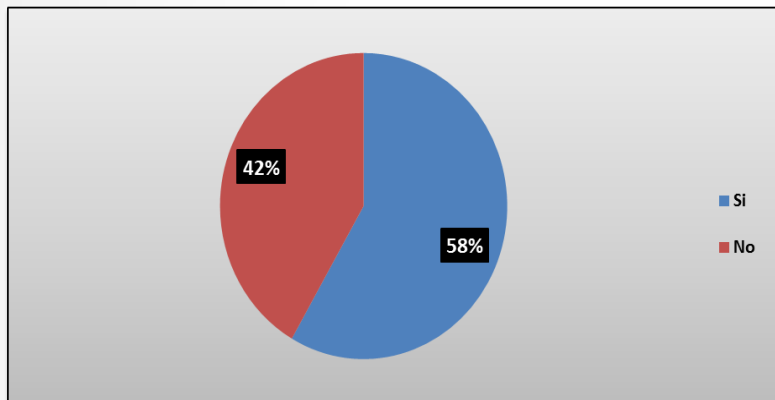


Antigüedad en el cargo actual

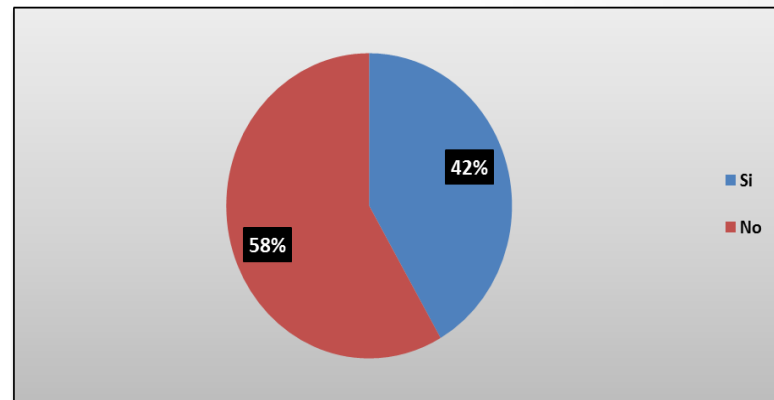


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

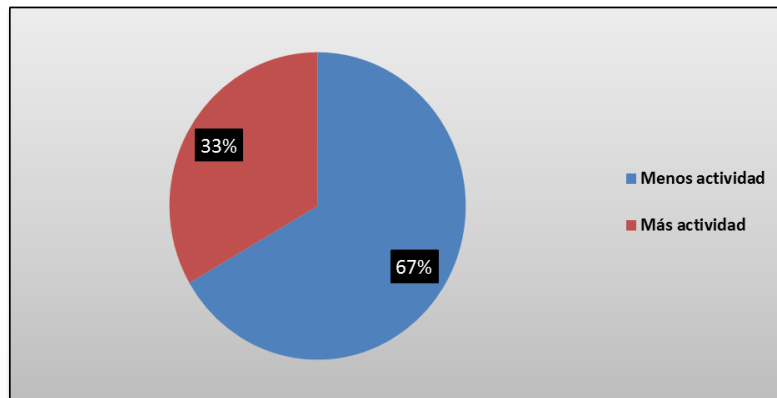
Realiza alguna actividad física



Le han detectado alguna enfermedad

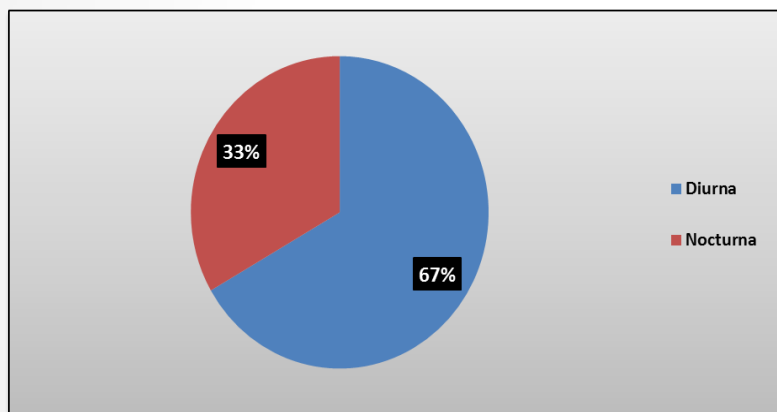


Se ha alterado su rutina de trabajo

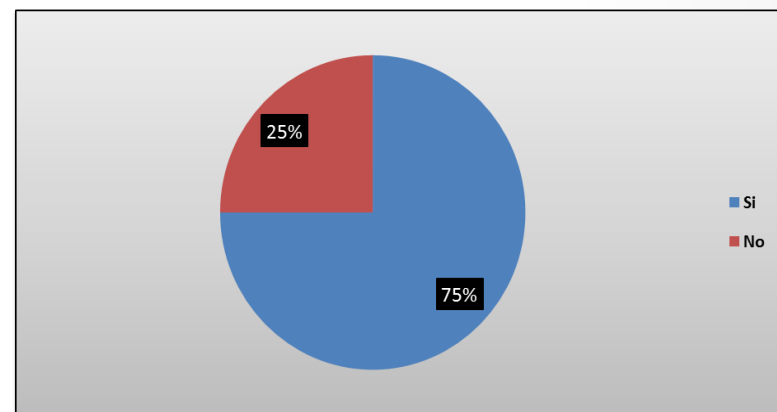


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

Jornada laboral

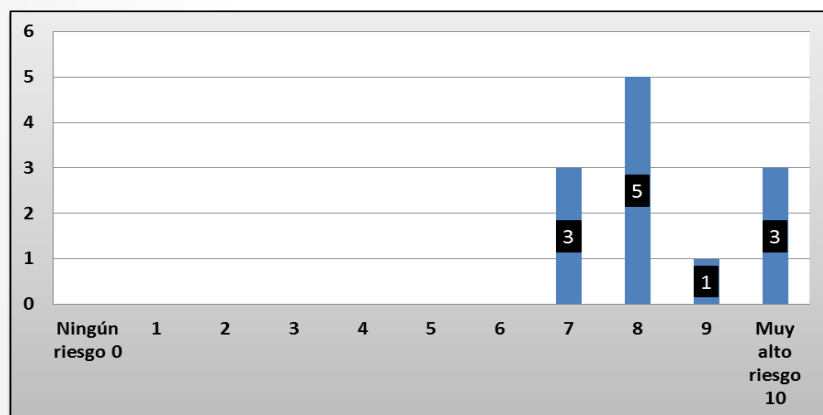


Se vio afectado en sus ingresos económicos frente a la situación actual del COVID-19

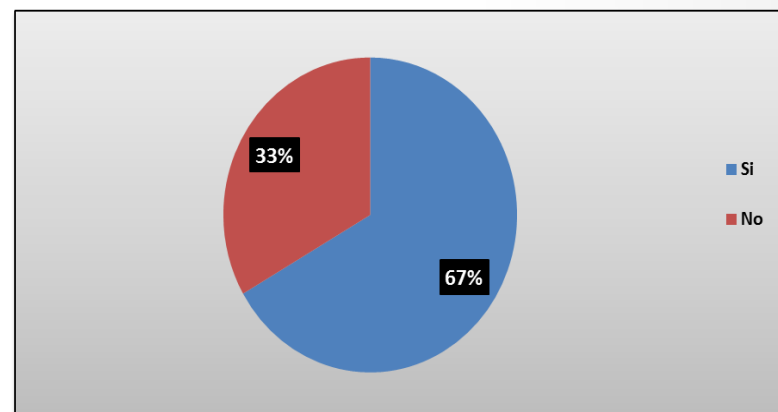


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

Qué tan en riesgo usted se siente de contagiarse de COVID-19 mientras desempeña sus actividades laborales. Donde 0 es ningún riesgo y 10 es muy alto riesgo

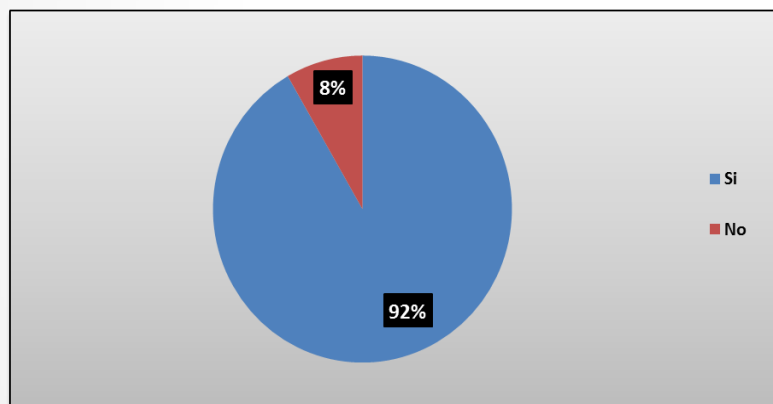


El patrono le ha dotado de Equipos de Protección Individual adecuados ante el COVID-19

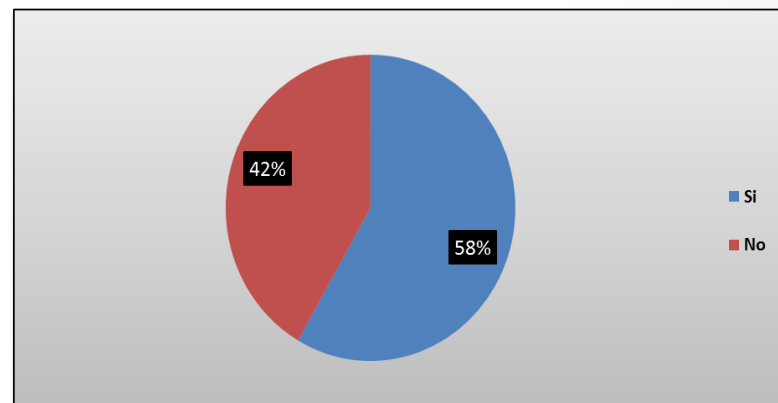


RESULTADOS – ENCUESTA SOCIODEMOGRÁFICA Y LABORAL

En su trabajo existe cultura preventiva frente a incidentes, accidentes y enfermedades profesionales

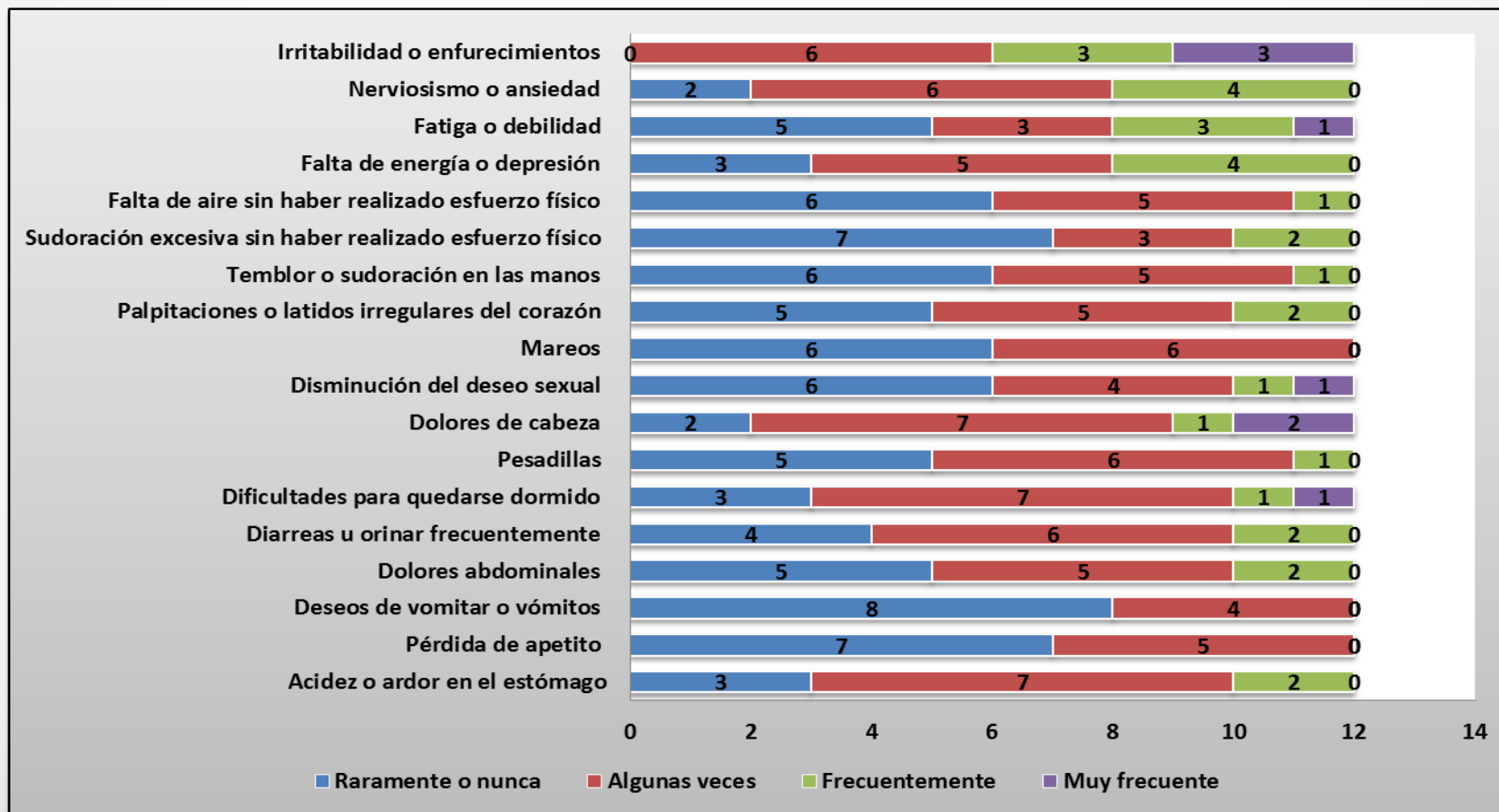


Ha recibido información, capacitación por parte del patrono acerca de protocolos de actuación frente al COVID-19



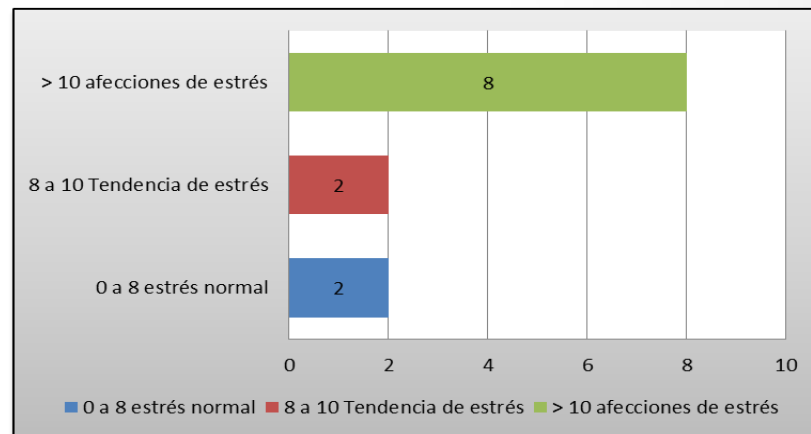
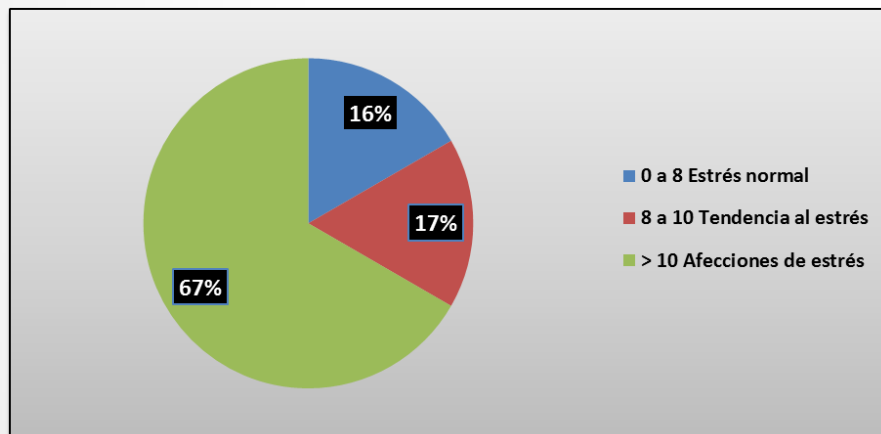
RESULTADOS – ESCALA SINTOMÁTICA DE ESTRÉS SEPO ARO

Población del estudio según la Escala Sintomática de Estrés SEPO ARO



RESULTADOS – ESCALA SINTOMÁTICA DE ESTRÉS SEPPO ARO

Nivel de estrés según puntuación SEPPO ARO



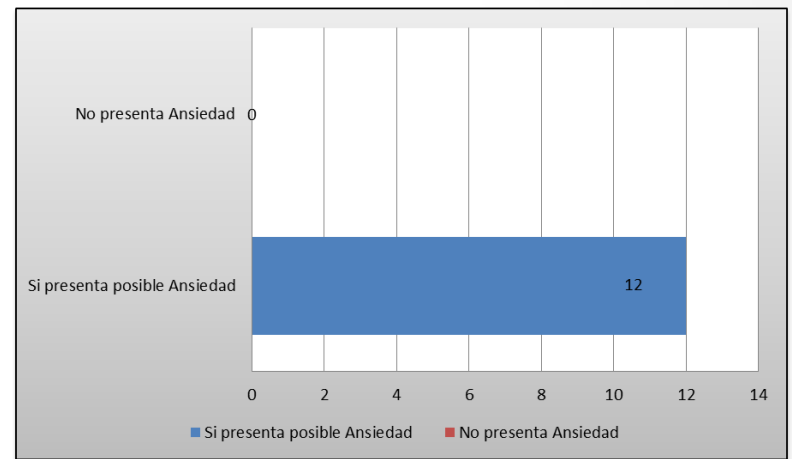
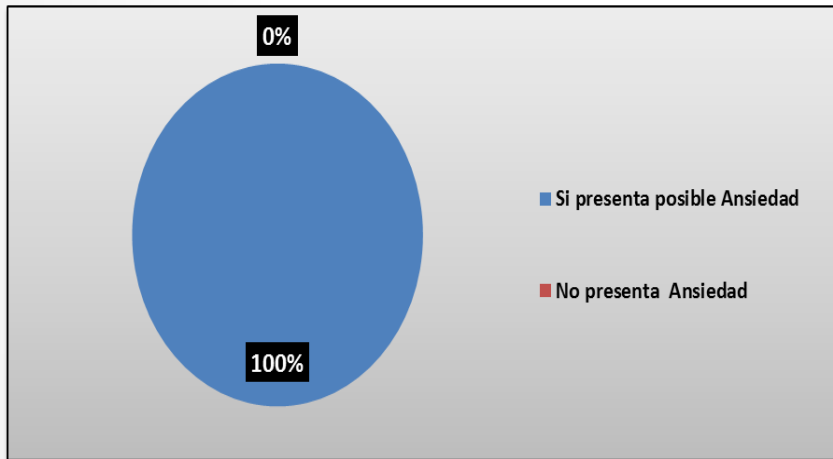
RESULTADOS – TEST DE GOLDBERG

Subescala de Ansiedad de GOLDBERG



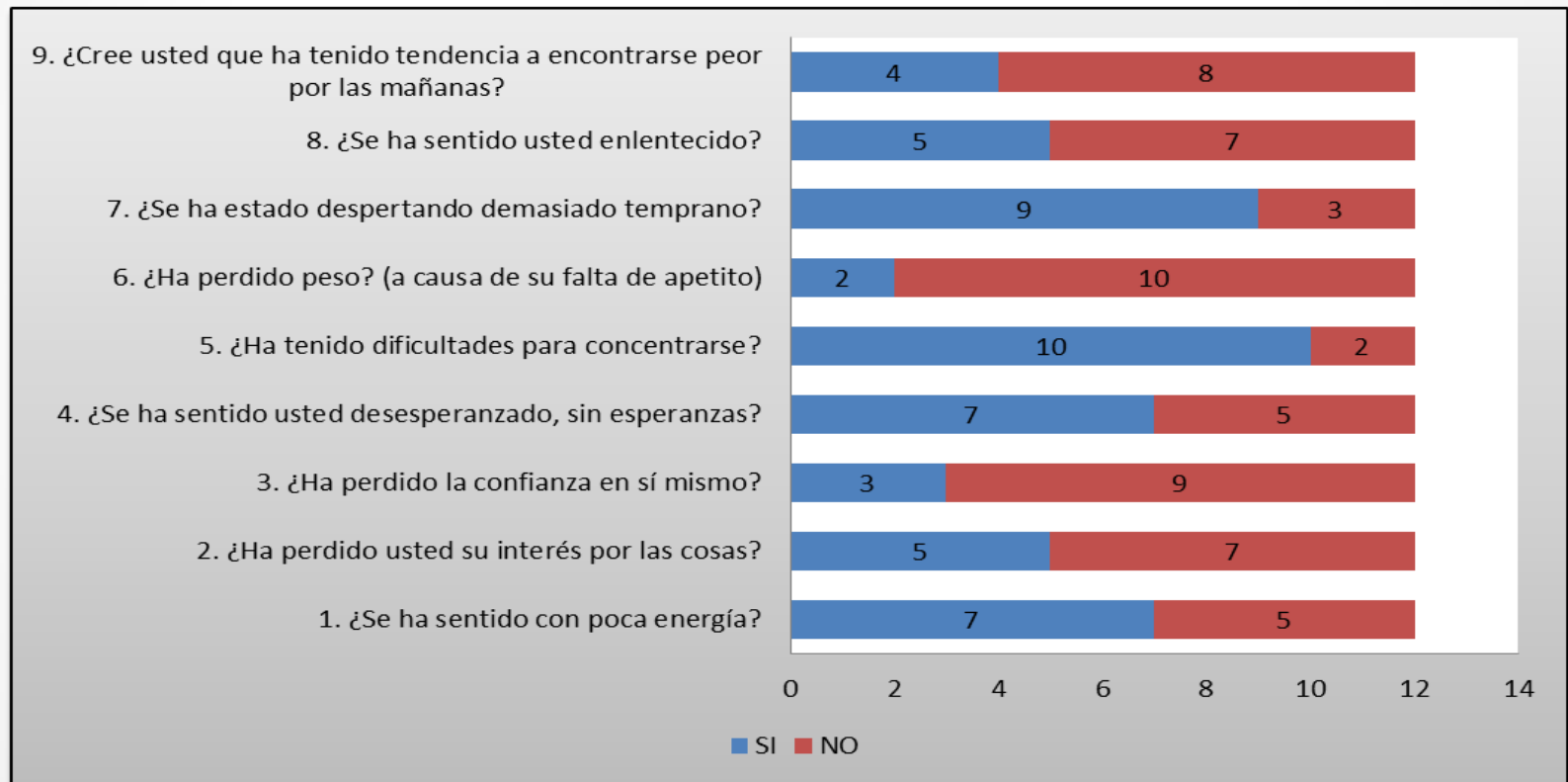
RESULTADOS – TEST DE GOLDBERG

Población de estudio según la Subescala de Ansiedad de GOLDBERG



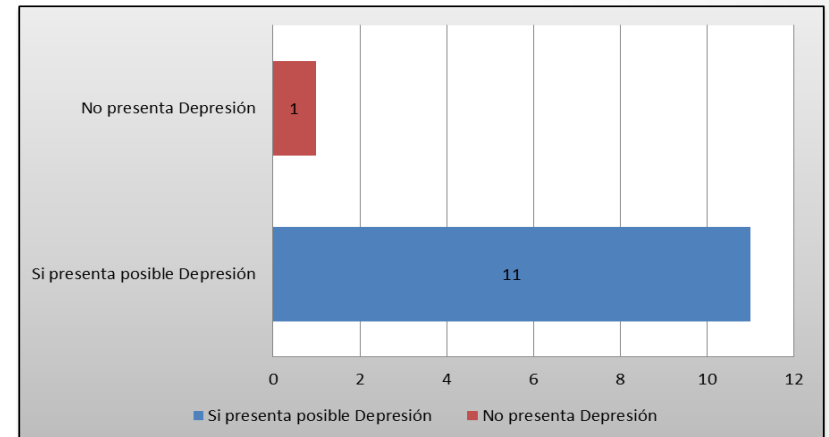
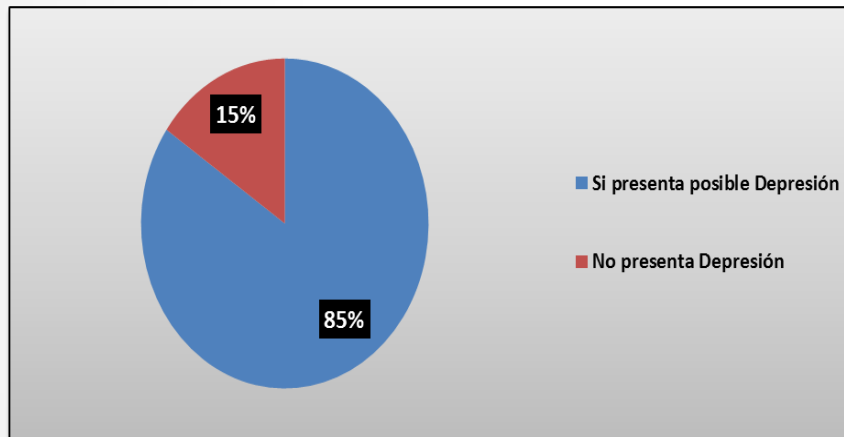
RESULTADOS – TEST DE GOLDBERG

Subescala de Depresión de GOLDBERG



RESULTADOS – TEST DE GOLDBERG

Población de estudio según la Subescala de Depresión de GOLDBERG



CONCLUSIONES

A continuación se muestran las principales conclusiones a las que se llegó con el desarrollo de este estudio de investigación:

- ❑ Con respecto al género, se evidencia que las mujeres son una mayoría significativa en comparación con los hombres siendo en este estudio un factor importante en el predominio femenino en la aparición de trastornos de depresión y ansiedad, considerando los factores biológicos de las mujeres.
- ❑ Dentro de los factores que se asocian de manera directa a la presencia de sintomatología de estrés, depresión y ansiedad se encuentra la percepción de los trabajadores a sentirse en riesgo de contagiarse por COVID-19 mientras desempeña sus actividades laborales y el número de personas que tienen a cargo en su entorno familiar; estos dos factores se relacionan entre sí, ya que todos los trabajadores bajo su percepción han indicado sentir miedo de contagiarse y por ende contagiar a sus familiares por lo que los trabajadores han mencionado tener al menos una persona bajo su cargo, lo cual genera una situación de estrés y afecta a la salud mental de los mismos.

CONCLUSIONES

- ❑ Los trabajadores del área de cajas del hospital que han sido diagnosticados con alguna enfermedad preexistente, se encuentran dentro del grupo más vulnerable de contraer COVID-19 y enfermarse gravemente, por ende genera situaciones abrumadoras y de temor influyendo en su salud mental y física de los mismos.
- ❑ La disminución de ingresos económicos en medio de la pandemia causada por el COVID-19, ha significado que los trabajadores en su mayoría tengan privaciones económicas que genera una situación de estrés, que a su vez crea un ambiente emocional desfavorable dentro del hogar y afecte a sus relaciones interpersonales causando afectaciones en la salud emocional y física significando también repercusiones en su entorno laboral.

CONCLUSIONES

- ❑ De acuerdo a la Escala Sintomática de Estrés SEPPPO ARO, se puede observar que 10 de los 12 trabajadores presentan afecciones de estrés y los factores de más relevancia son: irritabilidad o enfurecimiento, nerviosismo, falta de energía, fatiga o debilidad y dolores de cabeza; contribuyendo esto a la mala salud física y mental de los individuos.
- ❑ De acuerdo a los criterios del Test de Goldberg y sus subescala de ansiedad y depresión se determina que 11 de los 12 trabajadores evaluados presentan posible ansiedad y depresión considerando la relación directa que tienen estos trastornos. Este estudio no permite dar un diagnóstico definitivo ya que el test se utiliza para tener un diagnóstico inicial en forma de cribado y de los probables casos para posteriormente dar tratamiento clínico oportuno de ser necesario. Debido a la alta confiabilidad del procedimiento, método y escalas de valoración validados del test, este estudio permite tener una idea aproximada global de la problemática generada por el COVID-19 en la salud mental y las repercusiones en el trabajo de servicios y otras áreas de contacto con personas del hospital.

RECOMENDACIONES

A continuación se muestran las recomendaciones posteriores al desarrollo de este estudio de investigación:

- ❑ Realizar campañas de sensibilización y apoyo social enfocadas a las mujeres ya que por sus condiciones biológicas se encuentran dentro del personal más vulnerable a presentar síntomas de estrés, ansiedad y depresión.
- ❑ Capacitar al personal del área de cajas del hospital sobre protocolos de bioseguridad frente al COVID-19, dotar de equipos adecuados de protección individual y mantenerlos correctamente informados para así mejorar la salud mental y física de los trabajadores y garantizar un correcto desempeño en la realización de sus actividades laborales.

RECOMENDACIONES

- ❑ A los trabajadores que han indicado tener enfermedades preexistentes, se deberá identificar cual es la afección que padecen con el fin prevenir y monitorear su salud a diario, considerando la presencia de síntomas y control de temperatura.
- ❑ Fortalecer las relaciones entre compañeros como con los superiores por medio del apoyo social, generando una comunicación afectiva y asertiva con el fin de ayudar a la persona que este atravesando distintos problemas interpersonales.
- ❑ Una vez conocido los niveles de estrés y los principales síntomas que padecen los trabajadores se buscara incluir herramientas basadas en la gestión de emociones dentro del entorno de trabajo ya sea a través de información práctica u ofreciendo distintos servicios que refuercen la salud emocional como consultas o talleres de psicología.

RECOMENDACIONES

- ❑ Después de realizar un diagnóstico inicial de los trabajadores que posiblemente tienen depresión y ansiedad, se deberá complementar con tratamiento clínico especializado como técnicas y herramientas que provienen del Mindfulness y de la Terapia Conductual para controlar esas posibles afectaciones que podrían significar problemas graves a la salud mental y física de los empleados.
- ❑ Se recomienda hacer una reevaluación después de 6 meses para conocer la evolución de la salud mental de los trabajadores.

PLAN DE ACCIÓN

PLAN DE ACCIÓN PARA EL ÁREA DE CAJAS DE UN HOSPITAL PRIVADO DE QUITO-ECUADOR 2020

Temas	Objetivos	Actividades	Cronograma												Responsable	Presupuesto	Observaciones
			Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre			
Medidas de prevención	Prevenir y controlar la diseminación del COVID-19 en el hospital mediante medidas organizativas que involucren a todo el personal con el fin de precautar la salud de los mismo y la de sus familiares.	1. Controles al ingreso del Hospital (control de temperatura y entrevista a pacientes acerca de síntomas respiratorios).			X	X	X	X	X						Gerencia General Responsable de SSO	\$ 500,00	
		2. Restricción de visitas y el número de acompañantes.			X	X	X	X	X								
		3. Zona especial destinada para pacientes con problemas respiratorios.			X	X	X	X	X								
		4. Charlas de capacitación a los trabajadores sobre protocolos de bioseguridad ante el COVID-19.			X	X	X	X	X								
		5. Dotar de equipos de protección individuales adecuados a los trabajadores.			X	X	X	X	X								
		6. Constante desinfección de las superficies.			X	X	X	X	X								

Acciones de promoción de la salud mental	Promover la salud mental y física de los trabajadores mediante la detección primaria de posibles casos con el fin de dar tratamiento y rehabilitación de ser necesaria	1. Informar y sensibilizar a todos los niveles de la organización acerca de los riesgos y consecuencias de una mala salud mental y física					X	X	X								Gerencia General Responsable de SSO Taleño Humano	\$ 270,00	
		2. Identificación de los factores de riesgo psicosocial a los que están expuestos los trabajadores en la pandemia por el COVID-19.					X	X	X										
		3. Se deberá implementar estrategias de promoción de la salud dirigidas al personal sano, incluyendo a los que presentan síntomas específicos de estrés, depresión, ansiedad entre otros.					X	X	X										
		4. Rediseñar el contenido y organización del trabajo, haciendo sistemas de trabajos más flexibles "pro familia"					X	X	X										
		5. Entrenamiento al personal en técnicas de manejo de estrés.					X	X	X										
		6. Práctica de técnicas de relajación y respiración diafragmática.					X	X	X										
		7. Programas de acondicionamiento físico					X	X	X										

PLAN DE ACCIÓN

Apoyo social entre compañeros y con supervisores	Fortalecer las relaciones entre compañeros y con supervisores mediante técnicas de comunicación asertiva que ayude a solventar los problemas interpersonales	1. No impedir las conversaciones informales dentro del lugar de trabajo.				X	X	X	X						Gerencia General	Responsable de SSO	\$ 25,00	
		2. Compatibilizar el trabajo con las cargas familiares de cada trabajador.				X	X	X	X									
		3. Estimular la planificación y ejecución de tareas en grupo considerando el distanciamiento social.				X	X	X	X									
		4. Reconocer el trabajo bien efectuado del personal por parte de los superiores, asistencia de materiales y técnica, sensibilidad ante problemas personales				X	X	X	X									
		5. Consejería por pate de profesionales capacitados (psicólogos, psiquiatras, personal médico)				X	X	X	X									

¡Gracias!

A