

Jornada

CUIDAR QUI ENS CUIDA:
RISCOS PSICOSOCIALS, ESTRÈS I BURNOUT AL SECTOR SANITARI CATALÀ

Riesgos psicosociales y síndrome de quemarse por el trabajo (*burnout*): el sector sanitario como colectivo de riesgo

Ponente: Pedro R. Gil-Monte

Unidad de Investigación Psicosocial de la Conducta Organizacional (UNIPSIPO)

Universitat de València



amb el suport de: a la feina



(c) Pedro R. Gil-Monte

Objetivo

- 1. Analizar los conceptos de estrés laboral, factores y riesgos psicosociales en el trabajo, y SQT (*burnout*).**
- 2. Explicar al proceso diagnóstico del estrés laboral y del SQT mediante la Bateria UNIPSICO y el CESQT.**

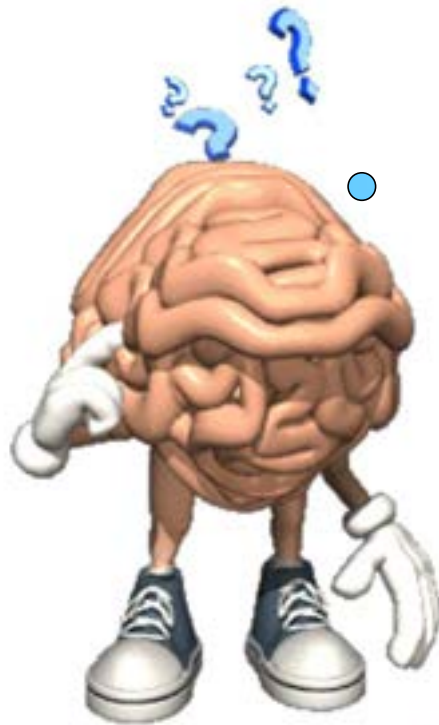


Índice

1. Concepto de estrés laboral.
2. Definición psicosocial: modelos transaccionales.
3. Batería UNIPSICO.
4. El síndrome de quemarse por el trabajo (SQT) (*burnout*).
5. Evaluación y diagnóstico mediante el CESQT.



1. Estrés laboral



¿Con la batería
UNIPSICO también se
obtienen puntuaciones
específicas sobre el estrés
laboral y el burnout?

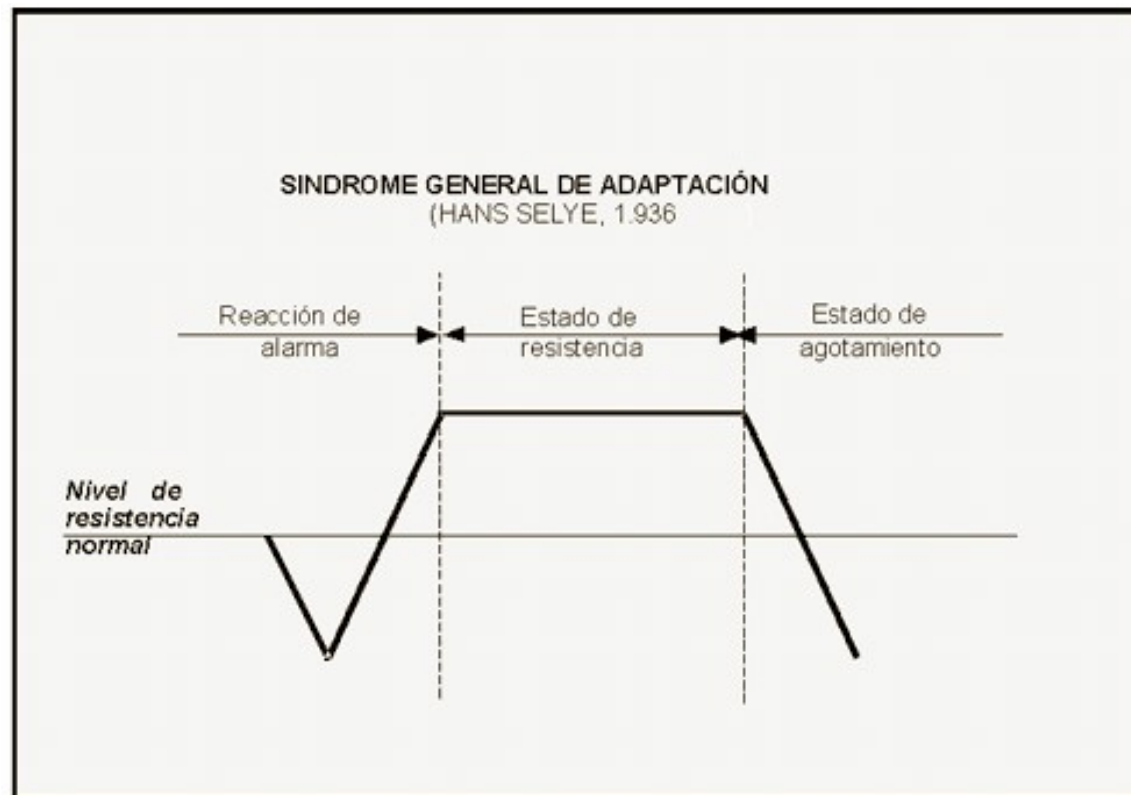
¿Qué es el estrés laboral?



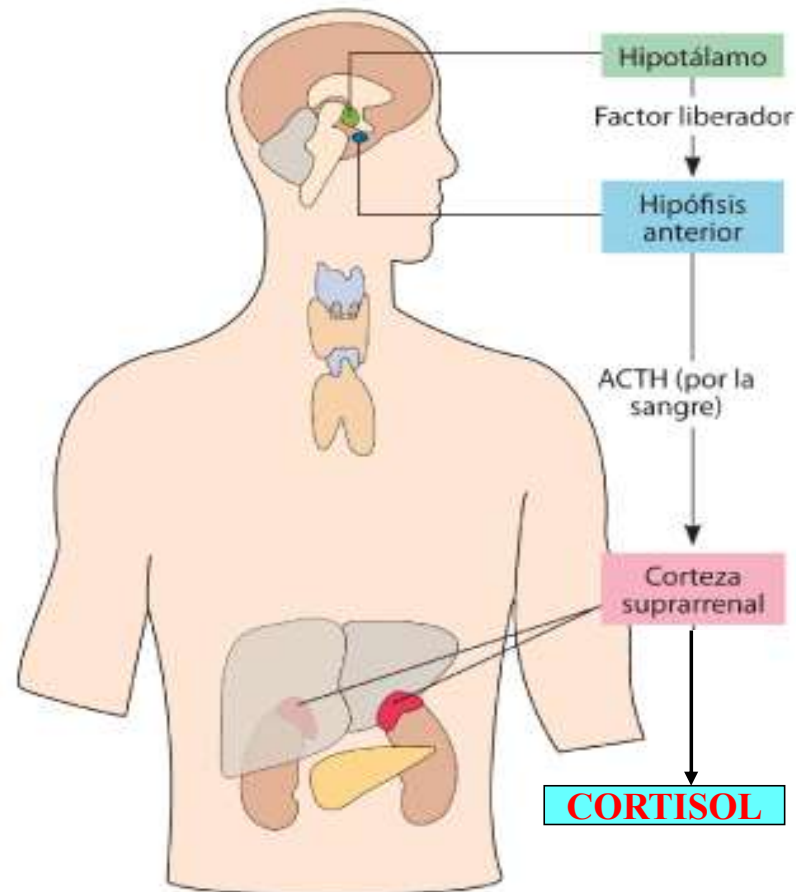
Selye (1936)

(Síndrome de adaptación general: SAG)

Estrés: respuesta general del organismo ante cualquier estímulo estresor o situación estresante



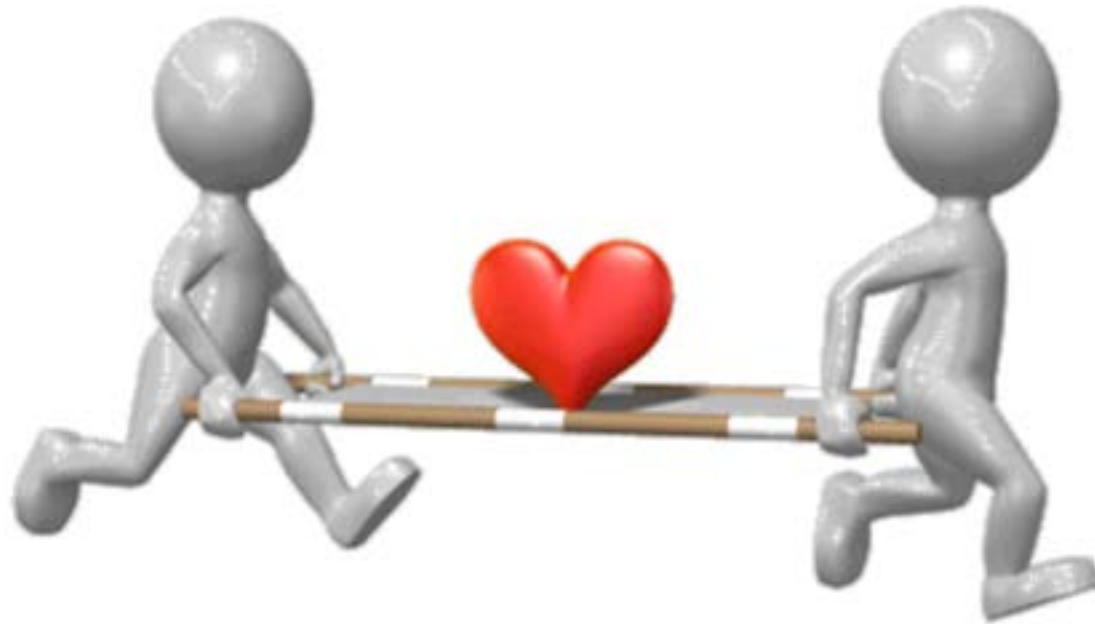
Psicofisiología del estrés



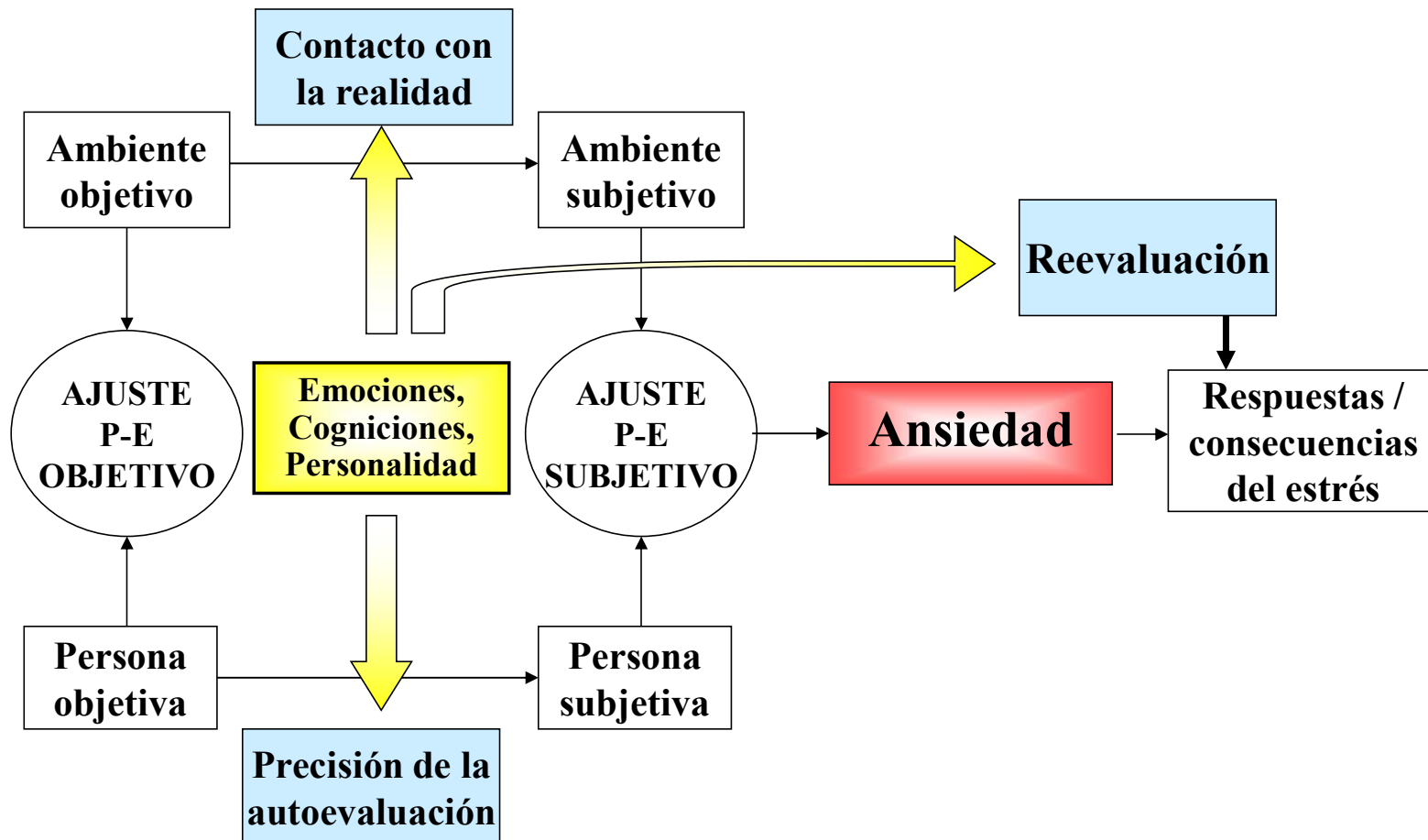
**El estrés
puede tener
efectos
negativos
sobre la
salud de las
personas.**

2. Definición psicosocial

Modelos transaccionales. Estrés percibido: eustrés vs. distrés



2. Definición psicosocial (modelos transaccionales)



Ambiente objetivo: factores psicosociales

Condiciones presentes en situación laboral relacionadas con:

- **organización del trabajo** (v.g., roles, liderazgo, diseño, etc.).
- **contenido del puesto** (v.g., carga de trabajo).
- **realización de la tarea** (v.g., autonomía, variedad, significado, etc.).
- **entorno de trabajo** (v.g., familia, condiciones económicas, etc.).

En interacción con el individuo

Dependiendo de percepciones y experiencias de la persona, pueden influir (+/-) sobre la salud, rendimiento y satisfacción en el trabajo.



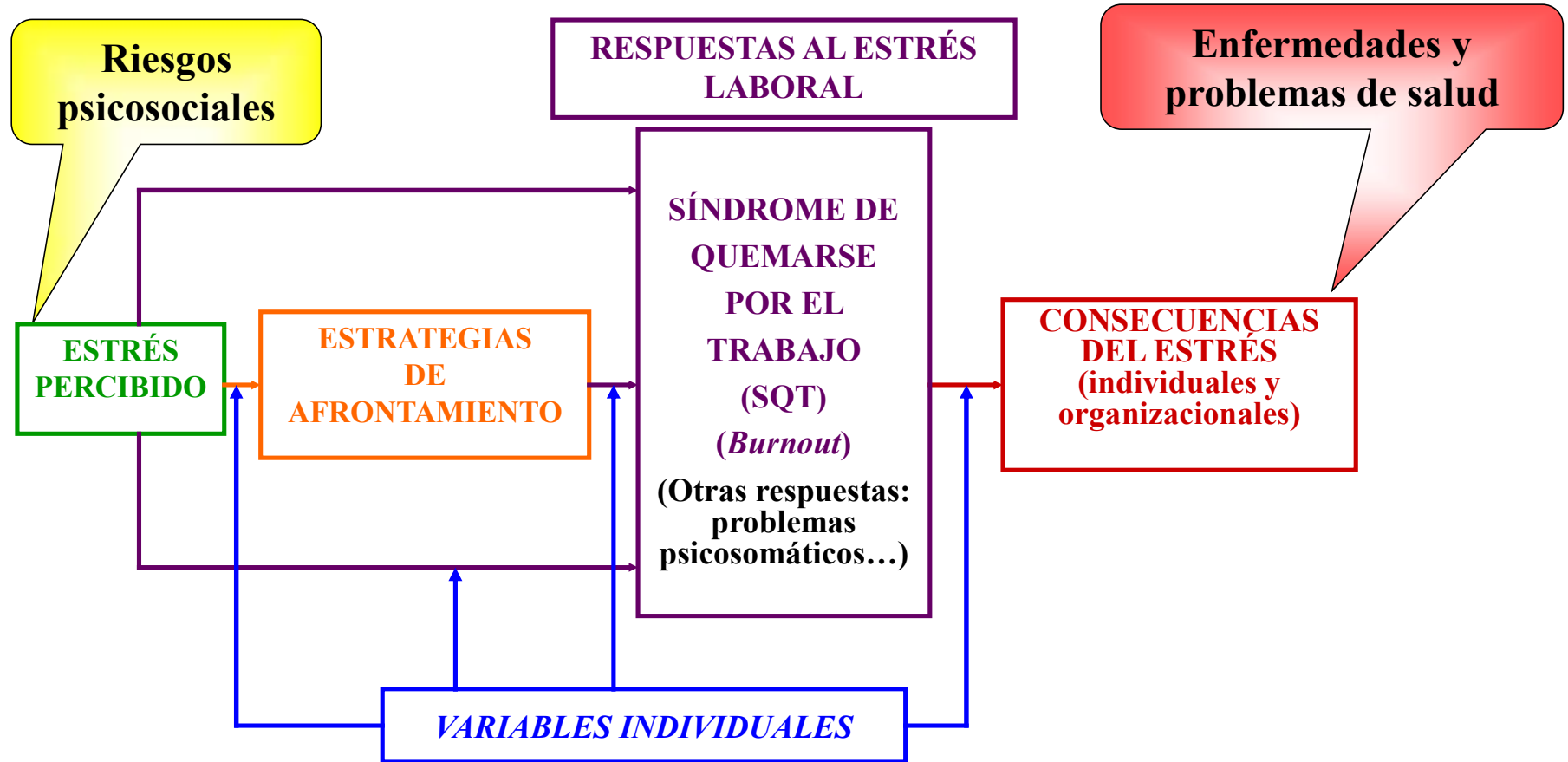
Desajuste persona-trabajo: riesgos psicosociales

Aspectos del diseño del trabajo, de la organización y de la dirección del trabajo, y sus contextos sociales y organizacionales que tienen el potencial de causar daño psicológico, físico, o social.



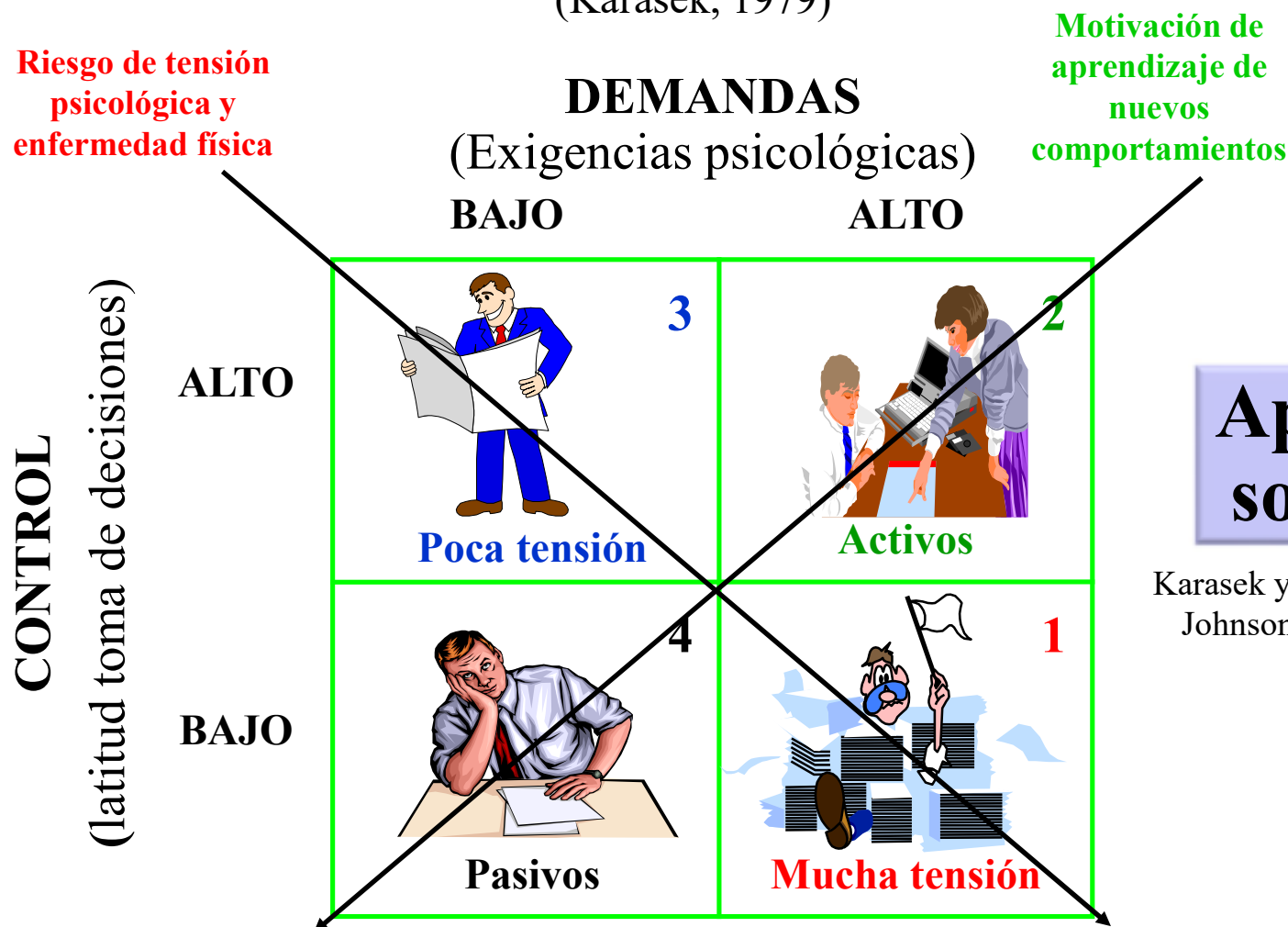
Estrés laboral como proceso

(stress vs. strain)



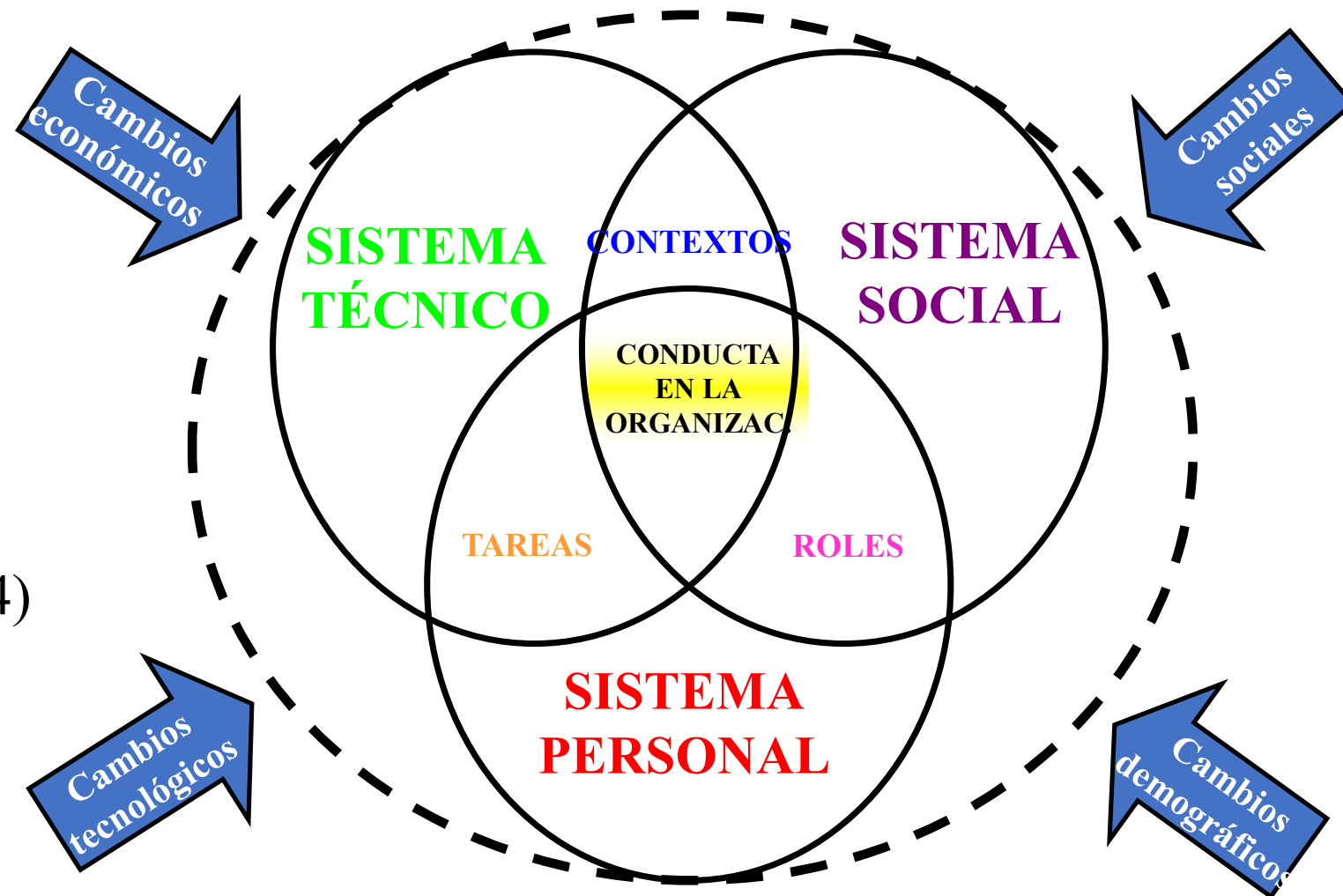
Modelos transaccionales: modelo demandas-control

(Karasek, 1979)



3. Modelo integrador UNIPSICO

(Gil-Monte, 2014)



Batería UNIPSICO: modelo proceso

Factores / riesgos psicosociales

ENTORNO ORGANIZACIÓN:

- Conflicto trabajo-familia.

SISTEMA FÍSICO-TECNOLÓGICO:

- Recursos disponibles.
- Promoción.
- Tecnología (tecnoestrés).

SISTEMA SOCIAL:

- Apoyo social.
- Conflictos interpersonales.
- Retroinformación (*feedback*).
- Mobbing.

CONTEXTOS:

- Inequidad en intercambios sociales.
- Liderazgo.
- Trabajo emocional.

ROLES:

- Conflicto de rol.
- Ambigüedad de rol.

TAREA:

- Carga de trabajo.
- Autonomía.
- Turnos.

Consecuencias

- Satisfacción laboral.
- Problemas de salud.
- Síndrome de quemarse por el trabajo (*burnout*).
- Inclinación Absentismo.

SISTEMA INDIVIDUAL:

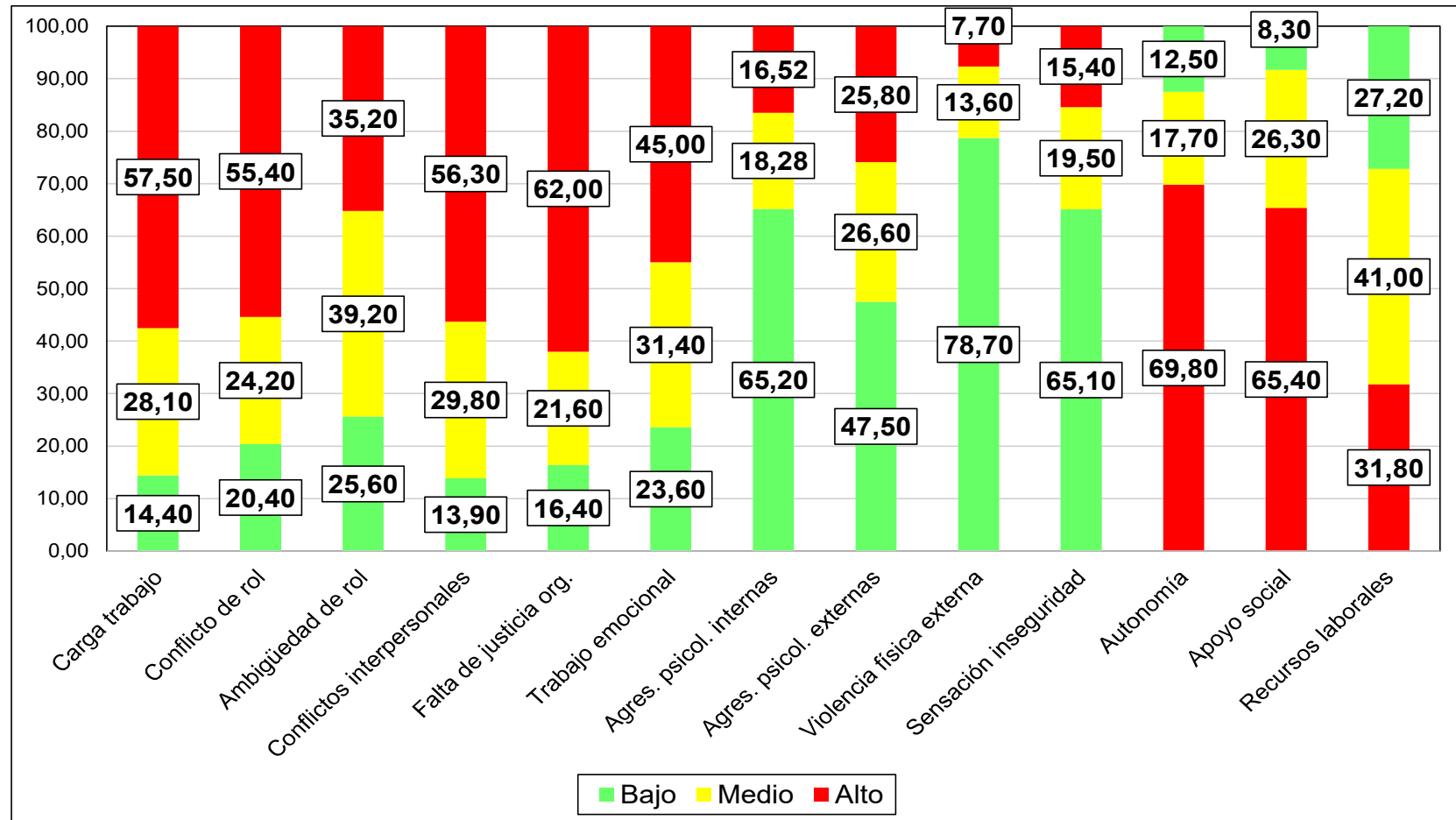
- Variables sociodemográficas (sexo, edad, experiencia profesional...) y personales.

Principales predictores de SQT en personal de medicina y de enfermería

(Mendscape, 2024; n > 9.000 medicina; n > 1.500 enfermería)



Riesgos psicosociales en el sector sanitario catalán (UGT.cat, 2024)



4. Síndrome de quemarse por el trabajo (*burnout*)

(Gil-Monte, 2005)

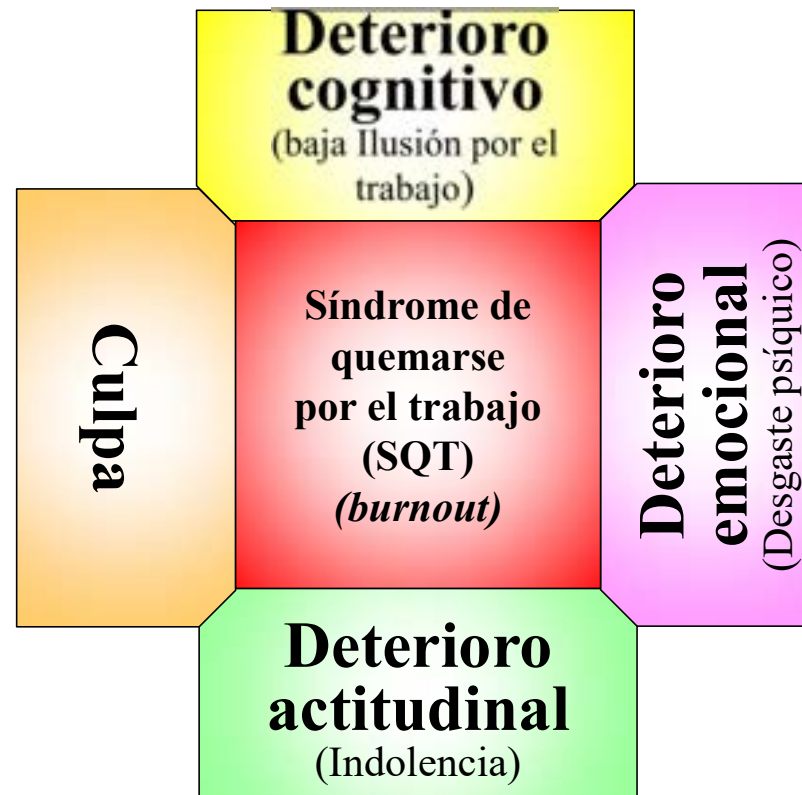
**Respuesta psicológica a
fuentes de estrés laboral
crónico de carácter
interpersonal y emocional.**

**Causa un deterioro cognitivo,
emocional, y actitudinal de
las personas trabajadoras.**



Síntomas

(Gil-Monte, 2005)



OMS y SQT (*burnout*): clasificación CIE-11

Capítulo 24. Factores que influyen en el estado de salud o el contacto con los servicios de salud.

**Categoría. “Problemas asociados al empleo o desempleo”
(QD85)**



Factores que influyen en el estado de salud (CIE-11)

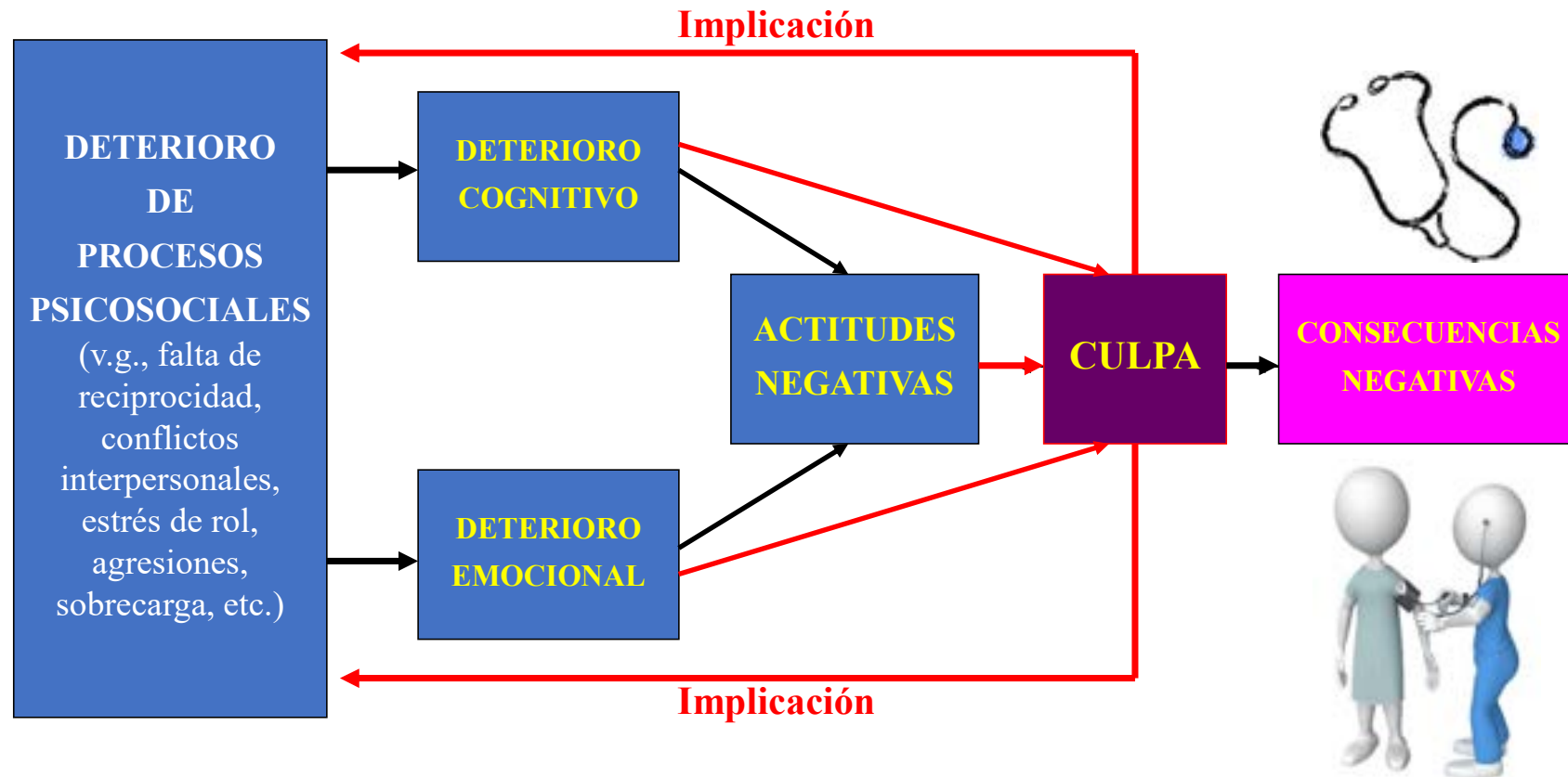
Las categorías de este capítulo se proporcionan para aquellos casos en que ciertas circunstancias que **no son enfermedades**, lesiones, traumatismos o causas externas clasificables en otro lugar se registren como "diagnósticos" o "problemas".



El proceso del SQT (Gil-Monte, 2005)



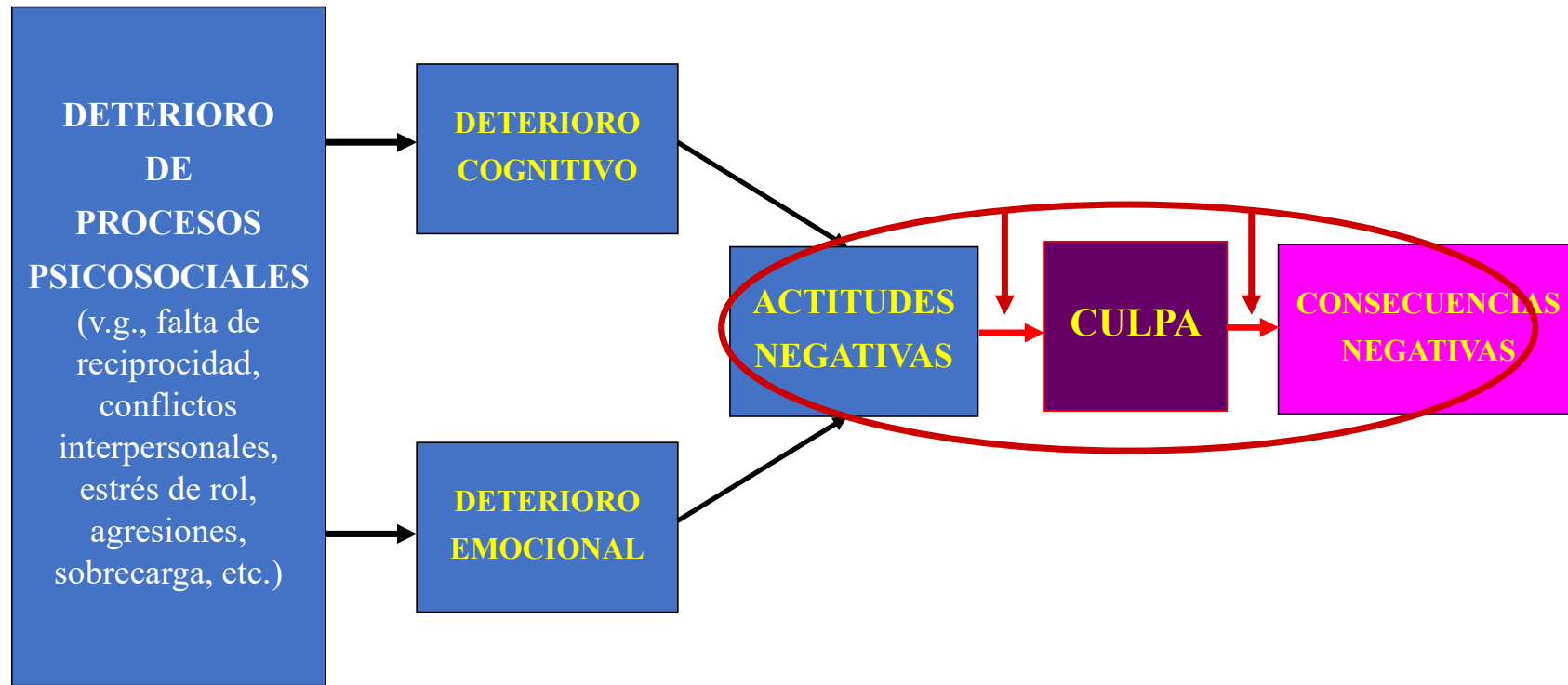
El proceso del SQT (Gil-Monte, 2005)



- Gil-Monte, P. R. (2012). Influence of guilt on the relationship between burnout and depression. *European Psychologist*, 17, 231-236.

(c) Pedro R. Gil-Monte

El proceso del SQT (Gil-Monte, 2005)



Gil-Monte, P. R. (2005). *El síndrome de quemarse por el trabajo (burnout). Una enfermedad laboral en la sociedad del bienestar.*

Madrid: Pirámide.

amb el suport de: a la feina



Generalitat
de Catalunya



SERVEIS
PUBLICS

24



(c) Pedro R. Gil-Monte

Perfiles del SQT

Perfil 1

(sin niveles críticos de culpa)



Perfil 2

(con niveles críticos o muy altos de culpa)



5. Evaluación y diagnóstico: CESQT



Niveles y perfiles de SQT

Procedimiento (*dos pasos*):

(A): Media de 15 ítems: Ilusión por el trabajo *invertidos* (5 ítems),
Desgaste psíquico (4 ítems), Indolencia (6 ítems) (o Desencanto, según versión).

(B): Puntuación en subescala de Culpa (Media de 5 ítems).

Niveles de SQT (6 niveles)	Muy bajo	$A \leq P10$
	Bajo	$P10 < A \leq P33$
	Medio	$P33 < A \leq P66$
	Alto	$P66 < A < P90$
	Crítico (Perfil 1)	$A \geq P90$
	Crítico (Perfil 2)	$A \geq P90 \ \& \ B \geq P90$

Perfil 1

Niveles críticos de A y no críticos de Culpa (B)



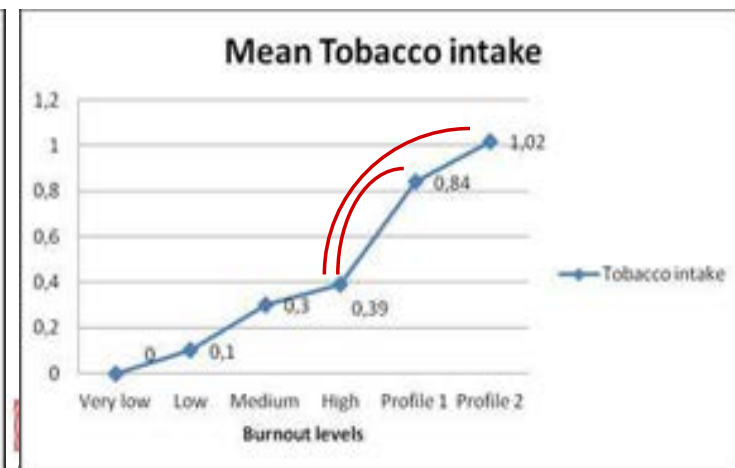
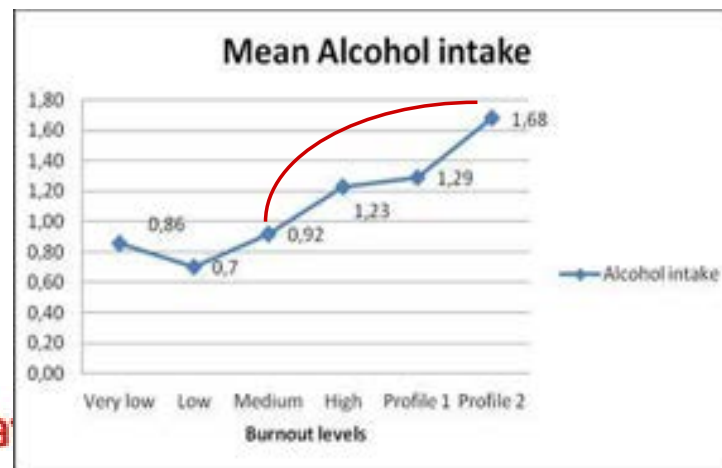
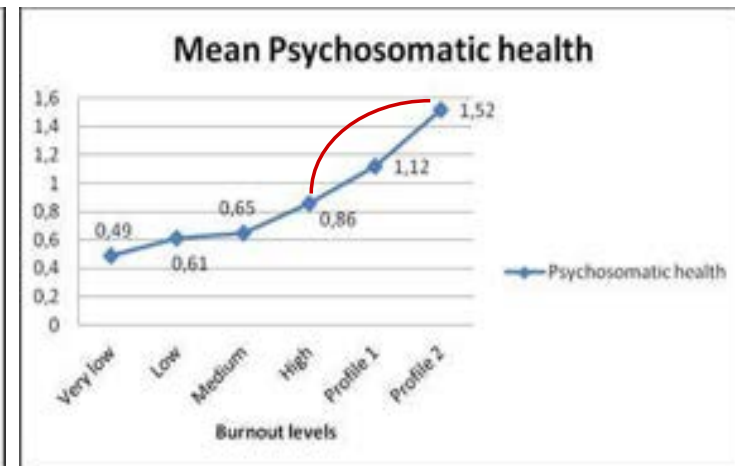
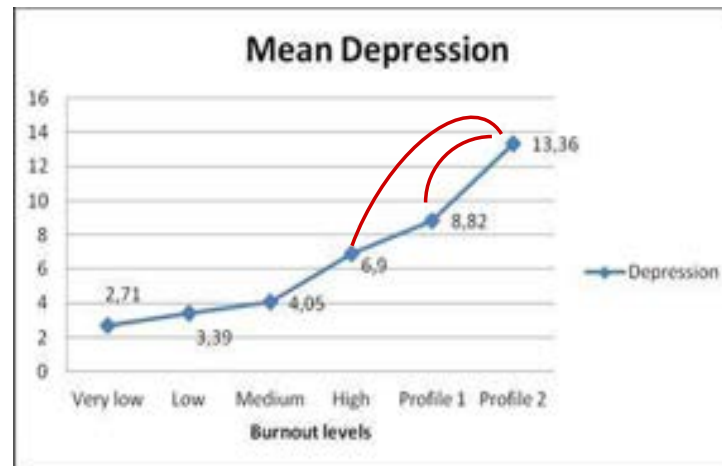
Perfil 2

Niveles críticos de A niveles críticos de Culpa (B)



Resultados empíricos

Misiolek-Marín, Soto-Rubio, Misiolek y **Gil-Monte, P. R.** (2020). Influence of burnout and feelings of guilt on depression and health in anesthesiologists. *Int J of Environmental Research and Public Health*, 17, 9267.



Prevención y tratamiento del SQT.



Aproximación psicosocial (Gil-Monte, 2021)

Triada ecológica

Periodo prepatogénico	Periodo patogénico	
Condiciones trabajo  Equilibrio Salud Individuo Medio ambiente	<i>Desequilibrio entre demandas del ambiente y control/recursos de la persona</i>	
	Riesgo psicosocial vs. Estrategias de afrontamiento	
Fomentar la salud	Prevención riesgos psicosociales	Intervención psicológica-médica

Prevención y tratamiento

Intervención sobre lugar de trabajo

vs.

Intervención sobre el individuo

(Ahola et al. 2017; Awa et al. 2010; Bagnall et al., 2016; Wiederhold et al., 2018)

**Reestructuración del
trabajo, evaluación del
desempeño, rediseño
de puestos...**

**Técnicas
cognitivo-conductuales,
técnicas de relajación,
apoyo social en trabajo...**



(c) Pedro R. Gil-Monte



Gracias por su atención

Pedro R. Gil-Monte

pedro.gil-monte@uv.es

Unidad de Investigación Psicosocial de la Conducta Organizacional
(UNIPSICO)

Universitat de València

<https://www.uv.es/unipsico/index.htm>



amb el suport de:

a la feina



Generalitat
de Catalunya



SER SERVEIS
PUI PÚBLICS



(c) Pedro R. Gil-Monte