

Impacto de la pandemia COVID 19 en la salud mental de los trabajadores del sector salud

Fundación Universitaria Católica Lumen Gentium
Facultad De Salud - Programa De Psicología

Autora: Mayerline Lucumi Pérez.

Resumen: La presente revisión documental se centra en los impactos generados por el covid-19 debido al confinamiento en torno al plano de la salud mental de los trabajadores del sector salud. El objetivo es identificar las patologías mentales que se desarrollan por las medidas de la pandemia en el sector salud a través de una revisión documental. Para ello se realizó un estudio observacional, retrospectivo, susceptible a sesgos de la literatura. Entre los principales resultados se halló que la coyuntura del covid-19 ha generado problemas como insomnio, estrés, ansiedad, depresión entre otros teniendo repercusiones directas en la salud física y el desempeño laboral de los profesionales de salud.

Palabras claves: pandemia, COVID 19, salud mental, trabajadores del sector salud, psicología.

Abstrac: This documentary review focuses on the impacts generated by covid-19 due to the confinement around the mental health level of workers in the health sector. The objective is to identify the mental pathologies that develop due to the measures of the pandemic in the health sector through a documentary review. For this, an observational, retrospective study was carried out, susceptible to biases in the literature. Among the main results, it was found that the covid-19 situation has generated problems such as insomnia, stress, anxiety, depression, among others, having direct repercussions on the physical health and work performance of health professionals.

Key words: pandemic, COVID 19, mental health, health sector workers, psychology.

1-INTRODUCCION

El COVID-19 es una enfermedad de infecciosa causada por el virus SARS-CoV-2; virus que afecta el sistema respiratorio, se transmite de persona a persona cuando existe un contacto con fluidos nasales y salivales de la persona infectada. Es un virus muy extenso que puede generar diversas afecciones que va desde una simple gripa hasta una enfermedad respiratoria grave. Actualmente el COVID-19 es una enfermedad de emergencia a nivel mundial, declarada como pandemia global. (Organización Mundial de la Salud [OMS], 2020). La población mundial enfrenta una gran lucha contra esta enfermedad, colocando a los sistemas de salud a prueba que comprometidos con la labor han generado estrategias y técnicas para evitar que el virus se propague y lograr una inmunización de rebaño, por lo cual la academia se ha interesado en abordar el tema desde múltiples disciplinas destacándose la psicología, que se ha interesado en investigar el impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental de los trabajadores: el bienestar emocional y psicológico.

Por ende, el presente artículo pretende analizar el impacto que tiene la pandemia COVID-19, en la salud mental de los trabajadores del sector salud, por lo tanto, es necesario realizar una revisión documental tanto empírica como científica. La pandemia del COVID-19 actualmente es catalogada como una

enfermedad de emergencia a nivel mundial, en diferentes países se detectaron miles casos de pacientes contagiados con el virus llegando a una creciente de la enfermedad. Debido al aumento de la pandemia y su rápida propagación, los gobiernos a nivel mundial tomaron medidas de precaución para disminuir el contagio y disminuir las muertes, sin embargo, los sistemas de salud colapsaron debido a la alta demanda de pacientes contagiados (Díaz y Vélez, 2021).

En cuanto a Torres (2021) refiere que el personal de la salud ha tenido que asumir un aumento en la carga laboral, donde las horas son extensas y los suministros que se brindan para la atención de los pacientes son insuficientes, esta situación ha generado grandes retos para el personal de la salud puesto que deben enfrentar circunstancias totalmente desafiantes: falta de insumos médicos, infraestructuras precarias, poca preparación, colegas contagiados, complicaciones de otras patologías, equipos no disponibles, alta ocupación de Ucis, entre otras. Es por ello, que se afirma que el personal de la salud está expuesto a factores estresores que pueden desencadenar problemas en la salud mental, como estrés, depresión y altos niveles de ansiedad. Ahora bien, los síntomas que surgen a partir de situaciones negativas pueden empeorar con el tiempo y manifestarse a nivel físico (Calderón, Delgado y Díaz, 2020).

Los estudios realizados mencionan que el personal de la salud ha asumido un compromiso con la labor arriesgándose a atender a la población sin las condiciones de bioseguridad, esta situación puede derivar impactos en la salud mental, por ende, se debe garantizar bienestar psicológico, ya que ellos son los encargados de brindar a la población bienestar físico. Los factores de riesgos psicosociales que se presenta con mayor frecuencia en el personal de la salud son la alta carga laboral, ansiedad, estrés postraumático, insomnio y miedo (Arenas, Rojo y García, 2020).

A partir de los anteriores antecedentes, es posible observar el impacto del COVID-19 en la salud mental de los trabajadores del sector salud suelen relacionarse con afectaciones a corto, mediano y largo plazo. Por lo tanto, se hace posible llevar a cabo una revisión bibliográfica que se enfoque en tal perspectiva, además de haber definido el concepto de COVID-19, se hace posible definir el concepto de salud mental. El Ministerio de salud y protección social (2017) afirma que es un estado de bienestar integral donde el individuo afronta situaciones cotidianas de la vida, contribuyendo a su comunidad de forma productiva y fructífera.

Murueta (2020) constituye una hipótesis de la salud psicológica en tiempos de COVID, la cual consiste en tomar como un hecho que el confinamiento a causa de la pandemia, tiene graves repercusiones en la economía y la salud psicología de la población. Se cree que la disminución de la actividad económica ocasionada por el

desempleo trajo consigo síntomas de frustración, depresión, tensión y desesperación. En la sociedad capitalista que se habita se han generado afectaciones en la salud mental de los seres humanos por diversas problemáticas de tipo macroestructural y microestructural. El presente estudio recurre a la doctrina del shock y el multishock del coronavirus que explica que las situaciones estresantes consideren en la persona un estado de shock induciéndola a miedos, estrés o ansiedad, de las cuales buscan salidas mediante sugerencias o eventos que le permitan poner ciertos límites.

Ruiz y Campo (2020) plantean en la teoría conspiratoria que el COVID-19 es un virus que se creó intencionalmente para dañar a la población mundial, con el fin de obtener dinero mediante los tratamientos, esta teoría se atribuye a la pandemia de la desinformación, puesto que ha invadido las redes sociales con información negativa en relación con la salud. La teoría conspiratoria expone que un evento, es una situación negativa que no debe darse a conocer al público, ya que desinforman y mezclan informaciones falsas con aspectos emocionales y elementos de verosimilitud, estas teorías generalmente ocasionan repercusiones en el individuo originando síntomas de ansiedad. Esta teoría se explica a partir de tres componentes:

- 1) Las primeras teorías: consiste en difundir que el SARS-CoV-2 es un arma terrorista que se gesta para acabar a las personas mayores y así evitar el pago de las pensiones al igual, que se menciona

que fue un virus creado para debilitar la economía de los países.

2) La posición de la comunidad científica: los científicos y los profesionales de la salud menciona que las teorías conspiratorias han generado temores y prejuicios en la población que pone en peligro sus investigaciones.

3) Modalidades de las teorías conspiratorias: se refiere a las medidas que se han adoptado para la mitigación del COVID-19, la cuarentena se implementó para evitar la propagación de la pandemia generando un control de la población.

En igual medida, resulta pertinente referirse a la psicología positiva propuesta por Seligman citado en Zanon, Dellazzana, Muglia, Rodríguez y Nalevaiko (2020), este modelo sugiere contribuir a las patologías mentales que se desarrollaron a causa de la pandemia. Se abordaron constructos de resiliencia, autocompasión, creatividad, optimismo, esperanza y bienestar subjetivo, estas prácticas deben ser supervisadas por profesionales de la salud como psicólogos y médicos psiquiatras. A continuación, se presentará los efectos psicológicos derivados de la pandemia del COVID-19.

1) Efectos de aislamiento social: se presentaron afectaciones emocionales es decir (tristeza, culpa y nerviosismo), los profesionales de la salud sufrieron emociones negativas duraderas por el constante contacto con las personas infectadas del virus. Estos hallazgos propiciaron afectaciones en la salud mental, otros factores identificados que

incidieron fueron el largo periodo de aislamiento, miedo a contagiarse o contagiarse, frustración y desinformación del virus, estos factores se asociaron a un aumento de trastornos de estrés postraumático y ansiedad.

Debido al aislamiento social resultaron condiciones adversas detectadas como factores de riesgos entre las que se encuentra pérdidas económicas y estigma social, por lo tanto, las pérdidas económicas parece ser un factor de riesgo importante que induce a los trastornos mentales, puesto que, la mayor parte de las familias se han visto afectadas por la pérdida de ingresos. Los autores mencionan que las patologías de base se asocian a síntomas altos de TEPT, estrés, ansiedad y depresión, mientras que las medidas de precaución que se adoptó para evitar la propagación del COVID-19, como el uso de mascarillas se asoció a niveles bajos de ansiedad y depresión.

2) Resiliencia: todas las personas a lo largo de su vida experimentan sufrimiento el cual en ocasiones es difícil de sobreponerse, sin embargo, hay personas que se les facilita sobrellevar los eventos traumáticos. Estos eventos brindan la posibilidad de fomentar estrategias que permitan volverse más fuerte y crecer como ser humano, una de las formas de afrontar las situaciones negativas es a través de la resiliencia, esta se refiere como el fenómeno que se caracteriza por patrones comportamentales de adaptación positiva en el contexto de los eventos adversos.

Este fenómeno de resiliencia mantiene la salud mental de la persona, la pandemia COVID-19, ha sido un evento traumático para la población en general, ya que los ha afectado de distintas maneras pérdidas familiares, aislamiento social, pérdidas financieras, despidos laborales. En este sentido estamos en un proceso de resiliencia que implica originar acciones y estrategias para el bienestar de las personas. Autocompasión: indica cuidado de ti mismo, a la vez empatía y compasión que se trasmite a las personas que están sufriendo una situación crítica, es el hecho de asumir una actitud positiva, esta se compone de tres elementos bondad hacia uno mismo, sentido de humanidad y atención plena.

3) Creatividad, optimismo y esperanza: se busca soluciones y alternativas ante eventos traumáticos mediante una actitud de esperanza, optimismo que se suma a la psicología positiva como fenómeno de autorrealización y felicidad.

4) Bienestar subjetivo: se caracteriza por la satisfacción de ciertos aspectos de la vida como familia, trabajo y relaciones personales, por otro lado, los aspectos negativos hacen parte de la vida de las personas y se asumen por la frecuencia e intensidad con la que se presentan, se llega a la conclusión que un bienestar subjetivo es una alta satisfacción con la vida. Por otro lado, es necesario abordar la temática de pandemia COVID-19 desde la psicología. Se ha expuesto, que el COVID-19 no solamente tiene consecuencias físicas que se afrontan desde la medicina, sino que afecta profundamente al

individuo en su salud mental. Por ende, la psicología es la disciplina más idónea para abordar estas problemáticas.

De igual manera, Ceballos, Córdoba, Córdoba, Quintero y Ortiz (2020) en la presente investigación se ajusta debido a sus aportes teóricos. Esto es debido a que estudios anteriores han demostrado que las epidemias anteriores revelaron las consecuencias psicosociales, los síntomas van desde el más simple a los complejos. Lo primero en cuanto a la población es comprender su propia situación y secuelas que causa este flagelo en ellos. A su vez, el equipo psicosocial puede identificar rasgos en la población afectada y brindar orientaciones. En cuanto a los entes gubernamentales ofrece información pertinente para el diseño de políticas públicas encaminadas al sistema de salud para brindarle un sistema de salud integral a la población. Finalmente, se recopilan y analizan un amplio número de fuentes bibliográficas, lo cual puede ser el punto de partida para futuras investigaciones, ya sea respecto a la psicología en relación con el COVID-19.

El mundo se encuentra en una emergencia sanitaria por la pandemia COVID 19, surgido en Wuhan, declarado como pandemia mundial, este virus ha contado con una propagación desmedida. La Organización Mundial de la Salud (2021) expresa que esta pandemia afecta a más de 190 países, con una cifra de 21 millones y un número de muertes 800.000 y los casos recuperados son 11 millones de personas. La problemática sanitaria va en ascenso y Colombia no es la excepción ya que día

tras día los casos van en aumento debido, a la escasa respuesta frente al fenómeno, este desestabilizo los sistemas de salud de todos los países, pues no tenía equipos sanitarios para atender esta emergencia, al igual que no se había generado tratamiento para la cura de la enfermedad del COVID 19.

El impacto de este virus ha provocado un colapso en el sistema general de salud, teniendo en cuenta que los pacientes con otras enfermedades se están muriendo ya que no hay disponibilidad en los servicios de salud para su atención por la rápida demanda de las instalaciones y los profesionales sanitarios. Se manifiesta que el 67% de los países se interrumpieron los servicios de planificación de familiar, al igual que la atención prenatal, por ende, los profesionales de salud enfrentan uno de los más grandes desafíos a nivel mundial, no solo por exponerse al virus, si no por situaciones de estrés laboral, este virus está causando problemas en la salud física y mental.

La pandemia afecto varias áreas de la población se tuvo la caída de la economía en un 7.0% el cual se determinó como un deterioro en el comercio de los bienes, en el 2020 el comercio mundial de bienes disminuyo en un 13 y 32%. Por otra parte, se indica que el desempleo aumento en un 5,3 y 24,7 de personas a nivel mundial, lo que lleva a la población a situaciones de pobreza.

En tal sentido cabe rescatar algunas cifras con respecto a la problemática. La Organización Mundial de la Salud (2020) expresa que el 90% de los profesionales de

salud, que prestan servicios asistenciales padecen de síntomas de estrés, depresión y ansiedad. En Colombia el especialista del sector de salud se encuentra en una situación compleja por falta de instrumentos médicos y demás situaciones que se derivan de la pandemia, estas causan afectación en la psiquis.

El presente estudio aborda el impacto y las secuelas del COVID 19, en la salud mental de los trabajadores del sector salud; por considerarse como una situación problemática que genera un mayor impacto en el individuo.

2-METODOLOGIA

La presente investigación tiene un diseño descriptivo tipo exploratorio. Mejía et al. (2018) afirma que este tipo de estudio se elabora a partir de la realidad de un acontecimiento, la característica principal es obtener un resultado con una interpretación clara y precisa, esta puede incluir estudios exploratorios, predictivos, de desarrollo entre otros. Se realizó una revisión sistemática de documentos científicos en diversas fuentes respecto al impacto de la pandemia COVID 19, en la salud mental de los trabajadores del sector salud. Teniendo claramente la relación con el campo de la psicología. En el desarrollo de la búsqueda se toman estudios científicos, tesis de doctorales, artículos, informes del ministerio de salud y protección.

En primera instancia se realizaron búsqueda en las bases de datos de Google académico, Dialnet, Pubmed, Universidad

ECCI y Cambridge University Press, frente al tema: a nivel nacional e internacional. Los documentos se seleccionaron según las fechas vigentes, que no se sobrepasaran los diez años, teniendo en cuenta palabras claves para la búsqueda, pandemia COVID 19, impacto psicológico, salud mental, trabajadores del sector salud, efectos psicológicos, que fueron combinados de diferentes formas.

En la base de datos se preseleccionaron 50 referencias, de las cuales se escogieron 30 investigaciones relacionadas con el tema principal, la información que se obtuvo se organizó en una matriz que incluían datos relevantes como año de publicación, autor, país, tipo de documento, objetivo y resultados.

3- RESULTADOS

La Organización Mundial de la Salud (2020) menciona que la pandemia del COVID-19 tiene consecuencias en la salud mental y bienestar psicosocial de los individuos, sin embargo, en el personal de la salud surge preocupaciones constantes, ya que tienen un contacto directo con las personas contagiadas, siendo este un factor de riesgo para la salud mental. Se realiza una revisión bibliográfica de diversas fuentes permitiendo encontrar similitudes; a continuación, se exponen los impactos que genera la pandemia del COVID-19 en la salud mental.

Impacto del COVID 19 a corto plazo

Emocionales

Beltrán y Rosero (2020) mencionan la

pandemia, ha generado un fuerte impacto en el estado emocional de las personas, desencadena síntomas a corto plazo como desesperación, ansiedad, irritabilidad, preocupación, trastornos del sueño y dificultad en la concentración, es frecuente que los trabajadores de la salud experimenten estos síntomas debidos, a la demanda asistencial. Por su parte, Galvis (2021) indica que el personal de salud está en un contexto de vulnerabilidad, ya que las condiciones laborales son inseguras, pero su vez, deben lidiar con las perturbaciones de los pacientes que acrecienta la aparición de riesgos psicosociales. Abanto (2020) comenta al respecto, las condiciones de trabajo desencadenan ansiedad que se puede manifestar a través de síntomas fisiológicos opresión en el pecho, aumento de frecuencia cardiaca, sudoración, entre otros, si ante esta situación no se brinda una atención oportuna se pueden desencadenar un trastorno de ansiedad significativo que puede interferir en la vida con relación a sus funciones. Se menciona que el personal de la salud es una de las poblaciones más afectadas, se ha duplicado la sintomatología ansiosa, depresiva y el malestar emocional, aumentando el consumo de ansiolíticos sin receta médica; los resultados evidenciaron que hay una prevalencia significativa de insomnio y malestar psicológico.

Insomnio

Vaca (2021) la pandemia intensifico las horas de trabajo, siendo los trabajadores de la salud los más afectados, 1 de cada 4 trabajadores a nivel mundial presento

dificultades para dormir alterando la calidad del sueño, sin embargo, la presencia de sintomatología a corto plazo es inevitable, ya que los trabajadores están enfrentando amplias demandas psicosociales. El insomnio se fue incrementando e incluso se sumó a otros factores estresores de la pandemia denotándose los siguientes síntomas: falta de apetito, consumo de cigarrillo y dolores de cabeza. Es importante resaltar que los problemas de salud mental afectan la capacidad de concentrarse y habilidades, siendo una dificultad personal que incide para enfrentar el virus.

Impacto del COVID 19 a mediano y largo plazo

El personal de salud se encuentra expuesto a efectos psicosociales de mediano y largo plazo que pueden desarrollar trastornos mentales como ansiedad, depresión, estrés postraumático y Síndrome de Burnout. Frente a esto, Pupiales (2021) manifiesta que el personal de salud es una población vulnerable debido a su entorno teniendo en cuenta que conviven en un círculo vicioso entre riesgos psicosociales y biológicos. A continuación se trae a colación las patologías mentales más encontradas en la revisión de literatura.

Estrés

El estrés es el resultado de los problemas y contratiempos que tienen las personas, se presenta como un conjunto de reacciones fisiológicas convirtiéndose en un factor determinante para la vida. La pandemia desató situaciones complejas en toda la población, a nivel sociocultural se

generaron problemas económicos, educación y salud, impulsando a la sociedad a establecer soluciones de forma colectiva que generaron pánico entre la población. El personal de la salud debió enfrentarse a un nuevo reto para salvar las vidas de los pacientes y evitar contagiarse para llevar a cabo sus funciones de manera idónea, sin embargo, las frustraciones, el desespero y el temor se apropiaron de ellos, teniendo en cuenta el número de pacientes que morían a diario eran mayor, al igual que los contagiados, debieron asumir los casos de una forma abrupta, el compromiso que asumió fue poner en riesgo su salud para salvar la vida de otros. Estas situaciones generaron un impacto negativo desencadenando un alto nivel de estrés. (Quijije, Vargas, Olaya y Cando ,2020).

Los estudios señalaron que los trabajadores de la salud usualmente presentan síntomas de estrés y ansiedad implicaciones que son de mediano y largo plazo, se reportaron tasas considerables a causas de la pandemia, con respecto a la revisión de varias investigaciones se identificó que el personal de la salud si ha presentado síntomas de estrés relacionados con la pandemia del COVID-19, también se evidenciaron otras afectaciones psicológicas.

Trastorno de depresión

Urpeque (2020) menciona que uno de cada 50 profesionales de salud presenta sintomatología de depresión relacionado con el número de pacientes diagnosticados

con COVID-19, al estar en constante contacto se desencadenan cuadros de desesperación por las condiciones laborales que amenazan su estado de salud. Los síntomas que presenta el personal de la salud interfieren en las actividades de la vida diaria. Expertos han llegado a la conclusión que el personal de la salud padece de depresión severa acompañado de psicoticismo que se asocia a un trastorno de salud mental, no obstante, menciona que los profesionales en la salud presentan un déficit para lidiar con experiencias de vida que los predisponen a generar síntomas de afectación psicológica.

Por otro lado, García et al. (2020) elabora el análisis *Mental health impact of COVID-19 pandemic on Spanish healthcare workers* (impacto en la salud mental de la pandemia COVID 19 en los trabajadores sanitarios españoles), arrojando como resultado una tendencia mayor hacia los síntomas depresivos y estrés, se establece que el COVID 19 tiene un mayor impacto en los trabajadores sanitarios por su vulnerabilidad puesto que tiene mayor contacto con los pacientes contagiados del virus.

La revisión sistemática realizada permitió identificar, síntomas de depresión a nivel mundial, al hacer frente a la pandemia se genera una carga psicológica agregándose las condiciones abruptas de la práctica clínica por:

1. enfrentarse a un virus desconocido bajo largas jornadas de trabajo utilizando elementos de protección personal de una

forma más estricta a la que no estaban acostumbrados.

2. presentar angustia constante por miedo de contagiarse y contagiar a sus familiares. Sentimientos de frustración por la evolución de la enfermedad.

Estos factores inciden en la salud mental de los trabajadores de la salud. Por ello se debe brindar herramientas que intervengan la salud mental de manera, que el personal se encuentre estable tanto en lo mental como en lo biológico para que se dé una atención adecuada a los pacientes (Huarcaya, 2020).

Ansiedad

Se ha reportado síntomas de ansiedad como consecuencia de la pandemia, los estudios evidenciaron que, en el área de la salud, se percibía agotamiento mental derivado de las actividades realizadas, así como los factores que contribuye a generar ansiedad, en el personal de primera línea, sin embargo, también se evidencio que las personas jóvenes son los que presenta mayores síntomas de ansiedad debido a la inexperiencia (Aveiro, et al., 2021).

La investigación *Mental health effects of COVID-19 pandemic: a review of clinical and psychological traits*, identifica mediante una revisión sistemática que los trabajadores del sector salud están expuesto a presiones físicas, psicológicas que generan estrés y ansiedad, Con la llegada de la pandemia, los factores de riesgos psicosocial se han incrementado de una forma a otra, sumándose otros factores estresantes que son propios del contexto de trabajo, estas reacciones se traducen a una

ansiedad constante que incrementaron la adicción del tabaquismo e intentos suicidios (Economou, Konstantinos y Charalambos 2020).

Síndrome de Burnout

Juárez (2020) aunque los síntomas de depresión, ansiedad y estrés postraumático han sido los más estudiados, se ha dejado a un lado otras dimensiones que hacen parte de la salud mental de los trabajadores, es decir, si se exploran otras dimensiones será más fácil diseñar planes de intervención para los trabajadores. El síndrome de Burnout se ha incrementado por las condiciones de trabajo que resulta de los sucesos estresante, incide de forma negativa en la salud mental y trae como consecuencias, trastornos mentales, traumas psíquicos y deterioros biológicos.

En el ámbito laboral, los trabajadores del sector salud han padecido agotamiento emocional que aumento la presencia del síndrome de burnout, trabajar en un entorno laboral con alto riesgo de contagio, turnos largos, sobrecarga laboral aumentan el agotamiento emocional (Lozano, 2021).

Discusión

A partir de lo anterior, se plantea el análisis y la discusión. En primer lugar, los aportes de las diversas fuentes bibliográficas evidencia que la pandemia del COVID-19 impacta de forma negativa la salud mental de los trabajadores del sector salud. Es necesario considerar que los efectos se pueden presentar en periodos de corto, mediano y largo plazo, dependiendo de la afectación psicológica que haya surgido.

El personal de la salud a modo de cumplir sus funciones se ve comprometida su salud mental, los síntomas más recurrentes en los documentos revisados son estrés, ansiedad, síndrome de burnout, trastorno de depresión, insomnio y afectaciones emocionales. Así, los resultados conllevan a reflejar cómo los factores de riesgo psicosocial, propician la aparición de sintomatologías que inciden en el bienestar psicológico (Pérez, Noroño y Vegas, 2020).

Ante esta mirada, se expone que los factores estresantes provienen de las vivencias de la persona, por ende, se obtiene como resultado que la experiencia del personal de la salud fue caótica ya que debieron afrontar situaciones extremadamente difíciles. El ser humano es parte del contexto y el entorno social, es decir, que los sucesos sociales inciden en su vida de una forma positiva y negativa por lo tanto el bienestar laboral es producto de las características positivas dentro del trabajo, siendo a si las condiciones internas y externas del trabajo pueden determinar riesgos psicosociales en el trabajador (Carpio y San Martin, 2020).

De acuerdo a lo anterior Terry, Bravo, Sucet y Espinosa (2020) refieren que los factores estresantes intralaborales, se evidencia se evidencia en el trabajador cuando no logra asimilar sus funciones y la carga que deriva de ellas. Las condiciones de trabajo y todas las situaciones que se derivan de la misma, afectan de forma directa la aparición de riesgos psicosociales.

Torres, Farías, Reyes y Guillen (2020) menciona que el personal de la salud experimenta alteraciones mentales como trastorno de ansiedad y depresión debido al contacto directo que establece con las personas contagiadas por el virus, un sistema de salud colapsado por la falta de insumos y herramientas ponen a prueba a todos los profesionales de la salud y entes territoriales, ya que no solo deben enfrentarse a las dificultades del trabajo sino que deben enfrentarse a momentos difíciles generados por la pandemia, la angustia de ver a sus pacientes luchando por su vida, ver personas morir a diario, colegas infectados del virus, tomar decisiones difíciles que implica en ocasiones desconectar a un paciente que este en UCIS para salvar a un paciente que este menos grave crea un desequilibrio mental, angustia y síntomas psiquiátricos, por lo tanto debe existir un componente fundamental en la protección y bienestar de los médicos, enfermeros (as) que les permita abordar la pandemia de una forma que se garantice el bienestar mental. En tal sentido, Torres, Farías, Reyes, Guillen y Marueta (2020) denomina lo anterior como enfermedades psicológicas generadas por sucesos sociales de menor a mayor dependiendo de las particularidades de la persona.

Vaca y Juárez (2020) refieren que a nivel mundial los profesionales de la salud afrontaron una enorme emergencia que afecto directamente la calidad de vida, desencadenando sintomatologías a nivel físico y psicológico, es de suma importancia detectar aspectos que permitan proteger la salud de los

trabajadores ya que son ellos quienes tratan las enfermedades y promocionan la salud en los individuos.

Los factores de riesgos psicosociales se traducen en causas nocivas que afectan al empleado y organización generando consecuencias como ausentismo, deterioro de capacidades cognitivas y físicas las cuales influyen en la ejecución de las actividades relacionadas con su puesto de trabajo, puesto que los efectos ya expuestos como burnout son influyentes en la conducta del trabajador, pues al estar inmersos a entornos desfavorables afecta su desarrollo profesional, los efectos desfavorables producen una baja productividad y una atención de mala calidad que afecta de forma general al sistema general de seguridad social en salud ya que el trabajador que acude a su empleo estando enfermo, puede presentar dificultades para rendir con eficacia y accidentes laborales (Galvis, 2020).

La pandemia del COVID-19 creo nuevos desafíos para la salud mental, estos incluyen la falta de elementos de protección personal, incertidumbres, cargas laborales, riesgo de contagios, jornadas laborales extensas, el hecho de atender a pacientes Contagiados es un predictor de síntomas de estrés que genera un impacto directo en la salud mental (Monserrate y tejada,2021). Por lo anterior Abanto (2021) menciona que el estrés aparece como respuesta a las funciones del trabajo en contexto de la pandemia del mismo modo se puede desencadenar por otras situaciones. Los profesionales de la salud están son más propensos a presentar

síntomas de estrés que va desde leves hasta severos.

Conclusión

Desde la psicología organizacional, el estrés laboral y en profesionales de la salud se ha constituido como materia investigativa y se han realizado estudios observacionales y de intervención, aunque es fundamental el enfoque en esta población también se hace urgente expandir este tipo de estudios a otros sectores y a la comunidad en general porque servirá de antecedente para los profesionales de la psicología y la salud para dar un tratamiento efectivo. Es vital llenar los vacíos dentro de todo el espectro social y la salud mental asociada al estrés y la coyuntura sanitaria.

Se puede asegurar que flexibilizar las medidas sanitarias relacionadas con el distanciamiento social y el confinamiento, generar alternativas de trabajo semipresencial y específicamente para el área de salud crear estrategias de terapia psicológica para evitar o disminuir los niveles de estrés, estos elementos ayudan a la disminución del estrés percibido en la población de salud, ya que la actividad física en campo disminuye las situaciones de tensión psicológica, ya que existen factores que inciden en la práctica de actividades físicas de carácter terapéutico, como lo es las malas posturas, movimientos contraindicados, fatiga visual, dolor muscular en diferentes zonas del cuerpo y otros síntomas de carácter psicosomático, esto no solo beneficia a la población trabajadora del campo de la salud, sino que también a toda la población

en general que se ha visto afectada por la situación de la coyuntura.

Entre las problemáticas de salud mental más comunes en las fuentes documentales, se puede destacar la depresión, ansiedad y estrés postraumático han sido los más estudiados, mientras que se ha dejado de lado estudios sobre el síndrome de Burnout el cual es de suma importancia porque ha aumentado considerablemente en los profesionales de salud debido a las condiciones de trabajo que resulta de los eventos de estrés.

En el ámbito laboral, los trabajadores del sector salud han padecido agotamiento emocional que aumento la presencia del síndrome de burnout, trabajar en un entorno laboral con alto riesgo de contagio, turnos largos, sobrecarga laboral aumentan el agotamiento emocional (Lozano, 2021).

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Abanto, J. (2021). Consecuencias psicológicas de la pandemia COVID- 19 en el personal de salud del hospital regional docente de Cajamarca. Universidad Nacional de Cajamarca.

<https://repositorio.unc.edu.pe/bitstream/handle/UNC/4097/JOISE%20ABANTO.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

Arenas, L., Montoya, M., Y Velásquez, K. (2020). Coronavirus (COVID-19) y su impacto en la salud mental de los profesionales de la salud en Antioquia. Universidad Cooperativa de Colombia. <https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.>

[500.12494/20477/1/2020-ArenasMontoyayVelasquez-coronavirus_impacto_salud.pdf](#)

Aveiro, T., Chávez, F., Vinelli, D. Jaramillo, D., Rojas, J., Vilela, M., Serna, V., Arias, D., y Mejía, C. (2021). Ansiedad, depresión y estrés por COVID-19 en los profesionales de la salud de Latinoamérica: características y factores asociados. Boletín. LXI (2), 114-122. <http://iaes.edu.ve/iaespro/ojs/index.php/bmsa/article/viewFile/316/446>

Beltrán, L., Y Rosero, M. (2021). Afectaciones en la salud mental de los trabajadores de la salud EMSSANAR durante la pandemia COVID 19 en el municipio de Pasto. Universidad Eccí. <https://repositorio.ecci.edu.co/bitstream/handle/001/1787/Trabajo%20de%20grado.pdf?sequence=3&isAllowed=y>

Calderón, M., Delgado, H., Y Díaz, J. (2020). Análisis de la salud mental en el personal de la unidad de cuidados intensivos del hospital Simón Bolívar en la ciudad de Bogotá Colombia en el marco de la pandemia COVID -19, 2020. [Tesis doctoral, Universidad ECCI]. <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/926>

Carpio, S., y San Martin, B. (2020). Efectos psicológicos asociados a la pandemia COVID-19 en el personal de salud y administrativo del hospital monte Sinaí de la ciudad de Cuenca. Universidad del Azuay. <https://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/10402/1/16029.pdf>

Ceballos, F., Córdoba, F., Córdoba, C., Quintero, D., y Ortiz, J. (2020). Consecuencias de la pandemia de la COVID 19 en la salud mental asociada al aislamiento social. Colombian Journal of Anesthesiology, 48(4) ,1-8. <http://www.revcolanest.com.co/index.php/rca/article/view/930>

Cudris, L., Barrios, A., y Bonilla, N. (2020). Coronavirus epidemia nacional. Universidad Simón Bolívar. https://Users/FAMILIA/Downloads/Coronavirus_epidemia_emocional-y-social.pdf

Díaz, R., y Vélez, M. (2021). Impacto de la pandemia COVID 19 en la salud mental del personal que labora en el centro de salud Chone tipo C. Recimundo, 5(2), 387-397. <https://recimundo.com/index.php/es/articloe/view/1086>

Economou, M., Konstantinos, K., y Charalambos, P. (2020). Mental health effects of COVID-19 pandemia: a review of clinical and psychological traits. Pubmed, 17 (6) ,491-505. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32570296/>

Enríquez, A., Y Sáenz, C. (2021). Primeras lecciones y desafíos de la pandemia COVID 19 para los países SICA. Naciones Unidas CEPAL. https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/46802/1/S2100201_es.pdf

García, L., Romero, F., López, P., Monzo, M., Pérez, M., y Rodríguez, R. (2020). Mental health impact of COVID-19 pandemic on Spanish healthcare workers. Psychological Medicine 1–3.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/article/PMC7272696/>.

Galvis, C. Y Ariza., Y. (2021). Factores psicosociales que afectan la salud física y mental de los trabajadores del sector de salud en Bogotá. Corporación Universitaria minuto de Dios https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/12526/5/TE.RLA_ArizaYudy-GalvisCristian_2021.pdf

Huarcaya, J. (2020). Consideraciones sobre la salud mental de COVID-19.37 (2), 327-334. <https://www.scielosp.org/pdf/rpmesp/2020.v37n2/327-334/es>

Juárez, A. (2020). Síndrome de burnout en el personal de la salud durante la pandemia COVID-19: un semáforo naranja en la salud mental. 53(4), 432-439. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7660279>

Lozano, A. (2021). El síndrome de burnout en los profesionales de la salud en la pandemia por la COVID-19. 84(1), 1-2. <https://revistas.upch.edu.pe/index.php/RNP/article/view/3930>

Marueta, M. (2020). La salud psicológica en tiempos de Coronavirus 19. Revista de la asociación Latinoamericana para la formación y enseñanza de la psicología, 8(23), 11-21. <https://integracion-academica.org/36-volumen-8-numero-23-mayo-agosto-2020/272-la-salud-psicologica-en-tiempos-del-coronavirus-19>

Mejía, E. (2018). Introducción a la metodología de la investigación científica.

Comisión editorial de la Universidad de las fuerzas armadas ESPE. <http://repositorio.espe.edu.ec/jspui/bitstream/21000/15424/1/Introduccion%20a%20la%20Metodologia%20de%20la%20investigacion%20cientifica.pdf>

Minsalud. (2021). ABECE Nuevo coronavirus COVID 19 de China. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/PP/ET/abece-coronavirus.pdf>

Minsalud. (2017). Observatorio de Salud Mental ONSM Colombia. Guía metodologica. <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/GCFI/guia-ross-salud-mental.pdf>

Organización panamericana de la salud. (2020). COVID 19 intervenciones recomendadas en la salud mental y apoyo psicosocial [SMAPS] durante la pandemia. <https://www.paho.org/uru/dmdocuments/Intervenciones-recomendadas-SMAPS-pandemia-COVID-19.pdf>

Pérez, P., Noroña, D., y Vega, V. (2020). Repercusión SARS-CoV-2 en salud mental y bienestar psicológico del personal Centro de Salud Huambalo. Revista científica. 6(19), 243-262. http://www.indteca.com/ojs/index.php/Revista_Scientific/article/view/563/1261

Pupiales Molina, D. E. (2021). Efectos psicosociales ante la pandemia del Covid-19 en el personal de salud del Hospital San Luis de Otavalo 2021. Tesis de pregrado para optar al título de psicología. Universidad Técnica del Norte.

<http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/11403>

Quijije, R., Vargas, G., Olaya, M., y Cando., N. (2020). Evaluación del estrés en el personal médico hospitalario ante el COVID-19. *Ciencia y tecnología*, 24(106), 96-101.

<https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/view/401/7>

Ruiz, A., y Campo, M. (2020). Teorías conspiratorias sobre la pandemia COVID 19. *Facultad de medicina UNAM*, 1(8), 1-4 <http://dsp.facmed.unam.mx/wp-content/uploads/2013/12/COVID-19-No.7-8-06-Teor%C3%ADas-conspiratorias-sobre-la-pandemia-de-COVID-19.pdf>

Terry, Y., Bravo, N., Sucet, K., y Espinosa, I, (2020). Aspectos psicosociales asociados a la pandemia por COVID-19. *Revista información científica*. 99(6), http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1028-99332020000600585

Torres, F. (2021). Impacto de la pandemia COVID-19 en la salud mental del personal asistencial, Hospital Almanzor Aguinaga Asenjo. Tesis doctoral para optar al título de psiquiatría. Universidad Nacional Pedro Luis Gallo. https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/9352/Torres_Ramirez_Flor_de_Maria.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Urpeque. R. (2020). Estado de la salud mental en el personal de la salud frente al COVID-19. Trabajo de grado para optar el

título de psicología. Universidad Católica Santo Toribio de Mogrovejo. https://tesis.usat.edu.pe/bitstream/20.500.12423/3139/1/TIB_UrpequeGarciaRicardo.pdf

Vaca, D. (2021). Estados emocionales y su relación con el insomnio en el personal de la salud durante la pandemia. Trabajo de grado para optar al título de enfermería. Universidad técnica de Ambato. <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/32543/1/VACA%20PALACIOS%20DIANA%20PATRICIA%20M.pdf>

Zanon, C., Dellazzana, L., Muglia, S. Rodríguez, R., y Nalevaiko, K. (2020). COVID 19: Implicaciones de la psicología positiva en tiempos de pandemia. *Estudios de psicología (Campinas)*, 37,1-9. <https://www.scielo.br/j/estpsi/a/3tQXhvy3vJ8b6LtyCZbghmr/?lang=pt&format=p>