

# ESTADO DE SALUD MENTAL DEL PERSONAL DE ENFERMERÍA

Guerrero-Flores, Samantha

El presente capítulo pretende acercar a uno de los proyectos que actualmente se están realizando dentro del Grupo de Avances en Entrenamiento Deportivo y Acondicionamiento físico (GAEDAF), en una de sus líneas de investigación centrada en el ámbito de la salud. Se pretende mostrar la importancia del análisis de la salud mental del personal sanitario, concretamente personal de enfermería con turnos rotatorios.

## **1. El personal de enfermería: afecciones sobre la salud**

La enfermería es una profesión que desempeña sus funciones en la modalidad laboral de turnos de trabajo para poder proporcionar una cobertura continuada que dé respuesta a la necesidad asistencial de los pacientes en los centros hospitalarios (Korompeli *et al.*, 2014). En este sentido, se ha demostrado que el trabajo a turnos tiene efectos negativos en la salud de los trabajadores (Gyllensten, Andersson y Muller, 2017) provocando alteración de los ritmos circadianos, del sueño y de las funciones biológicas influyendo negativamente en el bienestar psicológico del personal y en su rendimiento laboral (Costa, Accattoli, Garbarino, Magnavita y Roscelli, 2013). Todos estos efectos, entre otros, facilitan la aparición de la fatiga en el personal de enfermería siendo uno de los principales motivos de desarrollo de depresión, insatisfacción laboral, deterioro de la calidad de los servicios prestados, aumento de las bajas laborales y de errores en el ejercicio de la actividad laboral (Kwiecien-Jagus y Wujtewicz, 2016). Por otro lado, el trabajo a turnos está fuertemente asociado a la fatiga crónica (Korompeli, Chara, Chrysoula y Sourtzi, 2013) y este agotamiento junto a otros factores relacionados con el trabajo diario de estos profesionales los puede abocar a padecer, entre otros, el Síndrome de Burnout. Este síndrome ha sido descrito por Maslach y Jackson (1997) como aquel agotamiento emocional que se produce en trabajadores con empleos fuertemente asociados o relacionados con factores humanos. La Organización Mundial de la Salud (OMS) publicó en junio de 2018 la nueva Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE-11) que entrará en vigor el 1 de enero de 2022 con la novedosa inclusión del desgaste profesional o Burnout como “fenómeno ocupacional” y predice que será una pandemia en la próxima década (Bretland y Thorsteinsson, 2015). Así, el objetivo del presente estudio fue determinar el estado de salud mental de personal de enfermería con contratos indefinidos,

eventuales y “pool” para, en una segunda fase, aplicar una intervención específica encaminada a mejorar la calidad de vida y salud general de estos profesionales.

## **2. Metodología propuesta**

### **2.1. Participantes**

Cincuenta y tres profesionales de enfermería participaron en el estudio y fueron subdivididos según su tipo de contrato en tres grupos: personal con contratos indefinidos, personal con contrato eventual y/o personal con contratos “pool” o “volantes”. Se realizó un muestreo intencional contactando con centros medios y agrupaciones de personal de enfermería. Los criterios de inclusión en el estudio fueron: ser enfermero/a, encontrarse laboralmente activo durante el desarrollo del estudio y tener un contacto laboral indefinido, temporal o volante.

### **2.2. Protocolo de evaluación**

El protocolo de evaluación fue llevado a cabo en una única sesión de control. Se proporcionó la información referente al estudio a los participantes y tras su aceptación se procedió a la firma del consentimiento informado.

### **2.3. Instrumentos de evaluación**

Para valorar parámetros relacionados con la salud física y mental de los participantes se utilizaron diferentes test y cuestionarios:

#### **2.3.1. Datos sociodemográficos y cuestionarios**

Se utilizaron cuestiones generales para conocer variables sociales como la edad, sexo o la antigüedad laboral. Además, se administró el cuestionario Maslach Burnout Inventory para cuantificar el Síndrome de Burnout (Maslach y Jackson, 1997).

#### **2.3.2. Analítica, parámetros de composición corporal, antropometría clínicos**

Los participantes acudieron en ayunas. Se llevó a cabo un análisis sanguíneo mediante extracción venosa y posterior análisis de hemograma, coagulación, bioquímica, hormonas (cortisol, prolactina, TSH) y reactantes de fase aguda. Tras la extracción, los participantes tomaron un desayuno convencional para seguidamente llevar a cabo el resto de valoraciones. Los parámetros de composición corporal fueron

evaluados a través de bioimpedancia bioeléctrica: masa muscular, índice masa corporal (IMC) y porcentaje de masa grasa y libre de grasa total y segmentaria. La estatura, circunferencia de la cadera y la cintura fue evaluada siguiendo procedimientos estandarizados. Se calculó el índice cintura-cadera (ICC). Finalmente, se registró la tensión arterial y saturación de oxígeno arterial.

## REFERENCIAS

- Bretland, R. J., y Thorsteinsson, E. B. (2015). Reducing workplace burnout: the relative benefits of cardiovascular and resistance exercise. *PeerJ*, 3, e891. doi: 10.7717/peerj.891
- Costa, G., Accattoli, M. P., Garbarino, S., Magnavita, N., & Roscelli, F. (2013). [Sleep disorders and work: guidelines for health surveillance, risk management and prevention]. *Med Lav*, 104(4), 251-266.
- Gyllensten, K., Andersson, G., y Muller, H. (2017). Experiences of reduced work hours for nurses and assistant nurses at a surgical department: a qualitative study. *BMC Nurs*, 16, 16. doi: 10.1186/s12912-017-0210-x
- Korompeli, A., Chara, T., Chrysoula, L., y Sourtzi, P. (2013). Sleep disturbance in nursing personnel working shifts. *Nurs Forum*, 48(1), 45-53. doi: 10.1111/nuf.12005
- Korompeli, A., Muurlink, O., Tzavara, C., Velonakis, E., Lemonidou, C., y Sourtzi, P. (2014). Influence of shiftwork on greek nursing personnel. *Saf Health Work*, 5(2), 73-79. doi: 10.1016/j.shaw.2014.03.003
- Kwiecien-Jagus, K., y Wujtewicz, M. (2016). Multifactorial analysis of fatigue scale among nurses in Poland. *Open Med (Wars)*, 11(1), 593-604. doi: 10.1515/med-2016-0097
- Maslach, C., y Jackson, S. (1997). Síndrome del quemado por estrés laboral asistencial. In N. Seisdedos (Ed.), *Maslach Burnout Inventory* (pp. 5-28). Madrid: TEA Ediciones.

## APUNTES BIOGRÁFICOS

**Samantha Guerrero Flores** (Zúrich, 4 de marzo de 1988) es Diplomada y Graduada en Enfermería, Máster en Investigación en Ciencias de la Salud, Experto en Urgencias y Emergencias, Experto en Quirófano, Anestesia y Reanimación, Experto en Reproducción Humana Asistida. Actualmente es estudiante de Doctorado cuyo tema central de la Tesis se ha presentado en estos trabajos y Enfermera en el Servicio Extremeño de salud.

Contacto: [sguerreru@alumnos.unex.es](mailto:sguerreru@alumnos.unex.es).