

El estrés laboral en profesionales sanitarios en tiempos de pandemia

Work-related stress amongst health professionals in a pandemic

<https://doi.org/10.23938/ASSN.0940>

C. Leal-Costa¹, J.L. Díaz-Agea², M. Ruzafa-Martínez¹, A.J. Ramos-Morcillo¹

Sr. Editor:

Desde que el pasado 31 de diciembre de 2019 se notificara a la Oficina de la OMS en China el primer caso de neumonía de causa desconocida, ocurrida en la ciudad de Wuhan, la vida de millones de personas en todo el mundo ha dado un giro de 180 grados^{1,2}. A partir de ese momento, la propagación del coronavirus SARS-CoV-2, causante de la enfermedad COVID-19, no ha dejado de experimentar un crecimiento exponencial, primero extendiéndose rápidamente por el resto de provincias chinas y, posteriormente, dando un salto al resto de continentes, produciendo millones de contagios diarios y numerosas muertes, llegando a colapsar los servicios sanitarios de los países europeos donde la sanidad es un bien común^{3,4}.

Desde que se notificara el primer caso en España a finales de febrero del año 2020, el número de personas contagiadas y fallecidas (más de tres millones y más de 71.000, respectivamente, hasta el 8 de marzo de 2021) no ha dejado de crecer^{3,5}.

En España, más de 74.000 profesionales sanitarios se han contagiado con el co-

ronavirus SARS-CoV-2⁶. Al alto riesgo de contagio que tiene este perfil se suma una mayor carga de trabajo, el cambio de unidades, el aumento del número de pacientes, el incremento de protocolos, y numerosos cambios en su vida personal. Todos estos factores hacen que el personal sanitario sea más propenso, en comparación con la población general, a sufrir más problemas a relacionados con el estrés laboral consecuencia de la COVID-19⁷.

Por este motivo hemos leído con interés el artículo publicado por Alfaro-Díaz y col⁸, donde se presenta la adaptación del *Demand-Control-Support Questionnaire* (DCSQ) para enfermeras en España. El DCSQ está compuesto por diecisiete ítems que miden tres dimensiones: demandas psicológicas, control y apoyo social. La dimensión *demandas psicológicas* mide las exigencias psicológicas que el trabajo implica para la persona. La dimensión *control* hace referencia a las oportunidades o recursos que la organización proporciona al profesional, para moderar o tomar decisiones sobre la planificación y ejecución del trabajo. Por último, la dimensión *apoyo social* mide el

An. Sist. Sanit. Navar. 2021; 44 (1): 123-124

1. Facultad de Enfermería. Universidad de Murcia. España
2. Facultad de Enfermería. Universidad Católica de Murcia. España

Recepción: 08/03/2021

Aceptación definitiva: 15/03/2021

Correspondencia:

José Luis Díaz-Agea / César Leal-Costa
Facultad de Enfermería
Universidad de Murcia
Edificio 23
Campus de Espinardo s/n
30100 Murcia
e-mail: jluis@ucam.edu / cleal@um.es

clima social en el lugar de trabajo, es decir, las relaciones con los compañeros y superiores.

Creemos que la adaptación al contexto español de instrumentos de medida que puedan evaluar el estrés laboral de los profesionales sanitarios, como es el caso del DCSQ⁸, es de mucha utilidad en el contexto actual de pandemia. Permitiría conocer las características reales del contexto sanitario desde la perspectiva del profesional para, posteriormente, diseñar intervenciones que reduzcan o eliminen los factores estresantes presentes en las organizaciones, ayudando a aumentar la satisfacción y el bienestar psicológico, y amortiguando el impacto psicológico que ha provocado la pandemia en los profesionales sanitarios.

Es muy importante abordar los problemas de salud mental de los profesionales sanitarios ofreciendo recursos, como el acceso gratuito a sesiones de asesoramiento por parte de las organizaciones en la que desarrollan su labor asistencial. Estas sesiones deberían estar disponibles para todos los profesionales sanitarios, según los recursos de los centros, tal y como apuntan Khan y col⁹. Una cultura de apoyo en el trabajo es la clave para mantener la resiliencia entre los profesionales sanitarios durante la pandemia. En este sentido, queremos resaltar el trabajo realizado por Fuertes y col¹⁰, donde exponen que una intervención basada en *mindfulness* y autocompasión dirigida a profesionales sanitarios de atención primaria era beneficiosa a largo plazo, y mejoraba los niveles de atención, estrés y autocompasión de los profesionales a los dos años de la intervención.

Estamos antes un nuevo desafío mundial, y la lucha contra la COVID-19 no se puede ganar sin nuestros profesionales sanitarios, por lo que es necesario instaurar medidas por parte de los hospitales y gobiernos que erradiquen los factores estresantes presentes a nivel organizacional, y ayuden a amortiguar el impacto psicológico que ha provocado la pandemia en el personal sanitario.

BIBLIOGRAFÍA

1. Organización Mundial de la Salud (OMS). Nuevo coronavirus 2019. <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019>
2. GIWA AL, DESAI A, DUCA A. Novel 2019 coronavirus SARS-CoV-2 (COVID-19): an updated overview for emergency clinicians. *Emerg Med Pract* 2020; 22: 1-28.
3. Johns Hopkins University Coronavirus Resource Center. Covid-19 dashboard by the Center for Systems Science and Engineering (CSSE) at Johns Hopkins University. <https://coronavirus.jhu.edu/map.html>
4. World Health Organization (WHO). Emergencies. Situation Reports. Coronavirus disease (COVID-19) weekly epidemiological update and weekly operational update, 8 March 2021. <https://www.who.int/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/situation-reports>
5. Centro Nacional de Epidemiología. Situación y evolución de la pandemia de COVID-19 en España. Consultado el 5 de marzo de 2021. <https://cnecovid.isciii.es/covid19/>
6. Red Nacional de Vigilancia Epidemiológica (RENAVE). Informes COVID-19 <https://www.isciii.es/QueHacemos/Servicios/VigilanciaSaludPublicaRENAVE/EnfermedadesTransmisibles/Paginas/InformesCOVID-19.aspx>
7. DA SILVA FCT, NETO MLR. Psychological effects caused by the COVID-19 pandemic in health professionals: a systematic review with meta-analysis. *Prog Neuropsychopharmacol Biol Psychiatry* 2021; 104: 110062. <https://doi.org/10.1016/j.pnpbp.2020.110062>
8. ALFARO-DÍAZ C, CANGA-ARMAYOR A, GUTIÉRREZ-ALEMÁN T, CARRIÓN M, ESANDI N, ALFARO-DÍAZ C et al. Validación lingüística del Demand-Control-Support Questionnaire para profesionales de enfermería en España. *An Sist Sanit Navar* 2020; 43: 17-33. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0749>
9. KHAN YH, MALLHI TH, ALOTAIBI NH, ALZAREA AI. Work related stress factors among healthcare professionals during COVID-19 pandemic; a call for immediate action. *Hosp Pract* 2020; 48: 244-245. <https://doi.org/10.1080/21548331.2020.1793519>
10. FUERTES C, ARANDA G, REZOLA N, ERRAMUZPE A, PALACIOS C, IBÁÑEZ B et al. Persistencia a largo plazo de los efectos de un programa de *mindfulness* y autocompasión en profesionales sanitarios de Atención Primaria. *An Sist Sanit Navar* 2019; 42: 269-280. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0718>