

ESTRÉS PROFESIONAL Y CALIDAD DE VIDA EN PROFESIONALES DE INSTITUCIONES DE SALUD

Autores: María Luz Salas, Sonia Tifner, Rosana Azpiroz, Miguel De Bortoli.

Filiación: PROICO 12-0314: Salud Humana: Un enfoque integrado psicobiológico
FACULTAD DE PSICOLOGÍA. UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN LUIS. Argentina.

Introducción

Estudios han encontrado correlaciones negativas entre calidad de vida profesional y cansancio emocional, una de las dimensiones de estrés profesional (Rodríguez et al., 2005), lo que habla de la incidencia del estrés profesional sobre la calidad de vida.

Objetivos

Investigar la relación entre estrés profesional y calidad de vida en profesionales de dos instituciones de salud

Métodos

Participantes: 38 profesionales del Hospital Escuela de Salud Mental y 38 profesionales del Hospital de Juana Koslay (57 mujeres, 19 varones) de la ciudad de San Luis, Argentina. Edad media=40,26 años, DE=8,36, rango: 24 - 63. *Instrumentos:* 1) Maslach Burnout Inventory (MBI, Maslach, 1986) versión española de Gil-Monte y Peiró (1997), 2) Cuestionario WHOQOL-BREF de Lucas Carrasco (1998) que mide calidad de vida. Se registró además actividad física semanal y horas de descanso. Se realizaron estadísticos descriptivos y correlaciones

Resultados

En el MBI: Cansancio emocional: media=14,78, DE=9,59, rango: 2-43. Despersonalización: media=4,46, DE=4,72, rango: 0-21. Realización personal: media=30,61, DE=12,38, rango: 8-48. Se encontraron correlaciones positivas entre actividad física semanal con realización personal ($p=0,002$) y con salud física ($p=0,029$), actividad física semanal con calidad de vida en el entorno (CVE) ($p=0,004$) y horas de descanso con salud física ($p=0,002$). Se encontraron correlaciones negativas entre: salud psicológica con edad ($p=0,014$), edad con CVE ($p=0,012$), cansancio emocional con salud física ($p=0,001$), cansancio emocional con salud psicológica ($p=0,006$), cansancio emocional con CVE ($p=0,005$).

Conclusiones

De los resultados se infiere que: la actividad física mejora la realización personal, la percepción de salud física y la calidad de vida en el entorno. Además, el cansancio emocional -síntoma frecuente en profesionales con burnout- afecta negativamente la salud física y psicológica y la calidad de vida en el entorno. Por otro lado, la edad -dentro del rango de la muestra investigada: 24 a 63 años- se asocia negativamente con la percepción de salud psicológica y de calidad de vida en el entorno. Es aconsejable la actividad física en profesionales con burnout para paliar algunos síntomas, en especial en los de mayor edad.