

*Artículo Original*

# El estrés y sus manifestaciones en docentes del Departamento de Educación de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas

## Manifestations of stress in the faculty of nursing at the School of Medical Sciences in Honduras

<sup>1</sup> Ondina Maribel Salgado Sevilla, <sup>2</sup> Lilia Esperanza Meza Martínez, <sup>3</sup> Sofía Reyes de Marcía, <sup>4</sup> Ada Juventina Velásquez .

### Resumen

El estrés es la respuesta general del organismo ante cualquier estímulo, estresor o situación estresante (según Sayle). Es uno de los riesgos laborales más importantes en el personal de enfermería junto a los riesgos, químicos y biológicos. **Objetivo:** Identificar los estresores químicos, físicos y psicosociales y las manifestaciones relacionadas con el estrés, en el personal docente del Departamento de Educación de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas, con sede en Tegucigalpa. **Metodología:** Es un estudio descriptivo, transversal, realizado en julio de 2005, con la aplicación de un cuestionario a 22 docentes, equivalente al 84% del universo, a las que se le aplicó un cuestionario. **Resultados:** Se encontró que entre los estresores químicos las sustancias químicas como la tiza, marcador y tinta ocupan el primer lugar con un 40.7%, seguido de sustancias desinfectantes con un 26.2% y en tercer lugar las secreciones y fluidos. Sobre los estresores físicos, el 29.3% estuvieron expuestos a ruidos y vibraciones, altas o bajas temperaturas y el 26.8% a movimientos repetitivos. Con respecto a los estresores psicosociales, el 40.9% manifestaron sobrecarga de trabajo, un 36.4% ritmo de trabajo elevado. En general con respecto a los estresores químicos, físicos y psicosociales, la población se concentra

entre los 50 y más años de edad. **Conclusión;** se encontró una serie de manifestaciones que sobresalen por orden de importancia: Infecciones respiratorias, problemas músculo esqueléticos, hipertensión arterial, alergias, enfermedades gastrointestinales, entre otras, siendo la población afectada las docentes que tienen más de 40 años. La mayoría de docentes del departamento de Enfermería está expuesto a los diversos estresores químicos, físicos y psicosociales.

**Palabras claves:** Estrés, estresores químicos, físicos y psicosociales, manifestaciones del estrés.

### Abstract

According to Hans Selye, stress is the response of the organism to stress situations and stressors. The objective of this paper is to study and identify the chemical, physical, psychosocial stressors and its manifestations in the nursing department at the faculty Medical Sciences. The outcome of the stress upon teachers vary from respiratory infections, muscle-skeletal problems, gastro intestinal arterial hypertension, allergies and illnesses, socially present in the individuals above 40.

**Key words:** stress, chemical, physical, psychosocial stressors, stress manifestations

<sup>1</sup> Docente del Depto. de Educación de Enfermería, Área comunitaria. FCM, UNAH.

<sup>2</sup> Docente del Depto. de Educación de Enfermería, Área Materno Infantil. FCM, UNAH.

<sup>3</sup> Docente del Depto. de Educación de Enfermería, Área Médico Quirúrgico FCM, UNAH.

<sup>4</sup> Docente de la Carrera de Medicina, EMET,FCM, UNAH, Docentes egresadas de la Maestría de Epidemiología

## Introducción

El estrés, según Selye: es la respuesta fisiológica y psicológica del cuerpo ante un estímulo (estresor) que puede ser un evento, objeto o persona. <sup>(1)</sup>

Existen dos formas de estrés:

- El eutrés o estrés positivo.
- El distrés o estrés negativo.

La persona con eutrés se caracteriza por ser creativa y motivada, es lo que la mantiene viviendo y trabajando. El individuo expresa o manifiesta sus talentos especiales y su imaginación e iniciativa en forma única-original. Se enfrenta y resuelve el problema, es un estado muy importante para la salud del ser humano indispensable para su funcionamiento y desarrollo.

El distrés produce una sobrecarga de trabajo no asimilable, la cual eventualmente desencadena un desequilibrio fisiológico y psicológico que termina en una reducción en la productividad del individuo, la aparición de enfermedades psicosomáticas y/o en un envejecimiento acelerado.

El estrés según Selye se conceptualiza como un conjunto de fenómenos que suceden en el organismo del trabajador con la participación de los agentes estresantes lesivos derivados directamente del trabajo o que, con motivo de éste, pueden afectar la salud del trabajador. <sup>(1)</sup>

El estrés es inherente al desempeño y lo generan elementos organizacionales del contexto educativo y extraorganizacionales. La Organización Internacional del Trabajo (OIT) define que esta enfermedad es un peligro para las economías de los países industrializados y en vías de desarrollo, disminuyendo, la productividad al afectar la salud física y mental de los trabajadores.

La OIT y la Organización Mundial de la Salud (OMS) consideran que las profesionales de Enfermería son el personal más afectado en relación al estrés ya que están sometidas

a enfrentar diariamente situaciones muy complejas propias de la responsabilidad en el trabajo. Las docentes están sometidas a fuertes presiones y demandas laborales debidas a su rol. En consecuencia, sufren altos niveles de estrés ocupacional, afectando negativamente el nivel de satisfacción, desempeño, productividad y salud, lo cual conlleva a síntomas psicosomáticos, padeciendo de serias enfermedades, donde se pueden desarrollar y acumular gradualmente, provocando el agotamiento o síndrome de Burnot, citado por Slipak. <sup>(1)</sup>

Disminuir los estresores organizacionales no es tarea fácil es necesario que las leyes que rigen la relación entre los empleadores y los empleados cubran las necesidades físicas y psicológicas de los trabajadores para que los efectos o cambios se perciban en la situación general. <sup>(2)</sup>

El estrés laboral aparece cuando se presenta un desajuste entre la persona, el puesto de trabajo y la propia organización. <sup>(3)</sup>

En el presente artículo se describen los estresores químicos, físicos, psicosociales y algunas manifestaciones relacionadas con el estrés que se presentaron en las docentes del Departamento de Educación de Enfermería de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional Autónoma de Honduras.

## Material y Métodos

El estudio realizado es descriptivo transversal, la población de estudio la conformaron las docentes de tiempo completo y medio tiempo, que laboran en el Departamento de Educación de Enfermería de la UNAH, con sede en Tegucigalpa. La muestra fue constituida por 22 docentes que aceptaron participar voluntariamente en la investigación, representando el 84% del universo, realizado en julio de 2005.

Para la elaboración del instrumento se consideró algunas variables incluidas en otros estudios realizados sobre el estrés con preguntas

abiertas y cerradas. Se validó el instrumento con docentes de otros departamentos de la Facultad de Ciencias Médicas. La información se procesó en el programa Excel, utilizando como medidas estadísticas los promedios, porcentaje y prevalencia.

## Resultados

El personal docente del Departamento de Educación de Enfermería se caracteriza por ser del sexo femenino, sus edades oscilan entre 30 y 69 años, el 71% es casada y un 29% soltera. En relación a la jornada de trabajo el 76.4% laboran a tiempo completo y un 23.6% a medio tiempo. Con respecto a las unidades valorativas, el 41.1% tiene a su cargo entre 10 a 12 unidades y el 29.5, tienen 13 o más. El 58.8% de las docentes que tienen más de 10 unidades valorativas laboran a tiempo completo.

En relación a la carga académica por asignatura: El 67.7% imparte 1 asignatura de 8 a 14 unidades valorativas, el 17.7%, 2 asignaturas y un 14.6%, 3 ó 4 asignaturas. Al relacionar edad con estresores químicos, en la población que se concentra entre 51 y más años de edad se

encontró que el 50% ha manipulado sustancias químicas (tiza, marcador, tinta), un 31.7% ha estado en contacto con sustancias desinfectantes (cloro, savlón entre otras), un 27.2% secreciones y fluidos (sangre y sus derivados, orina, heces, saliva, liquido amniótico entre otros)(ver tabla 1).

En relación a la edad (51 años y más) y exposición de estresores físicos, el 50% ha estado expuesto a ruidos, vibraciones, altas o bajas temperaturas, un 45.4% a movimientos repetitivos, el 40.9% a riesgos derivados de la postura y movimientos, un 22.7% a la postura y 9.1% a manipulación de carga. Otros estresores físicos encontrados en menor porcentaje son la iluminación deficiente, ambiente con inadecuada ventilación, ambiente con infraestructura inadecuada, tecnología insuficiente y/u obsoleta, material y equipo insuficiente, falta de equipo de protección individual (ver tabla 2).

Con respecto a la edad de las docentes (51 y más) según estresores psicosociales el 36.3 % manifestaron sobrecarga de trabajo, el 31.8 % ritmo de trabajo elevado, el 13.6% escasas relaciones sociales y el resto insatisfacción laboral, trastornos emocionales, intimidaciones y represalias (ver tabla 3).

**TABLA No 1**  
**Distribución de la población según edad y estresores químicos**  
**Docentes del Departamento de Educación de Enfermería. Julio 2005**

EDAD	ESTRESORES QUÍMICOS					
	Manipulación de Sustancias químicas		Contacto con secreciones y fluidos		Contacto con sustancias desinfectantes	
	No.	%	No.	%	No.	%
30 a 40	1	4.5	0	0	1	4.5
41 a 50	1	4.5	0	0	0	0
51 a 60	9	40.9	5	22.7	4	18.1
61 y más	2	9.1	1	4.5	3	13.6
<b>Total</b>	<b>13</b>	<b>59.0</b>	<b>6</b>	<b>27.2</b>	<b>8</b>	<b>36.2</b>

**TABLA No 2**  
**Distribución de la población según edad y estresores físicos.**  
**Departamento de Educación de Enfermería. Julio 2005**

EDAD	ESTRESORES PSICOSOCIALES									
	Ruidos, vibraciones, altas y bajas temperaturas		Riesgos Derivados Posturas y Movimientos		Manipulación de Cargas		Movimientos Repetitivos		Posturas	
	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%
30 a 40	1	4.5	1	4.5	1	4.5	1	4.5	0	0
41 a 50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
51 a 60	9	40.9	7	31.8	2	9.1	8	36.3	5	22.7
61 y más	2	9.1	2	9.1	0	0	2	9.1	0	0
TOTAL	12	54.5	10	45.4	3	13.6	11	49.9	5	22.7

**TABLA No 3**  
**Distribución de la población según edad y estresores psicosociales**  
**Departamento de Educación de Enfermería. Julio 2005**

EDAD	ESTRESORES PSICOSOCIALES									
	Ritmo trabajo elevado		Escasas relaciones sociales		Intimidación, represalia y trastornos emocionales		Insatisfacción laboral		Sobrecarga de trabajo	
	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%
30 a 40	1	4.5	0	0	0	0	1	4.5	1	4.5
41 a 50	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
51 a 60	7	31.8	2	9.1	1	4.5	1	4.5	7	31.8
61 y más	0	0	1	4.5	1	4.5	0	0	1	4.5
Total	8	36.3	3	13.6	2	9	2	9	9	40.8

De las manifestaciones físicas relacionadas con el estrés que han presentado las docentes, se encontró un 31.7% con infecciones respiratorias agudas, 18.2 % problemas músculo esqueléticos, hipertensión 13.6%, problemas gastrointestinales 13.6% y alergias 13.6 %, la población más afectada esta entre los 41 y los 60 años de edad (ver tabla 4).

### Prevalencia de estresores

Es importante resaltar que por cada 10 docentes, 7 de ellas han estado expuestas a estresores laborales. (17 docentes estuvieron expuestos a algunos estresores).

### Prevalencia de manifestaciones:

Por cada 10 docentes, 8 han presentado algunas manifestaciones relacionadas con el estrés.

### Magnitud de la situación.

- El número de estresores por persona es de 1.09.
- El número de manifestaciones por persona es de 0.9

Estos resultados nos dan una relación de 1 estresor por docente y 1 manifestación por docente.

### Discusión

Los hallazgos sobre las manifestaciones relacionadas con el estrés en esta investigación, coinciden con lo que se plantea en algunos estudios realizados por psiquiatras y psicoanalistas, éstos consideran que las enfermeras se encuentran entre los profesionales que tienen mayor riesgo.<sup>(4)</sup>

**TABLA No 4**  
**Edad según manifestaciones relacionadas con el estrés**  
**Docentes del departamento de Educación de Enfermería, julio 2005.**

EDAD	MANIFESTACIONES													
	Gastro intestinal		Músculo Esquelético		Infecciones Respiratorias		Alergias		Problemas de visión Insomnio		Hipertensión		Otros dengue	
	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%	No	%
30 a 40	0	0	0	0	1	4.5	0	0	0	0	0	0	0	0
41 a 50	1	4.5	2	9.1	1	4.5	0	0	0	0	0	0	0	0
51 a 60	2	9.1	2	9.1	4	18.2	3	13.6	2	9.1	2	9.1	1	4.5
61 más	0	0	0	0	1	4.5	0	0	0	0	1	4.5	0	0
Total	3	13.6	4	18.2	7	31.7	3	13.6	2	9.1	3	13.6	1	4.5

Según Selye la persistencia del individuo ante los agentes estresantes durante meses o aun años, produce enfermedades de carácter permanente, con mayor importancia y también de mayor gravedad. En este estudio las enfermedades que han afectado a las docentes, en orden de importancia son: infecciones respiratorias (bronquitis, neumonía, gripes), enfermedades músculo-esqueléticas (esguinces, fracturas a nivel de miembros inferiores, lumbalgias), hipertensión, alergias, trastornos gastrointestinales (gastritis, colon irritable, diarreas).<sup>(5)</sup>

Otros elementos que contribuyen a reforzar estos hallazgos son la edad, ubicada entre la cuarta y la sexta década, el género, unido a la multiplicidad de roles intrainstitucionales y extrainstitucionales, contrastando con un estudio que demuestra que, con el tiempo, las mujeres que tienen mucho trabajo, poco control sobre el mismo y escaso apoyo en su entorno laboral, tienen una peor salud física y mental, además de un mayor deterioro de sus habilidades.<sup>(6)</sup>

Fontana, Norfolk, al igual que Ivancevich y Matteson proponen los factores familiares como generadores de estrés, cuando se da preferencia al trabajo y la vida hogareña pasa a un segundo plano. En estos casos, la dedicación a la organización supone un impedimento para la vida de pareja y familia.

Entre los estresores psicosociales que generaron manifestaciones en la población estudiada, se encontraron: sobrecarga de trabajo, ritmo de trabajo elevado, escasas relaciones sociales, insatisfacción laboral, intimidación, represalia y trastornos emocionales. Algunos estudiosos les consideran entre los principales factores psicosociales que con notable frecuencia condicionan la presencia de estrés laboral.<sup>(7,8,9)</sup>

La OIT ha clasificado a la Enfermería entre los ocho campos de trabajo en la que el estrés es el factor laboral principal para enfermarse. Además, la OMS en su Informe del año 2000 presentó una evaluación de la calidad de los sistemas de salud demostrando que en relación a la tasa de accidentabilidad, morbilidad y absentismo de los profesionales, el personal de Enfermería resultó ser el más afectado, lo que estaba directamente ligado a sus condiciones de trabajo.<sup>(7)</sup>

La enfermería como una profesión sanitaria gerenciada fundamentalmente por mujeres, es un caso típico de personas sometidas a estrés, ya que deben enfrentarse diariamente a situaciones muy complejas derivadas de la responsabilidad en el trabajo, de las condiciones físicas donde el mismo se ejerce, de las relaciones con sus compañeras o compañeros, otros miembros del equipo de salud, con pacientes, con familiares, entre otros, conjugando todo ello con su vida privada.<sup>(10,11)</sup>

En el campo de la docencia la profesional de la Enfermería se desempeña en tres ámbitos laborales: institución educativa, institución de salud y el hogar; esta diversidad de responsabilidades incrementa el nivel de estrés disminuyendo la productividad del individuo, llevando a la aparición de enfermedades psicosomáticas y a un envejecimiento acelerado.<sup>(12)</sup>

Se considera que para hacer frente al estrés y reorganizar el ambiente de trabajo en función de actitudes y aspiraciones de los talentos humanos se debe establecer en el Departamento de Educación de Enfermería un sistema de vigilancia epidemiológica encaminado a la prevención, control y disminución del estrés.<sup>(13,14)</sup>

## Agradecimiento

A la Msc. Juana Carolina Buchanan y a la Msc. Brenda Meléndez por su valiosa colaboración en este estudio.

## Bibliografía

1. Slipak O. Estrés Laboral. ALCMEON19 (revista en Internet)\* 1996 (acceso 16 junio 2005); (4). Disponible en: [http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19\\_03.htm](http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19_03.htm)
2. Rodríguez H.T. Manual para la formación de trabajadores. Conceptos básicos para la evaluación e intervención del estrés laboral consultado el 30 de marzo del 2006 Disponible en: [http://www.ccoo.upv.es/salud\\_laboral/manual\\_estres\\_laboral.htm](http://www.ccoo.upv.es/salud_laboral/manual_estres_laboral.htm)
3. Vila D. la estresante labor de enseñar. MUF@CE (revista en Internet) Primavera 2003. (Acceso 14 de junio del 2005); 48 (36, 37,38).disponible en: <http://www.map.es/gobierno/muface/p190/educ.htm>
4. Ortega Villalobos J. Estrés y Trabajo. La nueva revista de Medicina y Salud en Internet (Revista en Internet) 1999 Enero. (Acceso 16 de junio del 2005); disponible en: [http://www.medspain.com/n3\\_feb99/stress.htm](http://www.medspain.com/n3_feb99/stress.htm)
5. Matey P. El estrés laboral esta asociado a un declive en la salud. Suplemento de Salud de diario El Mundo 2000 junio. Disponible en: [http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19\\_03.htm](http://www.drwebsa.com.ar/aap/alcmeon/19/a19_03.htm)
6. Sánchez de Gallardo M, Maldonado Ortiz L. Estrés en docentes universitarios. Revista de Ciencias sociales (RCS) (Revista en Internet) 2003 mayo (Acceso 15 de junio del 2006); 9 (2). Disponible en: <http://www.serbi.luz.edu.ve/pdf/rcs/v9n2/artículo10.pdf>
7. Norfolk D. El estrés del Ejecutivo: como reconocer el estrés y utilizarlo en beneficio propio. España: Edición Deusto; 2000. Disponible en: <http://www.serbi.luz.edu.ve/pdf/ed/v10R2/artículo06.pdf>
8. Ivancevich, John M; Matterson, Michael T. Estrés y Trabajo: una perspective gerencial / Stress and work: a managerial perspective. México, DF; TRILLAS; 1992. 267 p.oilus. <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=Ink&exprSearch=179979&indexSearch=ID>.
9. Gaeta, R. El estrés, metodología de investigación (Monografía en Internet) (Acceso 16 junio del 2005). Disponible en: <http://www.monografias.com/trabajo14/estres/shtml>
10. Borges Romero A. Personal de Enfermería: condiciones de trabajo de alto riesgo. Ponencia III Jornada Científica de Enfermería de Venezuela (1998). Salud de los trabajadores. 1998. 6 (2): 113 – 119. Disponible en: [www.opas.org.br/gentequefazsaude/brsde/brsast/e/fuxt/personal/personal.pdf](http://www.opas.org.br/gentequefazsaude/brsde/brsast/e/fuxt/personal/personal.pdf)
11. Cervantes Dueñas M.C. Estrés laboral en enfermería. (En línea) (Acceso 17 junio 2005). Disponible en: [www.enfermeriamburgos.com/descargas/estréslaboralenenfermería.doc](http://www.enfermeriamburgos.com/descargas/estréslaboralenenfermería.doc)
12. Encisto Huerta V. Género y Trabajo: La Enfermería. Disponible en: [www.enfermeriacuantelbra.com/docs/trabajopdf/80pdf](http://www.enfermeriacuantelbra.com/docs/trabajopdf/80pdf)