

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

1^{ra} EDICIÓN



ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

1^{ra} EDICIÓN

Silvio Eleuterio Ortiz Dueñas
Jessenia Paola Ochoa Bustamante
Edinson Patricio Lainez Lara
Fernando Walter Balda Ipertti
Ricardo Fabrizio Argüello Rohde
Leonel Amador Zúñiga Arreaga
Wisthong Fabricio Muñoz Plua
Kimberly Johanna León Flores
Mónica Rossmary Villafuerte Polanco
Diana Raquel Andrade González

EDICIONES MAWIL

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

1^{ra} EDICIÓN

AUTORES

Silvio Eleuterio Ortiz Dueñas

Especialista en Ginecología y Obstetricia;
Médico; Investigador Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
seod801@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8080-2748>

Jessenia Paola Ochoa Bustamante

Máster Universitario en Prevención de Riesgos Laborales;
Maestría en Seguridad y Salud Ocupacional (cursando);
PhD. Doctorado en Educación (cursando);
Diplomado en Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el
Trabajo basado en la ISO 45001;
Diplomado en Sistema de Gestión de Calidad, Seguridad, Salud Ocupacional y Medio Ambiente;
Diplomado en Higiene Ocupacional;
Diplomado en Seguridad y Salud Ocupacional basado en la Ley
29783 y 30222;
Médico; Obstetra; Investigadora Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
Pao_ochoab@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0003-2069-0371>



Edinson Patricio Lainez Lara

Médico; Egresado de Magister en Seguridad y Salud Ocupacional;
Investigador Independiente; Guayaquil, Ecuador;
edisonlainezlara@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8741-6241>

Fernando Walter Balda Iperetti

Magister en Gerencia de Servicios de la Salud;
Médico; Investigador Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
drbaldamedife@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-7277-8266>

Ricardo Fabrizio Arguello Rohde

Doctor en Medicina y Cirugía;
Médico; Investigador Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
fabrizioarguello@hotmail.es
<https://orcid.org/0000-0002-1465-4895>

Wisthong Fabricio Muñiz Plua

Magister en Seguridad y Salud Ocupacional; Médico;
Investigador Independiente; Guayaquil, Ecuador;
fabric1116@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6790-8393>

Leonel Amador Zúñiga Arreaga

Magister en Gerencia de Seguridad y Salud en el Trabajo;
Magister en Epidemiología;
Especialista en Salud y Seguridad Ocupacional Mención en Salud
Ocupacional;
Licenciado en Laboratorio Clínico;
Médico; Investigador Independiente;
dr.leonelzuniga@outlook.com
<https://orcid.org/0000-0003-2666-3905>



Kimberly Johanna León Flores

Médico; Investigadora Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
imy_415@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0002-6742-8613>

Mónica Rossmar Villafuerte Polanco

Licenciada en Enfermería; Investigadora Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
rossmary2167@hotmail.es
<https://orcid.org/0000-0002-5088-5930>

Diana Raquel Andrade González

Licenciada en Enfermería; Investigadora Independiente;
Joya de los Sachas-Orellana, Ecuador;
diani_andrad@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-6683-6343>

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

1^{ra} EDICIÓN

REVISORES

Cristhian Rubén Vallejo Zambrano MD.

MÉDICO – CIRUJANO de la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. (ULEAM)
Vicepresidente Académico Nacional (ANAMER) 2019 – 2020
Miembro del Departamento de Investigación y Falla Cardíaca INCAP-CICCMA
Cursa Estudio para posgrado (EEUU)
Miembro de la European Society of Cardiology
Docente en Empresa Pública Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí
“CENFOR”. (2017)
Cursos de la American Heart Association (BLS – ACLS - PALS)
Curso de Society of Critical Care Medicine (FCCS)
Cursos Internacionales: Harvard Medical School, ST. George’s University,
Johns Hopkins University, Stanford University
World Health Organization.
mdcardiologycrvz@hotmail.com
New York - United States. (EEUU)

María José Espinosa Cedeño MD. MGS.

MÉDICO – CIRUJANO de la Universidad Técnica de Manabí (UTM)
Magíster en Gestión de la Seguridad Clínica del Paciente y
Calidad de la Atención Sanitaria.
Universidad Internacional de la Rioja España (UNIR).
Médico en UNILACADENA SA. Capacitaciones en Emergencia y Desastre,
Gestión de seguridad y salud, psicología laboral, salud laboral.
majoespinosa8@hotmail.com
Portoviejo – Manabí – Ecuador

DATOS DE CATALOGACIÓN

AUTORES:

Silvio Eleuterio Ortiz Dueñas
Jessenia Paola Ochoa Bustamante
Edinson Patricio Lainez Lara
Fernando Walter Balda Ipertti
Ricardo Fabrizio Argüello Rohde
Leonel Amador Zúñiga Arreaga
Wisthong Fabricio Muñiz Plua
Kimberly Johanna León Flores
Mónica Rossmar Villafuerte Polanco
Diana Raquel Andrade González

Título: Estrés laboral en profesionales de la salud en tiempos de pandemia

Descriptor: Ciencias Médicas; Enfermedad profesional; Seguridad laboral;

Salud ocupacional; Salud pública

Código UNESCO: 3204 Medicina del Trabajo; 3204.02

Enfermedades Profesionales; 3204.03 Salud Profesional

Clasificación Decimal Dewey/Cutter: 616.98/Or85

Área: Ciencias Médicas

Edición: 1^{era}

ISBN: 978-9942-826-63-3

Editorial: Mawil Publicaciones de Ecuador, 2021

Ciudad, País: Quito, Ecuador

Formato: 148 x 210 mm.

Páginas: 143

DOI: <https://doi.org/10.26820/978-9942-826-63-3>



Texto para docentes y estudiantes universitarios

El proyecto didáctico **Estrés laboral en profesionales de la salud en tiempos de pandemia**, es una obra colectiva escrita por varios autores y publicada por MAWIL; publicación revisada por el equipo profesional y editorial siguiendo los lineamientos y estructuras establecidos por el departamento de publicaciones de MAWIL de New Jersey.

© Reservados todos los derechos. La reproducción parcial o total queda estrictamente prohibida, sin la autorización expresa de los autores, bajo sanciones establecidas en las leyes, por cualquier medio o procedimiento.

Director Académico: PhD. Jose María Lalama Aguirre
Dirección Central MAWIL: Office 18 Center Avenue Caldwell; New Jersey # 07006
Gerencia Editorial MAWIL-Ecuador: Mg. Vanessa Pamela Quishpe Morocho
Editor de Arte y Diseño: Lic. Eduardo Flores, Arq. Alfredo Díaz
Corrector de estilo: Lic. Marcelo Acuña Cifuentes

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD **EN TIEMPOS DE PANDEMIA**

1^{ra} EDICIÓN

ÍNDICE



EDICIONES MAWIL



Contenido

PRÓLOGO 17
INTRODUCCIÓN 19

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES 23
El estrés 24
Síntomas del estrés 25
Fases del estrés 27

CAPÍTULO II

ESTRÉS LABORAL 30
El estrés laboral 31
Tipos de estrés laboral 32
Fuentes de estrés laboral 34
Causas y factores desencadenantes 37
Factores desencadenantes del estrés laboral 38
Síntomas y consecuencias de estrés laboral 40

CAPÍTULO III

EL ESTRÉS LABORAL COMO UN NUEVO FACTOR DE RIESGO.. 46
Salud ocupacional 47
Seguridad laboral 49
Riesgos laborales 49

CAPÍTULO IV

RIESGOS PSICOSOCIALES 51
La violencia en el trabajo 54
Tipos de violencia en el trabajo 55
Acoso laboral 56
Acoso sexual 58
Inseguridad contractual 60
El burnout o desgaste profesional 60



CAPÍTULO V

LA ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD,
LA ORGANIZACIÓN DEL TRABAJO Y EL ESTRÉS 63

Causas del estrés laboral..... 64

Efectos del estrés laboral..... 65

Evaluación de los riesgos laborales 66

Prevención del estrés laboral..... 67

Solución de los problemas de estrés laboral 67

CAPÍTULO VI

PREVENCIÓN Y MANEJO DE LAS CONSECUENCIAS DEL
ESTRÉS LABORAL..... 69

Prevención del estrés laboral..... 71

Manejo del estrés laboral 76

CAPÍTULO VII

TRATAMIENTO DE LAS ENFERMEDADES
POR ESTRÉS LABORAL..... 81

Nivel individual 83

Tratamiento farmacológico 84

Tratamiento no farmacológico 84

Técnicas de afrontamiento del estrés 85

Nivel organizacional 94

CAPÍTULO VIII

EL ESTRÉS LABORAL EN LOS PROFESIONALES
DE LA SALUD..... 97

Burnout en los profesionales de la salud..... 100

Principales manifestaciones del burnout..... 101

Síndrome de desgaste en profesionales de la salud:
signos y síntomas 102

Manifestaciones clínicas..... 103

Abordaje práctico del síndrome de burnout en
profesionales de la salud 105



Intervenciones preventivas 105
Intervenciones terapéuticas 105
Tratamiento y prevención 106

CAPÍTULO IX

TRABAJO EN EQUIPO EN LOS PROFESIONALES
DE LA SALUD..... 109
Momentos o etapas del proceso de los equipos de trabajo 114
Competencias e indicadores de evaluación de los
equipos de trabajo 115

CAPÍTULO X

MARCO LEGAL INTERNACIONAL Y ECUATORIANO EN
MATERIA DE PROTECCIÓN A LA SALUD OCUPACIONAL
Y SEGURIDAD LABORAL DE LAS/LOS MÉDICOS 120
Convenios y tratados Internacionales..... 122
Organización Internacional del Trabajo (OIT) 123
Comunidad Andina de Naciones 125
Normativa ecuatoriana 126
Constitución Política de la República del Ecuador 127
Ley Orgánica de la Salud..... 129
Código del Trabajo 130
Ley de Seguridad Social..... 131
Ley Orgánica del Servicio Público 132
Reglamento a la Ley Orgánica del Servicio Público 132
Decreto Ejecutivo 2393: Reglamento de Seguridad
y Salud de los trabajadores y Mejoramiento del
Medio Ambiente de Trabajo. 133

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS 136

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD **EN TIEMPOS DE PANDEMIA**

1^{ra} EDICIÓN

TABLAS



EDICIONES MAWIL

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA



Tabla 1. Síntomas del estrés	26
Tabla 2. Consecuencias físicas del estrés laboral	42
Tabla 3. Tipos de violencia en el trabajo	55
Tabla 4. Medidas colectivas en el ámbito laboral para prevenir el estrés	72
Tabla 5. Riesgos psicosociales daños y medidas preventivas.....	75
Tabla 6. Tratamiento terapéutico de los síntomas del estrés	85
Tabla 7. Fases de la técnica de relajación	87
Tabla 8. Manifestaciones clínicas del burnout en médicos	103
Tabla 9. Conductas de los médicos.....	104

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD **EN TIEMPOS DE PANDEMIA**

1^{ra} EDICIÓN

FIGURAS



EDICIONES MAWIL

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA



Figura 1. Fases del estrés.	28
Figura 2. Fuentes del estrés.	35
Figura 3. Estresores del ambiente.	39
Figura 4. Estresores propios del trabajo.	39
Figura 5. Estresores por relaciones interpersonales.	40
Figura 6. Consecuencias psicológicas del estrés laboral.	43
Figura 7. Signos o manifestaciones externas a nivel motor de conducta del estrés laboral.	44
Figura 8. Consecuencias del estrés laboral para la empresa.	44
Figura 9. Características de los factores psicosociales.	53
Figura 10. Efectos del estrés laboral.	65
Figura 11. Fases de la gestión de riesgo.	66
Figura 12. Categorías para la prevención del estrés laboral.	67
Figura 13. Estrategias para atender los problemas de estrés laboral.	68
Figura 14. Niveles de prevención del estrés laboral.	74
Figura 15. Componentes para la elaboración de programas de prevención de riesgos laborales.	94
Figura 16. Principales manifestaciones del síndrome de burnout.	101
Figura 17. Grado de severidad del síndrome de burnout.	102
Figura 18. Intervenciones preventivas. Síndrome de burnout.	105
Figura 19. Estrategia para la prevención del burnout.	107
Figura 20. Principios de entrenamiento.	112
Figura 21. Pilares de la instrucción para el trabajo en equipo.	113
Figura 22. Niveles de trabajo médico.	114
Figura 23. Jerarquía jurídica en Ecuador en materia de seguridad y salud en el trabajo.	127

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD **EN TIEMPOS DE PANDEMIA**

1^{ra} EDICIÓN



Para mayor información o adquisición de este libro comunicarse con el autor contacto

Silvio Eleuterio Ortiz Dueñas
Especialista en Ginecología y Obstetricia;
Médico; Investigador Independiente;
Guayaquil, Ecuador;
seod801@hotmail.com
<https://orcid.org/0000-0001-8080-2748>

EDICIONES MAWIL

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

**Silvio Eleuterio Ortiz Dueñas
Jessenia Paola Ochoa Bustamante
Edinson Patricio Lainez Lara
Fernando Walter Balda Iperti
Ricardo Fabrizio Argüello Rohde
Leonel Amador Zúñiga Arreaga
Wisthong Fabricio Muñiz Plua
Kimberly Johanna León Flores
Mónica Rossmary Villafuerte Polanco
Diana Raquel Andrade González**

AUTORES

ISBN: 978-9942-826-63-3



© Reservados todos los derechos. La reproducción parcial o total queda estrictamente prohibida, sin la autorización expresa de los autores, bajo sanciones establecidas en las leyes, por cualquier medio o procedimiento.

CREATIVE COMMONS RECONOCIMIENTO-NO-COMERCIAL-COMPARTIRIGUAL 4.0.

ESTRÉS LABORAL EN PROFESIONALES DE LA SALUD EN TIEMPOS DE PANDEMIA

