

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

**SALUD MENTAL EN EL PERSONAL DE SALUD ASISTENCIAL: REVISIÓN
DOCUMENTAL SOBRE LOS FACTORES QUE SE ASOCIAN A SU DESARROLLO
Y LA PREVALENCIA.**

**PRESENTADO POR
CASTRO LOPEZ YENIFER
GUZMAN FALLA SARITH YISELA
MORENO LOPEZ ERIKA MILENA**

**DIRIGIDO POR
MARIA DEL PILAR RODRIGUEZ RENGIFO
MAGISTER**

**POLITÉCNICO GRANCOLOMBIANO INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA
FACULTAD SOCIEDAD, CULTURA Y CREATIVIDAD
ESCUELA DE ESTUDIOS EN PSICOLOGÍA, TALENTO HUMANO Y SOCIEDAD
PROGRAMA PROFESIONAL EN GESTIÓN DE LA SEGURIDAD Y LA SALUD
LABORAL
BOGOTÁ, 5, JUNIO, 2024.**

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

AGRADECIMIENTOS

Primeramente, damos gracias a Dios por permitirnos tener una buena experiencia dentro de la universidad, gracias a nuestra universidad por permitirnos convertirnos en profesionales en lo que tanto nos apasiona, gracias a cada uno de los maestros que participo en nuestra formación educativa. Que genera como resultado este grupo de graduados, y como evocación y experiencia en la historia: este trabajo de grado que permanecerá dentro de los conocimientos y desarrollo de las demás generaciones que estén por venir.

Finalmente agradecemos a quien lee este apartado y más de nuestro trabajo de grado, por permitir a nuestras experiencias, investigaciones, conocimientos.

Resumen

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

La investigación tuvo como objetivo determinar el estado del conocimiento relacionado con los factores de riesgo que afectan la salud mental en el personal asistencial de salud en Colombia, desde el análisis de estudio desarrollados en los últimos 10 años, a través de un enfoque cuantitativo y cualitativo, es decir mixto, por medio de la revisión documental para contrastar y analizar las investigaciones mediante la metodología PRISMA 2020, analizando 30 investigaciones como parte de la muestra, las cuales se registraron en una matriz de Excel donde en una hoja se registró la información de cada investigación y en otra los aspectos relevantes para dar respuesta a los objetivos planteados. Los resultados permitieron identificar que existe alta prevalencia de trastornos relacionados con la depresión, la ansiedad, el estrés laboral, el síndrome de Burnout y el insomnio, que se relacionan con factores del entorno laboral como condiciones precarias laborales, la sobrecarga laboral, la falta de apoyo institucional y la exposición constante a situaciones traumáticas. Se concluye, que las estrategias más frecuentes se enfocan en procesos de capacitación y apoyo psicológico, también las que se relacionan con las mejoras laborales y el fortalecimiento de las redes de Apoyo.

Palabras clave: trastornos mentales, salud mental, riesgos psicosociales, sector salud, asistencial.

Abstract

The research aimed to determine the state of knowledge related to risk factors that affect mental health in healthcare personnel in Colombia, based on the analysis of studies developed over the last 10 years, through a quantitative and qualitative approach, that is, a mixed approach, by means of documentary review to contrast and analyze the research using the PRISMA 2020 methodology, analyzing 30 investigations as part of the sample, which were recorded in an Excel matrix where the information of each investigation was recorded in one sheet and the relevant aspects in another to respond to the stated objectives. The results allowed to identify a high prevalence of disorders related to depression, anxiety, work stress, Burnout syndrome and insomnia, which are related to work environment factors such as precarious working conditions, work overload, lack of institutional support and constant exposure to traumatic situations. It is concluded that the most frequent strategies focus on training processes and psychological support, also those related to job improvements and the strengthening of support networks.

Keywords: mental disorders, mental health, psychosocial risks, health sector, healthcare.



Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	5
1. Planteamiento del Problema	7
1.1 Pregunta de Investigación	9
2. Objetivos.....	11
2.1 Objetivo General	11
2.2 Objetivos específicos.....	11
3. Justificación.....	12
4. Marco Teórico	14
5. Marco Legal	16
6. Diseño Metodológico.....	19
Fases De Investigación.....	21
7. Resultados.....	22
8. Conclusiones.....	30
Referencias bibliográficas	34

Listado de tablas

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Tabla 1 Normatividad Aplicable a la salud mental en Colombia..... 17

Listado de graficas

Gráfica 1 Factores Asociados a la Salud Mental 23

Gráfica 2 Principales trastornos mentales de la población según la literatura. 26

Gráfica 3 Principales estrategias de intervención. 28

INTRODUCCIÓN

La afectación en la salud mental incluye trastornos como la ansiedad, trastornos de estados de ánimo y la depresión, dentro de sus causas se identifican muchos factores que pueden estar relacionados con factores sociales, biológicos o psicológicos, identificando el



Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

estrés laboral, las experiencias traumáticas o los problemas familiares dentro de estos factores, sobre todo aquellos en los que las personas que padecen afectación en la salud mental, son expuestos a traumas desde la infancia desarrollando así trastornos mentales más severos o graves en la adultez (Lombana y Vargas, 2021).

En Colombia, la afectación en la salud mental tiene desafíos sin precedentes debido a la escasez de profesionales que puedan atender esta situación, ya que solo se cuenta con dos psiquiatras por cada 100 mil habitantes, muy por debajo de lo que recomienda la Organización Mundial de la Salud (OMS) a los países, es decir que cada 100,000 habitantes debe contar con por lo menos 17 profesionales, razón por la cual en Colombia más del 85% de las personas que presentan algún trastorno mental, no tiene la atención profesional especializada necesaria (Galeano y Cortes, 2023). Con relación al anterior, la afectación en la salud mental no es un flagelo que afecte solamente al individuo que lo padece, sino que afecta económicamente al país, ya que se ha logrado establecer que esta situación ha tenido un impacto económico en Colombia de por lo menos 56 mil millones de dólares en los años comprendidos entre el 2013 y 2022.

Por otra parte, en el este escrito se podrá mostrar el desarrollo de una investigación que inicia con el planteamiento del problema, los diversos objetivos el general y los específicos, así como la justificación, el marco teórico, el marco legal, el diseño metodológico, los resultados y las conclusiones. Para el grupo de investigadores, el proceso de la investigación actual presenta un alto impacto en la formación académica y solidez en el desarrollo de capacidades y destrezas que serán útiles y necesarias para el crecimiento de la labor profesional, una vez se encuentren dentro de un contexto laboral real, asimismo el conocer estas situaciones relacionadas con los riesgos laborales directamente de investigaciones previamente desarrolladas, generará en el grupo investigador conocimientos

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

que serán propios y necesarios para implementar o desarrollar políticas o estrategias de control, mitigación y prevención frente a los riesgos que se están analizando.

1. Planteamiento del Problema

De acuerdo con datos recientes con base a la Encuesta Nacional De Condiciones De Trabajo desarrollado en el 2020 más del 34% de los trabajadores en América Latina, indican presentar algún tipo de estrés por el desarrollo de la actividad laboral, sobre todo por las exigencias y las altas demandas laborales. Este dato es particularmente alto en sectores como el comercio y la salud, ya que estos deben realizar multitarea la mayor parte del tiempo en el que desarrollan la actividad laboral y es una situación muy común.

Así mismo, de acuerdo con el Ministerio de salud en Colombia, más del 66% del personal de la salud asistencial ha presentado en algún momento de su vida problemas con relación a la afectación de la salud mental. Dentro de esas afectaciones se identifican agotamiento profesional o desarrollo de la enfermedad del síndrome Burnout, de así como presencia de cuadros de ansiedad o depresión, esto debido principalmente a las largas jornadas de trabajo que tienen los trabajadores del sector de la salud, así como a la exposición constante a situaciones que generan en ellos trauma o estrés, sin olvidar que en Colombia los recursos para desempeñar la labor en el personal de la salud son altamente reducidos y no se cuentan con entornos laborales equipados y adecuados para el éxito de la actividad laboral (Aya et al, 2023).

Además, la salud mental actualmente en Colombia es una preocupación constante, pues se estima que por lo menos el 22% de la población colombiana presenta algún tipo de trastorno mental, dentro de los más comunes se identifica la ansiedad, presente en por lo menos el 12% de la población colombiana, le sigue la depresión presente por lo menos el 10% de la población colombiana y finalmente, trastornos relacionados con el estado de ánimo presente en el 15% de la población colombiana.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Dentro del entorno laboral, los riesgos psicosociales son aquellos que afectan la salud mental, física y social de los trabajadores, incluyendo su rendimiento y su calidad laboral, dentro de estos riesgos se identifican los que son generados por el contenido propio del trabajo, dentro de los cuales se incluye la sobrecarga laboral, el desarrollo de trabajo repetitivo o monótono, la falta de decisión o autonomía propia del trabajador, la presión por el cumplimiento de metas o el conflicto por el desarrollo de la actividad laboral (Rengel y Vilatuña 2023). De igual manera, se identifican factores relacionados con la organización o empresa, en donde se reconocen afectaciones por una estructura organizacional rígida, inadecuados estilos de liderazgos, poca participación dentro de la toma de decisiones, proceso de comunicación deficientes o ausencia de políticas que permitan tener un equilibrio entre la vida laboral y familiar del trabajador (Cordova et al, 2024). Además, de los factores que guardan relación con el desarrollo interpersonal del trabajador, dentro de los cuales se identifica el acoso laboral, la presencia de violencia en el trabajo, ser víctima de discriminación, conflictos entre compañeros o pares y la falta de apoyo social por parte de la empresa (Villacres y Velázquez, 2022).

A todo lo anterior, se le suma los factores que incluyen situaciones con la actividad laboral como el conflicto para el desarrollo del trabajo, la atribución de trabajos tareas o responsabilidades excesivas, la falta de conocimiento para el desarrollo de la actividad laboral y la falta de claridad para el desarrollo de las tareas laborales (Acosta, 2022). Dentro de las consecuencias de los riesgos psicosociales en el trabajador, está la afectación en la salud individual en donde el trabajador presenta cuadros emocionales relacionados con estrés crónico, ansiedad, irritabilidad, depresión, así como dificultades cognitivas frente a la concentración, la toma de decisiones o afectación en la memoria y afectación física, con relación a enfermedades cardiovasculares, fatigas, trastornos intestinales o dolores musculares (Gómez et al, 2021).

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

1.1 Pregunta de Investigación

¿Cuál es el estado de conocimiento con relación a los factores de riesgo asociados a la salud mental del personal de la salud asistencial en Colombia, con base a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años?

1.2 Antecedentes

A continuación, se relacionan los antecedentes históricos del tema de investigación actual, los cuales corresponden a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años:

En la investigación desarrollada por Henao (2023) se logró identificar que una carga de trabajo mayor a 50% es un factor de riesgo para que dentro del entorno laboral se presenten eventos adversos. Concluyendo que la carga de trabajo está determinada por diferentes factores, dentro de los cuales se establece la característica propia de la actividad laboral y la calidad en el entorno de trabajo.

Así mismo, Uribe et al (2023) establecieron una correlación positiva y moderada entre el ambiente educacional y el nivel de bienestar emocional de los estudiantes, concluyendo que un entorno educativo que sea positivo se asocia de manera directa con el bienestar mental y psicológico de los estudiantes, ya que en aquellos que el bienestar mental fue menor se identificó mayor nivel de fatiga y afectación emocional, que se relacionan con la carga académica y la exigencia clínica del entorno laboral y académico.

También, Cataño et al (2022) identificaron que las mujeres presentan mayor índice de afectación en enfermedades y en su salud física, incluyendo síntomas relacionados con la depresión y la ansiedad, concluyendo que las situaciones estresantes del trabajo, los factores derivados de la pandemia, los hábitos de vida no saludables y situaciones relacionadas con la

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

vulneración de derechos o violencia, afectan de manera directa la salud mental de los trabajadores del sector salud.

Asimismo, Hernández (2022) identifico los factores que desde el riesgo psicosocial causa y afecta la salud mental de los trabajadores del sector salud, tales como la ansiedad, el estrés, la depresión y el insomnio están relacionados con factores de riesgo psicosocial en el personal de la salud y se manifiestan de manera reiterada, teniendo en cuenta que la actividad laboral y sobre todo las instituciones prestadoras de servicios de salud, lo garantizan en su población trabajadora los descansos, el apoyo y el acompañamiento adecuado para que se mitigue el impacto negativo que genera el desarrollo de la actividad laboral en el personal, sobre todo aquellos que se encontraron en la primera línea contra la atención y la contención del virus.

Adicionalmente, Ayuque et al (2022) identificaron que las personas que se ubican entre los 41 y 60 años tienen mayor índice de estrés y ansiedad, pero menor índice de depresión, concluyendo que el personal de enfermería presenta los mayores porcentajes relacionados con depresión, ansiedad y estrés.

De igual forma, Ávila (2021) plantea que las estrategias de afrontamiento que utilizan los profesionales de la salud están relacionadas con la solución, el apoyo emocional y social, sin embargo, el estudio sugiere que el tipo de estrategia que se utiliza depende directamente de la preparación académica del encuestado, dado a que la búsqueda de apoyo social se identificó de manera prevalente en aquellos que realizaron estudios cortos con relación a la salud mental o tienen otro tipo de formación académica.

Así mismo, Díaz (2021) plantea que dentro de los trabajadores de la salud de las mujeres tienen sensaciones negativas persistentes tales como angustia, decepción, ansiedad y tristeza, manifiestan querer dejar de ejercer la profesión debido a los niveles críticos de

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

insatisfacción laboral, el desánimo, falta de interés, estrés, agotamiento, físico, ansiedad, agotamiento mental y dificultad para concentrarse.

Adicionalmente, López y Nova (2021) indican que la población cercana a pacientes con afectaciones o trastornos mentales como los enfermeros, también pueden tener una incidencia para el desarrollo de problemas o trastornos mentales debido a la socialización que tienen con los pacientes, afectando de manera significativa la salud emocional y psicológica de los enfermeros.

También Cantor et al (2021) indican que las afectaciones en la salud mental de los profesionales de la salud se relacionan con el querer dejar la profesión, la falta de interés, la tristeza, el desánimo, la angustia, la ansiedad, la decepción y la tristeza, el incremento o el inicio en el consumo de alcohol. Dentro de los factores detonantes están las condiciones laborales, la falta de incentivos o reconocimientos por parte de los empleadores, el aumento de la carga laboral, él no poder compartir con su familia debido al trabajo generó alto niveles de estrés.

Finalmente, Chávez (2020) determina que los factores de riesgos psicosocial se relacionan con las exigencias laborales, la remuneración frente a la paga, las condiciones de trabajo y la carga laboral, estableciendo como factores de estrés laboral la interacción social, el contenido y la característica de la tarea y los aspectos de la organización empresarial.

2. Objetivos

2.1 Objetivo General

Determinar el estado de conocimiento con relación a los factores de riesgo asociados a la salud mental del personal de la salud asistencial en Colombia con base a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años.

2.2 Objetivos específicos



Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Identificar los factores que se asocian con la afectación en la salud mental del personal asistencial de la salud en Colombia con base a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años.

Reconocer los principales trastornos mentales del personal de la salud asistencial en Colombia con base a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años.

Relacionar las primordiales estrategias de intervención aplicadas al del personal de la salud asistencial en Colombia con base a investigaciones desarrolladas en los últimos 10 años.

3. Justificación

El desarrollo de esta investigación servirá para conocer datos estadísticos actuales y desde un enfoque multidisciplinario, conocer e identificar los diferentes patrones de riesgos, para de esta manera establecer acciones de mitigación, control o prevención, desde el ejercicio y desarrollo de políticas organizacionales en la empresa que permitan el mejoramiento de la salud mental en los trabajadores. Adicionalmente, el desarrollar esta investigación permitirá beneficiar frente al mejoramiento del bienestar laboral, ya que contar con insumos teóricos permitirá desarrollar estrategias que mitiguen en riesgo y mejorar el bienestar de los trabajadores, reduciendo los procesos que generan afectación en la salud mental de los trabajadores de la salud. Ya que, de manera puntual frente a la depresión, entre 2019 y 2023 se registraron más de 1,180 casos de depresión, afectando por lo menos al 4% de la población donde el 72% fueron mujeres, ahora bien, con relación al suicidio en la última década en Colombia se han reportado por lo menos 2700 casos de suicidio en la población infantil y adolescente y para el 2022 se registraron por lo menos 16 mil casos de lesiones autoinfligidas o casos de envenenamiento, en donde más del 79% de las víctimas fueron hombres (Ministerio de Salud y Protección Social, 2023).

Además, autores como Henaó (2023) indica que más del 50% de los trabajadores de ese sector tienen carga laboral elevada, coincidiendo con lo expuesto por Cataño et al., (2022)

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

quienes indican que el sector de la salud tiene en un 80% mayor prevalencia de síntomas relacionados con ansiedad y la depresión, debido a factores que guardan relación con el estrés laboral. Así mismo Hernández (2022) indica que más del 70% de la población trabajadora del sector salud no cuenta con descanso adecuados, tiene poco acompañamiento institucional y está expuesto de manera prolongada al estrés, afectando de manera negativa su salud mental. Otros estudios como el desarrollado por Ayuque (2022) establecieron que los trabajadores con edades de entre los 40 y los 60 son los que tienen mayor nivel de ansiedad y estrés, además se identifica una alta prevalencia en la intención de abandono a la profesión, el consumo de alcohol, agotamiento físico y mental e insatisfacción laboral generalizada, sobre todo en las mujeres. Finalmente, el Observatorio Nacional de la Salud y el Ministerio de Protección Social de Colombia, indican que más de 30% de población trabajadora de sector salud presenta síntomas mentales relacionados con la depresión, ansiedad y estrés crónico, incrementándose en un 40% las afectaciones psicológicas en este en estos profesionales en comparación con años anteriores.

De igual manera, el desarrollo de la investigación podrá generar beneficios en torno a los niveles de ausentismo laboral, el mejoramiento el ambiente laboral y la prevención ante el desarrollo de enfermedades mentales. De manera puntual la investigación podrá beneficiar a los trabajadores de la salud, al mejorar su calidad de vida y su salud, a los empleadores y las empresas al mejorar procesos de productividad, reducción de costos con relación a las ausencias o la rotación del personal y al generar herramientas que permitan diseñar políticas laborales y gestión del personal de manera más adecuada, evitando que en la población trabajadora se presenten situaciones potenciales que generen afectación en la salud mental. Finalmente, esta investigación permitirá contar con información actualizada para el diseño de medidas preventivas que se adapten de acuerdo con las características de la población

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

trabajadora del sector salud, todo con el fin de que se propenda por el mejoramiento de la calidad de vida del trabajador, así como garantizar la seguridad y salud en el entorno laboral.

4. Marco Teórico

En Colombia se entiende como actividad asistencial en salud, a todas las acciones que se realizan por profesionales o técnicos del área de la salud tales como auxiliares de enfermería, terapeutas, médicos, enfermeros entre otros y que se orientan a la atención que se presta de manera directa a los pacientes en instituciones hospitalarias o extra hospitalarias. De acuerdo con el Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, el personal asistencial es aquel que desarrolla funciones con contacto directo en pacientes, realizan procesos de prevención, tratamiento, diagnóstico, cuidados paliativos y rehabilitación, situación que implica una alta responsabilidad emocional y técnica y combina conocimientos teóricos y técnicos.

Hablar de salud mental en el personal de la salud refiere conocer aspectos relacionados con el agotamiento, el estrés o la ansiedad que se generan debido a la carga laboral y a la exposición que tiene ese tipo de trabajadores a situaciones de sufrimiento, incluyendo la falta de recursos adecuados para el desarrollo de su actividad laboral, situaciones que afectan el bienestar personal del trabajador y la calidad de su trabajo (Tómala et al., 2021).

Entendiendo que el bienestar psicológico dentro del ámbito laboral hace referencia a la capacidad que tiene cada trabajador para manejar el estrés, experimentar un nivel de satisfacción adecuada en su trabajo y mantener la relaciones con sus compañeros de manera saludable. En los trabajadores del contexto sanitario el bienestar psicológico implica procurar que no se presenten trastornos mentales y garantizar que se promueva de manera exitosa los factores que favorezcan a la salud mental positiva de los trabajadores (Machado y Freire, 2024).

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Por otro lado, como trastornos mentales se identifican todos aquellos que afectan la salud del trabajador y que impactan de manera negativa en la calidad de su trabajo, en la atención al paciente y están relacionados con la ansiedad, el agotamiento profesional y la depresión. Dentro de estos se pueden identificar los factores de riesgo psicosocial, los cuales están relacionados con la sobrecarga de trabajo, el horario regular, la falta de apoyo en su entorno laboral y la exposición del trabajador a situaciones estresantes, donde la combinación de todas estas situaciones aumenta de manera potencial la vulnerabilidad para que el trabajador desarrolle trastornos mentales o afectaciones en su salud mental (Charry et al., 2024).

Para mitigar o prevenir la aparición de trastornos mentales en el contexto laboral sobre todo el personal sanitario, se deben identificar los factores protectores actuales como la formación continua, el apoyo social, una supervisión adecuada y la implementación de estrategias de autocuidado, las cuales permiten mitigar de manera exitosa el impacto negativo que tiene el estrés en los trabajadores, fortaleciendo la resiliencia y el bienestar de estos (Carrizosa, 2021).

Así mismo, existen otros factores a tener en cuenta para mitigar la afectación de la salud mental de los trabajadores tales como, las condiciones organizacionales las cuales deben garantizar un ambiente de trabajo desde la colaboración, la participación activa y el reconocimiento de los trabajadores, a fin de reducir la presencia de trastornos mentales en los profesionales (Martínez et al., 2020). También, un ambiente laboral positivo que se caracterice por la comunicación abierta, la disposición de recursos adecuados y respeto mutuo, lo que impacta positivamente en el bienestar psicológico del trabajador, disminuyendo el estrés y aumentando la satisfacción laboral (Valencia-Contrera et al., 2022).

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Adicionalmente, se identifica la satisfacción laboral como la percepción que tiene el trabajador frente a la justicia organizacional, el equilibrio adecuado de su vida personal y laboral y las oportunidades que tiene para desarrollarse profesionalmente, entendiéndose que un alto nivel de satisfacción laboral permite minimizar la posibilidad de presentar trastornos mentales en los trabajadores del sector salud (Fernández Walteros et al., 2017).

Adicionalmente, como factor protector está el apoyo institucional, el cual por medio de políticas y programas que se implementen en las instituciones de salud relacionados con la salud mental ocupacional, las capacitaciones frente al manejo del estrés, la prevención del estrés y los programas de formación, permiten de manera esencial apoyar la salud mental del personal sanitario (Durán Sánchez, 2023). Finalmente, se identifican las demandas del trabajo asistencial, que para el personal del sector sanitario está relacionado con la toma de decisión crítica, la atención de pacientes en situación de emergencia y la gestión del trabajo frente a recursos limitados, lo que puede generar altos niveles de estrés en el trabajador, frente a esto es necesario reconocer y gestionar las demandas del trabajo para prevenir problemas de salud mental y agotamiento en el personal (Morales Bran, 2022).

5. Marco Legal

En Colombia, el bienestar de los trabajadores en torno a la Salud mental sobre todo en el sector de la salud, ha cobrado gran importancia debido a la exigencia de los riesgos psicosociales propios del desarrollo de la actividad laboral, por esto dentro del estado se establece un marco normativo específico que propende por garantizar la protección, prevención e intervención de la salud mental en aquellos que trabajan dentro de la salud y el sector asistencial, de los cuales se identifican las siguientes leyes y resoluciones vigentes.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Tabla 1

Normatividad Aplicable a la salud mental en Colombia.

Norma	Análisis
Ley 1751 de 2015 expedida por el Congreso de la República de Colombia.	Por la cual se establece la Ley Estatutaria de la Salud, en donde se garantiza el acceso a la salud en Colombia, incluyendo todo lo relacionado con la salud mental.
Ley 1616 de 2013 expedida por el Ministerio de Trabajo y el Ministerio De Salud y Protección Social	<p>Por medio de esta Ley se establece el marco general para la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación de la salud mental en Colombia, en donde en su artículo 9 se enfoca en la salud mental y la prevención de los trastornos mentales en el ámbito laboral, estableciendo que las Administradoras de Riesgos Laborales deben desarrollar programas, servicios y estrategias en pro de la salud mental y la prevención de trastornos mentales, garantizando que todas las empresas desarrollen el Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo y realicen procesos de monitoreo permanente frente a los factores de riesgos psicosocial.</p> <p>Esta Ley en su Artículo 21 otorga protección especial para el talento humano que desarrolla actividades en torno a la Salud mental, así mismo en su Artículo 20 obliga a los prestadores de servicio de la salud a realizar actualización continua del talento humano con relación a métodos, técnicas y de tecnologías que sean pertinentes frente a la promoción de la salud mental, su tratamiento y rehabilitación psicosocial.</p>
Ley 1616 de 2013 expedida por el Congreso de la República de Colombia.	Esta Ley hace la definición de lo que se considera acoso laboral, establece las medidas que se deben abordar para su prevención y su sanción en caso de presentarse en el entorno de trabajo.
Ley 1562 de 2012 expedida por el Ministerio de Trabajo	Esta Ley reforma el Sistema de Riesgos Laborales en Colombia e incluye la salud mental como parte fundamental de la seguridad y salud en el trabajo, estableciendo que las Aseguradoras de Riesgo Laborales deben implementar acciones frente a la promoción y prevención en la salud mental, así como realizar procesos de inspección, vigilancia y control de dichas acciones.
Ley 100 de 1993 expedida por el Congreso de la República de Colombia.	Esta Ley establece el Sistema de Seguridad Integral, dentro del cual se determina como una obligación al empleador velar por la protección del trabajador desde los riesgos físicos, mentales y emocionales.
Decreto Ley 171 de 2016 expedida por el Presidente de la República de Colombia.	Modifica el artículo 2.2.4.6.3.7. del decreto 1072 de 2015, al incluir los riesgos psicosociales dentro del SG-SST
Decreto Ley 1072 de 2015 expedida por el Presidente de la República de Colombia.	Por el cual se expide el Decreto único reglamentario para el trabajo, en donde en el Capítulo 2.2.4.6 se

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Decreto Ley 1295 de 1994 expedida por el Ministro de Gobierno de la República de Colombia.	explica que el empleador debe identificar, evaluar y controlar todos los riesgos laborales, incluyendo los psicosociales.
Resolución 20249100200066056 de 2024 emitida por la Superintendencia Nacional De Salud	Por la cual se establece el Sistema General de Riesgos Laborales y se definen las obligaciones puntuales que tienen los empleadores para el cuidado de los trabajadores en torno a los riesgos laborales, incluyendo los riesgos psicosociales.
Resolución 20249100300086 de 2024 emitida por la Superintendencia Nacional De Salud	Esta resolución actualiza y adopta el reglamento de higiene y seguridad industrial en la Superintendencia Nacional De Salud, en donde a través del contexto de salud mental laboral, estipula que las entidades deben implementar diferentes actividades que se orienten a promover y mantener el bienestar físico, mental y social de los funcionarios de todas las áreas, ya sean administrativas y operativas para prevenir cualquier daño en la salud que sea consecuencia de la condición de trabajo.
Resolución 2764 de 2022 expedida por el Ministerio de Trabajo	Esta Resolución deroga la Resolución 2021900000164886 de 2021 y conforma los comités de convivencia laboral, para prevenir las conductas de acoso laboral y atenderlas en caso de que se presenten, a través de un proceso interno que sea conciliatorio, confidencial y efectivo, procurando garantizar la salud mental y respeto a la dignidad de todos los trabajadores.
Resolución 2404 de 2019 expedida por el Ministerio de Trabajo	En esta Resolución se establecen los términos técnicos mínimos obligatorios para la identificación, evaluación, monitoreo e intervención de los factores de riesgos psicosocial en el trabajo.
Circular 70 de 2024 expedida por el Ministerio de Trabajo.	Esta Resolución establece el protocolo de intervención para trabajadores de la salud y sector asistencial social, enfocándose en la gestión sobre las demandas del trabajo, el reconocimiento dentro del entorno laboral y las directrices para la prevención en manejo de riesgos psicosociales. Además, en su Artículo 7 establece que en las situaciones de emergencia ya sean social ambiental o sanitarias, las empresas deben realizar y fortalecer las acciones de prevención e intervención para proteger la salud y el bienestar de los trabajadores, incluyendo aquellas que requieran la intervención o asistencia psicológica y acciones frente a la promoción y prevención de la Salud mental
Resolución 2404 de 2019 expedida por el Ministerio de Trabajo	Por medio de la cual se establece la Bateria de Instrumento de Evaluación de Riesgos Psicosociales.
Circular 70 de 2024 expedida por el Ministerio de Trabajo.	Por medio de la circular el Ministerio de Trabajo, recordó a todos los trabajadores y a las Administradoras de Riesgos Laborales la obligación que se tiene con relación a los estilos de vida y trabajo saludable, para mejorar la calidad de vida de los trabajadores, la actividad productiva, el clima laboral y el bienestar social, haciendo énfasis en las acciones que prevengan, promuevan e intervengan los factores de riesgo psicosocial.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Nota: Elaboración propia a partir de la norma consultada

6. Diseño Metodológico

Enfoque de investigación:

La investigación se desarrolla desde un enfoque mixto, que de acuerdo con lo expuesto por Hernández Sampieri (2024) permite comprender de manera profunda los fenómenos sociales en el contexto directo en el que se presentan, ya que este enfoque permite dar prioridad al significado que le dan las personas de acuerdo a sus experiencias, además de que se puede medir, cuantificar o generalizar los resultados, interpretando la realidad desde cada una de las experiencias y la perspectiva de los participantes.

Para la anterior, el enfoque emplea técnicas como la observación directa, la entrevista abierta y el análisis de los contenidos, en donde al ser un proceso flexible permite que la investigación se dé en torno a la problemática estudiada. Por otro lado, al ser un proceso de revisión documental, este enfoque consiste en desarrollar un contraste entre las fuentes que se analizan y las posturas que exponen los autores o investigadores con relación al tema que se está investigando, por lo que se logra tener una visión más profunda del tema investigar desde un sustento teórico o empírico.

Tipo de investigación:

La investigación actual se desarrolla desde una investigación documental, la cual de acuerdo con Hernández Sampieri (2024) consiste en el desarrollo de un proceso de análisis, interpretación y reflexión de manera crítica de la información que se encuentra en bases de datos científicas con relación al tema que se estudia, por lo que a través de la consulta de artículos científicos, tesis u otros documentos de carácter académico se plantea la identificación de fuentes primarias para extraer información que permita dar respuesta, tanto a la pregunta problema como los objetivos planteados en la investigación actual. De igual manera, la investigación documental facilita los procesos de comprensión, interpretación y

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

reinterpretación del tema que se estudia, desde la identificación de los aportes teóricos empíricos que realizan los investigadores, para a través de la organización, clasificación y verificación de los datos y la información, construir un argumento sólido para dar respuesta al tema de investigación actual.

Diseño de la investigación:

El diseño de la investigación es sistemático de la literatura fundamentado en la Metodología PRISMA, donde de acuerdo con Hernández Sampieri (2024) la revisión sistemática de la literatura es un proceso riguroso y transparente que pretende sintetizar toda evidencia científica de manera reproducible y objetiva. Por otro lado, la Metodología PRISMA proporciona la guía para la elaborar y presentar revisiones sistemáticas, donde su objetivo fundamental es garantizar la transparencia y la calidad de los estudios para la documentación adecuada de los métodos y resultados. La Metodología PRISMA en su versión 2020 tiene un total de 27 ítems de verificación que se distribuyen en siete secciones, esta se adapta a diferentes tipos de investigaciones pues incluye pasos que van desde la formulación de la pregunta de investigación, hasta los criterios a tener en cuenta en la inclusión y exclusión de la muestra, pasando por la selección de los estudios, el análisis de los datos y la síntesis de los resultados, para terminar con la presentación de las conclusiones.

Para desarrollar la Metodología PRISMA inicialmente se debe realizar el planteamiento del problema y de los objetivos utilizando el modelo PICO el cual incluye Población, Intervención, Comparación y Resultados. De igual manera, se realiza la delimitación de los criterios de inclusión y exclusión de los documentos, las estrategias de búsqueda, la selección de los estudios, la extracción de los datos y la síntesis de los resultados, para finalmente realizar un informe que contenga como mínimo la identificación puntual de las investigaciones que hacen parte de la muestra.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Fases De Investigación

Desde la metodología PRISMA el desarrollo de una investigación documental sigue las siguientes fases:

De acuerdo con la metodología PRISMA inicialmente se debe realizar el planteamiento del problema y la formulación de la pregunta de investigación, en donde se define de manera clara la pregunta que por medio de la revisión se plantea responder. Seguidamente, se hace un proceso de elaboración y registro del protocolo de revisión, en donde se describen los métodos que se utilizaron para registrar la información analizada, así como los archivos que hacen parte de dicho análisis. Así mismo, se procede a hacer la respectiva búsqueda sistemática de la literatura, en donde se hace el diseño y ejecución de una estrategia puntual de búsqueda como palabras claves, enfocadas a la línea de nuestra investigación, reproducible en múltiples bases de datos científicas, como lo son para Dialnet Uniroja, Revistas Unab, Scielo, entre otras. Posterior a eso, se hace la selección de los estudios que harán parte del análisis, en donde se establecen los criterios de inclusión y exclusión (características del personal médico asistencial, tipo de investigación y conclusiones encontradas), para de esta manera definir previamente los estudios a seleccionar.

De igual manera, una vez desarrollada las fases anteriores se hace la extracción de los datos para recolectar la información de todos los estudios incluidos, teniendo en cuenta los datos claves, las características, los resultados de las indagaciones que afectan la salud mental, el bienestar en sus jornadas de trabajo, el desarrollo de sus actividades en tiempos libres, demás comportamientos en su día a día y las recomendaciones que podemos llegar a concluir después de identificar los factores de riesgo. Todo lo anterior, permitirá desarrollar la siguiente fase, la cual es la síntesis de los resultados, en donde de manera cualitativa se hace la descripción de los análisis de acuerdo con los hallazgos que se identificaron en los estudios seleccionados, y finalmente, se hace la recopilación de información para llegar a un(os)

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

diagnostico(s) final(es) con base a los objetivos estratégicos y a la metodología PRISMA cuya versión más reciente involucra por lo menos 27 ítems de la guía.

7. Resultados

Factores que se asocian con la afectación en la salud mental del personal asistencial de la salud.

Para dar cumplimiento a este objetivo, es necesario identificar los principales problemas que afectan la salud mental del personal médico, no se puede dejar por fuera ningún factor que ponga en riesgo la integridad física y mental del personal, aunque es un tema complejo el que los colaboradores puedan brindar información detallada por miedo a represalias por parte de sus jefes, lo que se busca es orientarlos a la mejora de su calidad de vida con nuestra investigación.

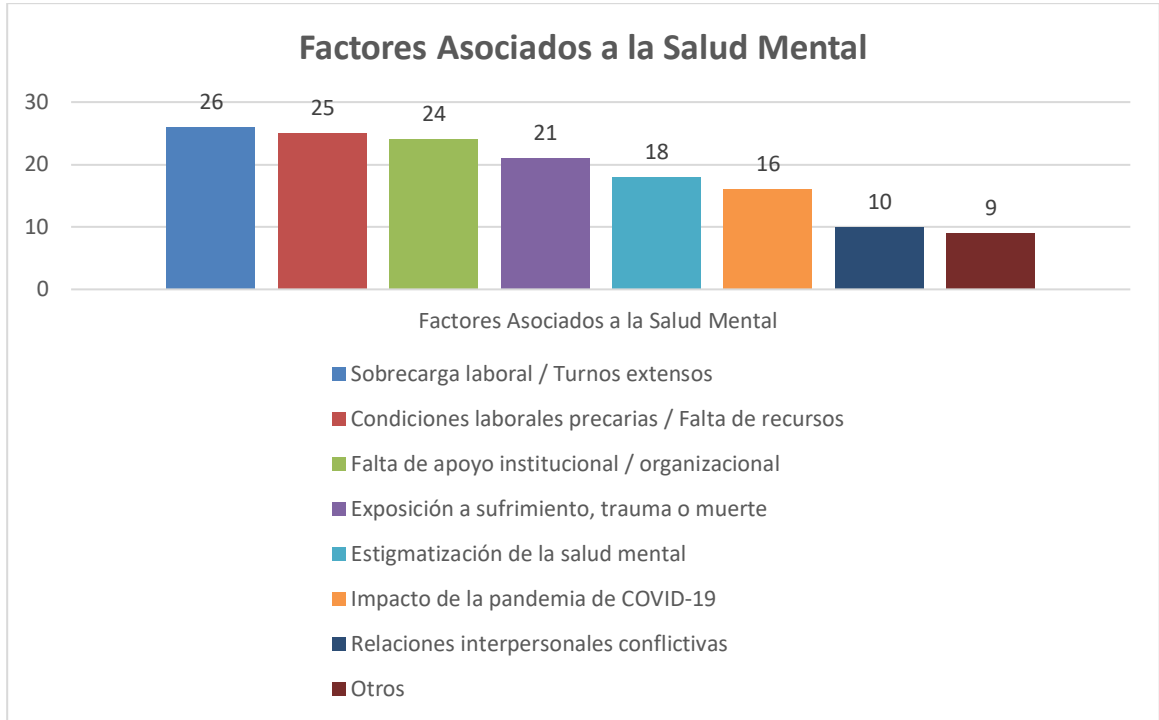
La idea de identificar los factores que afectan la salud mental del personal de asistencia es empezar a abordar los principales factores de riesgo, que puedan y sepan identificar los problemas que los hacen enfermar y/o no contar con una buena condición de salud.



Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Gráfica 1

Factores Asociados a la Salud Mental



Fuente: Elaboración propia.

La muestra en el número de las investigaciones escogidas para la realizar este proyecto logró identificar que, con relación a los factores asociados a la afectación de la salud mental de los trabajadores de sector asistencial en la salud, se identifican principalmente condiciones relacionadas con condiciones laborales adversas, la carga laboral excesiva, la falta de apoyo institucional, así como la exposición constante del personal a situaciones traumáticas y la estigmatización con relación a los trastornos mentales. En primera instancia, se identifica la sobrecarga laboral y los trastornos prolongados como una de la causa principal para el estrés y el agotamiento emocional, de igual manera la gran mayoría de las investigaciones en sus resultados resaltan que las jornadas laborales extensas, la alta demanda frente a la atención de los pacientes y la presión constante que tienen los trabajadores, son un desgaste significativo que incrementa la probabilidad de que los trabajadores desarrollen trastornos mentales.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

De igual manera, las condiciones laborales precarias relacionadas con la falta de recursos, la falta de dotación en equipos y elementos de protección personal, se encontró evidencia de certeza baja a muy baja, que cubrir más partes del cuerpo puede conducir a una mejor protección, pero a menudo se hace a costa de que sea más difícil ponérselo o quitárselo y menos cómodo de llevar (Joan 2020), así como la falta de personal, son factores que agravan de manera potencial las situaciones laborales de los trabajadores, limitando el desarrollo de sus capacidades y la calidad en la atención y el desarrollo del trabajo seguro y efectivo. Así mismo, se identifica la falta de apoyo institucional como un factor que dificulta en el personal del sector salud, administrar o gestionar de manera efectiva sus emociones, ya que no se identifican programas que permitan un apoyo psicológico, de bienestar y de supervisión que contribuyen a disminuir las exigencias y los riesgos laborales, por tanto este vacío junto con la falta de una cultura organizacional y la estigmatización frente a la salud mental, son barreras que para los trabajadores constituyen una situación que perpetúa el malestar emocional y afecta la salud mental.

A lo anterior, se suma la exposición constante que tiene el personal de la salud al sufrimiento de otro humano, en donde contar con una relación directa frente al dolor, la muerte y enfermedades graves, constituye un factor determinante que impacta de manera emocional al trabajador y genera potencialmente depresión, ansiedad y el síndrome de Burnout en esta población, La excepcional altura alcanzada por el estrés en los trabajos hospitalarios y en su personal de salud es, sobre todo, el resultado de la combinación de una labor de intensa responsabilidad con una disponibilidad y entrega continuamente abierta a las necesidades de los enfermos (Bianchino, 1997) . Finalmente, otros factores relacionados con la relaciones interpersonales conflictivas, la falta del reconocimiento al trabajo y el esfuerzo profesional, así como factores sociodemográficos relacionados con la edad, el estado civil, el género, la presencia de violencia laboral, la inseguridad dentro del entorno laboral, la falta de

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

información en salud mental o formación frente a la afrontamiento del estrés, las condiciones personales propias y familiares de los trabajadores y la fatiga que genera la falta de tiempo libre y el tipo de transporte que utilizan los trabajadores del sector salud, son otros factores que se identificaron dentro de las investigaciones pero en menor medida.

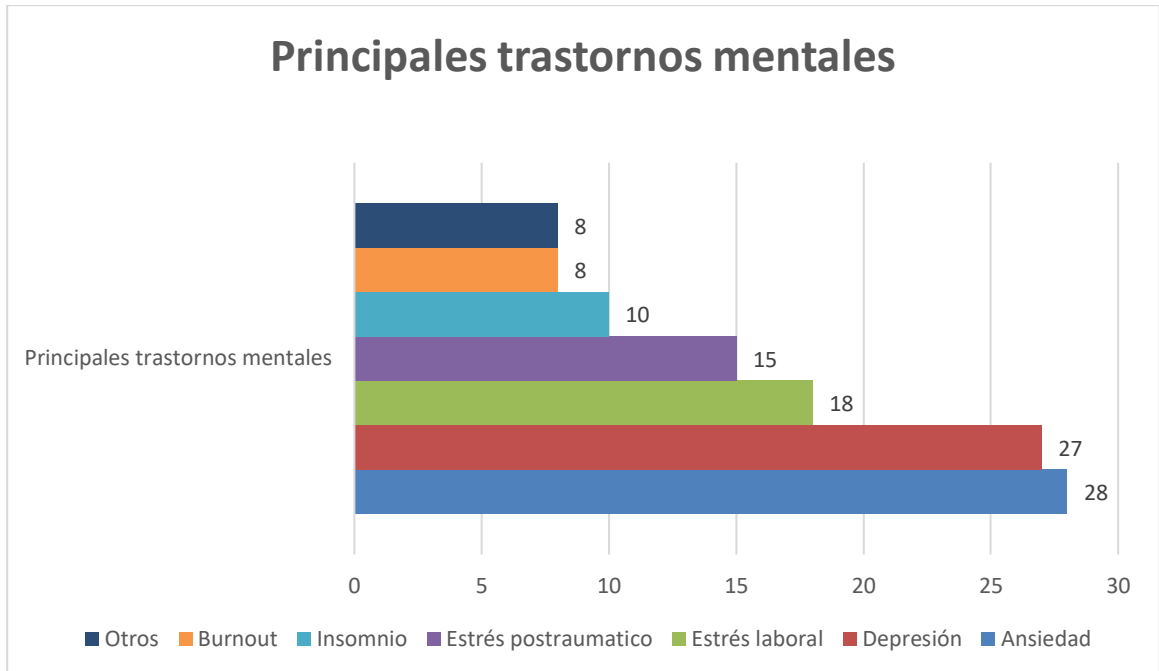
Principales trastornos mentales de la población según la literatura.

En Colombia existen De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS) 400 tipos de trastornos mentales. Si bien cada trastorno tiene características propias que los diferencian entre sí, en muchos casos pueden presentar factores comunes, tales como la etiología o los síntomas, que hacen que puedan ser agrupados en categorías específicas. Este tipo de clasificaciones son utilizadas con el fin de conocer, comprender y trabajar los diferentes tipos de trastornos. (Araluce, 2021), al reconocer los principales trastornos podemos empezar a indagar sobre estos, sobre cómo afecta la salud mental de la población estudio, en este caso, el personal médico de asistencia en salud, quienes se ven afectados física y mentalmente por estos factores de riesgo.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Gráfica 2

Principales trastornos mentales de la población según la literatura.



Fuente: Elaboración propia.

Luego de realizar el estudio al número total de las investigaciones se identificó un patrón claro frente a la prevalencia de diferentes trastornos mentales en la población del sector salud, donde el trastorno más frecuente fue el relacionado con la ansiedad, identificándose esta como una preocupación excesiva relacionada con síntomas físicos como la alta tensión, las palpitaciones constantes y la dificultad para concentrarse, este trastorno afectó a 28 grupos poblacionales de las 30 investigaciones identificadas, siendo las mujeres las que particularmente son más prevalentes a sufrir este trastorno.

En segundo lugar, se identificó el trastorno depresivo o la depresión, identificado en 27 estudios de 30 estudios analizados, donde esta se caracterizó por sentimientos relacionados con la tristeza, la pérdida de interés, la fatiga y se presentó de manera frecuente en jóvenes, adultos mayores y en mujeres, su prevalencia se relacionó con la insatisfacción laboral y con situaciones de estrés prolongado. En tercer lugar, se identificó el estrés laboral como un

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

trastorno relevante en 18 investigaciones analizadas de las 30 investigaciones que hicieron parte de la muestra, estableciendo vínculos relacionados con la carga laboral intensa, la presión constante y de falta de control sobre la tarea y el entorno laboral, manifestándose con síntomas físicos y emocionales que derivaron trastornos mentales en la población trabajadora.

Por último y en menor prevalencia se identificó la experiencia de traumática o el trastorno de estrés postraumático en 15 estudios analizados de 30 investigaciones que hicieron parte de la muestra, el cual se asoció con re experimentar eventos traumáticos y se relacionó con síntomas como pesadillas, evitación de situaciones traumáticos o la hiper vigilancia, afectando a los profesionales de la salud que se expusieron a situaciones extremas.

Adicionalmente, se identificaron otros trastornos en menor frecuencia como fueron el síndrome de Burnout que se caracterizó por agotamiento emocional, baja realización personal y despersonalización, así como trastornos de sueño, insomnio, estado de ánimo y trastornos psicóticos como la esquizofrenia, la presencia de conducta disruptivo o trastornos alimenticios y problemas relacionados con el consumo de alcohol y sustancias psicoactivas, que constituyen áreas que requieren una atención importante en el sector salud.

Principales estrategias de intervención.

Para identificar las estrategias de intervención a utilizar para tratar los problemas de salud mental en los trabajadores del sector salud, es importante identificar cuáles son estos y con cuales herramientas vamos a mejorar sus condiciones de salud.

Cabe resaltar que la GTC 45 nos da unos lineamientos que podemos utilizar y en los cuales basarnos para realizar las mejores estrategias.

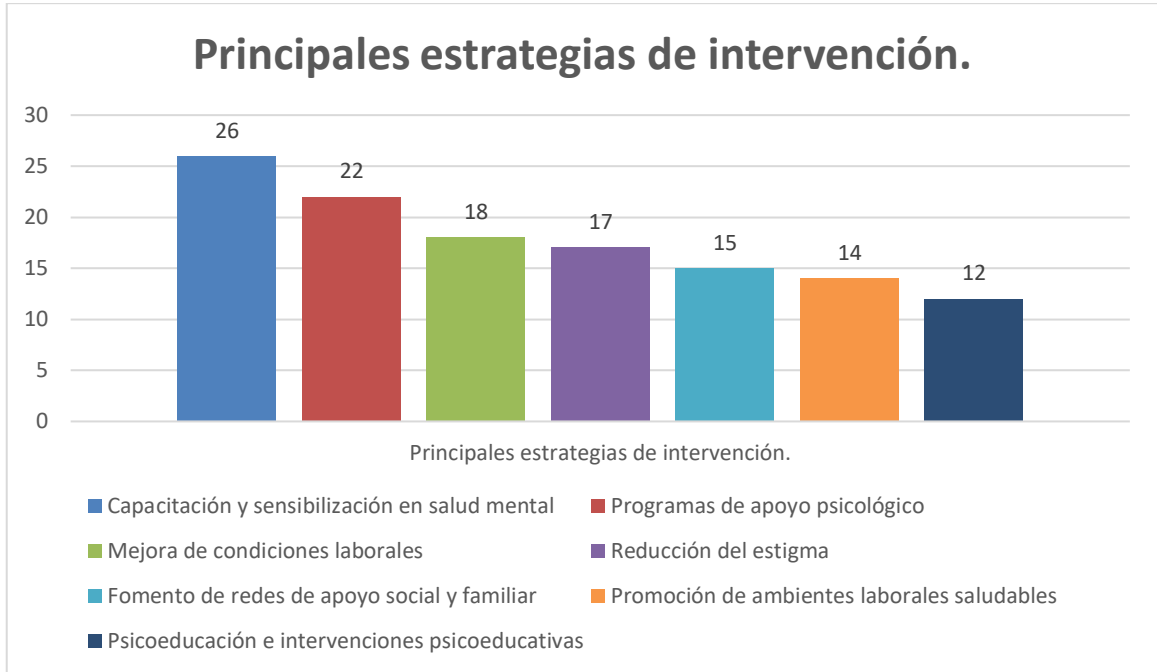


Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Gráfica

3

Principales estrategias de intervención.



Fuente: Elaboración propia.

De acuerdo a la investigación en el total de las revistas, las estrategias de intervención más recurrentes se agruparon en categorías principales que combinaron en bienestar psicológico, la reducción del estrés y la mejora de la calidad de vida, dentro de estas una de las estrategias fundamentales fue la implementación de los programas psicológicos de apoyo como son la línea interna de comunicación de problemas mentales, mhGAP orientado a la salud mental en el hospital, y apoyo en el comité de convivencia laboral en donde se incluyeron procesos y servicios de terapia individual y grupal y el establecimiento de apoyo desde la empresa, para facilitar la atención continua y especializada en torno a la salud mental de los trabajadores. Las investigaciones enfatizaron en la necesidad de que se desarrollen estos programas para ofrecer un acompañamiento emocional efectivo y oportuno y un manejo de crisis como el pilar fundamental para los procesos de intervención.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

De manera complementaria, se identificó la capacitación y la sensibilización en torno a los temas de salud mental como otra estrategia primordial, estableciendo la formación constante del personal, la identificación de los trastornos y el manejo de los mismos como una técnica frente al estrés y con el fin de promover la resiliencia en el personal, todo para fortalecer la capacidad de afrontamiento colectivo e individual de las situaciones estresantes, basados en los factores que se encontraron en el primer objetivo trazado, sin olvidar la capacitación frente a la reducción del estigma que se asocia a los problemas mentales, las condiciones de seguridad en su entorno o cerca a su lugar de trabajo, el desprecio de personas por la profesión que ocupan las personas del sector salud, también fortaleciendo la cultura organizacional y favoreciendo un entorno social más abierto y receptivo.

Otra estrategia central, giró en torno al mejoramiento de las condiciones laborales, desde las medidas de reducción de la carga laboral, el mejoramiento en los turnos, los recursos, mejora en sus puestos de trabajo, y la creación de los ambientes saludables y favorables, que reduzcan el estrés y la sobrecarga laboral, acciones que permitieron mejorar la salud mental del personal asistencial de la salud y promovieron un entorno equilibrado y productivo. Así mismo, se identificaron estrategias que giraron en torno al fortalecimiento de las redes de apoyo familiares y sociales como un componente esencial para brindar soporte emocional a los trabajadores y crear espacios de contención, tanto en el entorno familiar como en el ámbito laboral, constituyendo procesos de formación a grupos de apoyo y fomentando relaciones interpersonales que permitan facilitar la recuperación y el bienestar emocional de los trabajadores.

De igual manera, se identificaron protocolos y políticas institucionales que permitieron regular y priorizar la salud mental en los trabajadores, a través de normas claras e intervenciones que garantizaron la sostenibilidad de estos, estas políticas facilitaron la integración de programas de bienestar y fortalecer el compromiso de las empresas frente a la

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

salud psicológica de los trabajadores. Finalmente, se identificaron estrategias como la psicoeducación, las intervenciones comunitarias, los procesos de promoción del autocuidado y la evaluación continua frente al estado mental, que contemplaron un conjunto de acciones que desde una intervención integral buscaron mitigar los efectos de los trastornos y del estrés y promover la prevención y el desarrollo de habilidades en la población trabajadora que permita afrontar las situaciones estresantes a largo plazo.

8. Conclusiones

Una vez realizado el proceso de investigación y conforme a los objetivos se concluye lo siguiente:

Después de analizar en su totalidad todas las revistas que utilizamos para nuestra investigación y en relación a estudios desarrollados en los últimos 10 años en Colombia se concluye, que con base a esto el estado del conocimiento sobre los factores de riesgos que se asocian en la salud mental del personal de la salud es amplio y permite conocer una problemática compleja y multifactorial relacionada con este tema, ya que se evidencia que existe una alta prevalencia de trastornos relacionados con la ansiedad, la depresión y el estrés laboral, donde se vinculan de manera directa las condiciones laborales exigentes y contextos que tienen una alta demanda o presión emocional, la doctora Alejandra Araluce nos dice que los signos y síntomas de una enfermedad mental pueden variar según el trastorno, la persona y sus circunstancias así como el peso de otros factores anexos (Araluce, 2021)

Con relación a los factores de riesgo, se identifican la sobrecarga laboral, las condiciones laborales precarias, la falta de apoyo de la organización y la exposición constante a sufrimiento o muerte como parte de un entorno laboral que es altamente demandante y emocionalmente desgastante para el trabajador. Además, se logró conocer que frente a las estrategias de intervención las que han resultado más estudiadas se enfocan en procesos que

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

girar en torno a la capacitación en la salud mental y los programas de apoyo psicológico y menos de la mitad de las investigaciones realizadas indican las mejoras relacionadas con las condiciones de trabajo, por lo que se evidencia que existe una tendencia al fortalecimiento de habilidades individuales, más no al fortalecimiento desde la cultura organizacional o el soporte institucional de las empresas, es decir que conforme a estos hallazgos se identifica una necesidad urgente de implementar políticas integrales y sostenidas que permitan abordar los factores tanto individuales como laborales que se identificaron en estas investigaciones analizadas, para desarrollar procesos que permitan mejorar la salud mental en los trabajadores de este sector quienes son emocionalmente expuestos durante el desarrollo de su actividad laboral, en cuanto a la inversión en salud mental, la OMS informa que en muchos países solo se invierte el 2 % del total de los recursos de la salud, siendo el gasto anual promedio en salud mental inferior a US\$ 3 por habitante y en los países de bajos ingresos, US\$ 0,25 por habitante, donde la escasez de psiquiatras, enfermeras, psicólogos y trabajadores sociales son algunos de los principales obstáculos (ROJAS-BERNAL luz Angela 2018).

Por otro lado, los estudios que se analizaron permiten concluir que frente a la afectación en la salud mental del personal se vinculan de manera múltiple diferentes factores, que además de estar relacionados con el contexto laboral y la situación de la empresa, se relacionan con la exposición constante que tienen los trabajadores a situaciones traumáticas, además de la estigmatización que se tiene frente a los trastornos mentales y el impacto que de manera grave dejó la pandemia del COVID-19 en estos trabajadores debido a la intensa y alta vulnerabilidad psicológica que sufrieron estos durante ese periodo. Por tanto, estos hallazgos evidencian que se hace necesario la implementación de programas y políticas que permitan el mejoramiento de las condiciones de trabajo, fortalezcan los procesos de apoyo emocional y profesional a los trabajadores del sector salud y logren promover una cultura organizacional que identifique, reconozca y atienda la salud mental del personal sanitario, para de esta

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

manera poder garantizar el bienestar integral de quienes desde la primera línea atienden y aseguran la calidad del sistema de salud en Colombia En relación con los correlatos demográficos, se sabe que las mujeres tienen una mayor probabilidad de presentar trastornos del estado de ánimo o trastornos de ansiedad, mientras que los hombres tienen mayor probabilidad de sufrir trastornos relacionados con el control de impulsos (POSADA JOSE A 2013).

Ahora bien, con relación a los trastornos principales que afectaron la salud mental en la población conforme a la revisión desarrollada, se logra establecer y concluir que la ansiedad, el estrés, la depresión y el trastorno de estrés postraumático, fueron los trastornos más relevantes y prevalentes en este tipo de población, afectados directamente por la carga laboral y la situaciones traumáticas, desarrollando de manera adicional trastornos asociados con el síndrome de Burnout y el insomnio, lo que evidencia un gran impacto emocional y físico por la exposición a situaciones de crisis, por tanto reconocer las condiciones mentales permitirá orientar las políticas y estrategias de intervención que de manera efectiva contribuyen a la promoción del bienestar psicológico y a prevenir posibles complicaciones la afectación de la salud mental del personal sanitario.

Las revistas que indagamos para la realización de nuestra investigación hablan y/o concluyen siempre lo mismo, que la afectación de la salud mental está basada en los factores encontrados y los cuales deterioran a la población investigada, pero, para nosotros tiene un mayor trasfondo, pues creemos que el deterioro de la salud del personal de la salud asistencial no solamente se basa en los factores identificados por separado, muchos de los colaboradores sufren más de 2 factores como se logra evidenciar en los resultados y la mayoría no reciben la ayuda que requieren.

Es importante recalcar que la suma de los factores son los que ocasionan una mayor enfermedad mental, no en todos los casos, pero si se logra evidenciar que los trabajadores que



Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

sufren más de un factor son quienes mayor afectación sufren; nosotras concluimos que, aunque ellos son los mayormente afectados, todos necesitan ser intervenidos con las actividades de promoción y prevención necesarias, con las estrategias de intervención identificadas y que están sean claras y concisas, además que estas deben ser aplicadas antes de encontrar a un trabajador sufriendo de una enfermedad mental y no después de identificarla.

También se concluye que las estrategias de intervención más efectivas y recurrentes identificadas en la población se centraron un enfoque integral, donde combinaron apoyo psicológico, capacitación continua, mejoramiento de las condiciones laborales, afrontamiento frente al estigma y el fortalecimiento de las redes sociales, por lo que estas acciones se encaminaron a afrontar los desafíos que afectan e influyen en la salud mental del personal de la salud quienes son particularmente vulnerables a situaciones de estrés y sobrecarga laboral, adicionalmente se identificó la implementación de políticas institucionales delimitadas tales como los protocolos específicos aplicados en ambientes laborales para garantizar procesos de sostenibilidad y eficacia en las intervenciones planteadas, a fin de promover ambientes resiliente y saludables para garantizar el bienestar de toda la población trabajadora.

Finalmente, nuestra conclusión sobre la salud mental del personal de la salud asistencial basados en nuestro conocimiento como estudiantes de SST es que para evitar enfermedades que puedan traer consecuencias en los colaboradores y ausentismo laboral que pueda afectar los procedimientos de sus lugares de trabajo es importante atacarlos de raíz, desde antes de sufrir una enfermedad de este tipo, para esto hay diferentes acciones preventivas como las capacitaciones, los actividades de promoción y prevención y los demás estrategias de intervención que se pueden implementar después de hacer una identificación y valoración de riesgos adecuada.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Referencias bibliográficas

Acosta-Romo, M; Castro-Bastidas, D y Bravo-Riaño, D (2022) Carga laboral en personal de salud asistencial y administrativo en una institución de II nivel en Colombia. <https://www.redalyc.org/journal/1452/145274753011/html/>

Alonso-Mosquera, M., González-Vallés, J., & Muñoz-de-Luna, Á. (2016). Ventajas E Inconvenientes Del Uso De Dispositivos Electrónicos En El Aula: Percepción De Los Estudiantes De Grados En Comunicación. Revista de Comunicación de la SEECI, (41), 136-154. <https://doi.org/10.15198/seeci.2016.41.136-154>

Ávila Bermúdez, L. V. (2021). Estrategias de afrontamiento en profesionales y auxiliares de enfermería en una IPS de salud mental en Bogotá, periodo 2020–II. <https://repositorio.unbosque.edu.co/items/a72c559f-0931-4045-b36d-95ea0e78cf47>

Ayunque-Loayza, Ania, Luna-Muñoz, Consuelo, Chaduví Puicon, Willder David, Vinelli-Arzuabiaga, Daniella, & De la Cruz-Vargas, Jhony A.. (2022). Salud mental de médicos y enfermeras en situaciones de crisis sanitaria. Revista Cubana de Medicina Militar, 51(3), . Epub 01 de septiembre de 2022. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0138-65572022000300004&lng=es&tlng=pt.

Blanco Gil, L. F., Cely Valero, O. Y., Paz Carlosama, E., Ramirez Barbosa, L. N., & Suarez Bernal, K. L. (2021). Carga laboral e intensidad horaria como factores de riesgo para la calidad de vida y bienestar laboral en la empresa eléctrica. <https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/6515>

Cantor-Cruz, F., McDouall-Lombana, J., Parra, A., Martin-Benito, L., Paternina Quesada, N., González-Giraldo, C., Cárdenas Rodríguez, M. L., Castillo Gutiérrez, A. M., Garzón-Lawton, M., Ronderos-Bernal, C., García Guarín, B., Acevedo-Peña, J. R., Gómez-Gómez, O. V., & Yomayusa-González, N. (2021). Cuidado de la salud mental del personal de salud durante COVID-19: recomendaciones basadas en evidencia y consenso de expertos. Revista Colombiana de Psiquiatría, 50(3), 202–213. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0034745021000470?via%3Dihub>

Cárdenas Niño, Lucila; Montoya Arenas, David Andrés; Aguirre Acevedo, Daniel Camilo (2019) Funciones frontales, condiciones laborales y estrés laboral: ¿mediación, moderación o efecto? Psicología desde el Caribe, vol. 36, núm. 2, 2019. Fundación Universidad del Norte <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21363396002>

Cárdenas Pesca, R., López González, L. M., Jaimes Sanabria, N. I., & Villabon, J. C. (2024). Factores de riesgo psicosocial y su influencia en la aparición del síndrome de Burnout

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

en personal de salud en Latinoamérica. Repositorio UNIMINUTO.
<https://hdl.handle.net/10656/20174>Repositorio Uniminuto

Carrizosa, S. (2021). Salud mental en el personal de salud a partir de la emergencia sanitaria por COVID-19: Una revisión documental. Repositorio CES.
<https://repository.ces.edu.co/items/2e2870ed-362f-46c2-a90c-fbb285e52281>

Cataño - Rendón , O .Cuartas - MontoyaGutiérrez, AM, Hurtado-Echeverri, J., Cataño-Rendón, OF, Cuartas-Montoya, GP, & Restrepo, JE (2022). Percepción de salud general, estrés y condiciones sociolaborales en personal de enfermería en Colombia durante la pandemia . *Gestión y Ambiente* , 130(2), Artículo 3. <https://doi.org/10.47307/GMC.2022.130.2.3>

Charry Osorio, L. M., Lozano Arango, L. M., Duarte Babativa, M. T., & Rojas Bernal, L. Á. (2024). Salud mental de los trabajadores de la salud durante la pandemia por COVID-19: una revisión de revisiones. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 53(2), 107–118. <https://doi.org/10.1016/j.rcp.2024.04.006>

Chávez, J (2020) Factores de riesgo psicosocial asociados al estrés laboral en médicos y personal profesional de salud del Hospital San Bartolomé Programa de Afrontamiento 2019. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=349293>

Cueto, J (2020) “Estrés y enfermedad mental: la otra epidemia”. *Revista Médica de la Universidad Veracruzana* 19 (2): 16-9. <https://www.medigraphic.com/pdfs/veracruzana/muv-2019/muv192c.pdf>.

Díaz Tapias, O. (2021). Implicaciones en la salud mental de los médicos en la ciudad de Bogotá, relacionados con su actividad laboral en la pandemia COVID-19. Universidad ECCI. Disponible en: <https://repositorio.ecci.edu.co/handle/001/1308>

Durán Sánchez, J. V. (2023). Salud mental en Colombia: revisión documental de estudios recientes. Universidad Cooperativa de Colombia. <https://hdl.handle.net/20.500.12494/52254>

Félix, Rafael, Claudia García, y Santa Magdalena Mercado (2018). “El estrés en el entorno laboral. Revisión genérica desde la teoría”. *Cultura Científica y Tecnológica* 64 (15): 31-42. <http://erevistas.uacj.mx/ojs/index.php/culcyt/article/view/2481/2300>.

Fernández Walteros, M. C., Huérfano Hernández, C. A., & Linares Pardo, E. (2017). Revisión documental sobre salud mental en infantes y adolescentes que han participado en el conflicto armado en Colombia. Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud. <https://repositorio.fucsalud.edu.co/entities/publication/e79fb6a9-695e-414a-8bee-0cbc9bfb9c9>

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Galeano, N y Cortes, E (2023) La Sobrecarga Laboral Y Sus Consecuencias En La Salud De Los Trabajadores. Psicología, Universidad Cooperativa de Colombia, Cali, Colombia <https://repository.ucc.edu.co/server/api/core/bitstreams/3a837d7d-4f22-48cd-bbd9-12d0bca05304/content>

García Ospina, A. Y., Montoya Piedrahita, L. D., & Osorio Duque, Y. A. (2020). El multitasking y su relación con el estrés laboral, el caso de la empresa Taller Industrial M & B, Medellín–Antioquia enero-junio 2020 (Bachelor's thesis, Profesional en Gestión de Seguridad y la Salud Laboral). <https://alejandria.poligran.edu.co/handle/10823/6916>

Gómez Bustamante, E. M., Rodríguez Méndez, A. S., Ordosgoitia Montero, K. J., Rojas Lopez, M. C., & Severiche Sierra, C. A. (2017). Riesgos psicosociales en personal de asistencia de una clínica de tercer nivel de la ciudad de Cartagena de Indias en 2016. NOVA, 15(27), 77-89. <https://doi.org/10.22490/24629448.1960> Revistas Unicolmayor+1 Repositorio UNAD+1

Gómez-Aranda, Christian; García-Pérez, Alvaro; GonzálezAragón Pineda, Alvaro Edgar; Reyes-Jiménez, Olivia (2021) Asociación entre estrés laboral y dependencia nicotínica en trabajadores de la salud Revista Médica del Instituto Mexicano del Seguro Social, vol. 59, núm. 6, 510-516, Noviembre-Diciembre Instituto Mexicano del Seguro Social Distrito Federal, México. <https://www.redalyc.org/journal/4577/457769655011/>

Henao-Castaño, Á. M., Melo-Roa, J. D., Quintero-Osorio, J. F., & Cruz-López, L. N. (2023). Carga laboral de profesionales de enfermería en Unidad de Cuidado Intensivo según Nursing Activities Score. Revista Cuidarte, 14(1). http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S2216-09732023000100015&script=sci_arttext

Hernández Cadena, EI (2022). Riesgos psicosociales presentes en los trabajadores del sector salud a causa del Covid-19 en Colombia en el periodo de 2020 y 2021 [Trabajo de grado, Universidad del Atlántico]. Repositorio Institucional Uniatlántico. <http://hdl.handle.net/10823/6817>

Lombana, R y Vargas, D (2021) Estimación De La Carga Mental Y El Nivel De Estrés Laboral En Los Trabajadores De Una Compañía Multinacional De Venta Directa. Universidad de Antioquia Facultad Nacional de Salud Pública “Héctor Abad Gómez” https://bibliotecadigital.udea.edu.co/dspace/bitstream/10495/18770/1/LombanaRosaura_2021_EstimacionCargaMentalEstresLaboral.pdf

López Cotachira, M. D., & Nova Ruiz, D. S. (2021). Relación de las intervenciones de enfermería en el cuidado de la salud mental frente a los compromisos del modelo de la marea de Phil Barker en Bogotá Colombia.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

<https://repository.udca.edu.co/server/api/core/bitstreams/775b4dcc-106b-4d2b-a458-614a7b25e7a1/content>

Machado Naranjo, A. P., & Freire Palacios, V. A. (2024). Impacto del riesgo psicosocial sobre la salud mental del personal sanitario de la provincia de Cotopaxi. *Arandu UTIC*, 11(2), 1589–1613. <https://doi.org/10.69639/arandu.v11i2.357uticvirtual.edu.py>

Martínez, F., Azkoul, M., Rangel, C., Sandia, I., & Pinto, S. (2020). Efectos de la pandemia por COVID-19 en la salud mental de trabajadores sanitarios del estado Mérida, Venezuela. *Revista GICOS*, 5(e2), 77–88. <https://erevistas.saber.ula.ve/index.php/gicos/article/view/16623>

Merino-Plaza, M.-J., Carrera-Hueso, F.-J., Arribas-Boscá, N., Martínez-Asensi, A., Vázquez-Ferreiro, P., Vargas-Morales, A., & Fikri-Benbrahim, N. (2018). Burnout y factores de riesgo psicosocial en el personal de un hospital de larga estancia. *Cad. Saúde Pública*, 34(11), e00189217. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00189217Scielosp>

Morales Bran, J. A., Ramírez Henao, M. P., & Gutiérrez Carmona, J. (2022). Revisión documental: normativas de salud mental para los jóvenes universitarios en Colombia. *Universidad Católica Luis Amigó*. <https://repository.ucatolicaluissamigo.edu.co/handle/20.500.14.531/3319>

Patlán Pérez, J., (2019). ¿Qué es el estrés laboral y cómo medirlo? *Salud Uninorte*, 35(1), 156-184. <https://www.redalyc.org/journal/817/81762945010/81762945010.pdf>

Rengel Cevallos, L. R., y Vilatuña Aldaz, P. I. (2023). Factores de riesgo psicosociales y el estrés laboral en una empresa ambateña. *Uniandes Episteme*, 10(2), 274-285. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9052912>

Soriano, C (2021) El estrés laboral y su incidencia en el desempeño del personal administrativo. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7903608>

Tarrillo Bautista, J. K., & Vásquez Paredes, G. P. (2022). Factores de riesgo psicosociales asociados a estrés laboral en personal de salud del Hospital Distrital Santa Isabel, El Porvenir, 2022. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i5.2805Redilat>

Tituana Cordova , Esthela Lizbeth Logo ; Rojas Gonzalez, Heidi Angie Logo y Almache Delgado, Veronica Jacqueline Logo (2024) Relación entre Factores de Carga Laboral y Accidentes Ocupacionales del Personal de Enfermería. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9481230>

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

Tomalá León, M. L., Galardy Domínguez, Y., Maza Santos, E. H., & Villamar Guale, J. A. (2021). Factores de riesgo psicosocial y salud mental del personal de salud en ámbito hospitalario. *Revista Científica Higía De La Salud*, 4(1). <https://doi.org/10.37117/higia.v1i4.491>

Uribe, M; Vargas, V; Orrego, C; Cataño, C; Vásquez, E y Restrepo, D (2023) Ambiente educacional y bienestar mental de los residentes de posgrados médicos y quirúrgicos en Medellín, Colombia. *Revista Colombiana de Psiquiatría (English ed.)*, Volume 52, Issue 1, January–March 2023, Pages 20-28. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0034745021000408?via%3Dihub>

Valencia-Contrera, M., Valenzuela-Suazo, S., Rodríguez-Campo, V., Valdebenito-Arandela, D., & Valderrama-Alarcon, M. (2022). Riesgos psicosociales y calidad de vida en trabajadores de atención primaria: revisión integrativa. *Sanus*, 7, e278. <https://doi.org/10.36789/revsanus.vi1.278>

Villacres-Castro, IK., y Velásquez-Gutiérrez, MT. (2022). Estudio de la carga de trabajo en el desempeño laboral del personal operativo del cuerpo de bomberos del cantón Quevedo. *Sapienza: Revista Internacional de Estudios Interdisciplinarios*, 3 (7), 197–214. <https://doi.org/10.51798/sijis.v3i7.532>

Ceballos Ospino GA, Charris KR, Carrascal Gutiérrez SM, Oviedo Acevedo HC, Herazo E, Campo Arias A. Asociación entre religiosidad y síntomas ansiosos y depresivos en estudiantes universitarios. *MedUNAB [Internet]*. 31 de marzo de 2013 [citado 8 de junio de 2025];16(1):19-23. Disponible en:

<https://revistas.unab.edu.co/index.php/medunab/article/view/1866>

BIANCHINI MATAMOROS, Marylin. El Síndrome del Burnout en personal profesional de la salud. *Med. leg. Costa Rica [online]*. 1997, vol.13-14, n.2-1-2 [cited 2025-06-08], pp.189-192. Available from: http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S140900151997000200017&lng=en&nrm=iso. ISSN 2215-5287.

INGLES-TORRUELLA, Joan. Equipos de protección individual para cuerpo frente a agentes biológicos en trabajadores sanitarios. *Arch Prev Riesgos Labor [online]*. 2020, vol.23, n.3 [citado 2025-06-08], pp.366-374. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-2549202020000300366&lng=es&nrm=iso. Epub 21-Sep-2020. ISSN 1578-2549.

Salud Mental En El Personal De Salud Asistencial.

<https://dx.doi.org/10.12961/apr.2020.23.03.07>.

Alejandra Araluce, tipos de trastornos mentales mayo de 2021
<https://www.amaitp.org/blog/tipos-de-trastornos-mentales/>

ROJAS-BERNAL, Luz Ángela; CASTANO-PEREZ, Guillermo
Alonso and RESTREPO-BERNAL, Diana Patricia. Salud mental en Colombia. Un análisis
crítico. CES Med. [online]. 2018, vol.32, n.2 [cited 2025-06-08], pp.129-140. Available from:
<http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-87052018000200129&lng=en&nrm=iso>. ISSN 0120-8705.
<https://doi.org/10.21615/cesmedicina.32.2.6>.

POSADA, José A. La salud mental en Colombia. Biomédica [online]. 2013, vol.33, n.4
[cited 2025-06-08], pp.497-498. Available from:
http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-41572013000400001&lng=en&nrm=iso